



Handout Kindergarteneintritt Schuljahr 2024/2025

Informationen über den Kindergarten und die Betreuung in Schwamendingen

Allgemeine Informationen zum Kindergarten

Der Kindergarten ist der Beginn der 11-jährigen obligatorischen Schulzeit. Der Kindergarten dauert in der Regel zwei Jahre. Der Übertritt in die Primarstufe kann ausnahmsweise nach einem oder drei Jahren erfolgen, wenn die intellektuelle und persönliche Entwicklung des Kindes dies erlaubt oder erfordert (§5 Abs. 3 Volksschulgesetz).

Im 1. Zyklus (Kindergarten bis 2. Klasse) wird der Lehrplan 21 verbindlich eingesetzt. Der Unterricht im Kindergarten orientiert sich stark an der individuellen Entwicklung der Kinder und wird vor allem zu Beginn fächerübergreifend organisiert und gestaltet. Verschiedene Formen des Spielens und Lernens sind dabei wichtige Bestandteile des Unterrichts. Interessierte Personen finden weitere Angaben unter <http://zh.lehrplan.ch>.

Das Kindergartenteam besteht aus mehreren Personen: Klassenlehrperson, schulische Heilpädagogin/schulischer Heilpädagoge (IF) sowie Lehrperson für Deutsch als Zweitsprache (DaZ). Bei Bedarf unterstützt eine zusätzliche Assistenz die Kindergartenlehrperson. Jede Kindergartenklasse gehört zu einer der 12 Schulen im Schulkreis Schwamendingen.

Für Fragen und Anliegen wenden Sie sich immer zuerst an die Klassenlehrperson Ihres Kindes und/oder an die Schulleitung Ihrer Schule.

Allgemeine Informationen zur Betreuung

Anmeldungen für die Betreuung (Hort) müssen separat vorgenommen werden. Sie können Ihr Kind unter folgendem Link anmelden: www.stadt-zuerich.ch/betreuung. Die Anmeldeunterlagen erhalten Sie auch bei der Kreisschulbehörde Schwamendingen, sofern für Sie eine Anmeldung online nicht möglich ist. Das Angebot ist freiwillig, kostenpflichtig und richtet sich nach dem steuerbaren Einkommen.

Bitte melden Sie Ihr Kind, wenn möglich, bis zum 30. April 2024 für die Betreuung an. Danach kann ein Eintritt in die Betreuung auf Beginn des Schuljahres nicht garantiert werden.

Unter www.stadt-zuerich.ch/betreuung finden Sie verschiedene Informationen wie z.B. eine Übersicht über die Betreuungskosten und das Formular für die Bestellung des Subventionsantrages.

Zu jeder Schule gehört mindestens eine Betreuung. Grundsätzlich besuchen Kinder eine Betreuung, die zur gleichen Schule gehört wie der Kindergarten.



Betreuungszeiten sind jeweils Montag bis Freitag: Es wird von 7.00 bis 18 Uhr eine Betreuungsmöglichkeit angeboten.

Die Schulen Hirzenbach, Leutschenbach und Mattenhof werden als Tagesschulen geführt. Im Verlaufe des 1. Kindergartenjahres werden Sie darüber informiert, was dies für Sie und Ihr Kind bedeutet.

In den Schulferien, an schulinternen Weiterbildungstagen (Q-Tagen) und an schulfreien Tagen wird eine Tagesbetreuung angeboten. Die Anmeldung erfolgt jeweils separat. Weitere Informationen werden Sie zu gegebener Zeit erhalten.

Weitere Informationen erhalten Sie nach erfolgter Zuteilung bei der Leitung Betreuung der entsprechenden Schule.

Falls Ihr Kind den Kindergarten am Wohnort einer Tages- oder Pflegefamilie besuchen soll, setzen Sie sich bitte unbedingt mit der Kreisschulbehörde Schwamendingen in Verbindung. Wir werden Ihnen gerne das notwendige Formular zustellen.

Wichtige Adressen und Telefonnummern

Kreisschulbehörde Schwamendingen
Schwamendingerplatz 1, Postfach, 8051 Zürich
Tel. 044 413 83 10

Webseite Kreisschulbehörde Schwamendingen:
www.stadt-zuerich.ch/ksb-schwamendingen

Für Fragen zum Kindergarten und zur Anmeldung in die Betreuung (Zuteilungsgesuche, allgemeine Fragen):
Eveline Daubenmeyer, Tel. 044 413 83 19 (Montag bis Donnerstag)
oder Mail eveline.daubenmeyer@zuerich.ch

Haben Sie Fragen zum Schulsystem in der Stadt Zürich oder auch ganz konkrete Fragen zur Schule? Dann können Sie unsere **Schulbotschafterinnen und Schulbotschafter** unter der Telefonnummer 044 413 88 88 kontaktieren. Die Ansprechpersonen können in 14 Sprachen kommunizieren.



Wichtige Termine

November 2023	Versand Unterlagen für die Registrierung bei "Meine Kinder"
bis 31. März 2024	Zuteilungsgesuch Kindergarten (freiwillig)
bis 30. April 2024	Anmeldung für Betreuung (freiwillig)
7. Juni 2024	Versand der Zuteilungsentscheide und weiterer Unterlagen
19. August 2024	Beginn Kindergarten

Schulferien Schuljahr 2024/2025

7. bis 18. Oktober 2024	Herbstferien
23. Dezember 2024 bis 3. Januar 2025	Weihnachtsferien
10. bis 21. Februar 2025	Sportferien
21. April bis 2. Mai 2025	Frühlingsferien
14. Juli bis 15. August 2025	Sommerferien

Pro Schuljahr stehen jedem Kind 2 Jokertage zur Verfügung, an denen Ihr Kind dem Unterricht ohne Vorliegen von Dispensationsgründen fernbleiben kann (§30 Volksschulverordnung). Über die genauen Bedingungen für den Bezug wird die Kindergartenlehrperson informieren.

Unterrichtszeiten im Kindergarten

Montag bis Freitag	
8.15 bis 8.35 Uhr	Auffangzeit, Eintreffen im Kindergarten
8.35 bis 11.55 Uhr	Unterrichtszeit im Kindergarten

Tagesschulen Hirzenbach, Leutschenbach und Mattenhof: Die Unterrichtszeiten sind leicht angepasst. Die genauen Informationen erhalten Sie im Juni mit dem Zuteilungsentscheid. Über die Besonderheiten der Tagesschulen werden die Erziehungsberechtigten im Laufe des 1. Kindergartenjahres informiert.

Im 2. Kindergartenjahr besuchen die Kinder zusätzlich an 2 Nachmittagen den Kindergarten.

Zuteilung zu den Kindergartenklassen und -lokalen / Zuteilungsgesuche

Im Schulkreis Schwamendingen verändern sich die Schülerinnen- und Schülerzahlen. Für Ihr Kind kann dies in Ausnahmefällen bedeuten, dass es nicht dem nächstgelegenen Kindergarten zugeteilt werden kann.

Selbstverständlich werden wir aber nur Zuteilungen vornehmen, wenn der Schulweg für ein Kindergartenkind zumutbar ist. Unsere Kindergärten sind im ganzen Quartier gut verteilt. Notwendige Verschiebungen in andere Kindergärten werden, wenn möglich, in kleinen Gruppen vorgenommen. In einem solchen Fall können sich die Erziehungsberechtigten bei Bedarf in der Begleitung der Kinder abwechseln, wenigstens in der ersten Zeit, bis die Kinder den Weg



allein bewältigen können. Auf Wunsch steht Ihnen die Schulinstruktion beim Finden des sichersten Schulweges zur Verfügung.

Für das kommende Schuljahr sind Verschiebungen von folgenden Wohnadressen möglich:

- Luegislandstrasse Hausnummer >400, Roswiesenstrasse Hausnummer >100: Kindergarten Roswiesen
- Aprikosenstrasse: Kindergarten Ahorn
- Winterthurerstrasse Hausnummer >460, Ahornstrasse: Umteilung in den Kindergarten Ahorn
- Zuteilungsgebiet Schule Luchswiesen: Umteilungen in die Kindergärten Roswiesen
- Weitere Ausnahmen sind jederzeit möglich.

Weitere Bemerkungen:

- Heerenschürlistrasse: Zuteilungsgebiet ist die Schule Hirzenbach
- Sunnige Hof: Zuteilungsgebiet ist die Schule Probstei
- Es ist möglich, dass Kinder nicht dem gleichen Kindergartenlokal / der gleichen Schule zugeteilt werden können wie z.B. ältere Geschwister oder Nachbarskinder.

Sie haben die Möglichkeit, ein begründetes Zuteilungsgesuch für einen bestimmten Kindergarten zu stellen. Weitere Angaben dazu finden Sie auf unserer Webseite unter dem Stichwort "Wunschzuteilung". Sie können ein Gesuch über das Portal "Meine Kinder", schriftlich oder per Mail (ssd-sw-Zuteilungsgesuche@zuerich.ch) einreichen. Aufgrund der hohen Schülerinnen- und Schülerzahlen und der Komplexität der Zuteilungen kann nur in Ausnahmefällen auf ein Zuteilungsgesuch eingegangen werden.

Einbezug der Eltern

- Besuchstage: in der Regel zwei Mal jährlich (Information durch die Schule)
- Elterninformationen: in der Regel schriftlich
- Elterngespräche: in der Regel ein Gespräch pro Schuljahr
- Elternabend: in der Regel ein Elternabend pro Schuljahr
- Elternmitwirkung: Elternrat oder Elternforum (Information durch die Schule)
- Weitere Anlässe in Kindergarten und Schule

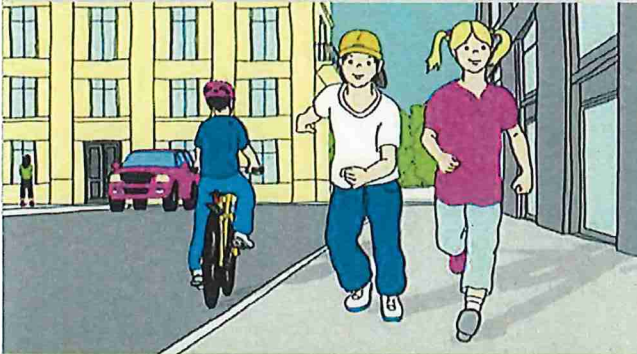


Wichtige Informationsquellen

- Fragen zur Schule? Kontaktieren Sie die Schulbotschafterinnen und -botschafter unter der Telefonnummer 044 413 88 88. Weitere Informationen finden Sie unter: [Multikulturalität und Schule - Stadt Zürich \(stadt-zuerich.ch\)](https://www.stadt-zuerich.ch/multikulturalitaet-und-schule)
Hier finden Sie auch Unterstützung bei der Registrierung auf dem Portal "Meine Kinder".
- [Film Kindergarten - Stadt Zürich \(stadt-zuerich.ch\)](https://www.stadt-zuerich.ch/film-kindergarten)
- Stadt Zürich Schul- und Sportdepartement: www.stadt-zuerich.ch/ssd
- Volksschulamt Kanton Zürich: [Bildung | Kanton Zürich \(zh.ch\)](https://www.bildung.kanton-zuerich.ch)
- Kreisschulbehörde Schwamendingen: www.stadt-zuerich.ch/ksb-schwamendingen
- Betreuung: www.stadt-zuerich.ch/betreuung
- Schulpsychologischer Dienst Stadt Zürich: www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/gesund-heit-und-praevention/schulpsychologie
- Schulärztlicher Dienst Stadt Zürich: www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/gesund-heit-und-praevention/schularzt
- Schulzahnärztlicher Dienst Stadt Zürich: www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/gesund-heit-und-praevention/schulzahnarzt
- Schulinstruktion Stadt Zürich: www.stadt-zuerich.ch/pd/de/index/stadtpolizei-zuerich/praevention/schulinstruktion
- Logopädie Stadt Zürich: www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/volksschule/besondere-be-duerfnisse/logopaedie-therapie
- Integrationsförderkurse:
www.stadt-zuerich.ch/integration
<https://www.stadt-zuerich.ch/deutschkurse>
- Informationen und Veranstaltungen zur Volksschule in anderen Sprachen: [Informationen und Veranstaltungen in verschiedenen Sprachen - Stadt Zürich \(stadt-zuerich.ch\)](https://www.stadt-zuerich.ch/informationen-und-veranstaltungen-in-verschiedenen-sprachen)
- Elternbildung: [www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/jugend- und erwachsenenbil-dung/publikationen/elternbildung](https://www.stadt-zuerich.ch/ssd/de/index/jugend-und-erwachsenenbil-dung/publikationen/elternbildung)
- Lerngelegenheiten für Kinder (Filme, Infos und Tipps für Eltern in 13 verschiedenen Sprachen): <https://kinder-4.ch/de/start>



Sicher zur Schule



Unsere gemeinsame Aufgabe ist es, Schülerinnen und Schüler zu befähigen, sich sicher und verkehrsgerecht im Strassenverkehr zu bewegen.

Kompetenzen nach Lehrplan 21 NMG.8:

Die Schülerinnen und Schüler können sich in ihrer näheren und weiteren Umgebung orientieren, sicher bewegen und dabei Orientierungsmittel nutzen und anwenden

Für Kinder ist der Weg zur Schule oder Kindergarten ein besonderes Erlebnis. Sie machen dabei wichtige soziale Erfahrungen. Daher sollten sie – je nach Alter und Entwicklungsstand – diesen Weg möglichst selbstständig zu Fuss zurücklegen.

Die Kinder lernen bei unseren Besuchen in den Kindergärten den sicheren Ablauf einer Querung (Randsteinhalt, Gehentscheid treffen) z.B. mit/ohne Fussgängerstreifen, Fussgängerinsel, Lichtsignal.

Einen ganzen Vormittag zu üben reicht meistens jedoch nicht aus, um das richtige Verhalten im Strassenverkehr nachhaltig zu festigen. Aus diesem Grund brauchen wir die Unterstützung der Eltern.

Sicherheitstipps

Legen Sie den geeigneten Weg schon vor dem ersten Schultag fest und gehen Sie ihn mit Ihrem Kind mehrmals in beide Richtungen ab. Begleiten Sie Ihr Kind so, dass es mit der Zeit selbständig in den Kindergarten gehen kann. Benützen Sie jede Gelegenheit, das Kind selber entscheiden zu lassen, wann die Strasse überquert werden kann. Kleiden Sie Ihr Kind so, dass es gut sichtbar ist. Planen Sie genügend Zeit ein, damit Ihr Kind in Ruhe in den Kindergarten gehen kann. Ihr Kind wird ihr Verhalten kopieren. Verhalten Sie sich im Strassenverkehr immer so, wie Sie es von Ihrem Kind erwarten.






Schulwegplan



Auf der Suche nach dem geeignetsten Weg zur Schule bietet der Schulwegplan eine Hilfestellung für alle Eltern.

Der Schulwegplan ist im Online-Stadtplan der Stadt Zürich integriert. Es können selektiv Schulwege oder auch Schulwegübergänge angezeigt werden. Beim Anwählen der Übergänge werden spezifische Angaben betreffend die Örtlichkeit und den Anforderungen angezeigt.

Öffnen Sie den Schulwegplan über stadtpolizei.ch/schulinstruktion

-  Schulweg
-  geeigneter Übergang
-  Übergang mit erhöhter Anforderung
-  anspruchsvoller Übergang
-  Übergang nicht empfohlen



Stadt Zürich

Fragen zur Schule?

Domande sulla scuola? റൗററ റൗറററ റൗറററ റൗറററ:

Questions sur l'école? Questions about the school system?

பள்ளி பற்றி ஏதேனும் கேள்விகள் உள்ளதா?

Pyytje rreth shkollës? ¿Preguntas sobre la escuela?

أسئلة فيما يخص المدرسة؟

Hadif aad Suaalade ku saabsan Iskuulka qabtoo?

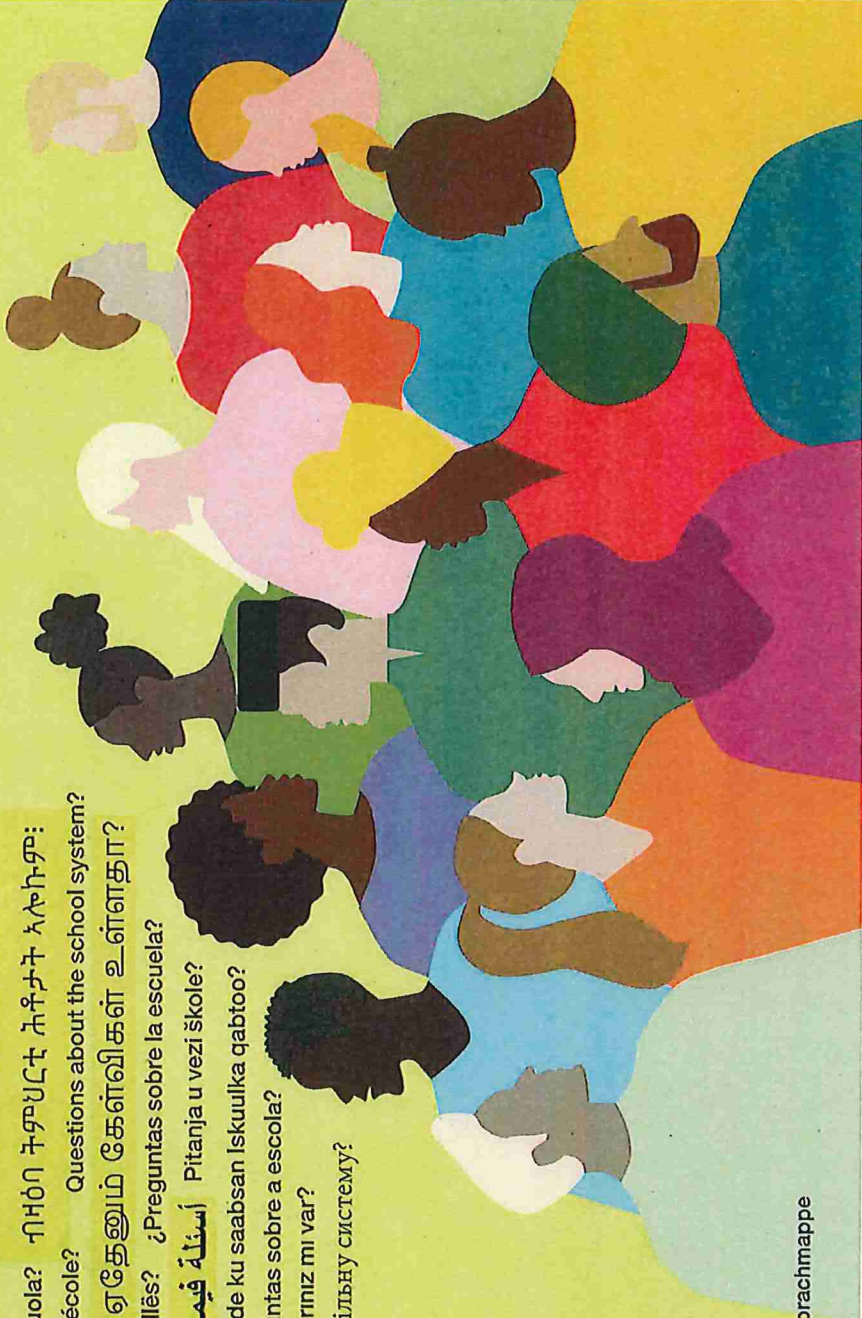
Perguntas sobre a escola?

Okulla ilgii sorulariniz mi var?

Питання про шкільну систему?



stadt-zuerich.ch/sprachmappe



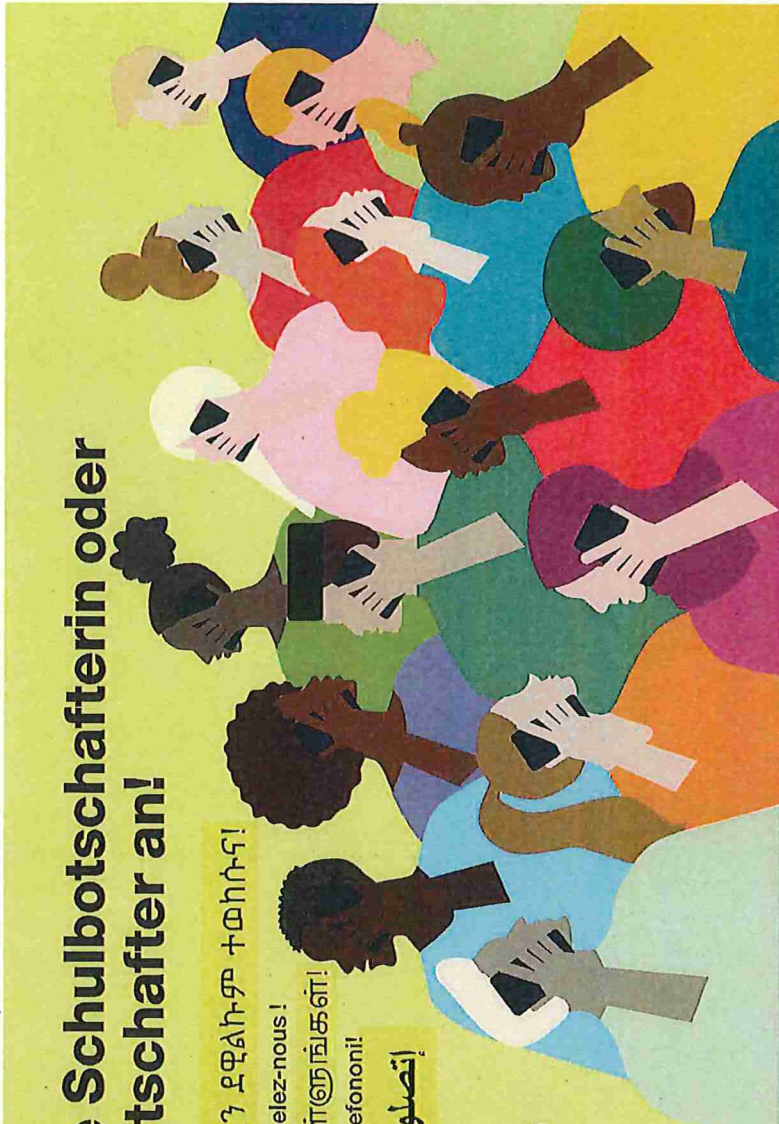
Rufen Sie Ihre Schulbotschafterin oder Ihren Schulbotschafter an!

Call us! Pozovíte nas! ቱሌፎን ደዳልኩም ተወካኩና!
¡Lámenos! Nala soo hadal! Appelez-nous!
எங்கள்னை தொடர்பு கொள்ளுங்கள்!
Chiamateci! Bizi arayın! Na telefononi!
Ligue para nós!
Зателефонуйте до нас!

044 413 88 88

Stadt Zürich
Schulamt
Bereich Pädagogik
Parkring 4
8002 Zürich

Eine Kooperation der Kreisschulbehörden Uto und Schwamendingen mit dem Schulamt





Schulärztlicher Dienst

Der Schulärztliche Dienst der Stadt Zürich

Vom Kindergarten bis zum Schulabschluss unterstützt der Schulärztliche Dienst (SAD) Kinder in der Stadt Zürich in allen schulischen Fragen rund um Gesundheit und Entwicklung. Ebenso werden Schulleitungen, Lehr- und Betreuungspersonen sowie Eltern beraten und unterstützt.



Vorsorge-Untersuchungen

Um gesundheitliche Risiken bei Kindern frühzeitig zu erkennen und passende Massnahmen einzuleiten, finden regelmässig schulärztliche Vorsorge-Untersuchungen statt: Flächendeckend in der 5. Klasse und in der 2. Sekundarstufe, im Kindergartenalter dann, wenn sie nicht bereits durch den privaten Kinderarzt erfolgt sind. Überprüft werden dabei der Impfschutz, der Seh- und Hörsinn sowie Grösse und Gewicht. Bei Bedarf erfolgt ein kostenloses Impfangebot. In der Mittel- und Sekundarstufe werden die Untersuchungen mit einem individuellen Gesundheitsgespräch ergänzt. Mit dieser aufsuchenden Gesundheitsvorsorge leistet der SAD einen wichtigen Beitrag zu gesundheitlicher Chancengerechtigkeit.

Schutzmassnahmen

Bei bedrohlichen ansteckenden Krankheiten wie z.B. Masern, Keuchhusten, eitriger Hirnhautentzündung oder einem unverhältnismässig starken Grippe-Ausbruch an der Schule berät der SAD Schulen und Horte und leitet Sofortmassnahmen ein, damit eine Weiterverbreitung möglichst schnell gestoppt werden kann.

Beratung und Abklärung

Bei schulrelevanten Gesundheitsfragen können sich Eltern, Jugendliche, Lehr- und Betreuungspersonen an den SAD wenden. Bei der Integration von Kindern mit chronischen Krankheiten oder besonderen medizinischen Bedürfnissen berät der SAD Schulen, damit die Teilnahme und Integration in die Schule, den Hort, den Sporttag, das Klassenlager etc. möglichst gut gelingen kann.

Bei Fragen zur gesunden Ernährung und Bewegung bietet der SAD individuelle Ernährungsberatung sowie spezielle Bewegungsprogramme an. Die sexualpädagogische Fachstelle «Lust und Frust» berät Jugendliche und Lehrpersonen rund um das Thema Sexualität.

Freiwillig

Die Leistungen des SAD sind freiwillig und fast durchgehend kostenlos und stehen allen Kindern und Jugendlichen der Stadtzürcher Volksschulen sowie deren Eltern und Lehrpersonen zur Verfügung. Die Mitarbeitenden des SAD sind spezialisierte Fachleute aus unterschiedlichen Berufssparten. Sie alle sind an die Schweigepflicht gebunden.

Dienstleistungen

- **Schulärztliche Vorsorge-Untersuchungen im Kindergarten (nur subsidiär), in der 5. Klasse und 2. Sekundarstufe inklusive Impfangebot**
- **Medizinische Beratungen**
- **Prävention, Beratung und Sofortmassnahmen bei übertragbaren Krankheiten an Schulen und Hort**
- **Unterstützung der Schulen bei der Integration von Kindern mit chronischen Krankheiten**
- **Vermitteln von audlopädagogischen Massnahmen für Kinder mit Hörbeeinträchtigung**
- **Beratung bei Fragen zur Rückstellung vom Kindergarten- eintritt**
- **Beratung bei Fragen zum Kinderschutz**
- **Unterstützung bei problematischem Lausbefall**
- **Jugendsprechstunde / Sexualpädagogische Sprechstunde**
- **Einzelberatung bei Gewichts- und Ernährungsfragen; Vermittlung von Bewegungsangeboten**

Kontakt und weitere Informationen:

**Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich, Schulärztlicher Dienst
Parkring 4, Postfach, 8027 Zürich; Telefon: 044 413 88 95
www.stadt-zuerich.ch/schularzt**





Der Schulpsychologische Dienst der Stadt Zürich

Der Schulpsychologische Dienst berät und unterstützt Familien und Lehrpersonen bei Lernschwierigkeiten, Verhaltensauffälligkeiten, Erziehungsfragen und schulischen Massnahmen. Das Ziel ist dabei immer, die Lern- und Entwicklungschancen der Schüler*innen zu verbessern.



Der Schulpsychologische Dienst (SPD) ist ein kostenloses Beratungsangebot vom Kindergarten bis zur Sekundarstufe. Der SPD hat in jedem Schulkreis eine Zweigstelle. Fragen und Anliegen können sein:

Eltern

- ▶ Die Schulleistungen meiner Tochter werden immer schlechter. Was können wir tun?
- ▶ Unser Kind geht nicht mehr gerne zur Schule. Wie können wir es unterstützen?
- ▶ Das aggressive Verhalten unseres Sohnes macht uns Sorgen.

Lehrpersonen

- ▶ Wie kann ich zusammen mit den Eltern die schulische Motivation eines Schülers verbessern?
- ▶ Meine Schülerin wirkt in letzter Zeit oft traurig. Braucht sie Therapie?
- ▶ Kann eine Sonderschulung diesem Schüler meiner Klasse helfen?

Schüler*innen

- ▶ Ich habe nur noch Stress in der Schule.
- ▶ Ich werde immer wieder von andern Schülern ausgelacht.

Ablauf

Je nach Situation kann der Ablauf unterschiedlich sein. Die Schulpsycholog*in bespricht die Situation mit allen Beteiligten, führt bei Bedarf Tests durch und macht einen Schulbesuch. Sie erarbeitet Lösungen, vermittelt bei Konflikten, verweist an geeignete Spezialist*innen und empfiehlt Massnahmen. Eine Abklärung und Beratung umfasst in der Regel mehrere Termine und ein Schlussgespräch. Die Schulpsycholog*in begleitet ein Kind und seine Familie bei Bedarf während der ganzen Schullaufbahn.

Anmeldung beim SPD

Eine Anmeldung wird in der Regel an einem schulischen Standortgespräch zwischen Schule und Eltern sowie je nach Situation auch mit dem Kind/Jugendlichen vereinbart. Die Lehrperson füllt mit Einverständnis der Eltern das Anmeldeformular aus. Eltern und Jugendliche können sich auch direkt an den SPD in ihrem Schulkreis wenden. Bei Bedarf organisiert der SPD für seine Besprechungen eine Übersetzung.

Wenn es um die Abklärung einer Sonderschulung geht, muss der SPD immer beigezogen werden, ebenso bei schulischer Psychotherapie. Bei Uneinigkeit oder Unklarheiten zwischen Schule und Eltern zu (sonder-)pädagogischen Massnahmen kann der SPD beigezogen werden. Kinder und Jugendliche in Sonderschulen werden immer vom SPD begleitet.

Vertraulichkeit und Datenschutz

Die Mitarbeiter*innen des SPD unterstehen dem Amtsgeheimnis und der beruflichen Schweigepflicht.

Weitere Angebote

Weitere Angebote des SPD sind: Multifamiliengruppen und Gruppentherapien, Notfallpsychologie, Sprechstunden und Supervision für Lehrpersonen, Mitarbeit in Präventionsprogrammen, Elternabende und Fortbildungen für Lehrkräfte.

Warten Sie bei Schulproblemen nicht bis es brennt. Melden Sie sich frühzeitig beim Schulpsychologischen Dienst.





Schulzahnärztlicher Dienst

An die Eltern von Kleinkindern

Tipps zum Zähneputzen mit Kleinkindern

Sobald der erste Zahn da ist, muss er regelmässig gepflegt und vor Karies geschützt werden. Wie Sie Ihr Kleinkind am besten ans tägliche Zähneputzen heranführen – dazu unsere Tipps zum Ausprobieren.

Seien Sie Vorbild

- ▶ Bürsten Sie möglichst nach jeder Mahlzeit im Beisein Ihres Kindes selbst Ihre Zähne.

Erklären Sie weshalb

- ▶ Erklären Sie, dass Zähne Löcher bekommen, wenn man sie nicht putzt.
- ▶ Seien Sie konsequent und erklären Sie Ihrem Kind ruhig und bestimmt: Solange es die Zähne nicht putzen will, gibt es nichts Süßes.
- ▶ Wecken Sie das Interesse mit einem Zahnputzbuch für Kinder.



Spielen Sie mit der Fantasie

- ▶ Geben Sie den Zähnen Tiernamen (z.B. «Krokodil-» oder «Mäusezahn») und putzen Sie diese der Reihe nach.
- ▶ Erfinden Sie selbst eine Zahngeschichte oder ein Zahnputzlied. Beispiele finden Sie im Internet.

Beteiligen Sie Ihr Kind

- ▶ Lassen Sie Ihr Kind tagsüber in Ihrer Anwesenheit selbst die Zähne putzen (das Verteilen der Zahnpasta im Mund gibt bereits einen gewissen Schutz).
- ▶ Lassen Sie sich zur Abwechslung zuerst mal von Ihrem Kind die Zähne putzen.
- ▶ Lassen Sie Ihr Kind in einem Handspiegel zuschauen, wenn Sie ihm die Zähne putzen.

Kleine Helfer

- ▶ Eine lustige Sand- oder Eierühr erleichtert das Einhalten der Zeit von etwa 2-3 Minuten.
- ▶ Manchmal hilft es, wenn das Kind selbst eine Zahnbürste halten darf, während ihm die Zähne geputzt werden.
- ▶ Lassen Sie Ihr Kind einen speziellen Becher nur fürs Zähneputzen aussuchen.
- ▶ Gemeinsames Zähneputzen mit (älteren) Geschwistern macht mehr Spass.
- ▶ Setzen Sie das Lieblingstier oder die Lieblingspuppe Ihres Kindes ein; Sie oder das Kind zeigen dem Tier bzw. der Puppe, wie Zähneputzen geht.

Optimaler Schutz

Faustregel: Im ersten Lebensjahr mindestens 1x, im zweiten 2x, im dritten 3x täglich Zähne putzen.

Abends vor dem Schlafengehen sollten Eltern die Zähne des Kindes (nach)putzen.

Kinderzahnbürste: Weiche Borsten und möglichst kleiner Bürstenkopf.

Zahnpasta: Kinderzahnpasta verwenden, sie hat den für Kleinkinder richtigen Fluoridgehalt.

Weitere Informationen finden Sie in unserer Broschüre: «So bleiben Milchzähne gesund – von Anfang an».

Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn es nicht sogleich klappt. Geben Sie sich selbst und Ihrem Kind Zeit, sich an ein neues Ritual zu gewöhnen. Oft zeigt sich erst nach mehrmaligem Ausprobieren, worauf ein Kind besonders gut anspricht.

Kontakt und weitere Informationen

Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich
Schulzahnärztlicher Dienst
Die Adresse Ihres Schulzahnarztes oder Ihrer Schulzahnärztin finden Sie unter: www.stadt-zuerich.ch/schulzahnarzt



«Meine Noten werden immer schlechter. Ich kann mich kaum konzentrieren.»

«Ich bin einsam und fühle mich gar nicht wohl in meiner Klasse.»

«Wir verstehen uns nicht und streiten fast jeden Tag.»

Die Schulsozialarbeit unterstützt Kinder, Jugendliche und Eltern.

stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit



Vertraulich, freiwillig und kostenlos. Die Schulsozialarbeit in der Stadt Zürich

Wir beraten und unterstützen Schüler*innen

- bei Problemen im Schulhaus mit Mitschüler*innen
- bei Schwierigkeiten zu Hause
- bei persönlichen Sorgen und Nöten

Wir beraten und unterstützen Eltern

- bei familiären Problemen und in Erziehungsfragen
- bei Sorgen in Bezug auf die Entwicklung ihres Kindes
- bei Auseinandersetzungen ihres Kindes in der Schule oder auf dem Schulweg
- bei der Suche nach geeigneten Freizeitangeboten für ihre Kinder
- bei der Vermittlung von Beratungs- und Fachstellen

Eine Übersicht der Ansprechpersonen in den Schulen finden Sie unter: stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit

Information in anderen Sprachen
stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit-sprachen



Zürich, im Januar 2024

Informationsschreiben über die Verpflegungsanbieterin menuandmore

Liebe Mütter, liebe Väter

menuandmore kocht für Kinder und Jugendliche und beliefert Mittagstische von Schulen und Kitas – fein, gesund und nachhaltig. Wir freuen uns sehr, künftig auch Ihren Sohn oder Ihre Tochter verwöhnen zu dürfen.

Gerne geben wir Ihnen einen Überblick über unsere Verpflegungslösung:

Die Menüplanung

Der ausgewogene und saisonale Menüplan von menuandmore wird jeweils in Zusammenarbeit mit einer diplomierten Ernährungsberaterin erstellt. Die Angebotsgestaltung orientiert sich an den aktuellsten Ernährungsempfehlungen und hält die Richtlinien der Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich ein. Diese stellen die Rahmenbedingungen für eine gesunde und zahnschonende Kinderverpflegung sicher. Täglich stehen vier verschiedene Menüvarianten zur Auswahl, die alle miteinander kombiniert werden können. Auf dieser Basis sowie weiteren Ergänzungseinkäufen stellt die schulische Betreuungseinrichtung den Menüplan für die Verpflegung Ihres Kindes zusammen.

Für Kinder mit Unverträglichkeit stehen verschiedene vegetarische, schweinefleischlose sowie gluten- und/oder laktosefreie Menükomponenten zur Verfügung.

Die Zubereitung

Unsere Köchinnen und Köche achten bei der Zubereitung auf optimalen Geschmack und den Erhalt von Vitalstoffen. In unsere Kochtöpfe kommen nur beste Zutaten:

- Schonende Zubereitung nach dem «Cook and Chill»-Verfahren für den optimalen Erhalt der Vitalstoffe
- Unsere Menüs werden salz-, zucker-, fettreduziert, ohne Alkohol und ohne Glutamat zubereitet
- Einsatz frischer, saisonaler und hochwertiger Zutaten, davon 71% aus der Schweiz
- Fleisch und Geflügel, sämtliche Milchprodukte sowie unsere Freiland Eier kommen ausschliesslich aus der Schweiz
- Wir verwenden viele Zutaten mit Bio Suisse- oder IP-SUISSE-Label
- Unser Fisch ist MSC- oder ASC-zertifiziert
- Primäre Verwendung von gesundem Schweizer Rapsöl (hoher Anteil der Fettsäuren Omega 3 und 6)
- Wir verzichten bewusst auf Flugware und Palmöl
- Sehr viele hausgemachte Produkte – auch aus der hauseigenen Konditorei

Anlieferung und Aufbereitung

Die Speisen werden gekühlt, in Bisphenol-A-freier Lebensmittelfolie verpackt und durch eigene Chauffeure ressourcenschonend in den Kühlschrank der Mittagstischinstitution geliefert. Das Aufwärmen der Menükomponenten erfolgt vor Ort durch das Betreuungspersonal mittels Steamer, Wasserbad oder Backofen.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.menuandmore.ch