

November

Retroreflektierende Kleidung sorgt für sichtbare Sicherheit

- In den dunklen Wintermonaten steigt die Gefahr im Straßenverkehr.
- Es ist wichtig, dass Kinder schon von weitem gesehen werden.
- Den besten Schutz bietet retroreflektierende Kleidung. Sie wirft einfallendes Licht weithin sichtbar zurück.
- Ein Autofahrer sieht einen dunkel gekleideten Fußgänger bei Dunkelheit erst auf eine Entfernung von 25 bis 30 Meter; mit heller, kontrastreicher Kleidung ist der Fußgänger auf 40 bis 50 Meter wahrnehmbar. Kleidung mit Reflexmaterial wird hingegen schon auf eine Entfernung von 130 bis 160 Metern gesehen.
- Machen Sie mit Ihrem Kind eine Autofahrt im Dunkeln und zeigen Sie ihm, wie gut oder schlecht Menschen je nach Kleidung zu sehen sind.



Zahnpflege

- Gehen Sie mit Ihrem Kind regelmäßig zur Kontrolle zum Zahnarzt. Am besten zweimal pro Jahr.
- Mindestens zweimal täglich sollten die Zähne gründlich gereinigt werden.
- So putzt man Zähne richtig:
 - Für die Zahnpflege hat sich das KAI-Muster bewährt. KAI steht für Kauflächen, Außenflächen und Innenflächen der Zähne.
 - Die Kauflächen werden immer am letzten Zahn beginnend in kreisenden Bewegungen geputzt.
 - Die Außenflächen der Zähne werden durch einfache, kreisende Bewegungen gereinigt. Auch hier sollten Sie darauf achten, dass Ihr Kind beim letzten Zahn anfängt zu putzen.
 - Zum Reinigen der Innenflächen der Zähne wird die Zahnbürste stets von rot nach weiß, sprich vom Zahnfleisch zum Zahn geführt - wieder beginnend bei den hintersten Zähnen.
 - Damit Kinder wissen, ob sie lange genug geputzt haben, lohnt sich die Anschaffung einer kleinen Sanduhr - geputzt wird so lange, bis der Sand durchgelaufen ist. (Quelle:



<http://www.kinderaerzte-im-netz.de>)

- Achten Sie auf die richtige Zahnpasta für Ihr Kind:
 - Kinder mit Milchzähnen bis etwa 6 Jahre brauchen eine Kinderzahnpasta, die wenig Fluorid enthält.
 - Kinder zwischen 6 und 12 Jahren, die bleibende Zähne bekommen, benötigen eine Zahnpasta mit höherem Fluoridanteil, weil es die Zahnaushärtung fördert. Sie können bereits normale "Erwachsenen-Zahnpasta" nutzen.

VERKEHRSWACHT
Medien & Service-Center