

## Was kommt in die Schultüte? Zahngesunde Tipps zur Einschulung

*(Hannover, 09. August 2023) Mehr als 80.000 Kinder werden am Samstag (19. August) in Niedersachsen eingeschult. Viele von ihnen fiebern diesem „großen Tag“ entgegen und freuen sich bereits auf eine prall gefüllte Schultüte. Manche Eltern stellen sich vielleicht noch die Frage, was sie zusätzlich - auch mit Blick auf die Gesundheit des Kindes in die Schultüte packen können. Aus Sicht der niedersächsischen Zahnärztinnen und Zahnärzte sollte insbesondere auf Abwechslung bei der Befüllung der Schultüte geachtet werden.*

„Natürlich darf da auch etwas zum Naschen nicht fehlen, aber vielleicht nicht ganz so viel“, rät Silke Lange, Referentin für Jugendzahnpflege im Vorstand der Zahnärztekammer Niedersachsen (ZKN). Eltern sollten bei der Auswahl der Süßigkeiten auf das Zahnmännchen-Symbol achten. Die zahnfreundlichen Bonbons und Schokoladen schmecken süß, erzeugen aber durch ihre besondere Zusammensetzung deutlich weniger Säuren beim Kauen. Deswegen wird von solchen Süßigkeiten der Zahnschmelz weniger angegriffen und Kariesbildung vermieden.

Ideal für die Schultüte sind aber auch kleine Geschenke zum Schulbeginn, wie etwa ein Wecker zum Aufstehen oder die erste Armbanduhr. Aber auch Namensaufkleber für die vielen neuen Dinge im Schulranzen, ein Portemonnaie oder Kritzel- und Malbücher sowie Flummis, Jo-Jos oder andere kleine Spielsachen sind geeignet. Auch über eine schöne Zahnbürste oder eine Zahndose für die Milchzähne freuen sich viele Kinder. Und Lange hat noch einen Geheimtipp zum Befüllen: „Ganz unten in die Schultüte passt sehr gut ein kleiner Apfel. Das hilft auch, dass die Schultüte nicht so leicht umknickt.“

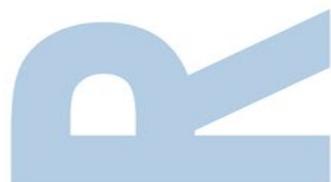
Die Zahnärztekammer Niedersachsen wünscht allen Schulanfängerinnen und Schulanfängern einen guten und gesunden Start in die Schule.

Eine hilfreiche Checkliste für die Schultüte ist auf der [Internetseite der ZKN](#) zu finden. Ein Video zu dem Thema finden Sie hier: <https://youtu.be/jjDjvOX72j0>

### Medienkontakt/Interviewanfragen

ZKN-Pressesprecher Dr. Lutz Riefenstahl, erreichbar über die ZKN-Pressestelle: Julia Treblin, 0511 83391-300, [presse@zkn.de](mailto:presse@zkn.de)

Die Zahnärztekammer Niedersachsen ist die Berufsvertretung der niedersächsischen



Zahnärztinnen und Zahnärzte. Sie setzt sich für die gesundheits- und berufspolitischen Interessen ihrer fast 8.000 Mitglieder ein. Sie überwacht die zahnärztlichen Berufspflichten, regelt und betreibt die Aus- und Fortbildung der Zahnärztinnen und Zahnärzte sowie des zahnärztlichen Fachpersonals.

Die Zahnärztekammer ist ein kompetenter Ansprechpartner gegenüber der Landesregierung, den Parteien, Behörden und Verbänden.

Ziel der Zahnärztekammer Niedersachsen ist die Förderung der Gesundheit der niedersächsischen Bevölkerung im Bereich der Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde. Durch ein modernes Service- und Beratungsangebot für Zahnärztinnen und Zahnärzte sowie Patientinnen und Patienten engagiert sie sich als Körperschaft des öffentlichen Rechts für ein freies Gesundheitswesen. Sie unterstützt die Selbstbestimmung der Patientinnen und Patienten und die freie Berufsausübung der Zahnärztinnen und Zahnärzte.

Zu den wichtigsten Aufgaben der Zahnärztekammer Niedersachsen zählt die Sicherstellung einer qualifizierten Aus-, Weiter- und Fortbildung der Zahnärztinnen und Zahnärzte sowie der zahnmedizinischen Assistenzberufe. In diesem Zusammenhang fördert sie eine fortschrittliche und wissenschaftlich fundierte Zahnheilkunde.

**ZKN**

**Zahnärztekammer  
Niedersachsen**

**W**

**S**

**S**

**E**

**R**

**E**

Zahnärztekammer Niedersachsen  
Zeißstraße 11a – 30519 Hannover

Weitere Informationen unter:  
Telefon 0511 83391-300  
[presse@zkn.de](mailto:presse@zkn.de)  
[www.zkn.de](http://www.zkn.de)

Weitere Informationen unter:  
Telefon 0511 83391-300  
[presse@zkn.de](mailto:presse@zkn.de)  
[www.zkn.de](http://www.zkn.de)

