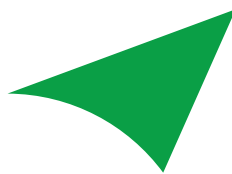


infoblatt



für Eltern, Schulleiter:innen und Lehrer:innen an den
allgemeinbildenden Pflichtschulen im Land Salzburg



Diabetes mellitus Typ 1
und Schule

Chronische Erkrankungen
und Notfälle in der Schule

ME/CFS und Long Covid
im Schulalltag



Die heutige Zeit bietet unseren Kindern und Jugendlichen zahlreiche Chancen, stellt sie jedoch auch vor viele Herausforderungen.

Gerade in diesem Spannungsfeld sind unsere Schulen ein besonders wichtiger Ort für die Entwicklung der Schülerinnen und Schüler. Gesundheit, psychosoziales Wohlbefinden und ein sicheres Heranwachsen spielen für das Lernen eine entscheidende Rolle.

Das aktuelle Infoblatt bündelt aktuelle Herausforderungen in diesen Bereichen und zeigt Lösungsansätze auf, um unsere Schülerinnen und Schüler in herausfordernden Lebenslagen zu fördern, sie zu schützen und ihnen jene Hilfe anzubieten, die sie benötigen.

Besondere Aufmerksamkeit erfordern dabei Themen wie Essstörungen, Impfpläne, die Sensibilisierung sowie Hilfe bei chronischen Erkrankungen wie ME/CFS und Diabetes, aber auch die Angebote zur Medienkompetenz und die Sensibilisierung für negative Social-Media-Einflüsse.

Bei all diesen wichtigen Themen wird deutlich, dass die Gesundheit und das erfolgreiche und sichere Heranwachsen unserer Kinder Wissen, Zusammenarbeit und klare Strukturen erfordern.

Mein Dank gilt dabei allen Erziehungsberechtigten, Lehrerinnen und Lehrern sowie den zahlreichen engagierten Klassenelternvertretungen, die sich stets dafür einsetzen.

Gemeinsam schaffen wir im Bundesland Salzburg die besten Rahmenbedingungen für ein sicheres und erfolgreiches Heranwachsen unserer Kinder. In diesem Sinne wünsche ich viel Freude beim Lesen!

Mag. Daniela Gutschi
Landesrätin für Bildung

Diabetes mellitus Typ 1 und Schule

In Österreich gibt es rund 3500 Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre mit Diabetes mellitus Typ 1, darunter sind 1600 Schulkinder. Pro Jahr erhalten 250 bis 300 Kinder die Diagnose Diabetes mellitus Typ 1.

Diabetes mellitus Typ 1 ist eine der häufigsten chronischen Stoffwechselerkrankungen bei Kindern. Sie entsteht, wenn das Immunsystem fälschlicherweise die insulinproduzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse angreift.

Die Ursache für diese Autoimmunerkrankung ist vielfältig: Genetische Veranlagung, Umweltfaktoren und möglicherweise Infektionen können eine Rolle spielen. Die häufigste Diabetesform bei Kindern ist Typ 1. Betroffene benötigen von Anfang an Insulin (mit Insulinpens oder -pumpe), um Nährstoffe aufnehmen zu können und der Blutzucker damit möglichst im normalen Bereich zwischen 70 und 126 mg/dl bleibt. Das bedeutet, dass Kinder bei jedem Essen Insulin benötigen. Die Zahl der Kinder und Jugendlichen mit Typ-1-Diabetes steigt seit Jahrzehnten kontinuierlich an. Umso wichtiger erscheint es, ein tiefes Verständnis für diese komplexe Erkrankung zu bekommen, damit es nicht zu einer Benachteiligung der betroffenen Kinder in Kindergärten und Schulen kommt.

Wissenswertes zu Unterzucker und Überzucker

Prinzipiell unterscheidet man Unterzucker (Hypoglykämie) und Überzucker (Hyperglykämie). Ein normaler Blutzucker (BZ) liegt zwischen 70 und 126 mg/dl. Von Hypoglykämie spricht man von BZ-Werten unter 70 mg/dl. Die typischen Symptome können je nach Kind variieren. Plötzliche Schwäche, Blässe, Zittern, Konzentrationsschwierigkeiten, Schweißausbrüche können auf einen Unterzucker hindeuten. Mit 5 bis 10 g schnell wirkenden Kohlenhydraten (wie 1 bis 2 Stück Traubenzucker oder 5 bis 10 g Gummibärchen) ist der Unterzucker jedoch meist in

10 Minuten beseitigt, das Kind kann an allen Aktivitäten wieder normal teilnehmen. Eine Hyperglykämie sind Blutzuckerwerte über 126 mg/dl. Bei BZ-Werten über 200 mg/dl können Symptome wie Durst, häufiges Wasserlassen oder Unkonzentriertheit auftreten. Meist sind diese Werte jedoch symptomlos, kurze Spitzen können toleriert werden, lange hohe BZ-Werte schädigen das Kind jedoch dauerhaft und sollten unbedingt vermieden werden.

Wichtig: Niedrige Blutzuckerwerte schädigen ein Kind nicht, sind rasch korrigierbar, wohingegen dauerhaft erhöhte Werte einem Kind sehr wohl großen lebenslangen Schaden zufügen (langfristige Schädigung von Nerven und Blutgefäßen, was zu schweren Folgeerkrankungen, Nierenversagen, Augenprobleme bis zur Erblindung etc., führen kann).

Informationen und Schulungen

- Aufklärungskampagne „Schüler für Schüler“: schuelerfuerschueler.at
- Gesundheitsratgeber und Infomaterial im Umgang mit Diabetes der Österreichischen Diabetes Gesellschaft: oedg.at
- Zusammen mit der Pädagogischen Hochschule Salzburg wurde eine sehr gute Online-Fortbildungsveranstaltung zum Thema Diabetes geschaffen: oedg.at/pdf/2023-11-Diabetes-in-der-Schule.pdf



Der Alltag in der Schule kann herausfordernd sein und den Blutzuckerspiegel beeinflussen. Unregelmäßiges Essen, verpasste Pausen oder Sport können eine Rolle spielen. Die meisten Kinder haben heute kontinuierliche Glukose-Messsysteme (Sensoren), die den Glukosewert beständig anzeigen. Hier ist es wichtig, nur den tatsächlichen Glukose-Wert und nicht die Pfeile, die oft verwirrend sind, zu beachten. Vor dem Sport sollte der BZ kontrolliert werden, je nach Blutzuckerwert wird eine bestimmte Anzahl an Sport-Kohlenhydraten (1 bis 2 KHE ohne Insulin) gegeben. Auch während längerer Lernphasen oder im Zuge eines Infektes soll der BZ im Auge behalten werden, meist sind dabei die BZ-Werte zu hoch.

Hilfreiche Verhaltensregeln und Unterstützung

Vorweg ist Ruhe bewahren angesagt, eine gute Kommunikation zwischen Lehrkräften, Eltern, Schulärzten und Diabetes-beratungen ist wichtig. Ein individuell ausgearbeiteter Notfallplan erleichtert den Schulalltag. Ein kleiner Notfallkoffer mit Traubenzucker, Gummibärchen, Insulin, BZ-Messstreifen soll in der Schule gelagert werden. Meistens sind betroffene Kinder ihre eigenen Experten und wissen sehr genau, was zu tun ist.

Die Österreichische Diabetikervereinigung ÖDV kommt mit ihrer Diabetes Nanny in Kooperation mit der Kinderdiabetesambulanz der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendheilkunde zur mobilen Beratung an die Schule und bietet kompetente Schulung, Beratung und Information für pädagogisch Tätige in Kindergärten, Schulen und anderen Einrichtungen. Nähere Infos unter diabetes.or.at/kinder-jugend/diabetes-nanny-mobile-beratung.

Gut geschulte Lehrkräfte und Klassenkamerad:innen integrieren Kinder mit Diabetes problemlos, sodass auch der Teilnahme an Wandertagen, Schikursen etc. nichts im Wege steht.

Kontakt

Dr. Katharina Anderhuber

Landesschulärztin für die Bundesschulen
im Land Salzburg
Tel: 0662-8083-5010
katharina.anderhuber@bildung-sbg.gv.at

Kostenfreie Schulimpfungen

Impfungen gehören zu den wirksamsten vorbeugenden Maßnahmen, um Kinder und Jugendliche vor Infektionskrankheiten zu schützen. Schulkinder und Jugendliche sollten nach den Empfehlungen des aktuellen „Impfplan Österreich“ geimpft werden. Viele wichtige Impfungen erfolgen bereits im Säuglings- und Kleinkindalter, im Schulkindalter werden Auffrischungs- oder Nachholimpfungen (z.B. 4-fach-Impfung), aber auch Erstimpfungen (z.B. HPV) durchgeführt. Versäumte Impfungen sollten grundsätzlich ehestmöglich nachgeholt werden.

Folgende Impfungen werden im Bundesland Salzburg in der Schule kostenfrei durchgeführt:

Impfung	Schulstufe
4-fach-Impfung gegen • Diphtherie • Tetanus (Wundstarrkrampf) • Pertussis (Keuchhusten) • Poliomyelitis (Kinderlähmung)	Die erste Auffrischungsimpfung sollte im 6. Lebensjahr (ab dem vollendeten 5. Lebensjahr) vor Schuleintritt erfolgen. In der 2./3. Klasse ist die Nachholimpfung für jene Kinder möglich, die vor Schuleintritt nicht geimpft wurden. (Impfplan Österreich, Stand: 18.12.2024)
HPV-Impfung (Humane Papillomaviren)	4. Schulstufe (ab 9. Lebensjahr)
Meningokokken-Impfung Serogruppen A, C, W-135, Y Hepatitis-B-Impfung • Grundimmunisierung oder • Auffrischungsimpfung	6. bis 8. Schulstufe (11. bis 15. Lebensjahr)

Sollten angebotene Schulimpfungen z.B. durch Krankheit am Impftag versäumt werden, gibt es die Möglichkeit, diese in den Gesundheitsämtern nachzuholen. Alternativ können diese Impfungen seit 1. Jänner 2026 auch bei niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten nachgeholt werden.

Kontakt

Dr. Petra Gruber-Juhász

Landessanitätsdirektorin
Amt der Salzburger Landesregierung, Ref. 9/02-Landessanitätsdirektion
Tel: 0662-8042-2310
petra.gruber-juhasz@salzburg.gv.at • salzburg.gv.at





Chronische Erkrankungen & Notfälle in der Schule

Was dürfen Lehrpersonen im Schulalltag bei chronischen Erkrankungen, schweren Allergien oder Notfällen tun?

Das Rundschreiben Nr. 13/2019 (BMB) unterscheidet hier 3 Situationen:

- 1) Die Situation erfordert einfache Tätigkeiten, die lediglich auf **Allgemeinwissen** beruhen und die jeder medizinische Laie erbringen darf – die Ausübung solcher Tätigkeiten ist für Lehrpersonen im Rahmen der beruflichen Tätigkeit **verpflichtend** (LDG, BDG, SchuG).

Dazu gehören zum Beispiel

- das Überwachen der selbstständigen Medikamenteneinnahme des Kindes,
- das Herbeiholen von ärztlicher Hilfe,
- das Erinnern des Kindes an die Blutzuckermessung oder
- das Erinnern des Kindes an die Jause bei Diabeteserkrankung.

Die Eltern bzw. Erziehungsberechtigten haben alles dazu Notwendige (Medikamente, Jause, Blutzuckermessgerät etc.) bereitzustellen und entsprechend zu warten.

- 2) Es handelt sich um Tätigkeiten, die an sich Ärztinnen und Ärzten vorbehalten sind; gemäß § 50a Ärztegesetz 1998 gibt es jedoch unter bestimmten Voraussetzungen die Möglichkeit der **Übertragung solcher ärztlichen Tätigkeiten** durch eine Ärztin bzw. einen Arzt an einen **medizinischen Laien** (Erziehungsberechtigte, Angehörige, örtliches oder persönliches Naheverhältnis). Lehrpersonen können sich bereit erklären, **freiwillig** solche Tätigkeiten zu übernehmen.

Tätigkeiten sind zum Beispiel

- aktive Medikamentenverabreichung an das Kind,
- Blutzuckermessung beim Kind,
- aktive Handlungen an der Insulinpumpe,
- Handlungen an der Ernährungssonde.

- 3) Das richtige Handeln in **Notfallsituationen**: Die **Verpflichtung zur Hilfeleistung** im Notfall trifft alle Personen – Lehrpersonen bilden in diesem Zusammenhang keine Ausnahme (SchuG, StGB).

Es geht um im Notfall zu setzende medizinische Maßnahmen wie die Verabreichung einer vor Ort verfügbaren Notfallinjektion oder eines Notfallmedikaments, zum Beispiel bei

- schwerer allergischer Reaktion,
- massiver Unterzuckerung oder
- (nicht nach wenigen Minuten zu Ende kommenden) epileptischen Anfällen.

Die Erziehungsberechtigten sind gesetzlich verpflichtet, die Schule über die Erkrankung sowie über alle zeitlichen und ablaufmäßigen Vorgaben einer allenfalls zu treffenden Notfallmaßnahme zu informieren.

Die Schule muss nach Kenntnisnahme den Kontakt suchen, sich informieren, Lehrpersonen müssen eingeschult werden, und es muss jederzeit eine kundige Person gewährleistet sein.



ME/CFS und Long Covid im Schulalltag

Seit der Corona-Pandemie ist die Zahl von Kindern und Jugendlichen mit postakuten Infektionssyndromen (PAIS, „Long Covid“) deutlich gestiegen. Eine schwere Verlaufsform ist Myalgische Enzephalomyelitis/Chronisches Fatigue-Syndrom (ME/CFS) – eine von der WHO seit 1969 anerkannte körperliche, neurologische Erkrankung, die auch Kinder und Jugendliche betrifft.

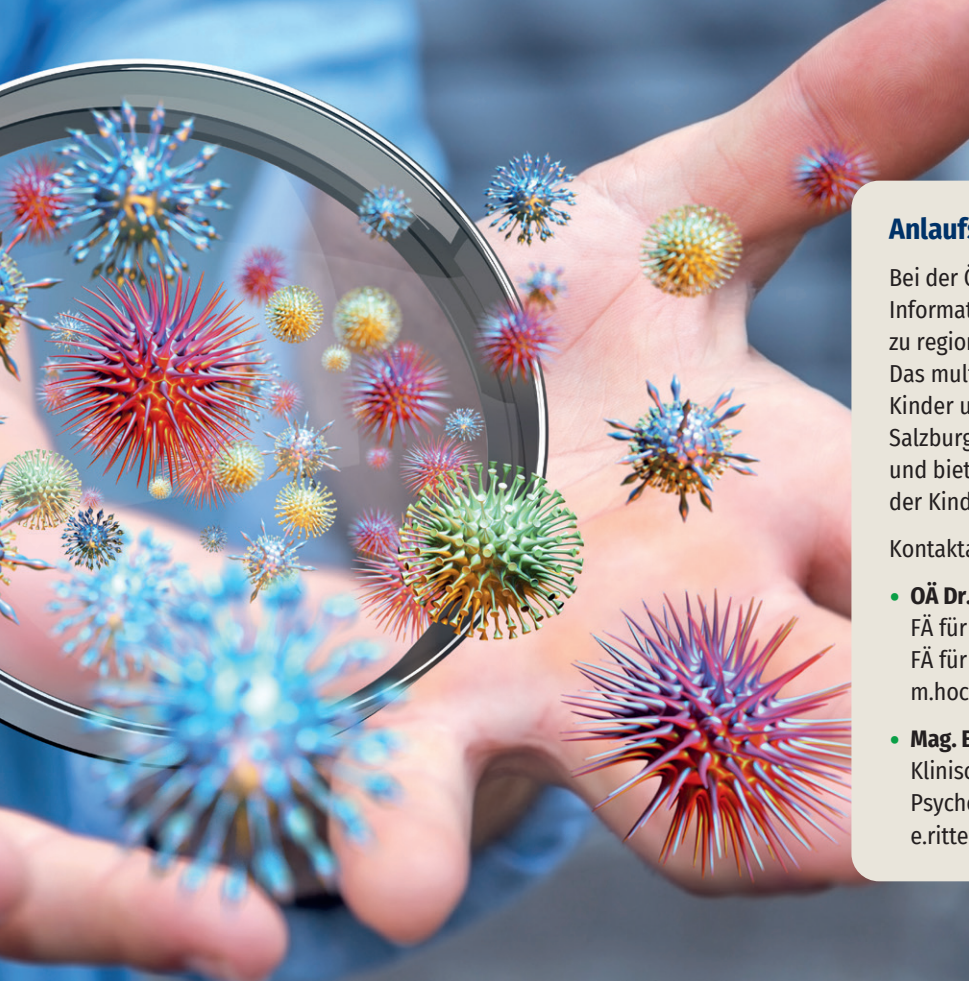
Was ist ME/CFS?

ME/CFS ist eine chronische Multisystemerkrankung, die häufig nach Virusinfektionen auftritt (z.B. SARS-CoV-2, Epstein-Barr-Virus), aber auch andere Auslöser haben kann. Ein zentrales Krankheitsmerkmal ist eine stark verminderte Belastbarkeit mit einer Verschlechterung der Symptome nach geringer körperlicher, geistiger oder emotionaler Anstrengung. Diese tritt oft zeitverzögert (12 bis 72 Stunden) auf und kann Tage oder länger anhalten.

Typische Symptome sind u. a.:

- ausgedehnte, nicht durch Schlaf bessernde Erschöpfung (Fatigue)
- Konzentrations-, Aufmerksamkeits- und Gedächtnisstörungen („Brain Fog“)
- Schlafstörungen, Schmerzen, Schwindel, Reizüberempfindlichkeit

Wichtig, dabei zu wissen: Die Symptome sind häufig von außen nicht sichtbar,



Anlaufstellen für Eltern

Bei der Österreichischen Gesellschaft für ME/CFS können Informationen zu spezialisierten Kliniken, Kinderärzten und zu regionalen Anlaufstellen eingeholt werden. Das multiprofessionelle Team der familienorientierten Kinder und Jugendtherapiestation in der Kinderklinik Salzburg arbeitet eng mit der Heilstättenschule zusammen und bietet Vernetzungsgespräche mit den Stammschulen der Kinder und Jugendlichen an.

Kontaktaufnahme bei Fragen und Anliegen:

- **OÄ Dr. Michelle Hochrainer**
FÄ für Kinder- und Jugendpsychiatrie
FÄ für Allgemeinmedizin & Familienmedizin
m.hochrainer@salk.at
- **Mag. Elisabeth Ritter-Venier**
Klinische und Gesundheitspsychologin
Psychotherapeutin (Systemische Therapie)
e.ritter-venier@salk.at

schwanken stark und können mehrere Körpersysteme betreffen. ME/CFS ist keine psychische Erkrankung. Psychische Belastungen entstehen häufig sekundär durch Krankheit, Isolation und Nicht-Glauben.

Auswirkungen auf den Schulalltag

ME/CFS kann zu langen Schulfehlzeiten führen; ein regelmäßiger Besuch des Regelunterrichts ist oft nicht möglich. Schule ist für betroffene Kinder sozial sehr bedeutsam, stellt aber gleichzeitig eine erhebliche Belastung dar (Reizvielfalt, geistige Anforderungen, Schulweg) und kann PEM (Post-Exertional Malaise) auslösen. Nach außen können Schülerinnen und Schüler zeitweise leistungsfähig wirken, ihr Zustand kann sich jedoch rasch und unvorhersehbar verschlechtern, sodass ein Abbruch notwendig ist.

Fünf zentrale Empfehlungen bei Vorliegen einer fachärztlichen Diagnose

Die folgenden Empfehlungen bedeuten immer, im Einzelfall die Möglichkeiten und Grenzen der Beteiligten GEMEINSAM, TRANSPARENT zu besprechen und eine Vorgehensweise festzulegen, welche nach einem Beobachtungszeitraum überprüft wird.

Das schulische Bildungsziel muss erreicht werden und die Bestimmungen für die Leistungsbeurteilung sind einzuhalten.

1. Belastungsgrenzen respektieren („Pacing first“)

Zur Vermeidung von PEM ist das Einhalten individueller Belastungsgrenzen entscheidend. Schülerinnen und Schüler müssen ihr Pensum jederzeit anpassen oder abbrechen dürfen.

2. Unterricht nach Möglichkeit flexibel gestalten

Reduzierte Stundenpläne, zusätzliche Pausen sowie digitale oder hybride Lernformen können Überforderung vermeiden und schulische Teilhabe ermöglichen.

3. Ausgleichende Maßnahmen im schulischen Rahmen abstimmen

Individuelle Maßnahmen wie verlängerte Bearbeitungszeiten oder angepasste Formen der Leistungsfeststellungen müssen immer im Einzelfall betrachtet und pädagogisch beurteilt werden.

4. Sportunterricht individuell regeln

Übermäßige körperliche Aktivität kann den Gesundheitszustand deutlich verschlechtern. Eine Befreiung vom Sportunterricht oder strikte Selbststeuerung ist empfohlen.

5. Wertschätzend und vernetzt zusammenarbeiten

Ein respektvoller Austausch zwischen Schülerin bzw. Schüler, Eltern, Lehrkräften, Schulleitung sowie medizinischen und schulischen Fachpersonen wirkt Missverständnissen entgegen und entlastet alle Beteiligten.

Fazit

Kinder und Jugendliche mit ME/CFS möchten am Schulalltag teilhaben, stoßen jedoch an ihre gesundheitlichen Grenzen. Wissen, Verständnis, Flexibilität und Vertrauen, gestützt auf medizinische Expertise, sind entscheidend, damit Gesundheit auf lange Sicht gestärkt wird und Bildungschancen erhalten bleiben.

Kontakt

Mag. Lucia Eder, MIM MBA

Bildungsdirektion Salzburg
Leitung Stabsstelle für Kommunikation,
Organisationsentwicklung und Schulpartnerschaft
Tel: 0662-8083-1054
lucia.eder@bildung-sbg.gv.at
bildung-sbg.gv.at

 Bildungsdirektion
Salzburg





Körperbilder & Social Media

Was Jugendliche heute bewegt

Für viele Jugendliche ist ihr Aussehen ein zentrales Thema. Über soziale Medien verbreiten sich Trends und Schönheitsideale in rasanter Geschwindigkeit, wodurch neuer Druck entsteht. Plattformen wie TikTok zeigen Challenges, Diäten, Make-up-Tutorials oder „Glow-up“-Transformationen. Besonders beliebt sind Trends wie #SkinnyTok, die extrem dünne Körper propagieren.

TikTok ist für viele Jugendliche die wichtigste Plattform, um neue Trends zu entdecken und sich mit Gleichaltrigen auszutauschen. Viele vergleichen sich mit scheinbar perfekten Vorbildern, was Druck erzeugt und unrealistische Erwartungen schafft. Dadurch kann die eigene Individualität in den Hintergrund geraten.

Schönheitsideale und ihre Folgen für Mädchen

Vor allem Mädchen sehen sich mit kaum erreichbaren Schönheitsidealen konfrontiert. Filter, Bildbearbeitung und Trends wie „Clean Girl Aesthetic“, „No Make-up Make-up“ oder #SkinnyTok vermitteln ein Bild von makelloser Schönheit. Der ständige Vergleich kann das Selbstwertgefühl schwächen und zu Essstörungen wie Anorexie führen. Besonders gefährlich sind Trends, die extreme Schlankheit oder bestimmte Diäten propagieren. Eltern, Lehrkräfte und Jugendliche sollten aufmerksam bleiben und bei Veränderungen frühzeitig das Gespräch suchen.

Auch Jungen sind betroffen

Durch Fitness-Influencer:innen und #GymTok-Videos entstehen ähnliche Ideale für Jungen: Muskelaufbau und ein durchtrainierter Körper. Sport und gesunde Ernährung haben positive Effekte, aber übertriebener Ehrgeiz oder riskante Nahrungsergänzungsmittel bergen Risiken.

Eltern und Lehrkräfte können Jugendliche unterstützen, indem sie einen ausgewogenen Umgang mit Sport und Ernährung vorleben.

Warnsignale für Eltern und Lehrkräfte erkennen

Eltern und Lehrkräfte sollten aufmerksam sein, wenn sich Verhalten oder Essgewohnheiten verändern. Mögliche Warnsignale sind:

- Starkes Zu- oder Abnehmen
- Angst vor Gewichtszunahme trotz Untergewicht
- Vermeiden gemeinsamer Mahlzeiten
- Übermäßiger Sport oder Zwang zum Training
- Häufige Kontrolle von Lebensmitteln oder Verschwinden von Essen
- Verdacht auf Erbrechen oder Missbrauch von Abführmitteln
- Anhaltende Sorgen oder negative Äußerungen zum eigenen Körper

Eltern zwischen Einfluss und Grenzen

In der Pubertät wird die Anerkennung durch Gleichaltrige besonders wichtig. Eltern und Lehrkräfte können den Medienkonsum nicht vollständig kontrollieren, aber sie können einen kritischen Umgang vorleben und Gespräche offen halten. Strenge Verbote oder pauschale Ablehnung sind wenig hilfreich. Stattdessen helfen positive Routinen, echtes Interesse und gemeinsame Reflexion. Wenn Jugendliche Inhalte erklären dürfen, stärkt das ihr Selbstbewusstsein und fördert das Wohlbefinden.

„Wir geben uns gern der Illusion hin, dass Handy und Internet die Wurzel allen Übels sind. Das stimmt so nicht. Sie verstehen es nur wesentlich besser, auf vorhandene Bedürfnisse der Jugendlichen einzugehen.“, so Barbara Frauendorff, Psychologin, Psychotherapeutin, Kriminologin und Beraterin der Kija Salzburg.

Unterstützung & Beratungsstellen

- **Rat auf Draht 147**
Infos, Beratung, anonymes Gespräch
rataufdraht.at/themenubersicht/gesundheits/magersucht
- **Gesund aus der Krise**
Wenn sich Jugendliche belastet fühlen oder Probleme wie Essstörungen, Stress oder Druck durch Medien zunehmen, gibt es hier spezielle Angebote zur Unterstützung: kostenlos, vertraulich und anonym.
gesundausderkrise.at
- **FrauengesundheitsZentrum Salzburg**
Workshops & Beratung für Mädchen und Jungen
Alpenstraße 48/1, Salzburg
Mo-Fr 8.30-12.00, Mi 8.30-17.00
Tel: 0662-442255
office@fgz-salzburg.at
frauengesundheitszentrum-salzburg.at
- **Österreichische Gesellschaft für Essstörungen (ÖGES)**
Informationen zu Beratungsstellen, telefonischen Auskünften, ambulanten und stationären Einrichtungen
oeges.or.at/Esstörungen/Hilfe-fuer-Betroffene/Beratungsstellen/
- **Psychotherapeut:innen, Psychiatrische Ambulanzen**
psychotherapeut-salzburg.at
- **Kinder- und Jugendanwaltschaft Salzburg**
kija-sbg.at
- **Kinder- und Jugendärzt:innen, Schulsozialarbeiter:innen**
Bieten zusätzliche medizinische und soziale Unterstützung

Kontakt

Kinder- und Jugendanwaltschaft (Kija) Salzburg

Fasaneriestraße 35, 1. Stock
Salzburg
Tel: 05-7599-729
kija@salzburg.gv.at

Regionalbüro Innergebirg

Ing.-Ludwig-Pech-Straße 12, 1. Stock
St. Johann im Pongau
Tel: 0664-6116636
kija.innergebirg@salzburg.gv.at

kija-sbg.at



 [kijasalzburg](https://www.facebook.com/kijasalzburg)

 [kija_salzburg](https://www.instagram.com/kija_salzburg)

 [@kija.salzburg](https://www.tiktok.com/@kija.salzburg)

 [kijaSalzburg](https://www.youtube.com/kijaSalzburg)



© AVOS/ kalim - stock.adobe.com

Im landesweiten Zahngesundheitsprogramm von Land Salzburg sowie ÖGK, BVAEB und SVS setzt sich AVOS – Gesellschaft für Vorsorgemedizin dafür ein, dass möglichst viele Kinder in Salzburg kariesfreie Zähne haben.

Eltern als Schlüssel zur Zahngesundheit von Kindern

Karies ist im Kindergarten- und Volksschulalter nach wie vor eine häufige Zahnerkrankung, die langfristige gesundheitliche Folgen haben kann. Kinder profitieren ein Leben lang davon, wenn Zahngesundheit früh gefördert wird. Eltern spielen dabei eine zentrale Rolle: Sie sind ab dem ersten Milchzahn für die Reinigung verantwortlich und prägen Gewohnheiten.

Mit dem Durchbruch des ersten Zahns – meist um den sechsten Lebensmonat – sollten Eltern beginnen, die Zähne ihrer Kinder zu putzen. Dafür eignen sich altersgerechte Zahnbürsten, Fingerlinge oder Wattestäbchen sowie Kinderzahnpaste. Auch wenn Kinder ab etwa sechs Jahren selbst putzen möchten, gelingt gründliches Zähneputzen motorisch zumeist erst, wenn sie gut und flüssig schreiben können. Das ist zumeist im Alter von acht bis neun Jahren. Bis dahin ist regelmäßiges Nachputzen durch Erwachsene notwendig.

Hilfreich ist es, beim Nachputzen alle Zähne nochmals vollständig zu reinigen – so, als hätte das Kind noch nicht geputzt. Plaque-Anfärbemittel können sichtbar machen, wo noch Zahnbelag vorhanden ist. Besonders wichtig ist eine feste Routine: Zähneputzen sollte selbstverständlich zum Tagesablauf gehören, etwa morgens und abends. Lieder, Apps oder gemeinsames Putzen mit Geschwistern fördern Motivation und Vorbildwirkung. Positive Begleitung statt Druck hilft Kindern, Zahnpflege dauerhaft zu verinnerlichen – und legt den Grundstein für gesunde Zähne und allgemeines Wohlbefinden bis ins hohe Alter.

Kontakt

Mag. Birgit Schneeweiss

Gesundheitsreferentin

AVOS – Gesellschaft für Vorsorgemedizin GmbH

Tel: 0662-887588-73

schneeweiss@avos.at

avos.at

**Forum
Familie**



Was tun in den Sommerferien?

salzburg.gv.at/ferienprogramme:

Entdecken Sie die Feriendatenbank des Landes Salzburg. Sie bietet eine gute Möglichkeit, Sommer-Ferienprogramme zu finden.

Die Sommerferien rücken näher – eine Zeit voller Abenteuer und Erholung für Kinder. Gleichzeitig stehen viele Eltern immer wieder vor der Frage: Welche Ferienprogramme gibt es in meiner Umgebung? Was kosten diese? Und wie finde ich schnell einen guten Überblick? Ein besonderes Service-Tool ist die Feriendatenbank des Landes Salzburg, die vom Forum-Familie-Team administriert wird. Sie fasst eine Vielzahl von Ferienprogrammen übersichtlich zusammen. Geben Sie Ihren (Nachbar-)Wohnort oder das gewünschte Datum ein, und die Angebote werden übersichtlich angezeigt. Das Team von Forum Familie kennt die Angebote in den Bezirken und arbeitet eng mit Gemeinden, Elternvereinen und vielen regionalen Partnerinnen und Partnern zusammen. Dadurch fließen laufend neue Programme in die Feriendatenbank ein. Das Angebot wächst und bleibt für Familien übersichtlich und zuverlässig abrufbar. Besuchen Sie uns unter www.salzburg.gv.at/ferienprogramme.

Kontakt

Forum Familie – Elternservice des Landes

im Flachgau, Tennengau, Pongau,

Pinzgau und Lungau

salzburg.gv.at/forumfamilie

facebook.com/forumfamilie





Der Landeseltern-verein im Überblick

Der Landeselternverein wird von Eltern und Elternvereinen vor allem dann kontaktiert, wenn es um übergeordnete Fragen des Schulwesens geht. Häufig geht es um Mitwirkungsrechte der Eltern, gesetzliche Regelungen oder Änderungen im Schulsystem. Eltern möchten wissen, welche Möglichkeiten sie haben, sich einzubringen und ihre Anliegen wirksam zu vertreten. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Unterstützung der Elternvereine. Immer wieder werden Fragen zur Vereinsarbeit, zu Finanzen, Haftung oder zur Zusammenarbeit mit der Schulleitung gestellt. Der Landeselternverein unterstützt hier mit Informationen, Erfahrungsaustausch und praktischen Hilfestellungen.

Darüber hinaus richtet sich der Landeselternverein auch direkt an Eltern. Durch Vorträge, Informationsabende und Fortbildungen werden aktuelle Themen aufgegriffen und verständlich aufbereitet. Diese Angebote werden laufend geplant und sollen Eltern stärken, informieren und zur aktiven Mitgestaltung des Schullebens ermutigen.

Auch Themen wie Digitalisierung, Inklusion, Chancengleichheit oder das Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler stehen dabei im Mittelpunkt.

So schafft der Landeselternverein Räume für Information, Austausch und Beteiligung – und stärkt Eltern und Elternvereine als aktive Partner im Bildungsbereich.

Bitte melden Sie sich bei Fragen – wir freuen uns über Ihre Anfrage!

Kontakt

Susanne Flörl

Vorsitzende

Landeselternverband der Pflichtschulen im Bundesland Salzburg

Tel: 0664-5557874

landeselternverein.sbg@outlook.com



VORTRAG ONLINE

Kinder im Visier – Cybergrooming ist real

Elternwissen für mehr Sicherheit im Netz



**Montag, 23. Februar 2026,
19.00 bis 20.30 Uhr**

Kostenlos

<https://us02web.zoom.us/j/86988761188>

Cybergrooming, die gezielte Anbahnung sexueller Kontakte durch Erwachsene gegenüber Minderjährigen im Netz, stellt eine reale Gefahr dar. Wie gehen Täter oder Täterinnen im Netz vor? Wie kann man präventiv wirken, und wie erkennen Eltern Warnsignale? Welche Maßnahmen sollte man im Ernstfall setzen, und welche Anlaufstellen gibt es? Der Cybercrime-Ermittler und IT-Forensiker Sasha Seslija gibt Informationen, Tipps zur Prävention und rechtliche Grundlagen, um Ihr Kind sicher(er) im digitalen Raum zu begleiten.

Ping!

Unter dem Titel „Ping! Medienwissen für Familien“ bietet das Salzburger Bildungswerk in Kooperation mit Forum Familie Medienbildung für alle in Salzburg. Zweimal pro Jahr erhalten Eltern und Familienangehörige in Online-Vorträgen Wissen rund um die digitale Lebenswelt ihrer Kinder. Zudem werden vierstündige Workshops (von 14.00 bis 18.00 Uhr) für Erwachsene angeboten: Am **Freitag, 13. März 2026** findet der erste Workshop zum Thema „**Transformation im Veranstaltungsmanagement – Künstliche Intelligenz nutzen von der Planung bis zur Evaluation**“ statt. Am **Freitag, 27. März 2026** lernen Teilnehmende, wie sie Künstliche Intelligenz in das Social-Media-Marketing integrieren.

Kosten: Euro 45,-/Euro 20,- (ermäßigt)

Veranstaltungsort: Strubergasse 18/2, Salzburg

Information und Anmeldung: office@sbw.salzburg.at

Kontakt

Mag. Brigitte Singer

Salzburger Bildungswerk

Elternbildung

Tel: 0662-872691-15

office@sbw.salzburg.at



Impressum: Herausgeber und Verleger: Salzburger Bildungswerk (Dipl. Ing. Richard Breschar), ZVR-Zahl 200 288 147, Projekt Elterninformation • Redaktion: AG Informationsblatt für die Schulgemeinschaft: Mag. Eleonora Alphart-Weinek, Dr. Katharina Anderhuber, Mag. Lucia Eder, Susanne Flörl, Christine Haslauer BA, Mag. Dr. Birgit Heinrich, Ariana Karabacek-Raninger, Mag. Claudia Leithner, Mag. Corona Rettenbacher, Mag. Birgit Schneeweiss, DSA Mag. Brigitte Singer, Vertretung Familiereferat • Informationsblatt für die Schulgemeinschaft • Namentlich gekennzeichnete Beiträge drücken die Meinung der Autor:innen aus. Sie müssen sich nicht immer mit der Auffassung von Herausgeber und Redaktion decken. • Für den Inhalt verantwortlich: DSA Mag. Brigitte Singer • Gestaltung: Karin Maresch • Lektorat: Mag. Michaela Habetseder • Alle: Strubergasse 18/3, 5020 Salzburg • www.salzburgerbildungswerk.at • Fotos: © Adobe Stock – stock.adobe.com (falls nicht anders angegeben)