

## Zahnfit – Mach mit! Termine 2024

Mittwochvormittags von 10:00 bis 11:30 Uhr:

- 21. Februar 2024
- 24. April 2024
- 26. Juni 2024
- 18. September 2024
- 27. November 2024

Termine für geschlossene Gruppen gibt es auf Anfrage.

## Anmeldung

Anmelden können Sie sich mit Ihrem Kind entweder per E-Mail unter:  
**info.zahnmedizin@stadt-frankfurt.de**

oder telefonisch unter der Telefonnummer:  
**069 212 33621**

Eine Anmeldung ist bis einen Tag vor dem jeweiligen Termin noch möglich.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

### Gesundheitsamt Frankfurt

Abteilung Zahnmedizin  
Breite Gasse 28  
60313 Frankfurt am Main

Fon 069 212 33621  
Fax 069 212 31974

Mail [info.zahnmedizin@stadt-frankfurt.de](mailto:info.zahnmedizin@stadt-frankfurt.de)  
Web [www.frankfurt.de/gesundheitsamt](http://www.frankfurt.de/gesundheitsamt)



Gesundheitsamt Frankfurt am Main  
gesundheitsamt\_frankfurt



[frankfurt.de/zahnputzstunde](http://frankfurt.de/zahnputzstunde)

### In Kooperation mit:



**ARBEITSKREIS JUGENDZAHNPFLGE**  
für Frankfurt am Main und den  
Main-Taunus-Kreis

### Impressum

Gesundheitsamt | Stadt Frankfurt am Main  
Breite Gasse 28 | 60313 Frankfurt am Main  
Titelfoto: Alexis Scholtz\_peopleimages.com; Fotos innen, links:  
©johnalexandr\_stock.adobe.com, mitte: ©victoria p.\_stock.adobe.com,  
rechts: ©andrea-piacquadio\_pexels.com  
Gedruckt auf 100 % Recycling-Papier.  
© 2024 Stadt Frankfurt am Main, alle Rechte vorbehalten



Für Kinder  
von 0 bis 3  
Jahren

# Zahnfit – Mach mit! Termine für die Zahnputzstunde 2024

beraten. fördern. schützen.



## Unsere Themen:

- Warum sind gesunde Milchzähne so wichtig?
- Wann beginne ich mit der Zahn- und Mundpflege?
- Welche Zahnpflegemittel benutze ich? Wie putze ich die Zähne meiner Kinder sauber?
- Welche Hilfsmittel erleichtern das Zahnen?
- Schnuller oder Daumen? Und die Entwöhnung? Tasse ist klasse – weg mit der Nuckelflasche!

## Kinderernährung – Alles ganz einfach?

Regelmäßige Zahnpflege ist ein Baustein für gesunde Zähne. Auch die Ernährung spielt eine wesentliche Rolle und ist deshalb ebenfalls Thema in der Zahnputzstunde.



Leckeres, zahngesundes Essen und Trinken ist einfach!

### Einige unserer Themen:

- Wachsen macht hungrig – bereit für feste Nahrung?
- Fertigbrei oder selbst gekocht?
- Schritt für Schritt – von der Bei- zur Familienkost.
- Quetschbeutel-Fruchtmus und Co. – sind sie wirklich gesund?

## Zahnputzstunde Tipps und Informationen

### Gesund im Mund beginnt ab dem ersten Zahn!

Kleinen Kindern die Zähne richtig zu putzen, ist möglich und notwendig. Bereits vom ersten Zahn an sollten Eltern gemeinsam mit ihren Kleinen eine Putzroutine entwickeln.

In der kostenlosen Zahnputzstunde des Gesundheitsamts Frankfurt und des Arbeitskreises für Jugendzahnpflege bekommen alle Eltern und Kinder Tipps, wie die tägliche Zahnpflege mit Spaß und Geduld gemeistert werden kann. Ergänzend dazu gibt es ein kostenloses Zahnputzset.