

Jedes Kind kann unseren **SCHNULLERBAUM** zum Blühen bringen!

**MACH
MIT!**

— EIN PROJEKT DES SOS-KINDERDORFES UND DER ZAHNÄRZTE DER EINZ —



Unsere Tipps zur Schnullerentwöhnung

- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über den Sinn der Schnullerentwöhnung (z.B. „Du bist jetzt schon so groß ...“). Hilfreich können hierbei auch Bilderbücher sein (Tipps erhalten Sie in jeder Buchhandlung).
- Wählen Sie einen Zeitpunkt aus, an dem Sie und Ihr Kind sich auf dieses Thema konzentrieren können und keine anderen Veränderungen anstehen (z.B. Geschwisterkind oder Eintritt in den Kindergarten).
- Reduzieren Sie die Anzahl der Schnuller und bewahren Sie diese an einem Ort auf, wo sie außerhalb des Sichtbereiches Ihres Kindes sind. Sie vermeiden so das Nuckeln aus Langeweile und können den Einsatz gezielt mitbestimmen.
- Fast jedes Kind benötigt seinen Schnuller am längsten in der Nacht. Beginnen Sie also mit der Entwöhnung tagsüber und besprechen Sie Nuckelzeiten und Orte mit Ihrem Kind (z.B. nur in der Wohnung/im Kinderzimmer) Lenken Sie Ihr Kind ab und loben Sie es. Planen Sie für diese Entwöhnung mindestens 3 Wochen ein! Lassen Sie Ihr Kind nachts zunächst noch gewöhnen.

Bei der Schnullerentwöhnung ist auf jeden Fall Geduld und eine Portion Gelassenheit gefragt. Schimpfen Sie nicht, falls es einfach noch nicht klappt. Versuchen Sie es später noch einmal, vielleicht war es noch nicht der richtige Zeitpunkt.

- Wenn Ihnen und Ihrem Kind die Entwöhnung tagsüber gelingen ist, gehen Sie den nächsten Schritt. Besprechen Sie dieses wieder mit Ihrem Kind und legen gemeinsam einen Zeitpunkt fest (am besten beginnen Sie am Wochenende, da sind Einschlafzeiten evtl. flexibler).
- Finden Sie mit Ihrem Kind nach und nach Alternativen zum Einschlafen. Hilfreich könnte eine schöne Gute-Nacht-Geschichte, sanftes Streicheln, leises Erzählen, ein Stofftier oder auch gemeinsam Musik hören sein – je nach Interesse des Kindes.
- Erzählen Sie Ihrem Kind von der Möglichkeit, seinen Schnuller an einem Baum aufzuhängen, das macht die meisten Kinder neugierig.
- Haben Sie es ein oder zwei Tage ohne Schnuller geschafft, steht dem Abschied nichts mehr im Weg. Lassen Sie für den Besuch am Schnullerbaum alle Schnuller von Ihrem Kind einpacken. (von einem Ersatzschnuller sollte Ihr Kind nichts wissen!)

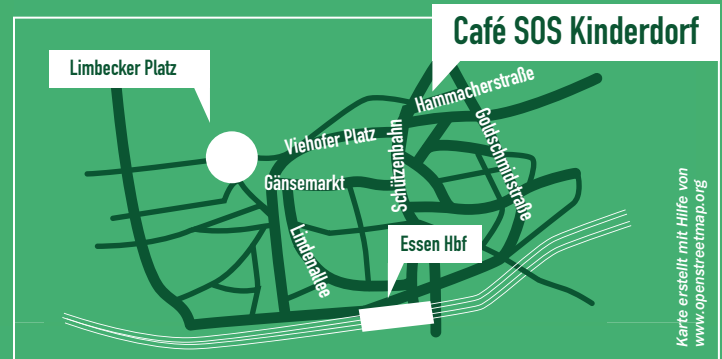
Das freundliche Personal
im Café des SOS Kinder-
dorfes hilft gern weiter!

Adresse und Öffnungszeiten des Cafés:
Hammacherstraße 33, 45127 Essen
Montag-Freitag: 8-15 Uhr

Tipps zur Schnullerentwöhnung auf der Rückseite
Nähere Infos auf der Website der EINZ: www.EINZ.de



Und jedes Jahr beim Schnullerfest dabei:
die Schnullerfee!



Erst Kaffee mit Schaum,
dann los zum...

SCHNULLERBAUM!

Wer seinen Schnuller abgeben möchte, kann zu jeder beliebigen Jahreszeit mit seinen Eltern in das Café des SOS-Kinderdorfes kommen, um dem SCHNULLERBAUM eine Blüte zu schenken. Das Tollste dabei: Der Schnuller verblüht nie und kann jederzeit besucht werden.

STEMPEL ARZTPRAXIS

Jedes Kind wird dabei zum kleinen Helden, denn die EINZ spendet für jeden abgegebenen Schnuller 50 Cent an das SOS Kinderdorf. WIR FREUEN UNS AUF EUCH!
Die Zahnärzte der EINZ und das SOS Kinderdorf Essen

