

Gesundheit

Was Kinder brauchen

- Erstellt eine **Zucker-Salz-Lösung** gegen Durchfall und lasst andere probieren. In einen Liter abgekochtes Wasser gibt man: 8 Teelöffel Zucker, 1,5 gestrichene Teelöffel Kochsalz. Die Lösung darf nie salziger als Tränen schmecken. Sie heißt "Orales Rehydratationssalz" (ORS) und ist der beste Weg, um die Austrocknung des Körpers bei Durchfall zu bekämpfen.
- **Geimpft?** Fragt Eure Eltern und lasst Euch Euren Impfpass zeigen. Regt an, dass in der Schule über das Impfen gesprochen wird. Ladet einen Kinderarzt oder eine Ärztin des Gesundheitsamtes in den Unterricht ein. Sie können Euch genauer darüber informieren, was Impfen bedeutet.
- Macht eine **Unterrichtsstunde** zum Thema Gesundheit. Dafür braucht Ihr zwei große Bögen Papier. Auf den einen schreibt Ihr "krank", auf den anderen "gesund". Hängt die Bögen in der Klasse auf. Sammelt mit Euren Mitschülerinnen und Mitschülern alle Stichworte, die Euch zu "krank" und "gesund" einfallen. Sprecht anschließend darüber, was Kinder brauchen, um gesund leben zu können.
- **Hausmittel.** Erinnernt Euch daran, wie es war, als Ihr einmal krank wart. Wisst Ihr noch, welche Krankheit Ihr hattet und warum? Was hat Euch geholfen, gesund zu werden? Wart Ihr beim Arzt? Habt Ihr Medikamente genommen? Wer hat sie bezahlt? Fragt Eure Eltern danach und überlegt, wer die Medikamente in Entwicklungsländern bezahlt.