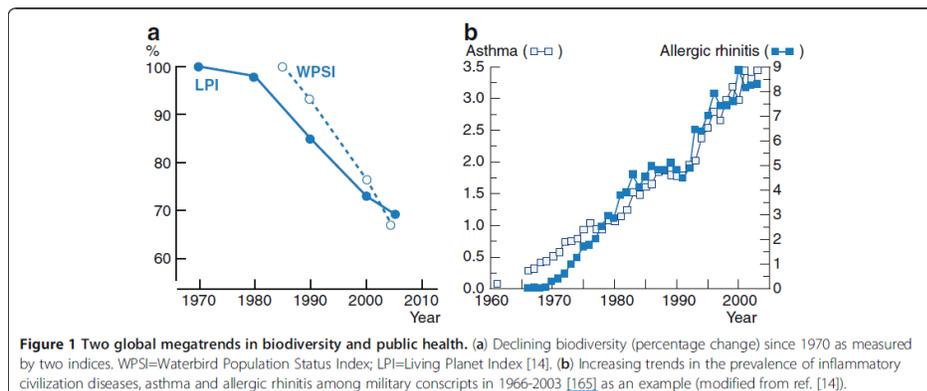


20 Jahre Waldkinder – Ausstellung im Ostschweizer Kinderspital

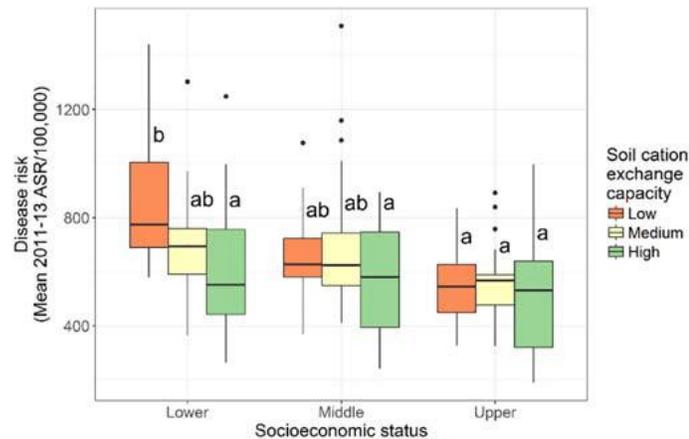
Ein paar Facts:

- Pro Juventute Studie 2016 «Freiraum für Kinder» (Blinkert und Höfflin): Kinder in der Schweiz von 5-9 Jahren verbringen im Durchschnitt 45 Minuten im Freien, mit anderen Worten 23 Stunden 15 Minuten drinnen. 15% der Kinder sind tageweise gar nicht im Freien. Immer mehr Kindergärten werden mit Tablets ausgerüstet. *Durch Mangel an Tageslicht-Exposition und Nahsichtarbeit nehmen kindliche Myopien exponentiell zu: in Südostasien waren vor 40 Jahren 20-30% der Kinder myop, heute sind es über 90%, im Westen sind es 30%, bis 2050 rechnet man bis ca. 50% myoper Kinder und Jugendlicher*
- In der Schweiz sind die Hälfte der Lebensraumtypen (u.a. Trockenwiesen, Moore, Auen) und ein Drittel der Arten bedroht; die genetische Vielfalt wildlebender Arten geht zurück (BAFU Bericht: Zustand der Biodiversität in der Schweiz 2017) *Parallel zur Abnahme der Biodiversität seit den 80er Jahren nimmt die Häufigkeit von Asthma und entzündlichen, nicht übertragbaren Erkrankungen zu. -*



- Glyphosat und andere Pestizide dezimieren nicht nur die Insektenpopulation um $\frac{3}{4}$ (Martin Sorg et al. PLOS 10.2017), sondern tangieren auch das Boden-Mikrobiom nachhaltig

Eine hohe Biodiversität der Bodenorganismen korreliert mit einem reduzierten Risiko für infektiöse und parasitäre Erkrankungen (Liddicoat, Adelaide 2018)



- Bis zu 50% der Kinder weisen einen ungenügenden Vitamin D Spiegel auf. Dies kann sich negativ auf den Skelettaufbau mit späterem Osteoporose-Risiko auswirken. Die Assoziation zu immunassoziierten Krankheiten ist bislang nicht zureichend geklärt
- Bis zu 30% der Regelschulkinder benötigen im Schulalter eine medizinisch- oder pädagogisch-therapeutische Massnahme

Waldkinder-Pädagogik

Die Waldkinder Pädagogik geht bereits in die 50er Jahre des vergangenen Jahrhunderts zurück als Ella Flatau in Sölleröd in Dänemark den ersten Waldkindergarten -skovbørnehave- gründete. Ein erster- illegaler- Waldkindergarten entstand 1968 in Wiesbaden durch Ursula Sube, eine alleinerziehende Mutter ohne Job:



1993 wurde der erste Waldkindergarten in Flensburg anerkannt. Bereits 1998 entstanden die ersten Waldkindergärten in der Schweiz in Brütten und St. Gallen. Die Anerkennung in Brütten durch die Zürcher Erziehungsdirektion erfolgte erst nach einem schulpsychologischen Gutachten von Raimondo Lettieri, der den Kindern eine erfolgreiche Schulreife attestieren konnte.

Das waldpädagogische Angebot nutzt das *entwicklungsneurologische Fenster* für die Synapsen-Entwicklung im senso-motorischen Bereich bis zum Schulalter optimal. Durch die multimodalen sensorischen und motorischen Erfahrungen haben die Kinder nachhaltig prägende, vernetzte Informationen in ihrem Nervensystem gespeichert. Das naturnahe Umfeld lädt ein zu phantasievолlem kreativem Gestalten und fördert die sprachliche Kommunikation in der Gruppe. Neue Aufgabenstellung erfordern immer wieder angepasste Problemlösungsstrategien und führen bei gegenseitigen Hilfeleistungen zu Sozialkompetenz und zu Selbstvertrauen.

Es ist heute dokumentiert: Outdoor learning oder draussen lernen schafft einen unmittelbaren emotionalen Bezug und ist deshalb nachhaltiger als indoor learning. Waldkinder haben somit die besten Voraussetzungen für einen späteren Regelschuleintritt und haben gleichzeitig die Basis für eine optimale körperlich und mentale Gesundheitsentwicklung geschaffen.

Sarah Wauquiz et al. Hep Verlag April 2019



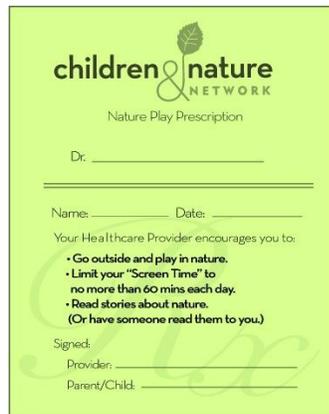
Die Bilder der Ausstellung (Beat Belser) dokumentieren all dies in eindrücklicher Weise – lassen sie die eingefangenen Stimmungen auf sich wirken.

Mein persönliches Fazit für die Kinder- und Jugendmedizin:

Ich wünsche mir:

- Einen engagierteren Einsatz für unsere Umwelt, für die Erhaltung unserer Biodiversität und für den Erhalt naturnaher Freiräume für die Entwicklung unserer Kinder
- Ein Engagement dafür, dass Kindern bis zum Schulalter reale Naturerlebnisse zur Förderung von Wahrnehmung, Bewegung, Achtsamkeit und Persönlichkeitsentwicklung ermöglicht werden. Ein Tablet im Kindergarten ist wertlos, wenn das Kind nicht zuvor reale Naturerlebnisse erfahren konnte.

Von den Kinderärztinnen und Kinderärzten: verschreibt Outdoor Aktivitäten und Natur prioritär vor Therapieverordnungen.



The image shows a 'Nature Play Prescription' form from the Children & Nature Network. The form is light green and contains the following text:

children & nature
NETWORK
Nature Play Prescription

Dr: _____

Name: _____ Date: _____

Your Healthcare Provider encourages you to:

- Go outside and play in nature.
- Limit your "Screen Time" to no more than 60 mins each day.
- Read stories about nature.
(Or have someone read them to you.)

Signed: _____
Provider: _____
Parent/Child: _____

Zum Schluss ein anerkennendes Lob: *Caroline Roduit* hat am Schweizer Biodiversitätsforum SWIFCOB 2016 in Bern einen beeindruckenden Vortrag gehalten, der einhellige Begeisterung auslöste: «Biodiversität und menschliches Mikrobiom» – ein ähnliches Votum würde ich mir auch von den Kinderärztinnen und Kinderärzten in Stadt und Land, in Praxis und Spital wünschen.

Markus Weissert

4. April 2018