



# Waldhorn

Juli 2005

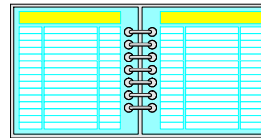
Elternbrief der Waldgruppen des Augusta-Viktoria-Stifts

Liebe Eltern! Zum Abschluß des Kindergartenjahres ein kleines Sommer-Special mit Tipps und Ideen rund um Sonne und Ferien...

Morgen, Donnerstag, den 7. Juli um 20 Uhr in der „Le Bar“, Kleine Arche findet der letzte Elternstammtisch vor der Schließzeit statt.

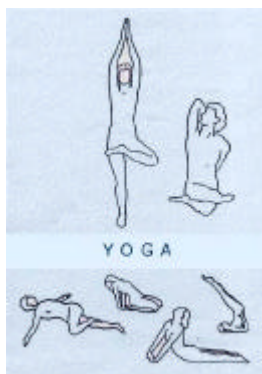
Wäre schön, wenn etwas mehr Eltern kommen würden. Vielleicht kann man bei der Gelegenheit noch das eine oder andere besprechen. Einen extra Elternabend wird es nämlich nun nicht mehr vor den Ferien geben, da es keine Reaktion von Eurer Seite auf den Aufruf nach Elternwünschen u.s.w. gab. Offenbar seid Ihr alle zufrieden und es besteht kein Gesprächsbedarf. Umso besser.

Also, vielleicht bis morgen abend! Uta



## Termine im Juli:

- |               |   |
|---------------|---|
| 1.7.          | Bibel auf- hereinspaziert (Augustinerkloster)   |
| 4.7. und 5.7. | Steigertage mit Zelten der Vorschulkinder   |
| 7.7.          | II. Teil der „Lila Kuh“ in Niederrimmern, Kennenlernen eines Kräutergarten  |
| 8.7.          | Zuckertütenfest der Vorschulkinder mit Wanderung nach Tiefthal, 15 Uhr Überreichen der Zuckertüten in der Kaufmannskirche |
| 11.-14.7.     | Abschlußfahrt der Vorschulkinder nach Dörnfeld  |
| 18.-22.7.     | Steigerwoche  |



Einen Kurs in **Kundalini-Yoga** bietet Cornelia Trunk ab sofort mittwochs abends ab 20 Uhr an. Mitmachen kann jeder, der Lust hat, sich etwas Gutes zu tun. Genaueres erfährt Ihr von Cornelia selbst unter Tel. 7894411.

## Kinder-Sonnenschutzmittel im Test

### Stiftung Warentest:

Guter Sonnenschutz muss nicht teuer sein. Und: Nicht jedes Präparat hält, was der Verpackungstext verspricht - das sind die Ergebnisse eines aktuellen Tests der Stiftung Warentest. An **19 Sonnenschutzmitteln** für Kinder bzw. Babys wurde unter anderem geprüft, ob sie wirklich den angegebenen Lichtschutzfaktor bieten. Dies war bei 16 von 19 Produkten der Fall.

Drei Produkte hielten jedoch nicht, was sie versprachen. So deklariert Nivea die Baby Sonnen-Milch mit Lichtschutzfaktor 25. Tatsächlich **unterschreitet** sie diesen Wert aber um mehr als 20 Prozent. Auch die Sonnenmilch und das Sonnenspray von Ihr Platz/ Alando schützen deutlich schlechter als auf der Packung angegeben. Das Qualitätsurteil der Stiftung Warentest daher: mangelhaft.

Die **gute Nachricht** jedoch lautet: Auch mit schmalem Geldbeutel lässt sich guter Sonnenschutz erwerben. Zum Beispiel die Schlecker AS Sun Sonnenmilch für Kinder bietet mit Lichtschutzfaktor 30 einen sehr guten Sonnenschutz zu einem Preis von 1,55 Euro für 100 ml. Zum Vergleich: Das ebenfalls sehr gut bewertete Produkt von Eucerin kostet 8,40 Euro. Sehr gut und ebenfalls preisgünstig: dm/Sundance Sonnenmilch für Kinder, Dreaming Sun Sonnenmilch für Kinder, Rossmann Sun Ozon Sonnenmilch für Kinder, Müller/Sun Ozon Sonnenmilch für Kinder und Lidl Cien Beauty Kinder Sonne. Preis: bis zwei Euro für 100 ml.

Der Lichtschutzfaktor gibt an, **wieviele mal länger** man in der Sonne bleiben kann, bevor es zu einer Hautrötung kommt, als ohne Sonnenschutz. Ein hoher Schutzfaktor ist bei Kindern und besonders bei Babys unbedingt nötig.

Neben dem Kriterium Lichtschutz prüfte die Stiftung Warentest die Sonnenschutzmittel auf Entnahme-Komfort, Preis, Anwendungshinweise und Wärme- und Kältebeständigkeit.

### Öko-Test:

Nur fünf Produkte haben den Labortest bestanden und sind empfehlenswert. Zwei davon, **Dr. Hauschka sensitiv** und **Lavera Sun sensitiv**, enthalten nur so genannte Mikropigmente als Lichtschutzfilter. Anders als chemische Filter wandeln sie das Licht nicht um, sondern reflektieren es wie Millionen winzige [Spiegel](#).

Testsieger war das "**Dreaming Sun Sonnenspray für Kinder**" von Goldhand.

Mit ungewöhnlich schlechten Noten haben unabhängige Tester zahlreiche Sonnenschutzmittel beurteilt. Nach einer Studie des Verbrauchermagazins "ÖKO-TEST" enthalten die meisten Sonnenschutzmittel chemische UV-Filter, die im Verdacht stehen, dem menschlichen Körper zu schaden.

"ÖKO-TEST" empfiehlt daher mineralische Sonnenschutzmittel. Nach Angaben der Tester wirken chemische Lichtschutzfilter wie ein Hormon und können in frühen Lebensphasen zu Veränderungen im Gehirn und an den Fortpflanzungsorganen führen. Mineralische Filter hingegen, wie zum Beispiel Zinkoxid und Titanoxid, seien gut verträglich. Im Gegensatz zu chemischen Sonnenschutzmitteln, die erst eine halbe Stunde nach dem Auftragen Wirkung zeigen, bieten die mineralischen Filter zudem einen sofortigen Sonnenschutz.

Ökotest hat auch Sonnenschutzsprays getestet. Von 25 Sprays waren 17 „mangelhaft“ oder schlechter! Als empfehlenswerte Produkte mit wenig oder ganz ohne Duftstoffe bleibt eine Auswahl von vier Sprays, die im Test mit „gut“ abschnitten: „**Ambre Solaire Intensivschutz Sonnenspray**“, „**Dr. Hauschka Sensitiv Sonnenmilch**“, „**Lavera Sun Sensitiv Family Sun-Spray**“ und „**Sante Soleil Sensitive Spray**“.

**Tipps für den Sonnenschutz für Kinder mit atopischem Ekzem oder Neurodermitis findet Ihr unter**

<http://www.aak.de/index.php?id=206&type=2>

## Kein Urlaub in Sicht? Wie wär's dann mit Abenteuern vor der Haustür?

- Hopper-Ticket kaufen und dann mit dem nächsten Zug Richtung Jena fahren und einfach irgendwo aussteigen
- mit dem Bus in einen Ort fahren, in dem man noch nie war, dort picknicken
- Augen zu und auf eine Erfurt & Umgebungskarte mit dem Finger tippen und dorthin radeln
- die Kinder suchen ein paar Lebensmittel zusammen und die Eltern müssen daraus etwas Leckeres zubereiten
- einfach losradeln und die Kinder die Richtung bestimmen lassen
- in eine Stadt in der Umgebung fahren und sich auf die Suche nach Interessantem begeben
- Nachtwanderung mit Taschenlampe im nächsten Park oder Wald
- Ganz früh aufstehen und bei einem Picknick die Sonne aufgehen sehen
- „Hänsel und Gretel“ spielen: Kieselsteine bunt anmalen und auf dem Hinweg fallenlassen. Wer findet alle Steine wieder?
- Mit verbundenen Augen Geräusche erraten
- Schnitzeljagd: Teilt die Familie in zwei Gruppen auf. Die erste Gruppe bekommt eine Viertelstunde Vorsprung und markiert (zum Beispiel mit Pfeilen aus Stöckchen) für die zweite Gruppe Wege und Irrwege zu einem geheimen Versteck mit Schatz (etwa Kekse und Getränke für alle)

## Buchtipps:

### Schöne alte Kinderspiele

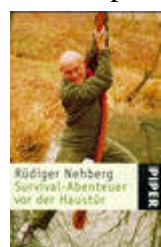


von [Gisela Dürr](#), [Martin Stiefenhofer](#)

Wie war das noch, wie ging das Spiel.... Von Schnitzeljagd und Hahnenkampf über Knobeln und Murnelschießen bis zu »Hänschen, piep mal« und Kettenfangen – dieses schön illustrierte Buch enthält über 170 alte Kinderspiele für alle Altersgruppen. Knierime, Abzählverse und Rätsel, Sing- und Tanzspiele, Ball- und Seilspiele, Gedächtnis- und Sprachspiele, Versteck- und Laufspiele und vieles mehr ist hier versammelt.

und

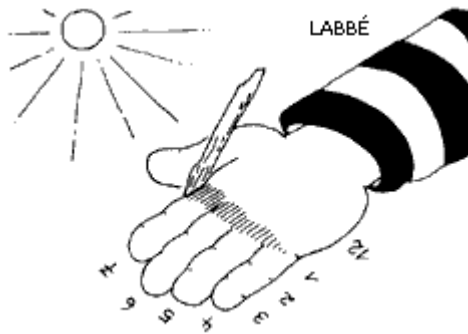
### Serie Piper Bd.2715 - **Survival-Abenteuer vor der Haustür**



von [Rüdiger Nehberg](#)

Wer Rüdiger Nehberg noch nicht kennt oder ihn vielleicht einmal live erleben möchte: am 5.10. um 20 Uhr hält er hier in Erfurt im Kaisersaal einen Diavortrag über seine letzten Survival-Trips... Sehr zu empfehlen! Der Mann reißt einen mit!

## Experiment für Kinder: Sonnenuhr



**Das geht so: Für die Sonnenuhr brauchst du ein kleines Stöckchen. Das Stöckchen klemmst du in deine Handfläche und hältst es mit dem Daumen fest. Schon hast du den Sonnenuhrzeiger.**

**Morgens klemmst du den Zeiger in deine linke Hand, die Hand musst du dabei flach ausstrecken. Sie zeigt nach Westen, das ist da, wo die Sonne am Abend untergehen wird.**

**Nachmittags klemmst du den Zeiger dann in die rechte Hand. Halte die Hand nach Osten, das ist die Richtung, wo am Morgen die Sonne aufgegangen ist. Nun musst du nur noch wissen, wo auf der Hand die Zahlen stehen. Und blitzschnell hast du die Uhrzeit. Diese Sonnenuhr gibt es schon lange. Unsere Vorfahren erfanden sie bereits im Mittelalter.**

aus: [www.zzzebra.de](http://www.zzzebra.de)

Damit wünsche ich Euch allen und Euren Kindern einen wunderschönen Sommer und freue mich auf ein Wiedersehen nach der Schließzeit!  
Den Vorschulkindern wünsche ich eine tolle Schuleinführungsfeier und einen guten Start!

Eure Uta mit Familie

Über Beiträge für die September-Ausgabe des Waldhorns freue ich mich wie immer unter Tel. 5615247 oder unter [Uta-Maria.Lux@t-online.de](mailto:Uta-Maria.Lux@t-online.de)