



Spitzenverband der
landwirtschaftlichen
Sozialversicherung



Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)

- BARMER GEK
- Techniker Krankenkasse
- DAK-Gesundheit
- KKH-Allianz
- HEK-Hanseatische Krankenkasse
- hkk



Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Kassenärztliche
Bundesvereinigung
Körperschaft des öffentlichen Rechts

Liebe Eltern,

beim Kochen und Grillen, Rasenmähen und Heimwerken möchte Ihr Kind es Ihnen gleichtun und helfen. Auf dem Kinderspielplatz werden jetzt alle Möglichkeiten ausprobiert. Aber in Gefahrensituationen kann das Kind noch nicht angemessen reagieren: Entfernungen und Geschwindigkeiten, zum Beispiel von Autos, können noch nicht eingeschätzt werden.

Unfälle sind die größte Gefahr für Leben und Gesundheit Ihres Kindes. Durch einfache Maßnahmen lassen sich die meisten Unfälle vermeiden. Unfallschwerpunkte in diesem Alter sind:

- Spielplatzunfälle
- Vergiftungen
- Verkehrsunfälle
- Verbrennungen

Bieten Sie Ihrem Kind vielfältige Bewegungsmöglichkeiten in sicherem Umfeld. Reflektierende Kleidung und Schutzausrüstung erhöhen die Sicherheit in Verkehr und Freizeit.

Bei allen Fragen und Unsicherheiten in der Betreuung Ihres Kindes wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre(n) Kinder- und Jugendärztin oder -arzt.

Mit freundlicher Empfehlung



Vergiftung



Vorbeugung

Erklären Sie Ihrem Kind, dass es draußen keine Teile von unbekannten Pflanzen in den Mund stecken soll! Blauer Eisenhut ist die giftigste Pflanze Europas. Informieren Sie sich über giftige Pflanzen in Haus und Garten. Pflanzenschutz-, Dünge- und Schädlingsbekämpfungsmittel in Originalpackung für Kinder unzugänglich aufbewahren und Anwendungsvorschriften beachten.

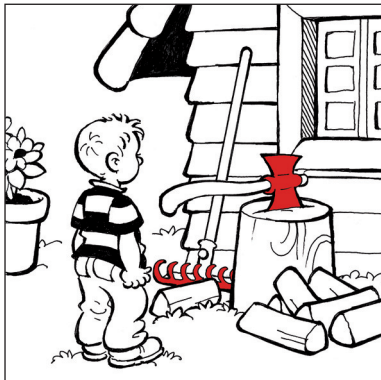
Verletzungen auf dem Spielplatz



Vorbeugung

Auf dem Spielplatz soll Ihr Kind keinen Helm tragen (Strangulationsgefahr)! Kinder nur auf altersgemäßen Geräten spielen lassen (Sturzgefahr)! Vorsicht bei Sicherheitsmängeln (z.B. scharfe Kanten, vorstehende Schrauben/Nägeln, lockere Teile, morsche Holzteile/Splitter).

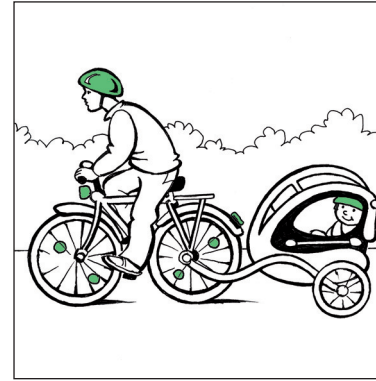
Verletzungen durch spitze/scharfe Gegenstände



Vorbeugung

Räumen Sie spitze und scharfe Haushaltsgeräte, Werkzeuge und Gartengeräte nach Gebrauch sofort weg und bewahren Sie sie sicher auf.

Verkehrsunfälle



Vorbeugung

Setzen Sie Ihrem Kind für die Fahrt in Fahrradsitzen und -anhängern stets einen Helm auf! Schnallen Sie Ihr Kind immer an und achten Sie auf ausreichende Beleuchtung!

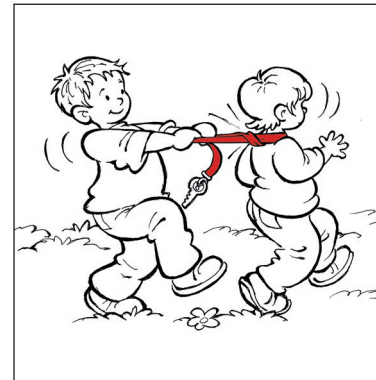
Verbrennungen beim Grillen



Vorbeugung

Verzichten Sie auf flüssige Grillanzünder (Stichflamme, Verpuffung, Vergiftungsgefahr)! Grill kippsicher und fern von Kindern aufstellen, den Grill nicht unbeaufsichtigt lassen, das Feuer und die Glut nach dem Grillen vollständig löschen. Verbrennungsgefahr durch Nachglühen.

Strangulation



Vorbeugung

Vermeiden Sie Schnüre und Kordeln, die Ihrem Kind die Luft abschneiden könnten. Häufig sind Unfälle mit Halsketten und Schlüsselbändern, langen Schals, Schnüren an Kleidung und im Haushalt sowie mit Seilen. Besondere Gefahr besteht beim Klettern und in der Nähe von automatisch schließenden Türen und Rolltreppen.

U7a Seelisch gesund aufwachsen

... • • • • • 34.-36. Lebensmonat



Liebe Eltern,

Sie sind ein Vorbild für Ihr Kind. Es ahmt Sie nach und möchte ernst genommen werden. Zwischen den eigenen Gefühlen und denen anderer Menschen kann es immer besser unterscheiden.

Hier geht's
zum Film



Ihr Kind findet nicht immer die passenden Worte, um sich verständlich zu machen. Es ist wichtig, dass Sie es ernst nehmen und ihm zuhören. Auch dann, wenn Sie nicht seiner Meinung sind. Sie helfen Ihrem Kind, wenn Sie versuchen, sein Anliegen in Worte zu fassen.

... • • • • •

Kinder haben das Bedürfnis und das Recht, ihre Meinung zu äußern, gehört und beteiligt zu werden. Dadurch bekommen sie das Gefühl, wichtig zu sein. Ihr Selbstvertrauen wird gestärkt. Kinder, die Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten haben, erleben weniger Stress und sind gesünder und zufriedener.



„Hör mir zu
und nimm mich
ernst.“

„Du bist mein
Vorbild.“



Ihr Kind beobachtet genau, wie Sie sich verhalten und was Sie sagen. Es ahmt vieles davon nach. Wenn Ihr Kind mitmachen kann, fühlt es sich zugehörig und wichtig.

... • • • • •

Kinder orientieren sich am Verhalten anderer Menschen und lernen auf diese Weise soziale Umgangsformen und Regeln.



„Ich tobe gerne herum und bin übermütig.“



Bewegung und Toben machen Ihrem Kind Spaß. Es testet seine Fähigkeiten und lernt seine Grenzen kennen.

• • • • •

Bewegung stärkt das Gefühl für den eigenen Körper und verbessert das Wohlbefinden. Kinder toben übermütig und ausdauernd. Dabei lernen sie auf spielerische Weise den Umgang mit Macht und Ohnmacht und mit Grenzen.

Wenn Ihr Kind von seinen Gefühlen überwältigt wird, ist es gut, möglichst ruhig und gelassen zu reagieren. Finden Sie heraus, was Ihr Kind in dieser Situation benötigt. Manchmal braucht es Nähe und körperlichen Halt, manchmal aufmerksames Zuhören und Nachfragen, manchmal Zeit für sich.

• • • • •

In emotionalen Ausnahmesituationen sind Kinder darauf angewiesen, Verständnis und Respekt zu erfahren. Sie benötigen Geborgenheit und Unterstützung bei der Klärung ihrer Gefühle.



„Ich bin wütend oder außer mir, manchmal auch ängstlich, traurig oder sehr ruhig.“

Ihr Kind lernt, andere zu verstehen und mit ihnen zu kooperieren. Dazu gehört auch der Umgang mit Konflikten. Hierbei benötigt es Ihre einfühlsame Unterstützung. Sie können Ihrem Kind helfen, indem Sie ihm die Sichtweise und Gefühle seiner Mitmenschen erklären.

• • • • •

Kinder entwickeln zunehmend Verständnis für die Absichten und Bedürfnisse anderer Menschen. Sie lernen, zwischen eigenen Interessen und denen von anderen Menschen zu unterscheiden.

„Ich lerne, dass auch andere Menschen Bedürfnisse und Rechte haben.“



„Ich bin neidisch oder eifersüchtig.“



Ihr Kind kann nicht immer alles haben und nicht in allen Situationen an erster Stelle stehen. Das fällt ihm oft noch schwer, zum Beispiel wenn Sie als Eltern für sich alleine sein wollen oder wenn ein Geschwisterkind hinzukommt. Ihr Kind kann das Gefühl entwickeln, ausgeschlossen oder weniger geliebt zu sein. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie seine Gefühle ernst nehmen, aber auch selbst Bedürfnisse haben.

• • • • •

Die Erfahrung von Eifersucht und Neid ist für Kinder schmerzhaft und zugleich für ihre seelische Entwicklung wichtig. Sie lernen dadurch, Rücksicht auf andere zu nehmen. Wenn sie die Sicherheit haben, weiterhin geliebt zu werden, lässt die Eifersucht nach. Nicht alles zu bekommen, fördert die Kreativität und Eigenständigkeit des Kindes.

bvkJ.Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.Mo–Fr: 9–11 Uhr
Di+Do: 17–19 Uhr

Ansprechpartner für Ihre Fragen sind Ihre
Ärztinnen und Ärzte für Kinderheilkunde und
Jugendmedizin vor Ort. Informationen unter
www.kinderaerzte-im-netz.de

Beratungsangebote für Eltern:
Anonym und kostenlos!
Bei kleinen Sorgen.
In schwierigen Situationen.

Onlineberatung für Eltern
bke-elternberatung.de
Mail – Chat – Forum**Nationales Zentrum
Frühe Hilfen**

Frühe Hilfen...
sind Angebote für werdende Eltern und Familien mit Kindern
bis drei Jahre. Diese Angebote bieten Eltern Unterstützung,
Beratung und Begleitung. Sie sind freiwillig und kostenfrei.
Ziel ist es, jedem Kind eine gesunde Entwicklung zu ermög-
lichen. Weitere Informationen finden Sie unter
www.elternsein.info



Alle Filme zu den Elterninformationen
Seelisch gesund aufwachsen
finden Sie hier:

<https://seelisch-gesund-aufwachsen.de>

Die Filme stehen auf der Website
auch in den folgenden Sprachen
zur Verfügung:

- Arabisch
- Englisch
- Französisch
- Russisch
- Türkisch

Hier geht's
zum Film

Diese Elterninformationen sind ein Gemeinschaftsprojekt von:

vdek
Die ErsatzkassenTechniker Krankenkasse (TK)
DAK-Gesundheit
hkk – Handelskrankenkasse
BARMER
IKK Kaufmännische Krankenkasse
HEK – Hanseatische Krankenkasse**AOK**
Die Gesundheitskasse.**BKK****IKK****KNAPPSCHAFT**
für meine Gesundheit!**SVLFG****bvkJ.**
Berufsverband der
Kinder- und Jugendärzte e.V.**KBV**KASSENÄRZTLICHE
BUNDESVEREINIGUNG**Deutsche Liga
für das Kind****BZgA**
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung**Nationales Zentrum
Frühe Hilfen****Impressum**Herausgeber:
Verband der Ersatzkassen e. V. (vdek)Anschrift:
Verband der Ersatzkassen e. V.
Askanischer Platz 1
10963 Berlininfo@vdek.com
www.vdek.comIdee & Konzeption:
Deutsche Liga für das KindFinanzierung durch:
- vdek
- AOK-Bundesverband
- BKK
- IKK e. V.
- KNAPPSCHAFT
- SVLFGDesign & Illustration:
Kai Herse & Anke am BergFotos:
Eva Radünzel, Darja Pilz, Anja HansmannDruck:
KERN GmbH
In der Kolling 7
66450 Bexbach

Mit freundlicher Empfehlung



**ACHTEN SIE AUF
DIE 4 WARNZEICHEN
EINES DIABETES
BEI IHREM KIND!**

Falls Sie bei Ihrem Kind

- **ständigen Durst**
- **häufiges Wasserlassen**
- **Gewichtsabnahme**
- **stetige Müdigkeit**

beobachten, sollten Sie unbedingt einen Arzt aufsuchen. Am Wochenende gehen Sie bitte mit ihrem Kind in die nächste Notfallambulanz oder rufen Sie die **Notfall-Nr. 116 117 an.**

Diabetes – im Volksmund auch Zuckerkrankheit genannt – ist keine Alterskrankheit. Es gibt unterschiedliche Formen. Diabetes kann auch Kinder jeden Alters treffen, Mädchen genauso wie Jungen. Durch Insulinmangel kommt es zu stark erhöhten Blutzuckerwerten und zu den oben aufgeführten Warnzeichen. Der Typ-1-Diabetes ist eine chronische Erkrankung und zählt zu den häufigsten Stoffwechselerkrankungen im Kindesalter.

**Unentdeckt und unbehandelt
ist Diabetes lebensbedrohlich!**



Bei Fragen oder weiterem Informationsbedarf :

www.diabetes-kinder.de/praeventionsprojekte.html

Förderhinweis: Dieses Präventionsprojekt wird aus Landesmitteln durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg gefördert.
Impressum: Verantwortlich für den Inhalt: Dr. Holder und Prof. Ebehalt, Foto: www.fotolia.de, Piktogramme und Gestaltung: Jürgen Gerhardt

Mannheimer Elternfragebogen MEF für die U7a

Name des Kindes: _____ Geburtsdatum: _____

ausgefüllt von: _____ am: _____

Kreuzen Sie bitte an, ob die unten aufgeführten Probleme bei Ihrem Kind in den letzten 6 Monaten aufgetreten sind.

Mannheimer Fragebogen MEF U7a	Stimmt	Stimmt nicht	das ist ein Problem für mich
Name des Kindes:			
1. Kann mindestens 3 x pro Woche schlecht einschlafen – liegt mindestens 1 Stunde wach			
2. Wacht mindestens 1 x pro Nacht auf und liegt dann mindestens 1 Stunde wach			
3. Schläft nachts mit im Elternbett, obwohl ich das nicht gerne sehe			
4. Hat meistens nur wenig Appetit			
5. Ist untergewichtig			
6. Ist extrem wählerisch beim Essen			
7. Kann sich schlecht von der Mutter trennen			
8. Dabei kommt es zu langem Schreien oder Weinen mindestens eine Viertelstunde			
9. Hat vor vielen Dingen panische Angst			
10. Ist überaus schreckhaft			
11. Ist sehr unruhig, zappelig, kann nicht still sitzen			
12. Ist mitunter beim Spielen sehr unvorsichtig und riskant in seinem Verhalten			
13. Scheint bei gefährlichen Aktivitäten keine Angst zu kennen			
14. Hat täglich einen Wutanfall			
15. Ist zu Hause ständig ungehorsam			
16. Zerstört häufig Gegenstände			
17. Hat große Angst vor fremden Erwachsenen			
18. Spricht fast jede fremde Person an			
19. Geht schon nach kurzer Zeit mit fremder Person überall mit			
20. Wehrt sich meistens gegen Zärtlichkeiten, will nicht schmusen			
21. Reagiert mit panischer Angst, wenn in seinem Zimmer etwas verändert wird			
22. Ist häufig ohne Kontakt zu seiner Umgebung – blickt ins Leere, reagiert nicht			
23. Ist gegenüber Schmerz sehr unempfindlich			
25. Erkrankungen in der Familie: Diabetes, Schilddrüse, Hypercholesterinämie			
29. Betreuung: zu Hause O Kiga/Kita O Tagesmutter O			
Alleinerziehend: O , Geschwisterzahl: _____ ; Stunden TV/Video/Tablet pro Tag	< 1h	1- 3 h	> 3 h