



GESUNDHEIT

10-15

ABC der Kinderkrankheiten

16-17

Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen

18-19

Reisen mit Kindern

20-21

Zahngesundheit
Impfungen



KLEINE GROSS UNTERWEGS

04-05

Ich bin ich



ERNÄHRUNG

06-07

Essen mit allen Sinnen

08-09

Frühkindliche Essstörungen, Interview: Dr.ⁱⁿ Marguerite Dunitz-Scheer



ENTWICKLUNG

22-23

Entwicklungsschritte 2. und 3. Lebensjahr

24-25

Entwicklungskrisen

26-27

Wertvoller Wortschatz



ERZIEHUNG

30-31

Mama, Papa, ich muss mal!

32-33

Brüderchen & Schwesterchen

34-35

Kinderbildungs- & -betreuungs-einrichtungen

36-39

Sprache
Was man wissen muss

40-41

Übergänge gemeinsam gestalten

42-43

Häufig gestellte Fragen



SICHERHEIT & AUSSTATTUNG

44-45

Unfälle sind keine Zufälle, Interview: Dr. Michael Höllwarth

46-49

Achtung, Gefahr!



ERSTE HILFE

50-51

Erste Hilfe
Information



GEMEINSAM GROSS WERDEN!

WOHER STAMME ICH? AUS MEINER KINDHEIT STAMME ICH.

(Antoine de Saint-Exupéry)

Das 1. Lebensjahr ist gekennzeichnet von vielseitigen Erfahrungen und Erlebnissen. Wir hoffen, mit dem ZWEI UND MEHR-Steirischen Elternbrief dabei eine hilfreiche Unterstützung bei Fragen aus allen Bereichen des Zusammenlebens mit einem Neugeborenen bzw. Baby gegeben zu haben.

Mit dem 2. Teil des Elternbriefs möchten wir Sie mit weiterführenden Informationen zum 2. und 3. Lebensjahr begleiten.

Wieder haben zahlreiche ExpertInnen aus den Bereichen der frühen Kindheit – Entwicklungspsychologie, Erziehung, Gesundheit, Kinderbildung und -betreuung, Sicherheit uvm. – ihr umfangreiches Wissen zur Verfügung gestellt, um in übersichtlicher Form Antworten oder Hilfestellungen auf die vielen Fragen innerhalb des bunten Familienalltags zu geben.

Service- und lösungsorientiert steht Ihnen auch das Referat Familie zur Verfügung, im persönlichen Gespräch ebenso wie mittels laufend aktualisierter Publikationen und Informationen. Alle Informationen finden Sie immer topaktuell auch unter www.zwei-undmehr.steiermark.at oder mittels des ZWEI UND MEHR-Newsletters.

Mit dem völlig neu überarbeiteten ZWEI UND MEHR-Wegweiser für Familien fassen wir beispielsweise Beiträge zur praktischen Anwendung des Familienrechts in einem Nachschlagewerk von A wie „Absetzbarkeit von Kinderbetreuungskosten“ bis Z wie „ZWEI UND MEHR-Steirischer Familienpass“ zusammen.

Um mit den kleinen Persönlichkeiten spannende Freizeit-, Bildungs- und Kulturangebote genießen zu können, bietet der Familienpass Ermäßigungen schon ab einem Erwachsenen mit einem Kind und eröffnet Ihnen zusätzlich mit dem beigelegten ZWEI UND MEHR-Steirischen Elternbildungsgutschein vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten durch zahlreiche Elternbildungsangebote – wenn Gespräche zu den gemachten Erfahrungen alleine nicht mehr ausreichen, um die vielen Fragen und Anliegen zu klären.

Wir wünschen Ihnen beim Lesen des 2. Teils des ZWEI UND MEHR-Steirischen Elternbriefs viele hilfreiche Anregungen, die vielleicht auch zum Austausch in der Familie oder im Freundes- bzw. Bekanntenkreis motivieren.

Mit familienfreundlichen Grüßen

Mag.^a Martina Grötschnig
für das Referat Familie der FAGA



Lieb' mich so,
wie ich bin

ICH BIN ICH

Die Zeit vergeht wie im Flug. Ihr **kleiner Wirbelwind** hat seinen ersten Geburtstag gefeiert und zeigt seinen Charakter immer deutlicher. Täglich warten viele große und kleine **Entdeckungen** – mit Ihrer Unterstützung.

Von Anfang an hatte Ihr Kind eine starke eigene Persönlichkeit mit eigenen Wünschen und Bedürfnissen. Im zweiten und dritten Lebensjahr treten Individualität und Selbstwahrnehmung immer deutlicher zutage.

Die Entwicklung geht in vielen kleinen Schritten weiter:

von ersten wackeligen Gehversuchen hin zu einer Mobilität, die kaum zu bremsen ist. Vom ersten „Mama“ und

„Papa“ hin zum Gebrauch von einfachen Sätzen. Von der Vertrautheit mit bekannten Menschen und der Abgrenzung von Fremden hin zum aktiven Kooperieren mit anderen Kindern.

Das Leben ist eine Entdeckungsreise

– der Weg gepflastert mit großen und kleinen Freuden, mit Frust und Wehwehchen, mit vielen Herausforderungen. Eine liebevolle Begleitung und eine große Portion Geduld machen viele Glücksmomente möglich.



ESSEN MIT ALLEN SINNEN

Ein **ausgewogenes Frühstück** ist der beste Start in einen fitten Tag. Regelmäßig **fünf gesunde Mahlzeiten** machen satt und leistungsfähiger als laufend Süßes und Fettiges.

In den ersten Lebensjahren des Kindes bestimmen die Eltern den Speiseplan für ihren Nachwuchs. In diesem Spektrum entwickeln Kinder ihren **Geschmack und ihre Vorlieben**. Süß ist die einzige Präferenz, die Kinder von Geburt an mitbringen. Alle anderen Geschmacksvorlieben werden erlernt – Eltern haben eine Vorbildfunktion. Die **Ernährungserfahrungen**, die Kinder in den ersten Lebensjahren machen, bleiben; die Vorlieben aus der Kindheit verlieren sich selten. Bei allen guten Vorsätzen für eine gesunde Ernährung gehören Spaß und Freude zum Essen dazu. Kinder wollen das Essen **mit allen Sinnen erleben** und einen fantasievollen, abwechslungsreichen Speiseplan.

DER SPEISEPLAN – kurz und bündig

- Abwechslungsreich und möglichst bunt (saisonale Gemüsevielfalt nutzen)
- Nie auf die Getränke vergessen
- Mehr Beilagen – weniger Fleisch
- Mehr Vollkorn – weniger Weißmehlprodukte
- Mehr Obst – weniger Süßigkeiten
- Mehr Selbstkochen – weniger Fertigprodukte
- Mehr Brot – weniger Belag und Streichfett
- Allgemein gilt: Qualität vor Quantität

WAS IST EINE PORTION?



Eine Portion entspricht in der Regel „einer Handvoll“. Die Hand Ihres Kindes ist eine gute Messgröße, weil sie individuell ist und mitwächst. Die angegebenen Portionen sind Durchschnittswerte und können daher je nach Größe und körperlicher Aktivität des Kindes variieren. Zudem müssen die Empfehlungen nicht jeden Tag, sondern langfristig eingehalten werden, z. B. über eine Woche. Die Flüssigkeitszufuhr soll aber täglich stimmen!

GETRÄNKE

Pro Tag 700 ml, vor allem Wasser, ungesüßter Kräuter- oder Früchtetee.

GEMÜSE UND FRÜCHTE

Pro Tag 3 Portionen Gemüse und 2 Portionen Früchte.

VOLLKORNPRODUKTE, HÜLSENFRÜCHTE, KARTOFFELN

Pro Tag 3–4 Portionen stärkehaltige Beilagen, bevorzugt Vollkornprodukte.

MILCH(-PRODUKTE), FLEISCH, FISCH, EIER

Pro Woche 2–4 Portionen Fleisch, 1 Portion Fisch, 2–3 Eier, täglich 2 Portionen Milchprodukte.

ÖLE, FETTE UND NÜSSE

Pro Tag 3 Kaffeelöffel hochwertiges Pflanzenöl (z. B. Raps- oder Olivenöl). Eventuell 1 Kaffeelöffel Butter oder Margarine als Brotaufstrich.
Empfehlung: 1 kleine Portion Nüsse pro Tag – bis zum Ende des 2. Lebensjahres in gemahlener Form.

ZU SÜSSES UND SALZIGES

Pro Tag maximal eine kleine Portion Süßigkeiten oder Snacks – nicht größer als der Handteller des Kindes.

Styria vitalis

Gesundheitsförderung
und Prävention
Tel.: 0316/82 20 94
www.styriavitalis.at



TIPPS FÜR ELTERN

- **Eine gemeinsame Esskultur** pflegen und so oft wie möglich miteinander essen.
- **Die Menüwünsche** der Kinder in den Speiseplan einbeziehen, daneben aber die eigenen Menüs nicht vergessen.
- **Essen nie als** Druckmittel (zur Strafe oder als Drohung) einsetzen – aber auch nicht zur Belohnung oder zum Trost.
- **Respektieren Sie**, wenn sich das Kind satt fühlt; Kinder sollen lernen, sich auf ihr Sättigungsgefühl zu verlassen.
- **Ungewohnte Speisen öfter** wieder anbieten und sich nicht entmutigen lassen, wenn das Kind beim ersten Mal nicht begeistert ist.
- **Ganz wichtig:** Eltern sollen vorleben, was sie von ihren Kindern erwarten.
- **Kinder essen oft** unterschiedlich große Mengen. Auch ändern sich ihre Vorlieben rasch.



Universitäts-
klinik für Kinder- und
Jugend-heilkunde Graz
Stellvertretende Leiterin der
Psychosomatisch-
Psychotherapeutischen
Station

FRÜHKINDLICHE ESSSTÖRUNGEN

INTERVIEW MIT DR.^{IN} MARGUERITE DUNITZ-SCHEER

Haben immer mehr Kinder Essverhaltensstörungen?

KinderärztInnen sind Tag für Tag mit solchen Problemstellungen konfrontiert, das Thema Essen macht bereits einen Hauptteil ihrer Beratungstätigkeit von 20 bis zu 50 Prozent aus. Dabei geht es in den ersten Lebensjahren zumeist um die Sorge, dass das Kind zu wenig oder nicht das Gewünschte isst. Während ein gemeinsames Kochen und Essen in manchen Familien kaum mehr stattfindet, sind andere Eltern mit den Ernährungsgewohnheiten ihres Nachwuchses und zu hohen Erwartungen fast überbeschäftigt. In der Grazer Universitäts-Kinderklinik werden in den Jahren vor Schulbeginn fast nur Kinder vorgestellt, die laut Angaben der gestressten Eltern „nichts“ essen. Ein Grund dafür ist sicherlich die Überfluss-Gesellschaft, der unausweichliche Einfluss der Nahrungsmittelindustrie und der Verlust der Kochkultur in den Familien, der meist zeitlich begründet wird.

Was sind auffällige Verhaltensweisen bei Kindern?

Ein Beispiel: Schon Kleinkinder sind immer heikler. Die sogenannten „Picky Eaters“ wollen nur bestimmte Lebensmittel von bestimmten Marken essen. Das kommt daher, dass sie das Überangebot vollkommen überfordert. Es gibt einfach zu viel von allem. Indem sie Nein sagen, erlangen sie Aufmerksamkeit. Die Ernährung wird zum Machtkampf.

Von wegen kinderleicht: Essen als Macht

Oft verhalten sich die Kleinkinder aber nur in den eigenen vier Wänden so. Das Problem besteht vielfach gerade in Familien, in denen man sehr genau weiß, wie wichtig eine ausgewogene Ernährung ist. Allerdings wird so noch mehr Druck auf den Nachwuchs erzeugt – dass Vitamine absolut notwendig sind und Obst und Gemüse daher gegessen werden muss.



- **Regeln wie jene**, dass nur unterwegs, aber nie zu Hause genascht wird, verringern den Konsum von Süßigkeiten schon wesentlich.
- **Kleinkinder sollen nicht** schon auf eine zucker- und fettreiche Ernährung programmiert werden. Ketchup, stark gezuckerte Fruchtsäfte, Diät- und „Light“-Produkte sind zu Hause nach Möglichkeit zu vermeiden. Sie enthalten entweder wenig Zucker, dafür aber viel Fett oder wenig Fett, dafür aber viel Zucker. Ein hausgemachter Kuchen ist immer besser als industrielle Naschware.
- **Eine Mutter soll** über die Essgewohnheiten ihres dreijährigen Nachwuchses nicht viel genauer informiert sein als über seine Ausscheidungsgewohnheiten. Dann stimmt das Gleichgewicht aus Zutrauen, Einfluss und Verantwortung.
- **Es sollte** möglichst viele Zeiten geben, zu denen man gemeinsam lebt, spielt und eben auch gut isst!
- **Leicht übergewichtige Kinder sollen** nicht abnehmen, sondern ihr Gewicht halten und bewegungsaktiven Beschäftigungen nachgehen.
- **Zu dünne Kinder sollen** unter keinen Umständen zwangsgefüttert werden oder mit Belohnung für Essen unter Druck gesetzt werden. Sie lernen sonst nur, Essen durch Verweigerung auch als Machtmittel einzusetzen.
- **Vorbild sein**, selbst ausgewogen essen, gerne kochen und sich mit seinem eigenen Körpergewicht und seinen Essgewohnheiten wohlfühlen, sind die wichtigsten Ziele, wenn man in diesem Gebiet Sorgen und Stress hat.
- **Wie kann man** Kindern das Essen schmackhaft machen? NUR durch Vorleben, alles andere ist lächerlich!
- **Altersangemessene** und lustige Kochkurse für Kinder sind empfehlenswert, aber keine Vorträge!



Wie kann man Essverhaltensstörungen vorbeugen?

Man muss Kindern Selbstständigkeit zutrauen. Eltern müssen lernen, dass ein Kind, welches frei gehen kann, sich grundsätzlich auch selbst ernähren kann. Das heißt: Motorisch und psychisch ist ein Kind bereits im Alter von 12 bis 18 Monaten so weit entwickelt, dass es sich selbst technisch gesehen gut ernähren kann. Und zwar ausreichend, aber auch in der nötigen Vielfalt. Die Rolle der Eltern besteht dann nicht mehr darin, dass sie füttern, sondern darin, dass sie eben gesundes Essen in einer guten Mischung zur Verfügung stellen.

Wie sollten sich Mama und Papa verhalten?

Die Eltern bestimmen natürlich das Speisenangebot. Die Fixpunkte im Tagesverlauf sollten aber zeitlich nicht zu starr sein. Die Eltern sind das wichtigste Modell für ihre Kinder. Eine allzeit Diät machende Mutter, die mit ihrem eigenen Körper nicht zufrieden ist, wird einen negativen Einfluss auf das Essverhalten des Kindes ausüben. Viele

„Nicht“-essende Kinder erleben ihre eigene, zu schlanke Mutter nahezu nie selbst mit Freude essend. Da kann sich das Kind natürlich nicht viel anders verhalten! Eltern müssen auch lernen, ihren Kontrollwunsch, der schon zu einem Kontrollzwang ausufern kann, im Zaum zu halten.


Wie drückt sich der Kontrollzwang der Eltern aus?

Ein Kind muss nicht in der Früh sein Müsli essen und um zehn Uhr seine Apfelstückchen und um zwölf Uhr seine Suppe. Da steht jeder Biss unter einem viel zu hohen Erwartungs- und Erfüllungsdruck und ein intelligentes Kind wird sich dagegenstellen. Bei Erwachsenen ist es völlig normal, dass die tägliche Kalorienzufuhr variiert. Man darf das Essen auch nicht in gute und schlechte Speisen einteilen und mit Süßem belohnen. Süßes und Brot sind böse, Gemüse ist gut – da lernen Kinder schnell beim Guten Nein zu sagen, um letztendlich doch das Böse zu bekommen. Zudem: Ein Kind isst lieber, wenn auch die anderen essen.

Hilfe bei Essstörungen: www.notube.at, 0316/385-83756 für ambulante Anfragen

notube.
because we care about children

ABC DER KINDERKRANKHEITEN



Univ.-Prof. Dr.
Wilhelm Müller unter Mitar-
beit von OA Dr. Georg Schmölder
und OA Dr. Werner Sauseng von
der Universitätsklinik für Kinder- und
Jugendheilkunde über häufige
Krankheitssymptome und deren
Behandlung.

Infektquellen sind vor allem Geschwister, Tagesheime, Kindergarten und Kinderkrippe.



FIEBER

Durchschnittlich macht jedes Kind bis zum Alter von 3 bis 4 Jahren 6 bis 10 fieberhafte Infekte pro Jahr durch. Verständlicherweise sind viele Eltern wegen dieser häufigen Infekte besorgt; dies entspricht aber dem üblichen Verlauf. Natürlich sollte auch in diesem Alter gegen hohes Fieber etwas unternommen werden.

Von Fieber spricht man ab einer im After (rektal) gemessenen Temperatur von 38 °C. Fieber ist eine unspezifische Abwehrreaktion des Körpers und häufig das erste Anzeichen einer beginnenden Infektion.

Gegen Fieber helfen als erste Maßnahmen feuchte, lauwarme (ca. 25 °C) Wickel um Bauch und Beine, die häufig gewechselt werden sollen. Ihr Kind sollte nur leicht bekleidet sein, auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist zu achten.

Erst bei einer Temperatur von mehr als 38,5 °C sollten als erste Maßnahme fiebersenkende Mittel in Form von Zäpfchen oder Saft verwendet werden.

Bei Fieber in Verbindung mit einem veränderten Allgemeinzustand (Trinkschwäche, Apathie etc.) sollten Sie unbedingt Ihren Arzt/Ihre Ärztin aufsuchen.



FIEBERKRAMPF

Das sind Anfälle, die im Säuglings- und Kleinkindalter in Verbindung mit Fieber ab 38,5 °C auftreten, ohne dass ein Hinweis auf eine Infektion des Gehirns vorliegt. In der Regel handelt es sich um einen kurzen, den ganzen Körper betreffenden Krampfanfall.

VERHALTEN BEI FIEBERKRAMPF

- Vor Verletzungen schützen, nicht festhalten
- Notruf! Rettung: 144; Euronotruf: 112

BEI NEUERLICHEM FIEBERKRAMPF

- Krampflösendes Medikament rektal verabreichen
- Bei Andauern des Krampfes über 10 Minuten wiederholen

AUF KEINEN FALL SOLLTEN SIE

- Gegenstände als Beißschutz in den Mund des Kindes legen (große Verletzungsgefahr der Zähne!)
- Ihr Kind mit Wasser zur Krampfunterbrechung anschnitten

Durchfallerkrankungen sind im Kindesalter **keine Seltenheit**. Sie werden von verschiedenen Krankheitserregern, vor allem Viren, verursacht.



DURCHFALLERKRANKUNGEN

Sind im Kindesalter keine Seltenheit, werden vor allem von Viren verursacht und dauern meist wenige Tage. Suchen Sie bei mehr als drei wässrigen Stühlen pro Tag Ihren Arzt/Ihre Ärztin auf. Da Ihr Kind Flüssigkeit und Mineralstoffe verliert, besteht die Gefahr der „Austrocknung“. Je kleiner das Kind, desto größer ist die Gefahr. Innerhalb von drei bis vier Stunden sollten Sie Ihrem Kind 50 bis 100 ml Flüssigkeit pro kg Körpergewicht anbieten. Bei gutem Allgemeinzustand bestimmt das Kind die Menge. Dazu empfehlen sich Elektrolytlösungen aus der Apotheke, da sie auch verlorene Elektrolyte zurückgeben.

Nach dieser Phase sollten Sie Ihrem Kind 50 bis 100 ml der Elektrolytlösung bei jedem wässrigen Stuhl anbieten. Gleichzeitig beginnt der Nahrungsaufbau. Die Kost sollte altersgerecht kohlenhydrat- und eiweißreich sein, z. B. Brot, Reis, Kartoffelpüree, Huhn, Pute. Zunächst auf rohes Obst, Gemüse, Fruchtsäfte, Softdrinks, Pommes frites und paniertes Fleisch verzichten. Eine strenge Diät ist nicht erforderlich! Ganz im Gegenteil: Die geschädigte Darmschleimhaut braucht Kalorien zur Regeneration.

HARNWEGSINFektion

Dabei kommt es zu einer Besiedelung der Harnwege (Harnröhre, Blase, Harnleiter oder Nieren) mit Bakterien. Sind die Nieren betroffen, spricht man von einer Nierenbeckenentzündung. Mädchen haben häufiger eine Harnwegsinfektion, da die weibliche Harnröhre viel kürzer ist und der Aufstieg der Bakterien zur Blase begünstigt ist. Bei einem „unteren“ Harnwegsinfekt kommt es zum Brennen beim Wasserlassen, zu häufigerem Harndrang oder zu unbeabsichtigtem Einnässen. Fieber tritt selten auf. Bei einer Nierenbeckenentzündung kommen Fieber, Schmerzen im Nierenbereich, eine Verschlechterung des Allgemeinzustands und eventuell Übelkeit und Erbrechen dazu.

Die Behandlung besteht aus einer antibiotischen Therapie sowie reichlicher Flüssigkeitszufuhr (auch Blasentee) zur Spülung der Nieren. Wichtig sind regelmäßige und vollständige Blasenentleerung und regelmäßiger Stuhlgang.



OHRENSCHMERZEN

Bei kleinen Kindern ist es nicht immer ganz einfach, Ohrenschmerzen festzustellen. Wenn sich Kinder über ihr Ohr wischen, kann das ein Hinweis auf eine Entzündung sein. Häufig haben Kinder dann zusätzlich Schnupfen, der auch die Ursache für die Ohrenschmerzen ist. Die ersten Schritte in der Behandlung sind Nasentropfen und schmerzstillende Medikamente. Erst der zweite Schritt ist eine antibiotische Behandlung. Bei entsprechendem Verdacht sollten Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin aufsuchen.

PSEUDO-KRUPP-ANFALL

Wenn Ihr Kind plötzlich mit bellendem Husten und Atemnot aufwacht, könnte es sich um einen Pseudo-Krupp-Anfall handeln. Darunter versteht man eine vor allem durch Viren ausgelöste, akute Schleimhautentzündung im Bereich des Kehlkopfes und der Stimmbänder. Die Kehlkopfschleimhaut schwillt an, dadurch wird der Atemweg verengt und es entsteht Atemnot. Am Anfang kann ein Infekt der oberen Atemwege stehen. Häufig setzt der Pseudo-Krupp-Anfall aber schlagartig ohne irgendwelche Vorzeichen ein – in der Regel ein paar Stunden nach dem Einschlafen. Die Symptome: trockener, bellender Husten, Heiserkeit, „ziehende“ Atemgeräusche – besonders beim Einatmen – sowie erschwerte Atmung.



ERSTE HILFE BEI PSEUDO-KRUPP-ANFALL

- Ruhe bewahren und Ihr Kind beruhigen
- Notruf! Rettung: 144; Euronotruf: 112
- In der Zwischenzeit: Feuchtkühle Luft und feuchtkalte Halswickel bewirken das Abschwellen der Schleimhäute und erleichtern Ihrem Kind das Atmen. Bringen Sie Ihr Kind in die kühle Nachtluft!
- Sollten Sie von Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin ein Medikament verordnet bekommen haben, dann geben Sie es frühzeitig und in der vorgeschriebenen Menge.

Vorbeugung gegen einen Pseudo-Krupp-Anfall gibt es nicht, jedoch kann durch verschiedene Maßnahmen die Stärke des Pseudo-Krupp-Anfalls gelindert werden:

- Schlafen mit leicht erhöhtem Oberkörper
- Im Schlafraum sollten Sie feuchte Tücher über den Heizkörpern aufhängen, damit die Raumluft angefeuchtet wird.
- Die Temperatur im Schlafraum sollte nicht höher als 18 °C sein, daher vor allem vor dem Schlafengehen ausgiebig lüften.



ERSTE HILFE BEI VARIZELLEN

Kratzen sollte möglichst vermieden werden, da dadurch an den Bläschen Infektionen und Narben entstehen können.

.....

Ihr Arzt bzw. Ihre Ärztin wird juckreizstillende Salben und Tropfen verordnen. Zur Vorbeugung gegen eine Ansteckung sollte der Kontakt mit erkrankten Personen gemieden werden. Das gilt besonders für Säuglinge in den ersten vier Wochen und für Schwangere.



RACHENINFEKT

Verschiedene Bakterien und Viren können eine Entzündung im Halsbereich auslösen. Die Übertragung erfolgt durch Tröpfcheninfektion (Husten, Niesen) oder durch Schmierinfektion. Die Folge sind hohes Fieber, Halsschmerzen, Schluckbeschwerden sowie Nahrungsverweigerung. Sollten Sie bei Ihrem Kind Anzeichen eines Racheninfektes bemerken oder einen solchen vermuten, sollten Sie unverzüglich Ihren Arzt/Ihre Ärztin aufsuchen. Bakterielle Rachenentzündungen können sehr wirkungsvoll mit Antibiotika behandelt werden. Wichtig ist jedoch, dass Sie das Antibiotikum Ihrem Kind solange wie verordnet geben.

Zusätzliche Maßnahmen sind Bettruhe bei hohem Fieber, ausreichende Flüssigkeitszufuhr sowie fiebersenkende Medikamente. Bei bakteriellen Racheninfekten besteht in der Regel nach 48 Stunden Behandlung keine Ansteckungsgefahr mehr.

VARIZELLEN/ FEUCHTBLATTERN/ WINDPOCKEN

Windpocken, auch als Schafblattern bekannt, sind eine extrem ansteckende Viruserkrankung, die durch einen schubweise auftretenden Ausschlag gekennzeichnet ist. Der Erreger ist das Varicella-Zoster-Virus, ein Herpesvirus. Die Übertragung erfolgt durch eine Tröpfcheninfektion oder durch die Luft auch über mehrere Meter (sog. „fliegende Infektion“)!

Die Krankheit beginnt meist mit Kopfschmerzen, Unwohlsein und Fieber. Anschließend kommt es zum Auftreten eines charakteristischen, stark juckenden Hautausschlags mit Bläschen. Die ersten Bläschen tauchen oft am Kopf und hinter den Ohren auf. In weiterer Folge breitet sich der Ausschlag auf den gesamten Körper und die Schleimhäute im Mund aus. Die Bläschen platzen auf, verkrusten und fallen ab. Da sie in Schüben auftreten, können gleichzeitig rote Pünktchen, wasserhaltige Bläschen und Verkrustungen vorhanden sein.

Schützen Sie Kinder durch Kleidung, wenn sie sich im Sommer im Wald oder auf Wiesen aufhalten. Suchen Sie danach den Körper (vor allem Kopf, Leistenregion, Kniekehlen) nach Zecken ab.

ZECKENBISS / BORRELIOSE

Die Lyme-Borreliose ist eine Infektionskrankheit, die ein Bakterium nach einem Zeckenbiss hervorruft. Dagegen gibt es keine Impfung, sie wird mit einer antibiotischen Therapie behandelt. Nicht jeder Zeckenbiss überträgt Borreliose. Etwa jede fünfte Zecke im europäischen Raum ist mit Borrelien infiziert. Kontrollieren Sie die Bissstelle, suchen Sie bei jeder Veränderung Ihren Arzt/Ihre Ärztin auf.

Borrelien leben im Verdauungstrakt von infizierten Zecken. Sie dringen über die Haut ein und rufen oft eine Hautrötung hervor. Eine bis mehrere Wochen nach dem Biss bildet sich ein roter, schmerzloser Fleck um die Stelle. Er breitet sich kreisförmig aus und wandert als roter Ring weiter, das Zentrum verblasst. Weitere Merkmale: Anschwellen der Lymphknoten und Gelenke, grippeartige Symptome.

SO ENTFERNEN SIE EINE ZECKE RICHTIG

Benutzen Sie eine feine Pinzette oder ein Skalpell. Setzen Sie dicht über der Haut an und ziehen bzw. hebeln Sie die Zecke vorsichtig heraus. Wenn Sie nicht sicher sind, die Zecke richtig entfernen zu können, suchen Sie einen Arzt/eine Ärztin auf. Geheimtipps reichen vom Abbrennen der Zecke bis zum Drauftröpfeln von Öl. Das schadet mehr als es nützt! Die Zecke kann im Todeskampf Erreger in die Wunde abgeben. Auch das Quetschen der Zecke kann schaden. Auf einen Klick: www.zecken.at

VERGIFTUNGEN DURCH ZIGARETTENSTUMMEL

Kleinkinder erkunden ihre Umwelt auch über den Mund. Bereits ein bis drei verschluckte Zigarettenstummel können Vergiftungserscheinungen wie Erbrechen und Durchfall hervorrufen. Verantwortlich sind Giftstoffe wie Nikotin, Arsen, Blei und Kadmium. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind Zigaretten und Zigarettenstummel nicht erreichen kann. Dies gilt auch auf Spielplätzen.

Unterstützung beim Rauchstopp

- Rauchertelefon: 0810/810 013
- RaucherInnen-Helpline: 0316/8035-1919
- www.rauchfrei-dabei.at

MUTTER-KIND-PASS- UNTERSUCHUNGEN

Hier geben wir Ihnen einen **Überblick** über die weiteren Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen. Ihr behandelnder Arzt bzw. Ihre behandelnde Ärztin gibt Ihnen gerne Auskunft über den Umfang sowie die genauen Untersuchungsinhalte. Ziel der weiteren Untersuchungen ist es, die **Entwicklung** und den **Gesundheitszustand** Ihres Kindes zu beobachten. Im Bedarfsfall kann der Arzt/die Ärztin bzw. können Sie so bei einer eventuellen Abweichung gegensteuern bzw. behandeln.



Welche
medizinische
Betreuung erhält
Ihr Kind zwischen
dem 2. und
3. Lebensjahr?



Mutter-Kind-Pass-Untersuchung

- Erhebung des aktuellen Gewichtes, der Länge und des Kopfumfanges, Eintragung in die Wachstumskurve (Perzentile)
- Entwicklungskontrolle
- zusätzliche Augen-Untersuchung
- Entwicklungsdiagnostik

3. Sechsfach-Impfung (ab 12. Lebensmonat), mit dem „Scheckheft Gesundheit für Eltern und Kind“ gratis

1. Impfung gegen Masern, Mumps und Röteln (ab 13. LM), mit dem „Scheckheft Gesundheit für Eltern und Kind“ gratis

4. PNC-Impfung ab 2. LJ (empfohlen, aber keine generelle Kostenübernahme)

1. Zeckenschutzimpfung möglich, falls noch nicht durchgeführt

Hepatitis-A-Impfung ab 13. LM möglich (infektiöse Gelbsucht)

Varizellen-Impfung ab 10. LM möglich



Mutter-Kind-Pass-Untersuchung

- Erhebung des aktuellen Gewichtes, der Länge und des Kopfumfanges, Eintragung in die Wachstumskurve (Perzentile)
- Entwicklungskontrolle und Entwicklungsdiagnostik (z. B. Gehen, Stehen, Sprechen)
- zusätzliche Augen-Untersuchung

2. Impfung gegen Masern, Mumps und Röteln, mit dem „Scheckheft Gesundheit für Eltern und Kind“ gratis



Mutter-Kind-Pass-Untersuchung

- Erhebung des aktuellen Gewichtes, der Länge und des Kopfumfanges, Eintragung in die Wachstumskurve (Perzentile)
- Entwicklungskontrolle und Entwicklungsdiagnostik (z. B. altersgemäße Sprachentwicklung, motorische Entwicklung)
- Erhebung des Zahnstatus, Aufklärung über Fluoridprophylaxe, Information über Kinderunfälle



REISEN MIT KINDERN

Die Reiseapotheke –
das kleine Einmaleins

Eine gut ausgestattete Reiseapotheke ist im Urlaub mit Kindern sehr hilfreich. Die folgende Aufstellung gibt eine **Anregung zum Umgang mit häufig auftretenden Erkrankungen bzw. Verletzungen bei Kindern**. Besprechen Sie vor der Reise mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, ob es besondere Maßnahmen gibt, die empfehlenswert sind. Zumindest für eine einfache Erstversorgung sollte man gerüstet sein, falls ein Arzt/eine Ärztin nicht sofort erreichbar ist. Scheuen Sie sich jedoch nie, bei Problemen jederzeit ÄrztInnen oder eine Spitalsambulanz aufzusuchen.

TIPPS

- Alle Dauermedikamente mitnehmen, achten Sie auf ausreichenden Vorrat, falls etwas verloren geht!
- Fieberthermometer mitnehmen.
- Setzen Sie die Reiseapotheke nicht starker Hitze oder Kälte aus, Zäpfchen schmelzen!
- Achten Sie darauf, wichtige Medikamente im Handgepäck zu haben.
- Achten Sie auf die kindersichere Verwahrung der Medikamente!
- Krankenversicherungsschutz **vor** der Reise überprüfen!
- Impfempfehlung für das jeweilige Reiseland und die Grundimpfungen überprüfen.

ALLGEMEINE EMPFEHLUNGEN:

- Nehmen Sie das Lieblingsspielzeug bzw. Kuscheltier Ihres Kindes mit, um die Umstellung auf die fremde Umgebung zu erleichtern.
- Halten Sie bei Flugreisen in der Start- und Landephase für Säuglinge etwas zum Trinken bereit, um den Druckausgleich im Ohr zu erleichtern.
- Machen Sie keine Experimente mit ungewohnten oder exotischen Nahrungsmitteln!
- Beachten Sie die notwendige Hygiene, Vorsicht vor Wasser und ungekochter Milch. Nur Gekochtes, Gebratenes und Schälbares essen.



- ▶ **Schnupfen**
Nasentropfen
- ▶ **Ohrenschmerzen, Ohrenentzündungen**
Nasentropfen und schmerzstillende Medikamente
- ▶ **Husten**
Hustentropfen oder Hustensaft
- ▶ **Fieber über 38,5 °C und Schmerzen**
Fiebersenkende und schmerzstillende Medikamente
- ▶ **Fieberkrampfneigung**
Krampflösendes Mittel
- ▶ **Augenentzündung**
Augentropfen, auch mit antibiotischem Wirkstoff
- ▶ **Durchfall & Erbrechen**
Normolyt oder andere Elektrolytlösung; für 6–8 Stunden 50ml/kg, kalt (8–14 °C) und löffelweise. Anschließend vorsichtiger Nahrungsaufbau (kohlehydratreich) und reichlich Flüssigkeit.
- ▶ **Juckende Hautausschläge, Nesselausschlag**
Fenistil-Tropfen und lokal Fenistil-Gel
- ▶ **Insektenstiche**
Antihistaminika (Tropfen und Gel)

- ▶ **Verletzungen**
Hansaplast bzw. Sanipore (bei empfindlicher Haut), Verbandsmaterial, Desinfektionslösungen oder Salbe
- ▶ **Verstauchungen**
Cool Bag
- ▶ **Reisekrankheit**
Travelgum
- ▶ **Sonnenbrand**
Kühlende Umschläge, Heilsalbe
Sonnenbrände größeren oder schwereren Ausmaßes sollten sofort ärztlich behandelt werden. Kleinkinder sollen im Freien immer einen Sonnenhut aufsetzen und nicht in der Mittagssonne sein.

Anforderungen an ein Sonnenschutzmittel:

Achten Sie auf einen hohen Lichtschutzfaktor, auf Schutz vor UVA- und UVB-Strahlen.

Besonders geeignet sind Produkte mit Mikropigmenten. Es gibt Produkte, die nur einmal täglich aufzutragen sind, wodurch lang anhaltender Schutz besteht. Vergessen Sie nicht auf den Schutz der Lippen.

Inhaltliche Unterstützung: Univ.-Prof. Dr. Wilhelm Müller, OA Dr. Georg Schmöler

ZAHNGESUNDHEIT

Zu viel Süßes macht Löcher



Gehen Sie mit gutem Beispiel voran! Wenn Kinder sehen, dass Zähneputzen bei Mama und Papa fixer Bestandteil im Tagesablauf ist, akzeptieren auch sie die Mundhygiene.

Kauen ist gesund – die Zähne brauchen feste Nahrung! Obst und Gemüse, Brot mit Butter, Käse oder Kräutertopfen sind gut geeignet. Der Kohlenhydratbedarf sollte mit Vollkornbrot, Erdäpfeln, Mais, Hirse und Reis gedeckt werden. Statt zuckerreicher Topfencreme, Fertigpudding, Biskotten, süßen Aufstrichen und Müslis sind Topfen, Milch und Naturjoghurt ratsam. Als Durstlöscher eignen

sich ungesüßte Tees oder (Mineral-)Wasser. Wird Süßes gegessen, besser auf einmal (anschließend Zähne putzen), als über den ganzen Tag verteilt. Nach dem Zähneputzen gibt es kein süßes Bett-hupfer! Durch den geringen Speichelfluss in der Nacht ist das doppelt schädlich. Lassen Sie sich bei der regelmäßigen zahnärztlichen Kontrolle zu Fluorprophylaxe, Reinigung der Zahnzwischenräume und Zahnversiegelung beraten.

Die Zahnpflege-Tipps von Dr. Laurenz Maresch und Dr. Peter Petrin orientieren sich an den Empfehlungen des Sanitätsrates.

ZAHN- PFLEGE

ZÄHNEPUTZEN?

2 bis 3x täglich. Vor dem Frühstück, wenn Obst oder Fruchtsaft konsumiert werden. Sonst danach. Abends vor dem Schlafengehen.

ZAHNPUTZDAUER?

2 bis 3 Minuten die Kauflächen, Außen- und Innenflächen sowie die Rückflächen der hinteren Zähne putzen.

ZAHNBÜRSTE?

Härtegrad: mittelhart bis weich; Borsten: gebündelt, abgerundet, Kunststoff; Bürstenkopfgöße:

2–2,5 cm; Lagerung: offen zum Trocknen; Elektrische Zahnbürsten: effizientere Reinigungswirkung als Handzahnbürsten; Austausch: nach 8 Wochen oder nach Infektionskrankheiten.

ZAHNPUTZTECHNIK?

Von Rot (Zahnfleisch) nach Weiß (Zahn). Nicht zu fest putzen, weil es sonst zu Schmelzabrieb und zu empfindlichen Zahnhälsen kommen kann.

ZAHNPASTA?

Kinderzahnpaste mit 500 ppm Fluoridgehalt, Menge etwa erbsengroß. Keine Weißmachercremes!

ZAHNARZTKONTROLLE?

Erster Kontrolltermin nach dem Durchbruch der ersten Zähne. Untersuchungen im Halbjahresrhythmus.

ZAHNSEIDE?

Zahnseide verringert die Entstehung von Karies. Die Anwendung sollten die Eltern durchführen, da es sonst zu Zahnfleischverletzungen kommen kann.

Styria vitalis

Abteilung Zahngesundheit
Tel.: 0316/82 20 94
www.styriavitalis.at



IMPFUNGEN

ZUSÄTZLICH EMPFOHLENE IMPFUNGEN:

(nicht im Gratisprogramm)

- **Varizellen (Windpocken):** ab vollend. 9. Lebensmonat möglich, empfohlen ab 2. Lebensjahr, 2 Teilimpfungen im Abstand von mind. 6 Wochen
- **FSME (Zeckenschutzimpfung):** ab vollend. 6. LM möglich, empfohlen ab 2. Lebensjahr, Grundimmunisierung mit 3 Teilimpfungen; 1. Auffr. nach 3 Jahren, danach alle 5 Jahre
- **Meningokokken konjugiert (MEC):** ab vollend. 2. LM möglich, empfohlen ab 2. Lebensjahr, Impfschema abhängig vom Impfbeginn
- **Influenza („echte“ Virusgrippe):** ab vollend. 6. LM möglich und empfohlen
- **Hepatitis A:** ab vollend. 12. LM möglich, 2 Teilimpfungen im Abstand von 6-12 Monaten, Impfschutz mind. 10 Jahre

ALLES AUF EINEN BLICK UND KLICK:

Wissenschaftliche Akademie für Vorsorgemedizin:
www.gesunde-kinder.at, www.impfwissen.at

Den österreichischen Impfplan 2011 finden Sie unter www.bmg.gv.at

Inhaltliche Unterstützung:

Wissenschaftliche Akademie für Vorsorgemedizin

Impfen ist ein Vorgang, der die natürliche, angeborene Fähigkeit des Körpers zur **Abwehr** von ansteckenden Krankheiten nutzt.

Welche Gratis-Impfungen sind im 2. und 3. Lebensjahr wichtig?

Im 2. LJ wird der Schutz gegen Masern, Mumps und Röteln (MMR) angelegt und die letzte Teilimpfung gegen Pneumokokken verabreicht. Letztere ist nur für Kinder mit Risikofaktoren kostenlos.

Masern, Mumps, Röteln – normale Kinderkrankheiten oder ernstes Risiko?

Prof. Dr. Diether Spork, langjähriger Leiter der Infektionsabteilung der Grazer Kinderklinik: „Masern sind mit hohem Fieber, Husten und Schnupfen, eventuell Ohren- oder Lungenentzündungen verbunden. Gefährlich sind Komplikationen wie die Masernenzephalitis, die bei 1 von 1000–2000 Erkrankten auftritt. Das Masernvirus ist sehr ansteckend, 95% der Menschen erkranken beim ersten Kontakt. Weniger ansteckend ist das Mumpsvirus. Häufig werden allerdings die Gonaden (Eierstöcke, Hoden) angegriffen – das ist sehr schmerzhaft und kann zu Unfruchtbarkeit führen. Röteln sind vergleichsweise harmlos. Auf Schwangere übertragen können aber schwere bleibende Schäden, Missbildungen oder sogar der Tod des Ungeborenen die Folge sein.“

Die Impfung versäumt – was tun?

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, welche Impfungen nachgeholt werden können (z. B. 6-fach-Impfung) und welche nicht mehr möglich/sinnvoll sind (z. B. Rota-Impfung).

IMPFPLAN

SÄUGLINGS- & KLEINKINDER

	1. LEBENSJAHR					2. LEBENSJAHR	
	7. LW	3. LM	5. LM	7. LM	12. LM	13. LM	20. bis 24. LM
Rotavirus, RTV	2 bzw. 3 TI im Abstand von 4 Wochen, Abschluss 24. bzw. 26. Lebenswoche je nach Impfstoff						
Diphtherie, Tetanus, Pertussis, Poliomyelitis, Haemophilus infl. B, Hepatitis B, DIP-TET-PERT-IPV-HIB-HBV		1. TI	2. TI		3. TI		
Masern, Mumps, Röteln, MMR						1. TI	2. TI
Pneumokokken, PNC*		1. TI	2. TI	3. TI			4. TI

* Die konjugierte Pneumokokken-Impfung ist derzeit nur für Kinder mit bestimmten Indikationen kostenlos. Das Impfschema ist abhängig vom Impfbeginn. TI = Teilimpfung

ENTWICKLUNGS- SCHRITTE

Voller Tatendrang und ForscherInnengeist – und kaum zu bremsen:
die Entwicklungsschritte im zweiten und dritten Lebensjahr im Zeitraffer



13.-15.
Monat

Jetzt bin ich kaum noch zu bremsen. Ich kann bereits sicher gehen. Es macht mir Spaß zu klettern, in etwas hinein- oder durch etwas hindurchzukrabbeln. Alle Schränke und Schubladen werden genauestens untersucht, denn ich will wissen, was drinnen und dahinter ist. Ich spiele erste **Symbolspiele** (Ich tu so, als ob ...) und liebe auch das gemeinsame Spiel wie das Anschauen von Bilderbüchern. Selber essen funktioniert recht gut, ein wenig Unterstützung brauche ich aber noch. Die Wörter „Mama“ und „Papa“ setze ich schon gezielt ein, und ich beginne, neue Wörter zu lernen. Ich freue mich, wenn du alle Dinge benennst, auf die ich zeige.



16.-18.
Monat

Ich werde immer selbstständiger. Mein Bewegungsdrang wird immer größer, ich lebe ihn gerne im Freien aus. Beim Laufen bin ich schon geschickt, nur das Treppensteigen bereitet mir noch Schwierigkeiten. Anziehen kann ich mich noch nicht, aber beim Ausziehen von Socken oder Hauben helfe ich. Das selbstständige Essen geht schon viel besser. Gerne **sammle** ich Gegenstände, **ordne** sie in Körbe und Schachteln ein, **räume** sie wieder aus. Erlernte Wörter beginne ich zu kombinieren. Ich erkenne erste Absichten: Zum Beispiel kann ich dir einen Stift anbieten, wenn du ein Blatt Papier nimmst. Oder ich gehe davon aus, dass wir spazieren gehen, wenn wir Jacken anziehen.



19.-21.
Monat

Ich erkenne mein Spiegelbild. Das Treppensteigen wird nun immer sicherer, und damit gibt es noch mehr spannende Entdeckungsmöglichkeiten für mich. Aber zu meinem Schutz haben meine Eltern ein Gitter vor dem Treppenabgang montiert. Naja, sie werden schon wissen, warum! Meine ersten **künstlerischen Versuche** unternehme ich jetzt auch. Zeichenunterlagen bereiten mir daher große Freude. Ich kann nämlich schon ganz viele tolle Dinge kritzeln. Ich erkenne jetzt nicht nur mein eigenes Spiegelbild, ich interessiere mich auch für andere Kinder und bin gerne mit ihnen zusammen, die Interaktionen nehmen Tag für Tag zu.

Inhaltliche Unterstützung:

Univ.-Prof. Dr. Wilhelm Müller

OA Dr. Georg Schmölzer

Dr.ⁱⁿ Luise Hollerer

Entwicklungsstationen sollen nur in ihrer Gesamtheit und nicht als einzelne Bausteine beurteilt werden. Ihr Kind kann in einzelnen Bereichen **vorne**, in anderen **hinten** sein. Tauschen Sie sich regelmäßig mit den **Betreuungspersonen** aus. Sollten Sie sich sorgen, wenden Sie sich an Ihren Arzt/Ihre Ärztin oder an EntwicklungspsychologInnen.



22.-24.
Monat

Jetzt verwende ich schon meinen Vornamen. Meine Individualität wird noch stärker ausgeprägt. Ich beginne mich als eigene Person wahrzunehmen. Ich freue mich über Vorhaben, die gelingen, und kann mich schon ziemlich ärgern, wenn ich es nicht schaffe. Wünsche wie zum Beispiel „Trinken haben“ teile ich euch mit, und ich kann in der Regel auch einfache Bitten befolgen. **Wenn ich will!** Meine Eltern sagen, ich spreche schon 20 Wörter! Versuche doch, ob du mich auch verstehst – denn dazu muss man doch etwas eingehört sein. Ich kooperiere immer öfter mit anderen Kindern. Das heißt zum Beispiel: Jemand fährt mit dem Spielzeugauto vor und ich folge mit meinem hinterher.



25.-30.
Monat

Ich trainiere meine Vorstellungskraft. Das Anschauen von Bilderbüchern macht mir viel Spaß. Nun kann ich schon die verschiedenen Tiere oder **Gegenstände beim Namen nennen**. Gemeinsam mit Papa oder Mama Reime zu sprechen und Lieder zu singen, bereitet mir Freude. Meine Vorstellungskraft trainiere ich mit einfachen Puzzlespielen. Ich freue mich, wenn du benennst, was ich mache und erlebe. Es ist gut für mich, wenn du meine Handlungen mit Sprache begleitest. Durch diese Unterstützung werden auch die von mir gebildeten Sätze immer länger. Rollenspiele helfen mir, andere zu verstehen und mit ihnen zu fühlen.



31.-36.
Monat

Spielen mit meinen Freunden macht mir Spaß. Ich habe gerne alleine gespielt, aber nun macht es mir auch viel Spaß, mit meinen SpielkameradInnen etwas zu unternehmen. Bisher habe ich mich nur zu Fuß fortbewegt. Jetzt entdecke ich die Welt mit Laufrad oder Roller und bereite mich so auf das Radfahren vor. Ich kann **Gegenstände in Kategorien einordnen** – Birnen und Karotten gehören zum Essen, der Hund ist ein Tier, Bausteine und Autos sind Spielzeug. Das heißt auch: Ich füttere die Tiere und nicht das Auto. Zeig mir weiterhin vieles, ich möchte viele neue Wörter erfahren. Ich mag es, wenn du Dinge zählst. Ich lerne die Prinzipien, die dem Zählen zugrunde liegen.



WENN NICHT ALLES
NACH PLAN LÄUFT



BEZIEHUNGEN STÄRKEN

Eltern-Kind-Zentren bieten eine Vielfalt an Angeboten zur Förderung der Eltern-Kind-Beziehung.
www.zweiundmehr.steiermark.at



ENTWICKLUNGS- KRISEN

Jedes Entwicklungsalter hat seine **Herausforderungen**. Im ersten Lebensjahr geht es um den Spagat von Vertrauen und Misstrauen, im zweiten Lebensjahr um das erste **Sich-Lösen** von Personen und das Erlangen von **Autonomie**, in der folgenden Zeit um das Ergreifen der Initiative und den Umgang mit Versagen und Schuldgefühlen.

Darüber hinaus erfordern die Lebensumstände neue Kompetenzen von Kindern, denn es gibt eine Reihe von **Übergängen**, die es zu bewältigen gilt:

Ein neues Geschwisterchen, der Eintritt in eine Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung, ein Umzug, eine Trennung – das alles sind große Lebensveränderungen für ein Kind. Diese Anforderungen und Herausforderungen können als krisenhaft erlebt werden.

Inhaltliche Unterstützung: Dr.ⁱⁿ Luise Hollerer

Wann und warum können Entwicklungskrisen auftreten? Wie geht man damit um?

- Herausfordernde Lebensereignisse betreffen unter anderem den Familienbereich (Geburt von Kindern, Trennung, Tod ...), die eigene Person (Trotzalter, schwere Krankheit, ...) oder den Wechsel in verschiedene Bildungs- und -betreuungssysteme (Tagesmutter/-vater, Kinderkrippe, Kindergarten, Volksschule, ...)
- Jedes Kind reagiert unterschiedlich auf die gestellten Anforderungen. Es muss sich auf die jeweilige Situation einstellen, neue Verhaltensweisen entwickeln, wieder Sicherheit erlangen und vertrauen können. Diese Lernprozesse können das Kind in seiner Entwicklung vorantreiben, aber auch zurückwerfen.
- Bedenken Sie, dass Ihr Kind im Zuge dieser Lebensereignisse eine ganze Reihe von Emotionen zu bewältigen hat (Freude, Neugier, Stolz, Angst, Verunsicherung, Belastung, Trauer, ...). Eltern und PädagogInnen sind gleichermaßen gefordert, die Kinder angemessen zu begleiten und zu unterstützen.
- Krisen führen oft zur Erschütterung der täglichen Routine. Es braucht Zeit, damit sich Neues entwickeln kann. Wenn Ihr Kind häufig weint und nicht zu beruhigen ist oder aus ganz vielfältigen Angeboten nichts oder nur wenig wählt, kann dies ein Anzeichen dafür sein, dass nicht alles nach Plan läuft.
- Lassen Sie sich professionell unterstützen, wenn drei Monate lang keine Veränderung erzielt werden kann. Notieren Sie Ihre Beobachtungen und besprechen Sie diese mit PädagogInnen und EntwicklungspsychologInnen.

WERTVOLLER WORTSCHATZ

Die Sprachentwicklung und Möglichkeiten zur Förderung

MIT 2 JAHREN

Sprachentwicklung

- Das Kind versteht längere Sätze und führt einfache Aufträge aus.
- Es sagt seinen Namen.
- Es bildet 2–3-Wortsätze.
- Es ist in der Lage, auf alltägliche Gegenstände oder Bilder zu zeigen.
- Nicht jedes Kind wird in der Lage sein, die Wörter richtig auszusprechen. Wichtig ist aber, WAS Ihr Kind sagt, NICHT WIE es etwas sagt!

Tipps zur Förderung

- Sprechen Sie einfache Sätze mit Ihrem Kind.
- Schauen Sie mit Ihrem Kind geeignete Bücher an.
- Spielen Sie mit Ihrem Kind.
- Verwenden Sie Kinderreime und singen Sie Lieder.
- Erweitern Sie seinen Wortschatz, indem Sie ihm neue Begriffe anbieten.

Lassen Sie sich beraten, wenn

- ... Ihr Kind zu sprechen aufhört.
- ... der Wortschatz Ihres Kindes – außer Mama und Papa – nur wenige Wörter umfasst.
- ... das Kind meistens unverständlich spricht.
- ... das Kind keine 2-Wort-Sätze spricht (z. B. Auto da).
- ... Sie das Gefühl haben, Ihr Kind versteht Sie nicht.

MIT 3 JAHREN

Sprachentwicklung

- Das Kind versteht einfache Geschichten.
- Es bildet Sätze.
- Es stellt Fragen (Wer? Was?).
- Es wird selbstständiger und kann einfache Aufträge ausführen.
- Es ist in der Lage, sich mit anderen Familienmitgliedern zu unterhalten.
- Es kann auch Gedanken und Gefühle vermitteln.

Tipps zur Förderung

- Hören Sie Ihrem Kind aufmerksam zu.
- Helfen Sie ihm so, seine Gedanken und Gefühle zu ordnen und auszudrücken.
- Ermutigen Sie es, Schnuller und Flasche aufzugeben.
- Tägliche Wiederholungen, wie z. B. das Singen von Schlafliedern, sind förderlich für die Entwicklung Ihres Kindes.
- Einfache Spiele (Einkaufen, Memory, Puppen spielen, ...) bieten Gelegenheit, Ihrem Kind einfache grammatikalische Merkmale anzubieten: „Ich kaufe einen Apfel, du kaufst zwei Äpfel.“
- Korrigieren Sie die Fehler Ihres Kindes nicht, sondern verstärken Sie seine Äußerungen, indem Sie das Gesagte richtig wiederholen.

Lassen Sie sich beraten, wenn

- ... das Kind für Fremde unverständlich spricht.
- ... es noch keine einfachen Sätze bildet.
- ... es noch nicht beginnt, die Mehrzahl zu bilden.
- ... es wenige Tätigkeitswörter, keine Artikel oder Eigenschaftswörter benützt.



GROBMOTORISCHE FÖRDERUNG

- Seilspringen
- Hampelmann
- Hüpfen auf einem Bein
- Froschhüpfen
- Elefantengang
- Einbeinstand
- Sackhüpfen
- Balancieren
- Ball werfen und fangen
- Hüpfspiele
- Hindernislauf
- Radfahren

FEINMOTORISCHE FÖRDERUNG

- Perlketten auffädeln
- Turm bauen
- Plastilin arbeiten
- Zeichnen
- Steckspiele
- Schneiden
- Anmalen
- Kleben
- Finger- und Angelspiele
- Puzzle bauen
- Wäscheklammern anbringen

WAHRNEHMUNGSFÖRDERUNG

- Tast- und Farbenspiele
- Spiele zum Zahlen- und Mengenbegriff erlernen
- Geräusche
- Memory
- Rhythmische Spiele (Lieder, Kindertänze)
- Hörtraining (laut – leise, hoch – tief, Richtungshören)
- Geschmacks-, Geruchs- und Temperaturunterscheidung (süß – sauer, warm – kalt)
- Klatschspiele
- Lotto

MUNDMOTORISCHE ÜBUNGEN

- Zungen-, Lippen-, Blas- und mimische Übungen

**WISSENSWERTES
AUF EINEN BLICK UND KLICK:**

Hör- und Sprachberatungsstelle
des Landes Steiermark
Fachabteilung 8B, Gesundheitswesen
Tel.: 0316/877-5890
www.hoerberatung.steiermark.at



Eltern, die sich Sorgen um die Sprachentwicklung ihres Kindes machen, können es **HNO-fachärztlich** (Abklärung des Hörvermögens!) abklären lassen und ein beratendes **Elterngespräch** bei LogopädInnen in Anspruch nehmen. Dort erhalten Sie kompetente Unterstützung und wertvolle Anregungen bei der individuellen Förderung Ihres Kindes.





SPIELEND
DIE WELT
KENNENLERNEN



MAMA, PAPA, ICH MUSS MAL!

Vom richtigen Zeitpunkt für das Sauberwerden

Alle wissenschaftlichen und nichtwissenschaftlichen Versuche, dass Kinder früher sauber werden, sind gescheitert. Die Kinder müssen einfach die entsprechende Entwicklungsreife erreicht haben. Dr.ⁱⁿ Luise Hollerer

Das Sauberwerden ist ein wichtiger Schritt in der Entwicklung Ihres Kindes. Es ist ein Zeichen einer besseren Körperkontrolle und größerer Selbstständigkeit. Das Sauberwerden ist primär ein Reifungsprozess, bei dem Sie Ihr Kind begleiten und unterstützen können.

Die wichtigste Voraussetzung dafür ist, dass Ihr Kind dazu bereit sein muss. Etwa ab dem Alter von 18 Monaten zeigen Kinder die Bereitschaft mitzumachen. Bis zu diesem Zeitpunkt erfolgt das Ausscheiden automatisch als unbewusster Reflex.

Erst in der Mitte des zweiten Lebensjahres fühlt das Kind, wenn seine Blase und sein Darm voll sind. Die meisten Kinder werden zwischen ihrem 2. und 5. Geburtstag sauber. Es hat keinen Sinn, diese natürliche Entwicklung erzwingen zu wollen. Haben Sie Geduld!



Entwicklungspsychologin
Dr.ⁱⁿ Luise Hollerer über
Entwicklungsreife,
Körperwahrnehmung und
Selbstständigkeit.

Woran können Eltern erkennen, dass ihr Kind zum Sauberwerden bereit ist?

- Es zieht sich zurück, wenn es in die Windel macht.
- Es meldet, wenn die Windel voll ist.
- Es lässt sich nicht mehr gerne wickeln.

Was ist ein typischer Verlauf beim Sauberwerden und wann sollte man um Rat fragen?

Tagsüber zeigen Kinder frühestens zwischen dem 18. und 24. Lebensmonat die Bereitschaft, sauber zu werden, nachts sechs Monate später. Die Voraussetzung dafür ist, dass Ihr Kind die entsprechende Entwicklungsreife erreicht hat. Im dritten Lebensjahr wird die Zeitspanne zwischen Ankündigen und „mal Müssen“ dann immer länger, bis ins Vorschulalter braucht der größte Teil der Kinder keine Windeln mehr. Klappt es bis nach dem fünften Lebensjahr nicht, sollte man professionellen Rat einholen. Und noch etwas: Etwa 10 Prozent der Kinder nassen auch im Schulalter noch rund zweimal im Monat nachts ein. Eine Bettunterlage ist hilfreich.

Wie kann man Kindern einen möglichst unbeschwerten und doch bewussten Umgang mit dem eigenen Körper vermitteln?

Lassen Sie Ihr Kind viele unterschiedliche Körper- und Sinneserfahrungen machen und lenken Sie seine Aufmerksamkeit darauf. Das schließt alle Sinne mit ein – Riechen, Schmecken, Spüren. Für das Kind ist es wichtig, sich selbst zu frisieren, sich einzucremen, den Wind auf der Haut zu spüren. Dabei verfeinert sich die Körperwahrnehmung. Deshalb ist es günstig, wenn Kinder im Sommer ohne Windel herumlaufen, damit sie merken, wenn z. B. der Harndrang kommt. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind einen geschützten Ort hat, wenn es mal muss.

Wenn für das Sauberwerden eine bestimmte Entwicklungsreife Grundvoraussetzung ist – wie sieht diese aus?

Rein neurologisch gesehen muss das Kind ein Gespür für den eigenen Körper entwickeln, Körperempfindungen mitteilen. Und es muss seine Muskulatur willentlich anspannen und loslassen können. Mit drei Jahren schafft es dann auch langsam schon ganz gut anzukündigen, dass es mal muss, aber es noch zurückhalten kann. Buben brauchen in der Regel beim Sauberwerden etwas länger als Mädchen.

Wie können die Eltern ihr Kind unterstützen und den Gang auf die Toilette im Vergleich zur Windel attraktiv machen?

- Das Kind soll eine möglichst aktive Rolle übernehmen. Dabei sind alle Utensilien wie Topferl und Kloaufsatz hilfreich, die die Selbstständigkeit unterstützen. Das Kind soll sein Topferl selbst holen und den Inhalt auch selbst entsorgen können.
- Wesentlich ist die Erfahrung, dass auch Eltern und Geschwister auf die Toilette gehen.
- Buben lernen von männlichen, Mädchen von weiblichen Rollenvorbildern.
- Kinder dürfen ihre Eltern deshalb auch hin und wieder auf die Toilette begleiten. Aber nicht immer. Denn zu Hause im gesicherten Rahmen sollten Kinder auch erfahren, dass es Momente gibt, in denen jede Person alleine sein möchte – und der Toilettengang gehört zu diesen.
- Zeigen Sie Ihre Freude, wenn Ihrem Kind der Toilettengang gelingt, und haben Sie Geduld.

BRÜDERCHEN & SCHWESTERCHEN

Entwicklungspsychologin Dr.ⁱⁿ Luise Hollerer
über gerechte Erziehung, Eifersucht, Rivalität und
Frust und Lust der Großen und der Kleinen.



Freud und Leid des jüngeren Geschwisterchens

- Das Vorbild der Älteren ist für kleinere Kinder an- und aufregend. Größere Geschwister dienen als Modell und motivieren dazu, selbst zu experimentieren.
- Man darf jüngeren Kindern ruhig zumuten, dass sie mal frustriert sind, weil sie etwas (noch) nicht können. Versuchen Sie als Elternteil nicht, den natürlichen Altersunterschied auszugleichen. Wenn es z. B. ums Klettern geht: Unterstützen Sie das jüngere Kind, dort zu spielen, wohin es aus eigener Kraft kommt. Heben Sie Ihr Kind nicht auf das höchste Gerüst. Erklären Sie, dass es nur eine Frage der Zeit ist, bis es gelingt.
- Das jüngere Kind muss nicht alles früher als das ältere Kind dürfen. Sagen Sie, dass bestimmte Dinge möglich sind, wenn es das Alter erreicht hat. Diese Ausblicke müssen klar sein und werden von den Kindern genau eingefordert.
- Spielzeug zu teilen und jüngere Kinder probieren zu lassen ist sinnvoll. Allerdings darf nicht unter dem Deckmantel des Alters das Werk des Größeren zerstört werden. Warten und teilen zu müssen ist nicht immer leicht und braucht Unterstützung.
- Es aushalten zu können, dass auch das ältere Kind manchmal noch auf dem Schoß der Eltern sitzt, gehört ebenso dazu.

Freud und Leid der Erstgeborenen

- Um Eifersucht so gut es geht zu vermeiden, ist die individuelle Zuwendung wichtig. Eltern, Verwandte und Freunde sollten alle Kinder gleichermaßen wahrnehmen und nicht nur ihr Entzücken über einen Neuankömmling ausdrücken.
- Ältere Kinder müssen vermehrt Rücksicht nehmen und Verantwortung übernehmen. Man darf sie jedoch nicht über Gebühr zur Aufsicht jüngerer Geschwister einsetzen. Die Verantwortung muss bei den Eltern bleiben.
- Erstgeborenen mehr zuzutrauen bedeutet aber auch, dass das Vertrauen in die Selbstständigkeit wächst. Daran können sie wachsen – ihnen etwas zuzumuten, schafft Vertrauen in die eigenen Handlungen.
- Dem/der Erstgeborenen steht auch nach der Geburt des Geschwisterchens Individualzeit mit den Eltern zu.
- Neben Gemeinsamkeit und Teilen sollten Erstgeborene auch mal in Ruhe spielen können. Überlegen Sie mit dem älteren Kind, wo es seine Spielsachen unterbringen kann (v. a. Zerbrechliches oder für jüngere Kinder gefährliche Kleinteile). Wenn Ältere einen gesicherten Bereich haben, fällt das Teilen leichter.



Die Achterbahn
zwischen inniger
Geschwisterliebe
und liebsten Streit-
gefährtnen

Geschwister sind ein Geschenk und eine Herausforderung. Sie sind einander nahe – manchmal zu nahe. Sie lieben und sie hassen sich. Geschwister lernen die Bandbreite der Gefühle kennen und üben soziale Verhaltensweisen.

Eltern können diese wichtigen sozialen Lernerfahrungen gut begleiten, wenn sie beherzigen:

▶ Nichts ist so ungerecht wie die gleiche Behandlung von Geschwistern. Das führt zur Unterforderung der Älteren und Überforderung der Jüngeren. Achten Sie auf Entwicklungsgerechtigkeit.

Ältere Kinder müssen öfters geduldig sein. Wer im Streit gescheitert sein und nachgeben muss, sollte anderswo einen Vorteil haben – eventuell abends ein wenig länger aufbleiben oder eine besondere TV-Sendung sehen dürfen. Individualzeit mit den Eltern ist wesentlich:

▶ Mama oder Papa sollten auch mal ausschließlich für ein Kind da sein.

Wenn sich ein Geschwisterchen ankündigt, sind Aufregung und Spannung groß. Machen Sie deutlich, dass ein Baby viel Freude macht, dass es herausfordernd sein kann und vor allem, dass es keine Puppe ist. Eine realistische Einschätzung der neuen Situation ist hilfreich. Die erlernt Ihr Kind, wenn es in die Babypflege eingebunden wird und mithelfen kann.

Unternehmen Sie mit Ihren Kindern Dinge, die auch Ihnen selbst Spaß machen. Dann werden daraus **Glücksmomente**, die fürs Leben halten!

Wie schützt man sich als Elternteil davor, sich durch Aussagen wie „Du hast den anderen/die andere lieber als mich“ emotional erpressen zu lassen?

Solche Aussagen zeigen, dass die Balance nicht stimmt. Man kann sie in diesem Moment schwer herstellen, da viele Emotionen im Spiel sind. Lassen Sie sich nicht in Liebesbeweise hineinpressen. Erkunden Sie in einer ruhigen Zweizeit, wann ihr Kind dieses Gefühl hat. Fragen Sie nach: „**Woran merkst du, dass ich dich gern habe?**“ Achten Sie auf Individualzeit mit dem Kind.

Wie sollte man Streit zwischen Geschwistern schlichten?

Melden Sie streitenden Kindern Ihre Beobachtungen: „Ich sehe, dass Du auf Pias Auto steigen möchtest. Ich sehe auch, dass Pia gerade da oben sitzt. Zwei zugleich geht sich nicht aus. Wie können wir das lösen?“

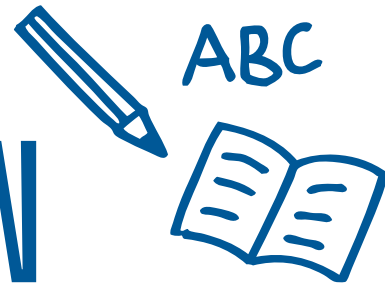
Wenn Kinder sehr erregt sind, ist es günstig, ihnen Zeit und Raum zu lassen, damit sie ruhiger werden. Es dauert, bis sie wieder klar denken können. Begleiten Sie Ihr Kind: „Ich sehe, dass Du laut und wild versuchst, das Auto zu bekommen. Suchen wir uns einen Platz, wo wir überlegen und eine Lösung finden können.“

Sprechen Sie immer wieder mit Ihren Kindern darüber, dass man über Wünsche diskutieren und Konflikte lösen kann. Sie müssen erfahren, dass Kinder und Erwachsene viele verschiedene Wünsche haben, dass nicht alles gleichzeitig zu haben ist, dass man auf manches warten muss und dass man dabei auch Ärger und Frust erlebt.

In der Freizeit gemeinsam aktiv sein:

Der „ZWEI UND MEHR-Steirische Familienpass“ bietet viele ermäßigte Angebote. www.zweiundmehr.steiermark.at

KINDERBILDUNGS- & -BETREUUNGS- EINRICHTUNGEN



Welche Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen gibt es in der Steiermark?

KINDERKRIPPEN

sind nicht beitragsfreie Einrichtungen für Kinder bis zum vollendeten 3. Lebensjahr. Fällt der dritte Geburtstag in das laufende Kinderbetreuungsjahr, kann die Einrichtung bis zum Ende des Kinderbetreuungsjahres besucht werden. Es kann um finanzielle Unterstützung angesucht werden.

KINDERGÄRTEN UND HEILPÄDAGOGISCHE KINDERGÄRTEN

sind Einrichtungen für Kinder ab dem vollendeten 3. Lebensjahr bis zur Erreichung der Schulpflicht. Es kann um finanzielle Unterstützung angesucht werden. Das bundesweit geltende verpflichtende Kinderbetreuungsjahr ist für alle Kinder im letzten Jahr vor Eintritt der Schulpflicht beitragsfrei. Dies gilt für altersentsprechende institutionelle Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen (Kindergarten, Alterserweiterte Gruppe, Kinderhaus).

KINDERHÄUSER

sind Einrichtungen für Kinder ab dem vollendeten 18. Lebensmonat bis zur Beendigung der Schulpflicht.

ALTERSERWEITERTE GRUPPEN

sind Einrichtungen für Kinder im Alter von 18 Monaten bis zum Ende der Volksschulzeit.

TAGESMÜTTER/TAGESVÄTER UND BETRIEBSTAGESMÜTTER/-TAGESVÄTER

sind Personen, die in ihrem Haushalt oder im Betrieb regelmäßig und entgeltlich Kinder längstens bis zur Beendigung der Schulpflicht betreuen.

► Für diese Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen bestehen gesetzlich vorgeschriebene Höchstzahlen und ein Betreuungsschlüssel.

Alles auf einen Blick

Folder „Kinderbildung und -betreuung – Was wollen Sie gerne wissen?“
der Fachabteilung 6E – Elementare und musikalische Bildung des Landes Steiermark

**Kostenlose Informationen
für Eltern und Kinder-
betreuungsplätze auf einen Blick:**

www.kinderdrehscheibe.net
Tel.: 0316/37 40 44
bzw. 0810/0012 42
(zum Ortstarif)

DIE KINDERDREHSCHIEBE

Das Hauptanliegen der Kinderdrehscheibe ist es, Eltern rasche, kompetente und unbürokratische Informationen über Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen der Steiermark zu bieten. Fragen wie „Wo gibt es noch freie Plätze?“ oder „Welche Bildungs- und Betreuungsmöglichkeiten gibt es in meinem Wohnumfeld?“ werden gerne beantwortet.



Sprachliche Bildung ist ein **langfristiger Prozess**. Ganzheitliche Sprachförderung ist in das gesamte Bildungsgeschehen **integriert**.



Der Schlüssel
zur Welt

SPRACHE

Jedes Kind bringt bei seinem Eintritt in eine Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung **bereits erworbene Sprachfertigkeiten** mit – und das auf unterschiedlichem Niveau. KindergartenpädagogInnen begleiten, beobachten und erstellen individuelle Förderkonzepte für die ihnen anvertrauten Kinder. Je nach persönlichem Sprachförderbedarf und nach der Anzahl der Kinder erfolgt die frühe sprachliche Förderung auch mit zusätzlicher **Unterstützung durch SprachberaterInnen**. Dabei ist es bedeutsam, sich sowohl mit den Eltern abzustimmen als auch Netzwerkkontakte zu anderen Fachstellen (z. B. Sprachtherapiebedarf) zu aktivieren. Eine große Bedeutung kommt hier der Kompetenz in der Erstsprache zu, die die Basis für den Erwerb der Zweitsprache ist.



WAS MAN WISSEN MUSS

WAS BEDEUTET ELEMENTARE BILDUNG?

Elementare (frühkindliche) Bildung bedeutet Bildung von Anfang an und umfasst den Lebensabschnitt von null bis sechs Jahren. In dieser Zeit brauchen Kinder die besten Voraussetzungen, um ihre emotionalen (Gefühlsebene), sozialen, kognitiven (Erkennen, Wahrnehmen) und körperlichen Fähigkeiten entwickeln zu können und ihre Persönlichkeit zu stärken.

Elementare Lernprozesse sind gekennzeichnet durch Neugierde, Experimentierfreude und Selbsttätigkeit, durch entdeckendes Lernen, Lernen am Modell. Durch das Lernen am und im Spiel erwerben Kinder ständig neues Wissen und gewinnen Erfahrungen über sich und ihre Umwelt. Das wiederum führt zu einer Veränderung beziehungsweise Ergänzung ihres Weltbildes. Erst dadurch sind die Kinder in der Lage, ihre Handlungskompetenzen auszuweiten.

WAS IST DER BILDUNGSRAHMENPLAN?

Bildung ist in den elementaren Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen in der Steiermark längst selbstverständlich. Der „Bundesländerübergreifende BildungsRahmenPlan“, der in der Steiermark im Herbst 2009 eingeführt wurde, beschreibt nun Bildungsbereiche im Sinne von Leitgedanken und gibt Grundorientierungen für die pädagogische Praxis in Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen. Für die PädagogInnen ermöglicht er eine Strukturierung ihrer Arbeit nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Für die Eltern soll der BildungsRahmenPlan Einblick in die pädagogische Arbeit in Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen geben und als Grundlage für Gespräche mit PädagogInnen dienen.

WAS SIND DIE BILDUNGSBEREICHE?

- Emotionen und soziale Beziehungen
- Ethik und Gesellschaft
- Sprache und Kommunikation
- Bewegung und Gesundheit
- Ästhetik und Gestaltung
- Natur und Technik

Die einzelnen Bildungsbereiche beziehen sich auf wichtige Schwerpunkte elementarer Bildungseinrichtungen. Sie stellen zugleich Handlungsfelder für PädagogInnen und Lernfelder für die einzelnen Kinder dar und werden inhaltlich der individuellen Entwicklung entsprechend aufbereitet. Bildungsprozesse betreffen stets mehrere Bildungsbereiche gleichzeitig, daraus ergibt sich eine ganzheitliche und vernetzte Bildungsarbeit.

Das Spiel ist die wichtigste Lernform in der elementaren Bildung, denn in einem entsprechend gestalteten Umfeld werden dadurch synaptische Verbindungen im kindlichen Gehirn aufgebaut und laufend benützt. Womit, mit wem und wie spielen – das entscheidet das Kind. Die freie Wahl fördert nicht nur die Selbstbestimmung des Kindes, sondern bewirkt auch eine Motivation für Lernprozesse, die aus eigenem Antrieb entstehen. Spielen stärkt die Fähigkeiten unserer Kinder.

WEITERE INFORMATIONEN UND ANSPRECHPERSONEN

Amt der Steiermärkischen Landesregierung
 Fachabteilung 6E – Elementare
 und musikalische Bildung
 Stempfergasse 4, 8010 Graz
 Tel.: 0316/877-3639
 Kinderbildungs- und -betreuungsreferat
www.kinderbetreuung.steiermark.at

**Alles
 auf einen Blick:**
 ZWEI UND MEHR-
 Wegweiser für
 Familien

BITTE LIES MIR VOR!

Lesen beginnt, wenn das Kind mit Sprache in Berührung kommt, wenn Erwachsene ein Lied vorsingen, reimen, eine Geschichte vorlesen oder beim Betrachten von Bilderbüchern. Am Klang der Wörter, an ihren Bedeutungen, am Inhalt von Geschichten und Bildern erwirbt das Kind eine Beziehung zum Lesen. Tägliches (!) Vorlesen und Erzählen schafft bleibende Erinnerungen an die Kindheit und unterstützt die Wortschatzentwicklung. Und Sie schenken Liebe, Zeit und Geborgenheit.

www.lesezentrum.at
www.leseoffensive.st



SIND ZUSÄTZLICHE ANGEBOTE IN KINDERBILDUNGS- UND -BETREUUNGSEINRICHTUNGEN SINNVOLL?

Neben einer ganzen Reihe von außerinstitutionellen Angeboten können betriebsfremde Personen auch in Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen mitwirken. Dies sind zum Beispiel Personen, die verschiedene Fremdsprachen oder die musikalische Früherziehung anbieten, oder Personen, die Projekte zur interkulturellen Öffnung durchführen. PädagogInnen sind daher als ExpertInnen gefordert,

- das jeweilige zusätzliche Angebot auf die Bildungsschwerpunkte der Einrichtung hin zu überprüfen und die Nachhaltigkeit zu sichern. Aus pädagogischer Sicht wäre es sinnvoll, die Angebote mitwirkender Personen in den pädagogischen Alltag von Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen zu integrieren. Die verantwortlichen PädagogInnen haben die Angebote der Mitwirkenden aktiv zu begleiten und diese in der Planung und Durchführung der Bildungsarbeit zu verankern.
- dafür Sorge zu tragen, dass der Tagesablauf für die Kinder durch mitwirkende Personen keinesfalls gestört wird. Eine zu hohe Anzahl an zusätzlichen Bezugspersonen ist (vor allem für jüngere Kinder) nicht förderlich, schulartiger Unterricht ist auszuschließen. Die Mitwirkung betriebsfremder Personen bedarf, über Meldung des Erhalters, der Zustimmung der Landesregierung. Der Zugang zu den Angeboten muss im Sinne der Chancengleichheit für alle Kinder möglich sein – die Kostenfrage ist über die Erhalter zu regeln. Und: Weniger ist oft mehr. Kinder brauchen Kontinuität und Klarheit. Unsere Zeit ist eine schnelllebige, der Lebensrhythmus von Erwachsenen ist ein anderer als der der Kinder. Somit haben Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen diesbezüglich die wesentliche Aufgabe, Kinder vor einem „Überangebot“ zu schützen. Ein oft notwendiges Plädoyer für Zeit und Langsamkeit im Umgang mit Kindern ist in einer sich ständig verändernden Gesellschaft mehr denn je von Aktualität.

WELCHE AUFGABEN HABEN KINDERBILDUNGS- UND -BETREUUNGSEINRICHTUNGEN?

Kinderbildungs- und **-betreuungseinrichtungen** haben die Aufgabe, die Erziehung in der Familie zu unterstützen und zu ergänzen. Ziel ist es, den Kindern eine positive Gesamtentwicklung zu ermöglichen. Die Bedürfnisse jedes einzelnen Kindes wie auch der Gesamtheit der Gruppe stehen im Mittelpunkt.

Die/der LeiterIn der Einrichtung trägt die Hauptverantwortung für die pädagogisch inhaltliche Bildungs-, Erziehungs- und Betreuungsarbeit. Sie/er koordiniert die Teamarbeit sowie die Zusammenarbeit mit der/dem ErhalterIn, den Eltern, der Schule und anderen Einrichtungen.

Die/der Gruppen führende (Sonder-)KindergartenpädagogIn bzw. ErzieherIn an den Horten ist für die Planung, die Organisation und die Durchführung der Bildungs-, Erziehungs- und Betreuungsarbeit verantwortlich, basierend auf dem Bildungsrahmenplan.

Das Personal in Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen ist Wegbegleiter in einer formenden und prägenden Lebensphase des Menschen. Ihm kommt ein hohes Maß an Verantwortung zu. Fragen Sie in der Einrichtung nach dem gelebten Handlungskonzept. Überprüfen Sie, ob dieses auch Ihrer pädagogischen Grundhaltung entspricht.

WAS IST BILDUNGS- UND ERZIEHUNGSPARTNERSCHAFT? WELCHE AUFGABEN HABEN ELTERN (ERZIEHUNGSBERECHTIGTE)?

Gemeinsames Interesse, gemeinsame Verantwortung: In der Bildungs- und Erziehungspartnerschaft begegnen sich Eltern und PädagogInnen auf Augenhöhe und stellen das gemeinsame Interesse und die gemeinsame Verantwortung für das Kind in den Mittelpunkt. Eltern sind ExpertInnen für ihre Kinder und werden von den PädagogInnen als

solche respektiert. PädagogInnen sind ExpertInnen für Kinder im Umfeld der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung. Es geht um eine gelebte Partnerschaft zwischen PädagogInnen und Eltern, um Informationsaustausch und Einbindung der Eltern in den Kindergartenalltag.

Elternpartnerschaft meint aktive Zusammenarbeit mit dem Personal, Mitwirkung in der Planung, Vorbereitung und Gestaltung besonderer Aktivitäten und Veranstaltungen, Begleitung von Projekten, Ausflügen, aktive Unterstützung bei der Gestaltung der Freispielfläche, der Innengestaltung und der Herstellung von Spiel- und Beschäftigungsmaterial, Teilnahme an Elternabenden und Veranstaltungen und vieles mehr ...

WELCHE PFLICHTEN HABEN ELTERN (ERZIEHUNGSBERECHTIGTE) IN HINBLICK AUF DIE BILDUNG UND BETREUUNG IHRER KINDER IN EINER EINRICHTUNG?

Eltern (Erziehungsberechtigte) sind verpflichtet, Kinder bis zum Schuleintritt auf ihrem Weg in die Einrichtung zu begleiten und von dort rechtzeitig abzuholen. Und sie haben dafür zu sorgen, dass die Kinder die Einrichtung regelmäßig besuchen. Nur dann ist es den PädagogInnen möglich, qualitätsvolle Bildungsarbeit zu leisten. Ist ein Kind verhindert, die Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung zu besuchen, haben die Eltern (Erziehungsberechtigten) die Leitung davon ehestmöglich zu benachrichtigen. Sofern der Besuch der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung nicht gratis angeboten wird, haben die Eltern (Erziehungsberechtigten) den vom Erhalter festgesetzten Beitrag für den Besuch der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung unter den vom Erhalter festgesetzten Bedingungen regelmäßig zu entrichten. Die Eltern (Erziehungsberechtigten) haben dafür zu sorgen, dass die Kinder die Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung frei von ansteckenden Krankheiten besuchen.



ÜBERGÄNGE GEMEINSAM GESTALTEN

Entscheidend ist die Bildungs- und Erziehungspartnerschaft vor allem in **Phasen der Transition (Übergang)**, wenn das Kind von der Familie in eine Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung übertritt – von der Krippe in den Kindergarten, vom Kindergarten in die Schule, in den Hort.

Diese Übergangsphasen stellen für Kinder und Eltern eine Herausforderung dar:

.....

Sie müssen diese Übergänge bewältigen und den Wechsel aktiv mitgestalten. Die PädagogInnen schlagen Brücken, indem sie gemeinsame Aktivitäten planen und zu Gesprächen mit allen Beteiligten einladen. Nicht jedes Kind braucht gleich lange, nicht alle Kinder brauchen die gleiche Form der Unterstützung. Wichtig sind vor allem Offenheit, Respekt und Flexibilität auf beiden Seiten sowie der ständige Austausch.


Gelungene Übergänge machen stark. Den PädagogInnen kommt die Aufgabe zu, Kinder weder zu über- noch zu unterfordern, sie bei all den allgemeinen Angeboten und Überlegungen für die Gruppe auch individuell und auf jeden Fall angemessen zu begleiten. Auch Eltern (Erziehungsberechtigte) benötigen Zeit für die eigene Eingewöhnung: Daher ist ein Gespräch mit den neuen Bezugspersonen der Kinder empfehlenswert. Die Sorge mancher Eltern, die Liebe ihres Kindes an fremde Personen zu verlieren, ist unbegründet. Bei aller künftigen Vertrautheit und Zuneigung zu einer „fremden“ Person bleiben

Mutter und Vater immer die wichtigsten Bezugspersonen für das Kind.

Worauf ist zu achten, wenn mein Kind erstmals eine Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung besucht?

.....

Wenn Kinder erstmals eine Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung besuchen, ist dies mit der ersten Trennung von Eltern (Erziehungsberechtigten) während einer prägenden Lebensphase verbunden. Aber auch für Eltern (Erziehungsberechtigte) ist es mitunter eine erste Trennung vom Kind über einen mehrstündigen Zeitraum. Erstmals haben „fremde BegleiterInnen“ Kontakt zum Kind. Unter Umständen sind Unsicherheiten und Ängste vorhanden. Eltern (Erziehungsberechtigte) sollten sich persönlich ein Bild von der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung machen und sich dafür ausreichend Zeit nehmen. Manchmal erweist sich die jeweilige Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung für eine Familie als unpassend, während sie für eine andere Familie die passende ist. Bei entsprechend sensibler Begleitung wird jedes Kind den Einstieg so bewältigen, wie es seiner Persönlichkeit und seiner Eigenart entspricht.



Wie kann ich mein Kind am Anfang unterstützen?

- 1 „Kennenlertage“ vor Aufnahme des Kindes dienen einer qualitativvollen Eingewöhnung für Kind und Eltern.
- 2 Die Eingewöhnungsphase sollte nicht zugleich mit anderen Veränderungen in der Familie erfolgen (z. B. Geburt von Geschwistern, Umzug der Familie, Urlaub, Trennung der Eltern).
- 3 Auch in der Eingewöhnungszeit ist es wichtig, dass Ihr Kind die Einrichtung regelmäßig besucht, damit es sich in die Gemeinschaft einfinden kann.
- 4 Sie erleichtern Ihrem Kind den Einstieg in die Kindergruppe, wenn Sie Ihr Kind zu fixen Zeiten bringen und abholen. Klare Strukturen, Regelmäßigkeit und die Einhaltung von Ritualen geben dem Kind Sicherheit in einer neuen Umgebung. Planen Sie auch genügend Zeit ein, um Ihr Kind in den ersten Wochen entsprechend begleiten zu können.
- 5 Vertraute Gegenstände, wie z. B. Kuscheltiere, Schmusetuch etc., sind während der Trennungsperiode hilfreich und unterstützen Ihr Kind dabei, sich in der noch unvertrauten Umgebung langsam einzugewöhnen.
- 6 Kinder sind anfangs müde, oft auch unruhig oder erschöpft, wenn sie abgeholt werden. Fragen wie „Was habt ihr denn so alles gemacht?“ werden oft nicht sofort beantwortet. Kinder beginnen meist von sich aus zu erzählen.
- 7 Stress am Morgen (z. B. schnelles Frühstück) kann sich auf die Stimmung des Kindes auswirken. Ein ruhiger, ritualisierter Tagesbeginn ist für Eltern und Kind förderlich.

Mehr zum Thema „Gestaltung und Reflexion von Übergängen in der Kinderbetreuung“ im Fachmagazin „Kiste 06“ (Kinderbetreuung in der Steiermark) der Fachabteilung 6E – Elementare und musikalische Bildung des Landes Steiermark. www.kinderbetreuung.steiermark.at

HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN



Mit anderen
Kindern spielen
macht Spaß!



Wie erfolgt die Aufsicht?

Die Aufsichtspflicht beginnt mit der Übernahme der Kinder in der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung, sie endet mit der täglichen Öffnungszeit bzw. der Übergabe der Kinder an die Begleitperson. Der Balanceakt zwischen „zulassen“ und „sichern“ stellt das Personal vor nicht immer einfache Situationen. Es muss Gefahren zulassen, weil sonst der Spiel- und Lebensraum eingeschränkt ist, und Schutz gewähren, um Schaden vom Kind fernzuhalten. Eltern (Erziehungsberechtigte) sollten Sorgen und Ängste dem Personal mitteilen. Wenn es das Verhalten eines Kindes gut kennt, kann es die Aufsichtspflicht anpassen.

Wie lange kann mein Kind täglich eine Einrichtung besuchen?

Die Aufenthaltsdauer beträgt täglich höchstens acht Stunden. Diese Begrenzung dient dem Schutz der Kinder vor Überforderung. Ein längerer Aufenthalt in Gruppen ist auch für Erwachsene anstrengend, Kinder brauchen den Rückzug in die Familie. In begründeten Ausnahmefällen kann der Aufenthalt höchstens zehn Stunden betragen. Gründe sind dem/der LeiterIn der Einrichtung bzw. der/dem Tagesmutter/-vater bekannt zu geben.

Was soll das Personal wissen?

Teilen Sie Erwartungen, Wünsche, Ängste und Unsicherheiten den Gruppen führenden KindergartenpädagogInnen mit. Je besser das Personal über Vorlieben und Stärken Ihres Kindes (Lieblingssessen/-spiel, Kuscheltier) informiert ist, desto mehr kann es darauf eingehen. Gespräche mit vorheriger Terminvereinbarung bieten Gelegenheit, inhaltlich umfassendere Themen zu besprechen. Tür- und Angelgespräche vor Kindern sind dafür nicht geeignet.

Was tun, wenn Kinder nicht bleiben wollen?

Verabschieden Sie sich, wenn Sie die Einrichtung verlassen, auch wenn Ihr Kind traurig ist. Weint es, so ist das in der Anfangszeit eine gesunde, normale Reaktion. Es ist auch normal, wenn Sie traurig sind. Erfahrungsgemäß sind Kinder binnen Minuten nach Ihrem Weggehen, auch durch die einfühlsame Begleitung des Personals, stark und bereit für den Tag.

Müssen Kinder zur Mittagszeit schlafen?

Nein, aber sie können. In Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen wechseln Phasen von Spannung und Entspannung. Daher wird für Rückzugsmöglichkeiten (v. a. in Ganztageseinrichtungen) gesorgt, die Platz zum Ausruhen sichern.

FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG

Welche finanzielle Unterstützung können Eltern (Erziehungsberechtigte) beanspruchen?

Alle Erziehungsberechtigten, deren Kinder im Alter von 0–3 Jahren eine Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung für die Dauer von mindestens vier Wochen regelmäßig besuchen und dafür einen Elternbeitrag entrichten, sind berechtigt, um Landeskinderbetreuungsbeihilfe anzusuchen. Das Antragsformular erhalten Sie entweder bei der Leitung der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung bzw. bei der Tagesmutter/dem Tagesvater oder im Internet unter: www.kinderbetreuung.steiermark.at. Die Einkommensnachweise des abgelaufenen Kalenderjahrs (z. B. vom 01.01.10 bis 31.12.10) müssen dem Ansuchen beigelegt werden.

Wer setzt den Elternbeitrag fest?

Kinderbildungs- und -betreuungsgruppen können in drei unterschiedlichen Betriebsformen geführt werden (halbtags, ganztags, erweitert ganztags). Die Erhalter können je nach Betriebsform für den Besuch der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung einen Elternbeitrag einheben. Dieser Jahresbeitrag ist in Jahresbetrieben in elf und in Ganzjahresbetrieben in zwölf Teilbeträgen einzuheben. Die stundenweise Verrechnung ist im Sinne des Steiermärkischen Kinderbildungs- und -betreuungsgesetzes nicht zulässig. Ausnahme: Betreuung durch Tagesmütter/Tagesväter. Hier sind auch eine stundenweise Verrechnung und ein nicht regelmäßiger Besuch möglich.

Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen in der Steiermark unterliegen der Aufsicht der Landesregierung. Die Aufsicht erstreckt sich über alle Belange der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen, soweit sie durch Landesgesetze, die Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen betreffen, geregelt sind.

WEITERE INFORMATIONEN & ANSPRECHPERSONEN

Amt der Steiermärkischen Landesregierung
Fachabteilung 6E – Elementare und musikalische Bildung
Kinderbildungs- und -betreuungsreferat
Stempfergasse 4, 8010 Graz, Tel.: 0316/877-3639
www.kinderbetreuung.steiermark.at

Müssen Kinder „sauber“ sein?

Nein. Das Personal wird gemeinsam mit Ihnen das Kind sensibel beim Sauberwerden begleiten und Rahmenbedingungen schaffen (Wickeltisch, Hygieneartikel).

Wie oft sind Kinder im Freien?

Der tägliche Aufenthalt auf einer kindgerechten Freispielfläche bietet die Möglichkeit, sich auszutoben. Entsprechende (Regen-/Schmutz-)Kleidung ist Voraussetzung. Es ist als Qualitätsmerkmal zu werten, wenn Kinder beim Spiel auch schmutzig werden. Fragen Sie das Personal, wie der Aufenthalt im Freien gestaltet wird. Teilen Sie Ihre Wünsche mit.

Wie wird Kreativität gefördert?

Durch vielfältige Angebote. Oft wird die Qualität der Arbeit an Sichtbarem gemessen, an schönen Bastelarbeiten usw. Der kreative Prozess ist wichtiger als das Ergebnis! Seien Sie kritisch gegenüber allem, das nicht von Kinderhand gemacht ist. Nicht ein schönes, sondern ein selbstständig gefertigtes Ergebnis ist das Ziel.

Kann ich den Betreuungsplatz auch nur dreimal in der Woche nutzen?

Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen haben einen Bildungsauftrag (aufbauendes Bildungskonzept für das gesamte Betriebsjahr) zu erfüllen. Ein regelmäßiger Besuch ist wichtig. Kinder erleben ein förderliches Sozialisationsfeld und Sicherheit in der Gruppe, können sich im Tagesablauf orientieren, individuelle Angebote nutzen. Ein unregelmäßiger, nur tageweiser Besuch (Tagesmütter/Tagesväter ausgenommen) ist seitens des Steiermärkischen Kinderbildungs- und -betreuungsgesetzes nicht vorgesehen, da die Bildungsqualität so geschwächt würde.



UNFÄLLE SIND KEINE ZUFÄLLE

INTERVIEW MIT UNIV.-PROF. DR. MICHAEL HÖLLWARTH

Welches sind die häufigsten Unfallursachen für Kinder im zweiten und dritten Lebensjahr?

Zweifellos sind Stürze infolge der Unsicherheit beim Gehen die häufigste Unfallursache. Stürze über die Stiege oder gar aus dem Fenster sind nicht selten von schweren Verletzungen gefolgt. Sind Hunde in der Familie, so muss Kindern das richtige Verhalten gegenüber den Tieren gelehrt werden, um Bisse zu vermeiden. Diese betreffen in der Altersgruppe vor allem das Gesicht. Häufig kommt auch eine Aspiration von Nahrungsmitteln vor. Nussteilchen, etwa in Haselnusschokolade, können in die Luftröhre gelangen. Rund ums Haus sind Teiche und Swimmingpools eine Gefahrenquelle. Der Ertrinkungstod im Kindesalter ist die zweithäufigste Unfalltodesursache. Am gefährlichsten sind Verkehrsunfälle.

Die Gefahr des Ertrinkens – was wird hier unterschätzt?

Ertrinken passiert schnell und lautlos, bereits bei einer geringen Wassertiefe von 10 cm – auch in der Ba-

dewanne und im Planschbecken. Bis zum 3. Lebensjahr haben Kinder den Totstell-Reflex und heben den Kopf nicht von selbst aus dem Wasser. Es entscheidet vor allem die Zeit darüber, wie ein Badeunfall endet. Vier Minuten, in denen ein Kind unter Wasser ist, können bereits zu irreversiblen Gehirnschäden führen, noch längere Zeiträume zum Tod. Das Kind daher niemals allein lassen!

Inwiefern ist das Auto eine besonders große Gefahrenquelle?

Jedes zweite im Straßenverkehr verletzte Kind ist in einem Auto gesessen. Enorm wichtig sind daher qualitativ hochwertige Kindersitze und höchste Konsequenz – Kinder müssen immer angeschnallt werden. Eine optimale Gurtführung und eine Seitensicherung des Kopfes sind sehr wichtig. Nicht nur Eltern, auch Großeltern, Verwandte und Freunde müssen unbedingt auf eine stets gleich hohe Anschnallqualität auch auf kurzen Strecken achten.

Kleine Awas gehören zum Leben dazu. Um aber Unfälle zu vermeiden, ist es wichtig, **Gefahrenquellen zu erkennen** und zu entschärfen.



Präsident von
GROSSE SCHÜTZEN
KLEINE, dem Österreichischen
Komitee für Unfallverhütung
im Kindesalter, Vorstand der
Univ.-Klinik für Kinder- und
Jugendchirurgie am
LKH Graz



In der Küche passiert oft Reizvolles, Spannendes – wie kann ich mein Kind sicher mit einbeziehen?

Die Neugier und das Interesse des Kindes nehmen mit dem Alter zu. Herdschutzgitter sind daher das Um und Auf, die Griffe von Töpfen müssen nach hinten gerichtet sein. Gesichert werden müssen Laden mit gefährlichem Inhalt wie Messer und Putzmittel, aber auch Medikamente – bei Eltern und Großeltern. Backofenreiniger sieht aus wie Schlagobers, Flaschen mit bunten Symbolen wirken anziehend. Wichtig ist, das Kind im Haushalt dem Alter entsprechend mithelfen zu lassen. Dadurch werden Fähigkeiten gefördert und Neugierde genommen. Sinnvoll ist die Einrichtung einer Kinderschublade, aber auch, Kindern zu zeigen, wie man richtig mit einem scharfen Messer schneidet.

Warum sind eine Treppen- und Fenstersicherung so wichtig?

Stürze über Stiegen passieren oft. Zudem können Kinder mit zwei Jahren bereits einen Sessel zum Fenster

schieben, um es zu öffnen. Glücklicherweise kommen Fensterstürze nicht so häufig vor – aber wenn, dann haben sie schwerwiegende Folgen. Es muss nicht die teuerste Fenstersicherung sein, wichtig ist aber, dass alle Fenster gesichert sind. Ein Kind darf man nie allein in einem Raum mit einem offenen Fenster lassen!

GROSSE SCHÜTZEN KLEINE

Organisation zur Unfallverhütung
Tel.: 0316/385-13764

Mail: grosse-schuetzen-kleine@klinikum-graz.at
www.grosse-schuetzen-kleine.at



BÄRENBURG

Kindersicherheitshaus Graz
Tel.: 0316/385-13764

Mail: baerenburg@klinikum-graz.at
www.kindersicherheitshaus.at

Geöffnet: Mo–Fr, 9–12 Uhr

Auch ein virtueller Besuch der Bärenburg ist möglich.



ACHTUNG, GEFAHR!

Jeder Tag ist für Ihr Kind eine neue Entdeckungsreise. So **schützen** Sie es.

ERTRINKEN

BADEWANNE, PLANSCHBECKEN, BIOTOP

- Lassen Sie Ihr Kind in der Badewanne nie unbeaufsichtigt! Es kann bis zum 3. Lebensjahr seinen Kopf nicht aus dem Wasser heben, wodurch auch bei niedriger Wasserhöhe Ertrinkungsgefahr besteht.
- Zum Ertrinken reicht in diesem Lebensalter schon eine Wassertiefe von weniger als 10 cm. Seien Sie sich bewusst, dass Ertrinken immer schnell und vor allem lautlos passiert!
- Kinder, die mit dem Gesicht im Wasser zum Liegen kommen, bewegen sich reflexartig nicht mehr, sodass Ersticken die Folge sein kann. Lassen Sie daher Kinder nie unbeaufsichtigt in der Nähe von Schwimmbecken/Planschbecken/Biotopen.
- Sichern Sie Ihr Schwimmbecken/Biotop mit einer 1,50 m hohen Umzäunung mit versperbarer bzw. selbstschließender Tür.
- Umzäunungen aus Maschendraht oder Holz mindestens 1 m vom Ufer entfernt anbringen; Maschenweite bzw. Abstand zwischen den Holzbrettern darf nicht mehr als 4 cm betragen.
- Trainieren Sie die lebensrettenden Sofortmaßnahmen, um im Notfall richtig reagieren zu können, wenn jede Sekunde zählt.
- Verlassen Sie sich nicht auf Schwimmhilfen oder -unterricht. Lassen Sie Ihr Kind nicht aus den Augen!



5 MINUTEN ENTSCHEIDEN ÜBER LEBEN & TOD!



Wie schnell die Zeit verstreicht, in der aus einem harmlosen Badeunfall ein tödlicher werden kann:

- Handtuch im Nebenraum holen: 20 Sekunden
Kind taucht unter Wasser
- Telefonat beantworten: 2 Minuten
Kind verliert das Bewusstsein
- Paket an der Haustür annehmen: 4 Minuten
Sauerstoffmangel führt zu Gehirnschäden
- Kaffee aufstellen/herunterlassen: 5 Minuten
Sauerstoffmangel führt zum Tod



VERKEHR

KINDER-AUTOSITZ

- Transportieren Sie Ihr Kind immer mit Kindersitz – auch bei kurzen Strecken.
- Das Risiko für schwere und tödliche Verletzungen ist ohne Kindersitz 7-mal höher als mit einem richtig und korrekt installierten Kindersitz! Bereits ein Unfall mit 15 km/h kann für ungesicherte Kinder tödlich sein.
- Achten Sie beim Kauf darauf, dass der Sitz auch wirklich in Ihr Auto passt.
- Achten Sie darauf, dass der Kinder-Autositz gemäß der Europäischen Norm ECE R 44/03 bzw. ECE R 44/04 zugelassen ist.
- Achtung bei Secondhand-Sitzen. Nur verwenden, wenn Sie aus sicherer Quelle wissen, dass der Kinder-Autositz nicht älter als vier Jahre und unfallfrei ist. Nach vier Jahren Gebrauch entspricht der Kinder-Autositz durch Materialermüdung nicht mehr den Sicherheitsnormen.
- Achten Sie besonders darauf, dass beim Zuschlagen der Autotüren keine Finger eingeklemmt werden.

Gruppe 1 (9 kg bis 18 kg)

- Je nach Sitzsystem Sicherung mit den sitzeigenen Gurten oder mit den Fahrzeuggurten.
- Der Kindersitz muss mit dem Fahrzeugsitz fest durch den 3-Punkt-Gurt verbunden werden – Kontrolle vor jeder Fahrt.
- Fangtische müssen knapp am Oberkörper anliegen.
- Gurte immer möglichst straff ziehen.

WOHNUNG

KÜCHE

Elektrische Geräte

- Achten Sie darauf, elektrische Geräte (Wasserkocher, Brotschneidemaschine, Kaffeemaschine) nach Gebrauch abzuschalten, zu sichern oder für Kleinkinder unerreichbar zu verräumen. Bedenken Sie bereits beim Kauf die Kindersicherung.
- Insbesondere herabhängende Stromkabel bergen für Kleinkinder die Gefahr der Verletzung, wenn sie an diesen ziehen.

Herd/Backrohr/Tisch

- Montieren Sie ein Herdschutzgitter sowie eine Backrohrsicherung zum Schutz gegen Verbrühungen. Am besten verwenden Sie Modelle, die entweder festgeschraubt oder -geklebt werden müssen. Nach unten geklappt kann das Herdschutzgitter auch eine Abdeckung darstellen, so dass unbeobachtetes Einschalten der Schalter erschwert wird.
- Benutzen Sie nach Möglichkeit nur die hinteren Kochstellen und drehen Sie Pfannenstiele immer zur Wand.
- Stühle nicht in die Nähe des Herdes stellen!
- In einem kinderfreundlichen Haushalt verzichtet man besser ganz auf ein Tischtuch.
- Lassen Sie keine Behälter mit heißen Flüssigkeiten auf dem Tisch stehen – das Kind könnte sie erreichen und sich daran verbrühen! Bereits eine Temperatur von 52 °C kann zu Verbrühungen führen.

Kinderhochstuhl

- Die Hauptgefahr von Hochstühlen besteht darin, dass das Kind herausfällt oder der Stuhl kippt. Testen Sie die Stabilität des Stuhls vor dem Kauf durch Hin- und Herwippen. Besonders empfehlenswert sind mitwachsende Modelle.
- Sichern Sie das Kind immer mit Schritt- und Hüftgurt, um zu verhindern, dass es aufsteht. Im dritten Lebensjahr versuchen Kinder aufzustehen oder herauszuklettern – lassen Sie deshalb Ihr Kind im Hochstuhl nie allein!

Beinahe täglich überraschen Kinder ihre Eltern mit neuen **Fähigkeiten und Fertigkeiten**. So geschickt es schon ist – Ihr Kind hat noch kein **Gefahrenbewusstsein!**

Putzmittel, Zigaretten, Alkohol

- **Füllen** Sie keine Putzmittel in Limonadenflaschen um! Ihr Kind könnte annehmen, dass es sich um Fruchtsaft handelt und aus der Flasche trinken. Nur ein kleiner Schluck daraus könnte tödlich sein.
- **Kleine** Kinder merken erst zu spät, dass etwas gar nicht gut schmeckt: Bewahren Sie Zigaretten und Alkohol deswegen in abschließbaren Kästen auf. Der Nikotingehalt von Zigaretten oder nur 30 g Alkohol (entspricht 3/4 l Bier, 3/8 l Wein oder 4 cl Weinbrand) können für ein Kleinkind tödlich sein!
- **Putzmittel** sollen außer Reichweite von Kindern aufbewahrt werden.
- **Ätzende** und giftige Stoffe sind nur in den Originalflaschen mit Warnetikett verschlossen und für Kinder unerreikbaar aufzubewahren.

Kleinteile

- Verwenden Sie keine Magneten zur Dekoration, die weniger als 3,5 cm (= Tischtennisball) Durchmesser haben. Ihr Kind könnte sich daran verschlucken.

Verbrennen, Verbrühen

- Um schwerwiegende Verletzungen durch Verbrühungen und Verbrennungen beim Baden zu vermeiden, soll der Thermostat des Boilers auf 50 °C reguliert sein.
- Gerade die Erkältungszeit ist Inhalationszeit. Ein heißer Wassertopf muss fixiert werden. Es besteht die Gefahr von Verbrühungen am Oberkörper.
- Achten Sie darauf, dass es dem Kind nicht möglich ist, am Stromkabel des Bügeleisens zu ziehen. Das Bügelbrett selbst ist instabil und das Kind kann durch das Herabfallen des Bügeleisens verletzt werden. Das heiße Wasser des Bügeleisens verursacht zusätzlich Verbrühungen.
- Lassen Sie Ihr Kind niemals mit eingeschalteten Bügelgeräten alleine!

- Wenn Sie auch nur für einen kurzen Augenblick weggehen, schalten Sie das Bügeleisen aus und stellen Sie es für Ihr Kind unerreikbaar vom Bügelbrett weg.

KINDERZIMMER

- Verwenden Sie überall Fenstersicherungen. Mit diesen lässt sich das Fenster nur einen Spalt breit öffnen.
- Stellen Sie keine Stühle, Regale etc. in der Nähe des Fensters auf – das Kind könnte sie als „Leiter“ benutzen. Stellen Sie das Kinderbett nicht neben ein Fenster – auch ein Bett kann als Leiter benutzt werden.
- Verstauen Sie oft und gerne benutztes Spielzeug nicht in den oberen Fächern der Regale – das Kind könnte versuchen, zu seinem Spielzeug zu klettern.
- Fixieren Sie Regale, Fernseher und Kästen an der Wand.
- Vermeiden Sie Stockbett/Hochbetten – diese sind für Kinder im Vorschulalter nicht geeignet.

WOHNZIMMER

- Kontrollieren Sie Ihre Möbel, v. a. Tische, auf scharfe Kanten. Decken Sie diese mit Ecken- und Kantenschutz ab.
- Verschließen Sie Schubladen und Schränke mit den entsprechenden passiven Schutzeinrichtungen.
- Befestigen Sie Regale, Kästen und Kommoden an der Wand.

TÜREN/TREPPEN

- Türstopper verhindern das Zufallen der Tür und somit die Gefahr des Einklemmens von Fingern zwischen Tür und Türstock.
- Treppenschutzgitter können ab dem zweiten Lebensjahr unten an der Stiege entfernt werden, oben sollten sie über Tags offen stehen und über Nacht bis zum Volksschulalter geschlossen sein.



IMMER
AUGEN
AUF



HUND/HAUSTIERE

- Zeigen Sie Ihrem Kind den richtigen Umgang mit einem Hund. Weisen Sie auf die natürlichen Verhaltensmuster des Tieres hin. Vermeiden Sie falsches Zutrauen oder Verniedlichung. Gefahr lauert nicht nur bei großen, bissigen Hunden, auch beim eigentlich vertrauten friedliebenden Haustier ist generell Vorsicht geboten.
- Verwenden Sie beim Hund in der Öffentlichkeit konsequent Leine und Beißkorb.
- Verbieten Sie dem Kind, ein fressendes oder schlafendes Tier zu stören.
- Generell liegt der beste Zeitpunkt für die Anschaffung eines Hundes nach Abschluss der Familienplanung, weil jedes neue Baby die erlernte und akzeptierte Rangfolge des Hundes innerhalb der Familie in Frage stellt. Der Hund darf sich in der Rangordnung nicht höher als das Kind fühlen.
- Hunde- oder Katzenbisse erfordern ärztliche Behandlung. Bei fremden Hunden muss ein Tollwutnachweis erbracht werden.
- Auch Hamster, Ratten und Hasen sind keine Schmusetiere. Gefahren bestehen in Bissen an Lippen und Nase.

LAUF-, DREI-, FAHRRAD

- Wenn Sie Ihr Kind am Radsitz mitnehmen, Radhelm für sich selbst und das Kind nicht vergessen (Vorbildwirkung)!
- In diesem Alter eignen sich am besten Roller und Laufrad. Vermeiden Sie Kinderräder mit Stützrädern.
- Die Ausrüstung der Kinder sollte Helm, lange Hose und Schuhe umfassen.
- Kinder unterschätzen auf dem Dreirad die Fliehkräfte beim Kurvenfahren, wenn der Kurvenradius zu eng gefahren wird. Es drohen Stürze.
- Bei Gefälle, der Abgrenzung zum Straßenverkehr und unebenem Untergrund – etwa bei Schottersteinen – besteht erhöhte Sturzgefahr.

ERSTE HILFE

bei Kinderunfällen

ERTRINKEN: Ertrunkene an Land bringen und **sofort mit der Wiederbelebung beginnen**, dann Arzt/Ärztin bzw. Rettung verständigen und die Wiederbelebung bis zum Eintreffen der Rettungskräfte fortsetzen.

STURZ AUS GROSSER HÖHE: Aufgrund von möglichen Wirbelsäulenverletzungen – nicht bewegen! Bei Bewusstlosigkeit aber trotzdem in stabile Seitenlage bringen. Rettung rufen!

STURZ VOM WICKELTISCH: Auch wenn keine schwere Verletzung ersichtlich ist, sollten Sie Arzt/Ärztin oder das Krankenhaus aufsuchen. Bei schweren Verletzungen sofort die Rettung rufen!

VERBRÜHUNGEN: Die betroffenen Körperoberflächen sofort 10 bis 15 Minuten mit kühlem Wasser (ca. 20 Grad Celsius) kühlen und anschließend Arzt/Ärztin oder das Krankenhaus aufsuchen.

VERKEHRSUNFALL: Lassen Sie Ihr Kind nach einem Unfall ärztlich untersuchen – bereits eine Vollbremsung kann Verletzungen nach sich ziehen. Bei schweren Verletzungen Rettung rufen. Im Notfall sofort mit Wiederbelebungsmaßnahmen beginnen, bis Rettungskräfte eingetroffen sind.

UNFÄLLE MIT GLAS: Auch einfach aussehende Schnittverletzungen können mit tiefen Verletzungen einhergehen. Im Zweifelsfall einen Arzt/eine Ärztin aufsuchen!

UNFÄLLE MIT TIEREN: Hunde- und Katzenbisse neigen zu Infektionen. Sie sollten ärztlich beurteilt werden. Bei fremden Hunden muss ein Tollwutnachweis erbracht werden.

VERGIFTUNGEN DURCH MEDIKAMENTE / PUTZMITTEL: Sofort Arzt/Ärztin oder Krankenhaus aufsuchen! Unbedingt die Verpackungen mitnehmen!

VERGIFTUNGEN DURCH DUFTÖLE/RAUMDÜFTE: Erbrechen des Öls vermeiden, weil es in die Lunge gelangen kann. So rasch wie möglich Arzt oder Rettung rufen, um das Kind ambulant untersuchen bzw. überwachen zu lassen.

122 Feuerwehr

133 Polizei

144 Rettung

112 Euronotruf

01/406 43 43

Vergiftungszentrale



EXTRATIPP

Notrufnummern beim
Telefon aufhängen oder ins
Mobiltelefon einspeichern

VORGEHEN BEI WIEDERBELEBUNG:

- Bei Leblosigkeit des Kindes, wenn es auch auf Schmerzen nicht reagiert, NICHT schütteln! Ruhig und besonnen reagieren!
- Das Kind nicht alleine lassen.
- Lebensrettende Sofortmaßnahmen ergreifen: Legen Sie das Kind auf eine harte Unterlage, am besten auf den Boden.
- Beginnen Sie mit 5x Mund-zu-Mund- bzw. Mund-zu-Nase-Beatmung (1–1,5 Sekunden/Atemzug) und dann 30x Herzdruckmassage: Komprimieren Sie die untere Hälfte des Brustbeins mit einer Frequenz von 100–120x/Minute. Beatmung und Herzdruckmassage wechseln sich anschließend im Verhältnis 2 : 30 ab, d. h. 2x beatmen, 30x drücken. Erst nach dem 2. Durchgang Rettung rufen und Wiederbelebungsmaßnahmen bis zum Eintreffen der Rettungskräfte fortsetzen.

Wichtige Informationen bei Notruf:

— Sie sagen: —

WER SIE SIND!

WEM ETWAS PASSIERT IST!

WAS PASSIERT IST!

WO DER UNFALL PASSIERT IST!



INFO

WOLLEN SIE LAUFEND INFORMIERT SEIN?

**Aktuelle Infos & Tipps für
den Familienalltag bietet der
ZWEI UND MEHR-Newsletter unter
www.zweiundmehr.steiermark.at**

Weitere Informationen & Kontakt:

Amt der Steiermärkischen Landesregierung
FA6A – Referat Familie
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz
Telefon: 0316/877-4023,
Fax: 0316/877-3924
Mail: fa6a-fam@stmk.gv.at
www.familienreferat.steiermark.at

und „ZWEI UND MEHR-
Wegweiser für Familien“



IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber:

Fachabteilung 6A – Referat Familie
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz
Tel.: 0316/877-4023, Fax-Nbst. 3924
Mail: fa6a-fam@stmk.gv.at
www.familienreferat.steiermark.at

Redaktion:

Mag.^a Martina Grötschnig
Renate Krasser

Journalistische Betreuung und Textkoordination:

Mag.^a Elke Jauk-Offner

Auflage/Stand:

März 2011

Die eigennützige Vervielfältigung, Verbreitung
und/oder sonstige Verwertung ist ohne aus-
drückliche Zustimmung des Referates Familie
nicht zulässig. Es besteht kein Anspruch auf
Vollständigkeit. Alle Angaben ohne Gewähr,
Druck- und Satzfehler vorbehalten.

Gestaltung und Layout:

moodley brand identity GmbH

Druck:

Medienfabrik Graz GmbH

Fotos:

Seiten 04, 35, 38, 42:

Fotomaterial Familienreferat FA6A

Seite 08/Portrait Dunitz-Scheer:

Martin Schreiner,

Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde

Seite 45/Portrait Höllwarth:

Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie

Weitere Fotos: Shutterstock

www.shutterstock.de

Illustrationen:

Seite 44: GROSSE SCHÜTZEN KLEINE