



ElternMail Berlin

DEIN KIND IM 10.-14. LEBENSMONAT

Liebe Mama, lieber Papa,

die neue Online-Ausgabe der ElternMail Berlin ist da! Diese und jede weitere Ausgabe besteht aus 3 E-Mails, die sich passend zum Alter deines Kindes mit unterschiedlichen Themen beschäftigen. In dieser Ausgabe geht es um **ENTWICKLUNG**, **ENTWICKLUNGSSCHUB** und **BABYSCHLAF**.

In den nächsten beiden Monaten wirst du zwei weitere ElternMails erhalten (Themenvorschau am Ende dieser ElternMail).



Euer ElternMail-Team

Inhalt

Einleitung.....	1
Die Entwicklung deines Kindes - Krabbeln, Laufen lernen, Sprache.....	2
Die Vorsorgeuntersuchung U6.....	5
Entwicklungsschub - 46. Woche 55. Woche.....	5
Der Schlaf deines Kindes.....	7
Unterstützungsangebote in Berlin.....	8
Vorschau und Impressum.....	9

Einleitung

Dein Baby wird mit dem 1. Geburtstag zum Kleinkind. Erinnerst du dich an die Zeit vor einem Jahr? Der erste Hautkontakt direkt nach der Geburt, eure Ankunft zu Hause, das erste Lachen. So viele besondere Momente!

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, heißt es. Und jetzt? Ja, es stimmt: Die zauberhafte erste Zeit kommt nicht zurück. Das kann für einen Moment traurig machen. Andererseits wäre noch mal ein Jahr wie das erste ganz schön kräftezehrend, nicht wahr? Auch die Monate mit einem Kleinkind halten viel Neues und Spannendes bereit.



DIE ENTWICKLUNG DEINES KINDES – KRABBELN, LAUFEN LERNEN, SPRACHE



Stolz und Unsicherheit – gemischte Gefühle bei Eltern

„Was mein Kind schon alles kann.“ Hand aufs Herz: Es ist ein tolles Gefühl, wenn dein Kind sich „gut“ entwickelt. Wenn einige Schritte in der Entwicklung allerdings etwas langsamer sind, kann dich das als Mutter oder als Vater schnell verunsichern. Beruhigend zu wissen: Vieles, was Eltern als zu spät oder zu langsam empfinden, ist für Fachleute oft völlig normal. Kein Kind kann alles auf einmal lernen. Es hilft dir und deinem Kind, wenn du es nicht mit anderen Kindern vergleichst. Jeder Mensch ist einzigartig und mit der Zeit lernst du immer besser, wie du dein Kind bei seiner Entwicklung unterstützt und was es braucht. Wenn du unsicher bist, ob dein Kind sich gesund entwickelt, gehe lieber einmal mehr zur Ärztin oder zum Arzt und hole dir Rat.

Kinder, die sich sprachlich oder motorisch langsamer entwickeln, brauchen eventuell eine besondere Förderung. Nicht, um mit anderen Kindern „mithalten“ zu können, sondern für ihre ganz eigene Entwicklung.



Krabbeln und Laufen lernen – die motorische Entwicklung

Dein Baby krabbelt nun, bewegt sich aus dem Vierfüßlerstand vorwärts und beginnt mit dem Klettern. Es hat sehr viel Spaß dabei, Treppen hoch zu krabbeln oder auf Gegenstände zu klettern. Auch Spielplätze laden zum Klettern und Entdecken ein. Ermögliche deinem Kind das Erkunden durch Krabbeln und Klettern so oft wie möglich. Bleibe dabei eng bei deinem Kind, damit du es jederzeit halten kannst, falls es nötig ist. Auf dem Spielplatz solltest du dein Kind nicht auf hohe Spieltürme oder Klettergerüste heben, solange es dies noch nicht alleine schafft. Dein Kind darf in seinem eigenen Tempo erkunden und entdecken.

Neben dem Krabbeln kommen nun auch das selbstständige Hinsetzen und Hochziehen an Gegenständen hinzu. Das Sitzen kann ganz unterschiedlich aussehen – es gibt viele Varianten. Mach dir bitte keine Sorgen, wenn dein Kind anfangs noch unsicher an einem Gegenstand steht und wieder auf den Boden möchte. Dies ist eine völlig neue Aufgabe für die Beinmuskulatur. Mach es deinem Kind einfacher, indem du dich hinter es setzt und dein Bein als kleinen Hocker anbietest, damit es einen Zwischenschritt zum Boden hat. Einen „Fallrucksack“ oder Helm braucht es nicht, das Abstützen beim Hinfallen braucht etwas Übung. Waldbesuche, gemeinsame Spaziergänge und Aktivitäten an der frischen Luft fördern die Bewegungsentwicklung deines Kindes.

Nutze gerne wertvolle Kursangebote wie z. B. PEKiP, Pikler, Delfi oder Baby- bzw. Kleinkindschwimmen (Mehr Infos s. Verweise auf der letzten Seite).

Tipp: Klebe eckige Kanten von Möbelstücken zur Sicherheit ab! Überprüfe, ob es weitere gefährliche Stellen im Haus gibt, die dein Kind im Stehen erreichen kann – zum Beispiel die Herdplatten. Jetzt ist außerdem die richtige Zeit für Fensterschlösser, Treppengitter und Steckdosensicherungen.

DIE ENTWICKLUNG DEINES KINDES – KRABELN, LAUFEN LERNEN, SPRACHE

So kannst du dein Kind trösten, wenn es sich wehtut:

- Gehe auf Augenhöhe mit deinem Kind und nimm es auf den Arm.
- Sage mit beruhigender Stimme z. B. „Ich weiß, du hast dich erschrocken.“ „Schsch, ich bin da.“
- Beruhige dein Kind z. B. durch Singen, Streicheln, Wiegen.
Atme dabei selbst ruhig.
- **Wichtig:** Bitte lenke dein Kind nicht durch Sätze wie „Es ist doch nichts passiert“, „Es ist nicht schlimm“, „Hör auf zu weinen“ von seinen Gefühlen ab. So lernt dein Kind, dass es mit all seinen Gefühlen gut ist, wie es ist.

Durch viele neue Entwicklungsschritte können nun auch neue Spiele entstehen, passe die Spielzeugauswahl an die neuen Möglichkeiten an.

Du kannst dein Kind jetzt auch beruhigt in den Hochstuhl zum Essen setzen und den Kinderwagensportaufsatz nutzen.

Nach einigen Wochen Spielen im Stand beginnt dein Kind mit Seitenschritten im Stand. Es hält sich dabei meist an einem Gegenstand fest und hangelt sich zum nächsten Gegenstand.

Vielleicht beginnt es auch schon, sich im Raum frei hinzustellen und ein paar Schritte zu machen. Einige Kinder können bis zum Ende des 14. Lebensmonats bereits laufen, andere lassen sich etwas mehr Zeit – beides ist ganz normal!



Gut zu wissen: Warum barfuß sein wichtig ist

- Die motorische Entwicklung wird durch ein gutes Fuß- und Körpergefühl ganz natürlich gefördert.
- Die Fußmuskeln werden trainiert.
- Es entsteht ein stabiler Stand.
- Das Immunsystem wird gestärkt.
- Die Füße (barfuß) schwitzen kaum. Tatsächlich können auch Babys Schweißfüße haben, da alle Schweißdrüsen im Fuß bei der Geburt bereits angelegt sind.

Wenn du dich fragst, ob dein Kind entwicklungsverzögert ist

Wenn dir bei deinem Kind auffällt, dass es sich anders bewegt als Kinder in einem ähnlichen Alter, und du vielleicht das Gefühl hast, es könnte in seiner Entwicklung verzögert sein, vereinbare einen Termin bei deiner Kinderärztin oder deinem Kinderarzt. Auch die regelmäßigen U-Untersuchungen kannst du nutzen, um deine Sorgen bei der Kinderärztin oder beim Kinderarzt anzusprechen.

Tipp: Wenn dich bestimmte Bewegungen deines Kindes verunsichern, kannst du es auch hin und wieder filmen. Zeige diese Aufnahmen gerne deiner Kinderärztin oder deinem Kinderarzt.

Sollte es notwendig sein, wird alles Weitere mit dir besprochen, z. B. bekommst du eine Verordnung für Physiotherapie oder eine Überweisung zu einer Fachärztin oder einem Facharzt.

Das passiert in der Sprachentwicklung deines Babys

Deinem Kind ist die Bedeutung von Sprache mittlerweile klarer und es verspürt den Wunsch, seine Bedürfnisse durch sein Gesicht (Mimik), durch Zeigen oder durch Sprache zu äußern.

Dein Kind nutzt seine Mimik, um deine Aufmerksamkeit zu erhalten oder sie auf einen Gegenstand zu lenken. Vielleicht benutzt es auch bereits seinen Zeigefinger, um auf Dinge zu zeigen.

Wenn dein Kind „mamama“ oder „papapa“ vorwiegend dann verwendet, wenn Mama oder Papa anwesend ist, könnte es sich bereits um die ersten Wörter handeln.



DIE ENTWICKLUNG DEINES KINDES - KRABBELN, LAUFEN LERNEN, SPRACHE



Gut zu wissen: Wann dein Kind zu sprechen beginnt

Die meisten Kinder sprechen ihre ersten Wörter zwischen dem 12. und 14. Lebensmonat. Andere lassen sich etwas länger Zeit.

Durch das Benennen von Gegenständen z. B. „ato“, (Auto) oder durch Formulierungen von Forderungen, z. B. „da“, „mehr“, „auf“ oder „haben“, kann dein Kind nun schon eigene Wünsche äußern. Vielleicht hörst du auch schon verschiedene Betonungen, wenn es beispielsweise die Stimme anhebt, um eine Frage zu stellen, z. B. „Arm?“, wenn dein Kind getragen werden möchte.

Wenn dein Kind mit mehreren Sprachen aufwächst, achte auf Folgendes:

1. Jedes Elternteil spricht immer die Sprache mit seinem Kind, die es am besten beherrscht. Untereinander können Eltern natürlich die Sprache sprechen, für die sie sich entscheiden.
2. Bleibe während eines Gesprächs mit deinem Kind bei einer Sprache und mische die Sprachen nicht.
3. Es kann sein, dass dein Kind beim Sprechlernen die verschiedenen Sprachen verwechselt und mischt. Das ist völlig normal. Dein Kind lernt mit der Zeit, die Sprachen voneinander zu unterscheiden.

Kinder lernen Sprachen leichter

Bestimmte Bereiche im Gehirn sind zu bestimmten Zeiten besonders stark vernetzt und somit auch sehr lernbereit. Wenn Kinder geboren werden, können sie Laute aus allen Sprachen unterscheiden und nachmachen. Diese Fähigkeit haben wir als Erwachsene verloren. Gerade im Bereich der Sprachentwicklung sind die ersten Lebensjahre, bis einschließlich zum Ende des Grundschulalters wichtig.

Woran erkennt man einen sogenannten Late Talker?

Kinder, die sehr spät mit dem Sprechen beginnen, werden auch Late Talker genannt. Manchmal stecken auch Verzögerungen oder Störungen der Sprachentwicklung dahinter. Diese können ab dem 20. bis 24. Lebensmonat erkannt werden. Der Sprachbeginn kann aus verschiedenen Gründen etwas später sein. Im Lebensmonat 10 bis 14 kann eine Verzögerung noch nicht festgestellt werden.

Dein Kind ist häufig krank? - Welchen Einfluss hat das auf die Sprachentwicklung?

Wenn dein Kind häufiger krank ist und vielleicht mit Mittelohrentzündungen zu kämpfen hat, können diese Infekte sich auf die Sprachentwicklung auswirken. Kinder lernen Sprache auch über das Gehör. Und wenn das Gehör während der Infekte beeinträchtigt ist, ist auch das richtige Hörverständnis erschwert.

Tipp: Notiere dir die Zeiträume von Infekten, Erkältungen und Mittelohrentzündungen. Diese Informationen sind hilfreich für spätere Arztbesuche.

So unterstützt du dein Kind

Wenn dein Kind etwas interessiert anschaut oder darauf zeigt, möchte es, dass du den Dingen einen Namen gibst. Benenne also den Gegenstand und lasse ein Gespräch darüber entstehen, z. B.: „Der Apfel. Mhmmm, magst du einen Apfel? Ich schneide den Apfel für dich.“ Das gemeinsame Anschauen und Vorlesen von Bilderbüchern unterstützt die Sprachentwicklung deines Kindes ebenfalls.

Erinnerungen schaffen: ein Wortschatz-Tagebuch

Vielleicht macht es dir Freude, eine Liste - ein kleines Wortschatz-Tagebuch - zu erstellen? Darin notierst du alle Wörter, die dein Kind spricht. So bekommst du einen Überblick, welche Wörter dein Kind bereits kennt und hast später eine schöne Erinnerung an seine Sprachreise.

Die Wörter müssen nicht wie unsere Erwachsenensprache klingen. Auch kindliche Ausdrücke, z. B. „ham-ham“ haben in dieser Phase ihre Bedeutung. Wenn dein Kind die Katze mit „miau“ ruft, dann greife das auf und antworte: „Miau, ja die Katze. Miau macht die Katze.“



DIE VORSORGEUNTERSUCHUNG U6

Zwischen dem 10. und 12. Lebensmonat findet die U6 statt. Hast du bereits einen Termin bei deiner Kinderärztin oder deinem Kinderarzt vereinbart?

Falls nicht, lieber keine Zeit verlieren! Nimm unbedingt das gelbe Untersuchungsheft sowie den Impfausweis mit, da laut Impfkalender eine Beratung zu den empfohlenen Schutzimpfungen stattfinden wird. Bei der U6 wird der Fokus auf Entwicklungsauffälligkeiten gelegt. Die Ärztin oder der Arzt wird dein Kind körperlich untersuchen. Die Augen werden getestet, um eventuelle Sehstörungen festzustellen, damit diese frühzeitig behandelt werden können.

Mit verschiedenen Bewegungsübungen kann der Kinderarzt oder die Kinderärztin überprüfen, wie der Körper deines Kindes sich entwickelt. Falls es Auffälligkeiten geben sollte, wirst du Adressen von verschiedenen Fachärztinnen oder Fachärzten sowie Informationen zu Behandlungsmöglichkeiten erhalten.

Die U-Untersuchungen

- U2 3. bis 10. Lebenstag
- U3 4. bis 5. Lebenswoche
- U4 3. bis 4. Lebensmonat
- U5 6. bis 7. Lebensmonat
- U6 10. bis 12. Lebensmonat**
- U7 21. bis 24. Lebensmonat
- U7a 34. bis 36. Lebensmonat
- U8 46. bis 48. Lebensmonat
- U9 60. bis 64. Lebensmonat

ENTWICKLUNGSSCHÜBE IM ALTER VON 10 - 14 MONATEN

Wie heißt es? Nach dem Schub ist vor dem Schub. Sicherlich fragst du dich manchmal wie viele Schübe noch auf dich und dein Kind warten. Ein Entwicklungsschub sorgt dafür, dass dein Kind viele neue Entwicklungsschritte macht.

Die gute Nachricht ist, dass du immer geübter und sicherer im Umgang mit deinem Kind wirst.

Im Alter von 10 - 14 Monaten erlebt dein Kind meist zwei Entwicklungsschübe. Der eine Schub findet etwa um die 46. Lebenswoche, ca. mit 10 Monaten, statt und der andere Schub meist um die 55. Lebenswoche, ca. mit dem 1. Geburtstag.

In diesem Schub wird Schritt für Schritt das Laufen vorbereitet. Dein Kind wird durch das Stehen und Laufen deutlich selbstständiger. Diese Entwicklung ist eine weitreichende Veränderung. Es sieht die Welt nun mit einem anderen Blick. Das kann spannend und beängstigend zugleich sein. Viele Kinder entdecken ihr Interesse an Rollenspielen. Somit werden z. B. Kuscheltiere, Puppen, Spielautos und ähnliche Spielzeuge spannend, mit denen Kinder den Alltag nachspielen können.

Fakten zum Entwicklungsschub - 46. Lebenswoche

- Der 7. Entwicklungsschub
- Beginnt oftmals ab der 41. Lebenswoche (ca. 9,5 Monate)
- Dauert meist 5 Wochen
- Bringt viele neue Entwicklungsschritte mit sich wie die Fingerfertigkeit und die Sprache

Fakten zum Entwicklungsschub - 55. Lebenswoche

- Der 8. Entwicklungsschub und damit der letzte im 1. Lebensjahr
- Beginnt meist ab der 51. Lebenswoche
- Dauer: 4 - 5 Wochen



ENTWICKLUNGSSCHÜBE IM ALTER VON 10 - 14 MONATEN

Anzeichen und Symptome

Unruhe und schlechte Laune

Das Gehirn deines Kindes befindet sich in einer Umstrukturierung – einer Art „Umbau“. Dies kann bei deinem Kind zu Gefühlschwankungen, Verunsicherungen und schlechter Laune führen. Auch Unruhe und damit verbundene Schlafprobleme können vorkommen. Tendenziell jedoch etwas seltener als in den Schüben zuvor.

Trennungsangst und Anhänglichkeit

Erst hat dein Kind große Entdeckerlust und wollte die Welt um sich herum frei erkunden. Plötzlich hast du das Gefühl, dass es nur noch bei dir sein möchte und du dich keinen Schritt bewegen darfst? Auch das ist völlig normal. Versuche gelassen zu bleiben und schenke deinem Kind die Sicherheit, die es benötigt.

Ungeduld, Quengeln und Weinen

Durch die gereizte Stimmung einerseits und den stärkeren Wunsch nach Selbstbestimmung (begonnen bereits im 6. Schub) reagieren kleine Kinder oft ungeduldig und quengeln, wenn sie etwas nicht haben können. Das hängt damit zusammen, dass sie sich noch nicht in andere Menschen hineinversetzen können (Empathie). Daher verstehen sie nicht, warum ihr Umfeld andere Bedürfnisse haben kann als sie selbst.

Schwierigkeiten beim Essen

Eventuell beobachtest du, dass dein Kind im 8. Entwicklungsschub wählerischer mit dem Essen wird. Oft möchten Kinder um den 1. Geburtstag nur ganz bestimmte Lebensmittel oder sie haben insgesamt weniger Appetit. Das kann anstrengend sein, geht aber meistens nach wenigen Wochen vorbei. Auch wenn dein Kind zeitweise wieder viel Milch trinken will, ist das in Ordnung.



Das kannst du tun

- Gib deinem Kind die Sicherheit, die es benötigt, aber auch den Raum, den es braucht.
- Achte auf einen guten Ausgleich zwischen Spielen und Ruhe.
- Wenn dein Kind nicht zu anderen Personen auf den Arm möchte, ist es in Ordnung. **Lasse dein Kind entscheiden, wann es bereit ist, mit anderen Menschen in Kontakt zu gehen.**
- Achte auf den Schlafbedarf deines Kindes. Wenn sich die Einschlafbegleitung verlängert oder die Nächte unruhiger werden, kann es daran liegen, dass sich der Schlafbedarf deines Kindes verändert.



DER SCHLAF DEINES KINDES

Häufig stellen Kinder um den 1. Geburtstag von zwei Schläfchen auf einen Mittagsschlaf um. Du erkennst die Umstellung daran, dass dein Kind eines der Schläfchen verweigert.

Soviel Schlaf benötigt dein Kind

- Die optimale Mittagsschlafzeit ist meist zwischen 12 Uhr und 14 Uhr.
- Oft benötigen Kinder zwischen 10 - 14 Lebensmonaten eine Wachzeit über den Tag von ca. 10 bis 11 Stunden, um altersgerecht schlafen zu können.
- Vor dem Nachtschlaf sollte dein Kind ca. 4 - 4,5 Stunden wach sein.
- Kinder benötigen nachts meist nur noch eine oder sogar keine Still- oder Flaschenmahlzeit mehr.
- Schlafdauer am Tag: 2 - 3 Stunden
- Schlafdauer in der Nacht: 10 - 12 Stunden
- Gesamtschlaf Tag und Nacht: 12 - 14 Stunden

Der Wechsel ins eigene Kinderzimmer

Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) empfiehlt, dass Kinder im ersten Lebensjahr im Elternschlafzimmer schlafen. Wann du als Mutter, als Vater oder ihr als Paar den Übergang in das eigene Kinderzimmer plant, entscheidest du/entscheidet ihr.

Wenn ihr für euer Kind ein eigenes Kinderzimmer habt und euch für den Übergang in das eigene Zimmer entscheidet, gibt es einiges zu beachten.



Gut zu wissen: Kinderbetten

Es ist wichtig, dass dein Kind sicher schlafen kann. Das bedeutet, dass es nirgends herunterfallen oder sich verletzen kann. Daher achte gerne darauf, dass das neue Bett - falls es kein Gitterbett sein sollte - bodentief oder mit einem Rausfallschutz gesichert ist.

Achtung: Kein Hochbett oder Etagenbett

Bitte kauft oder baut kein Hochbett oder Etagenbett. Kinder sollten erst ab dem 6. Geburtstag in einem Hoch- oder Etagenbett schlafen. Davor können Kinder die Gefahr des Herunterstürzens noch nicht abschätzen. Deshalb wird von einem Hochbett bis zum Alter von 6 Jahren abgeraten.



Tipps

für die liebevolle Gestaltung des Wechsels vom Schlafzimmer ins Kinderzimmer

- **Tagsüber an das Kinderzimmer gewöhnen**
Verbringe am Tag Zeit mit deinem Kind in seinem Kinderzimmer, sodass es Vertrauen zu der Umgebung aufbaut. Lasse dein Kind auch gerne sein Bett erkunden.
- **Zeit und Geduld**
Dein Kind darf sich an die neue Schlafumgebung gewöhnen und diese Schritt für Schritt kennenlernen. Es kann sein, dass dein Kind mit Weinen reagiert und zeigt, dass es sich unwohl und unsicher fühlt. Wichtig ist, dass du dein Kind mit seinen Gefühlen nicht alleine lässt und es begleitest. Sei dir bewusst, dass die Einschlafbegleitung länger dauern kann, als du es derzeit gewöhnt bist. Es kann passieren, dass dein Kind bereits abgewohnte Einschlafhilfen, wie z. B. das Tragen, einfordert. Es ist völlig in Ordnung. Gib deinem Kind die Zeit und Sicherheit, die es braucht.
- **Erster Versuch beim Tagschlaf**
Lege dein Kind beim ersten Tagschlaf zum Schlafen in das Kinderzimmer. Es hat sich gezeigt, dass Kinder tagsüber einen höheren Schlafdruck haben und auch die Trennung von den Eltern leichter ist als am Abend. Daher starte gerne damit, dass du deinem Kind am Tag seinen neuen Schlafplatz (Schlafheimat) zeigst.
- **Beziehe dein Kind mit ein**
Sprich mit deinem Kind über die neue Situation. Wichtig ist, dass du selbst völlig überzeugt davon bist, das Richtige zu tun. Das hilft deinem Kind, die Veränderung zu akzeptieren und sich sicher zu fühlen. Vielleicht darf auch ein neues Kuschelkissen oder Kuscheltier mit in das Bett einziehen? Solche sogenannten Übergangsobjekte können deinem Kind helfen, mit der neuen Situation zurechtzukommen.

UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE IN BERLIN



Berliner Familienportal:

Auf dem Berliner Familienportal finden sich zahlreiche wertvolle Serviceinformationen rund um das Thema Familie, ein Veranstaltungskalender für Kinder, Jugendliche und die gesamte Familie sowie Ratgeber zu vielseitigen Themen (z. B. Freizeit, Finanzen, alleinerziehend, Kita usw.)

← www.berlin.de/familie



Spielplätze und Bewegungsangebote:

In jedem Berliner Bezirk findet sich eine Vielzahl von Spielplätzen; im Winter sind die sogenannten Winterspielplätze ein Treffpunkt zum Spielen, Toben und für den Austausch. Zudem bietet Berlin eine große Bandbreite an Sport-, Bewegungs- und Tanzangeboten für Kinder. Die Angebote findest du hier:

← www.berlin.de/kultur-und-tickets/tipps/kinder/spielplatz



← www.berlin.de/familie/informationen/sport-und-bewegung-fuer-familien-300



Unterstützung bei Entwicklungsauffälligkeiten:

Bei Beratungsbedarf zu Entwicklungsauffälligkeiten des Kindes sind der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst (KJGD), die Kinder- und Jugendambulanzen (KJA) oder die Sozialpädiatrischen Zentren (SPZ) hilfreiche Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner. Auch das Berliner Familienportal informiert zum Thema Fördermöglichkeiten für Kinder mit Behinderung oder Auffälligkeiten:

← www.kinderversorgungsnetz-berlin.de/gesundheitsamt



← www.kja-spz-berlin.de



← www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/kindertagesbetreuung/kinder-mit-behinderung



Kindervorsorgeuntersuchungen:

Zusätzliche Informationen zu den U-Untersuchungen und weiterführende Links finden sich auch auf dem Berliner Familienportal:

← www.berlin.de/familie/informationen/kindervorsorgeuntersuchungen-77



← www.kindergesundheit-info.de/themen/frueherkennung-u1-u9-und-j1



Fachärztinnen und Fachärzte finden

Termine bei Fachärztinnen und Fachärzten zu finden kann schwierig sein. Die Terminservicestelle (TSS) der KV Berlin unterstützt gesetzlich Krankenversicherte bei der Arztsuche und der Terminfindung. Der Terminservice des ärztlichen Bereitschaftsdienstes ist telefonisch erreichbar unter der 116117

← www.kvberlin.de/fuer-patienten/terminservice



Mehrsprachig aufwachsen

Grundlegende Informationen zum Thema mehrsprachige Erziehung findest du auch auf dem Berliner Familienportal:

← www.berlin.de/familie/informationen/mehrsprachige-erziehung-352



VON BEGINN AN GUT BEGLEITET

Mit der **ElternMail Berlin** will die **Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie** allen Eltern mit dem Start ins Familienleben und auf dem weiteren Weg zur Seite stehen und sie stärken. Das für Familien kostenlose Angebot soll dazu beitragen, dass Mütter und Väter hilfreiche Informationen rund um die Entwicklung ihres Kindes erhalten und praktische Tipps und Hinweise zu unterstützenden Angeboten vor Ort finden.

Vorschau auf die 2. Online-Ausgabe - 10. bis 14. Lebensmonat deines Babys

1. Der 1. Geburtstag – plötzlich ist mein Kind kein Baby mehr
2. Feste Feiern
3. Die Ernährung deines Kindes
4. Mediennutzung und Elternverhalten



Impressum

Herausgeber
ElternLeben.de – ein Angebot
der wellcome gGmbH

www.elternleben.de

www.wellcome-online.de

Unterstützt von
Stützrad gGmbH

Gefördert durch



Konzeption
wellcome gGmbH: Dr. Martina Stotz

Redaktion
wellcome gGmbH: Dr. Martina Stotz,
Madeline Hoffmann, Sabine Linz

Stützrad gGmbH: Katja Brendel,
Sabrina Döring

Freie Mitarbeit: Karin Hackbarth,
Elisabeth Hussendörfer, Renate Lieberknecht,
Maike Meier, Patricia Pomnitz

Koordination Marketing & Gestaltung
wellcome gGmbH: Berit Lohnzweiger

Grafik und Layout
wellcome gGmbH: Florian Stuertz

Illustrationen
Franziska Bachmaier (House of Creatures)

Foto
S. 1: iStock (SanyaSM)

© wellcome gGmbH 2024



ElternMail Berlin wird herausgegeben
von **ElternLeben.de** – der **Online-Plattform**
für Eltern.

Wir begleiten dich mit Wissen und
kostenloser Beratung von der
Schwangerschaft bis in die Pubertät.



Melde dich für die digitale ElternMail an, um keine Ausgabe zu verpassen – es dauert nur 2 Minuten.

(Deutsch / English / Polski / українська / Türkçe / العربية)

← www.elternleben.de/elternmail-berlin