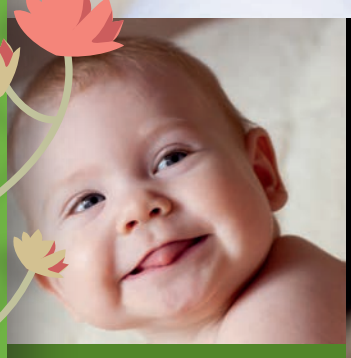
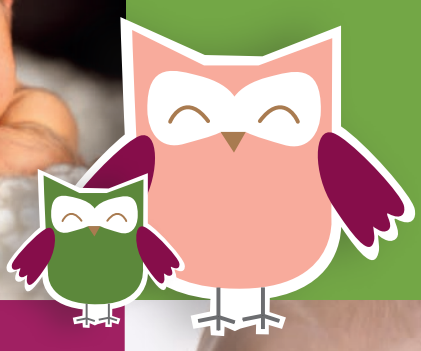
Altmark

Baby-Kalender



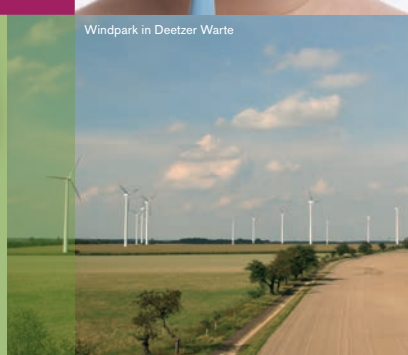
Die ersten 36 Monate Ihres Kindes.



Netzwerkstelle für Kinderschutz und Frühe Hilfe im Landkreis Stendal

Landkreis Stendal • Jugendamt
Netzwerk Kinderschutz und Frühe Hilfen
Hospitalstraße 1-2 • 39576 Hansestadt Stendal

Telefon: 03931/607111 • Fax: 03931/213060
E-Mail: netzwerk-kinderschutz@landkreis-stendal.de
www.fruehe-hilfen.landkreis-stendal.de



Windpark in Deetzer Warte

Altmark

Willkommen im Leben!

Was sind Frühe Hilfen?

Frühe Hilfen sind Angebote, die Eltern und Kinder ab Beginn der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren unterstützen sollen. Sie zielen darauf ab, Entwicklungsmöglichkeiten von Kindern und Eltern in Familie und Gesellschaft frühzeitig und nachhaltig zu verbessern.

Zu den Frühen Hilfen zählen zum Beispiel:

- der Willkommensbesuchsdienst
- die Familienhebammen
- die SchreiBabyAmbulanz oder
- die Frühförderung

„Eltern werden ist nicht schwer, Eltern sein dagegen sehr!“

Wilhelm Busch

Die Angebote richten sich an...

- werdende Eltern
- Alleinerziehende
- Eltern mit Neugeborenen, Säuglingen und Kleinkindern
- Eltern in besonders belastenden Lebenssituationen, wie zum Beispiel jugendliches Alter der Eltern, Arbeitslosigkeit, Sucht, psychische Belastungen und Erkrankungen ...
- Familien bei Überforderung und Überlastung

„Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen.“

Afrikanisches Sprichwort

Altmark

Netzwerk Kinderschutz und Frühe Hilfen

Der Landkreis Stendal widmet dem sicheren Aufwachsen von Kindern und der gesunden Entwicklung von jungen Menschen eine besondere Aufmerksamkeit. Aus diesem Grunde hat der Landkreis Stendal eine Netzwerkstelle eingerichtet, die ein professionsübergreifendes Netzwerk zur Kooperation im Kinderschutz und in den Frühen Hilfen aufbauen und stetig weiterentwickeln soll.
Folgende Zielstellungen verfolgt das Netzwerk Kinderschutz und Frühe Hilfen:

- die Chancen für Kinder, gesund aufzuwachsen, weiter verbessern
- die bestehenden Angebote für Kinder, Jugendliche und Familien miteinander vernetzen und weiterentwickeln, insbesondere eine Vernetzung zwischen Kinder- und Jugendhilfe, Schule und Gesundheitswesen
- Fortbildung/Qualifizierung von Netzwerkpartnern zu den Frühen Hilfen sowie Information und Beratung von Fachkräften und Eltern zu den Angeboten der Frühen Hilfen und weiteren Unterstützungsmöglichkeiten für Familien

Haben Sie Fragen zu Angeboten unserer Region?
oder
Machen Sie sich Sorgen um Ihr Kind und suchen nach Alternativen?
oder
Haben Sie manchmal nur wenig Kraft und glauben, Sie schaffen das Alles nicht mehr?

Dann nehmen Sie Kontakt mit der Koordinatorin des Netzwerkes auf!

Ansprechpartnerin zum Netzwerk Kinderschutz und Frühe Hilfen im Landkreis Stendal:

Tina Schulze
Telefon: 03931/607111

E-Mail: netzwerk-kinderschutz@landkreis-stendal.de
www.fruehe-hilfen.landkreis-stendal.de

Besuchen Sie unsere Homepage:
www.fruehe-hilfen.landkreis-stendal.de

Endlich bist du da!

Herzlichen Glückwunsch!
Die lange Zeit des Wartens ist vorbei. Endlich können Sie Ihr Baby im Arm halten. Vor Ihnen liegt die schönste Zeit Ihres Lebens, vielleicht aber auch die mit den meisten Fragen. Der Babykalender der Frühen Hilfen des Landkreises Stendal hilft, Antworten zu finden, gibt Tipps für den Alltag und erinnert an Termine.
Mit dem Leitfaden für die ersten 36 Monate haben Sie einen Überblick über die Entwicklungsschritte Ihres Kindes. Wir reichen Ihnen die Hand, wenn Sie Unterstützung, Rat oder Hilfe brauchen.
Jedes Kind ist etwas Besonderes, jedes Kind ist einzigartig – begleiten Sie Ihr Kind auf seinem Weg ins Leben. Wir helfen Ihnen dabei.

Name: _____

geboren am: _____

um: _____

im: _____

Gewicht: _____

Größe: _____

Kopfumfang: _____

hier können Sie ein Foto von Ihrem Baby einkleben

Rund ums Baby – Halten, Wickeln, Stillen

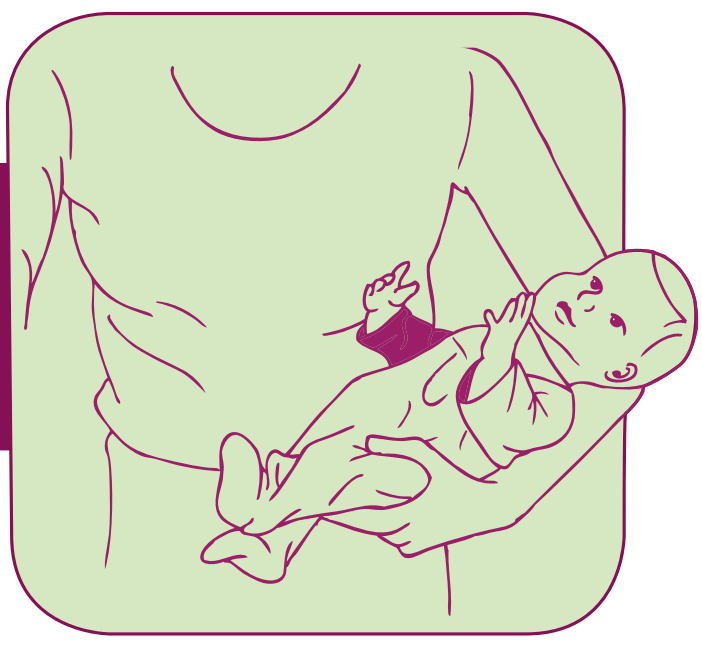
Jetzt geht's richtig los. Ihr kleiner Schatz ist auf der Welt! In den ersten Tagen und Wochen ist alles neu – für Sie und für Ihr Baby. Mit ein paar Tipps und ein wenig Übung hat man schnell die wichtigsten Handgriffe drauf. Bei Fragen hilft Ihnen jederzeit Ihre Hebamme.

Das Baby in der Rückenlage mit beiden Händen am Rumpf fassen, auf die Seite drehen und weit über die Seite hochheben.

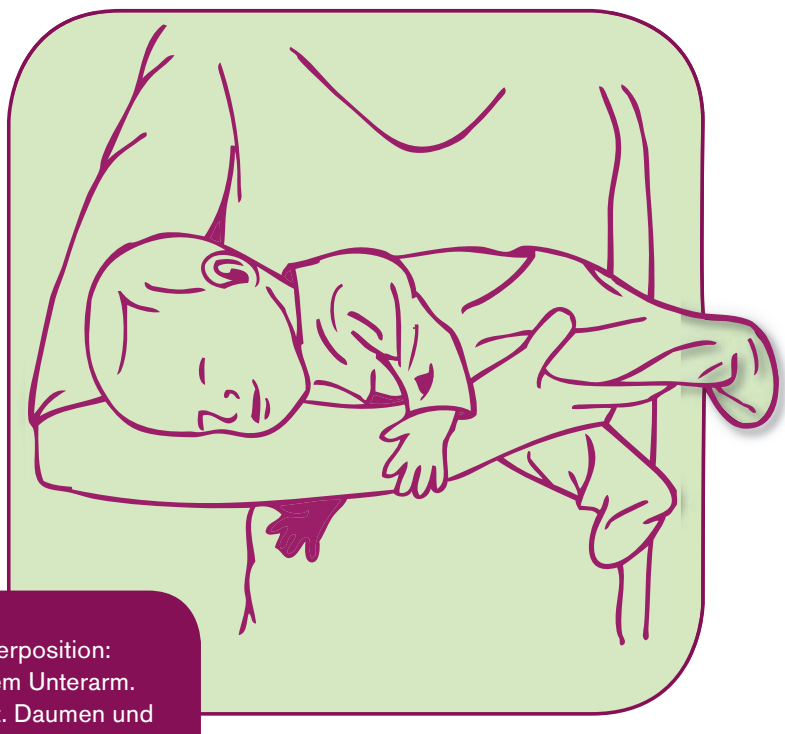
Für Ihr Kind ist es am angenehmsten, wenn Sie es immer über die Seite hochnehmen. Bei diesem schrägen Aufnehmen braucht der Kopf keine Unterstützung.
Wenn zusätzlich auch noch langsame Bewegungen durchgeführt werden, kann das Kind die Veränderung der Lage nachvollziehen und somit früh ein eigenes Körpergefühl entwickeln.

Tragen Sie Ihr Baby am Körper, eine Hand unter dem Po, die andere Hand hält das Köpfchen.

Wenn Sie etwas geübt sind, können Sie Ihr Baby auch auf Ihren Unterarm legen. Ihre Armbeuge stützt das Köpfchen. Daumen und Zeigefinger umfassen den Oberschenkel des Babys mit sanftem Druck, so dass Sie Ihr Baby sicher halten können.



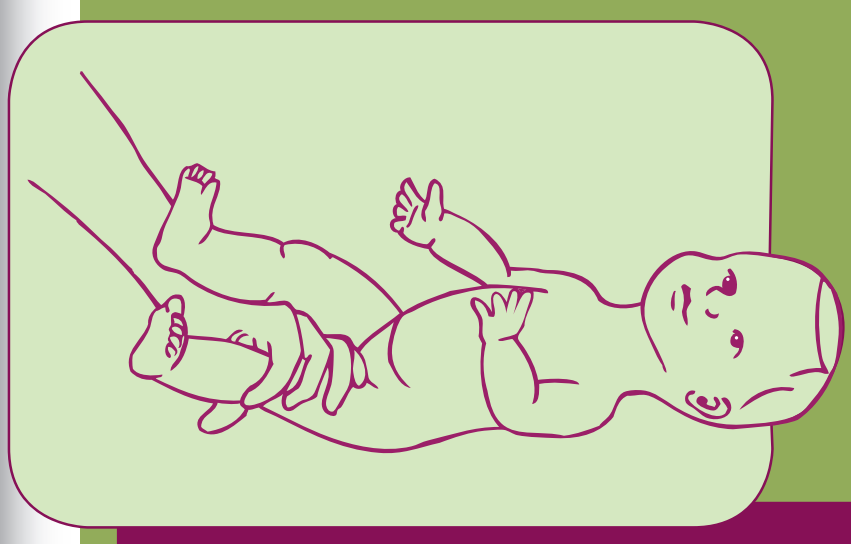
Ihr Baby ruht auf Ihrem Unterarm, mit der freien Hand stützen Sie Po und Rücken.



Gut geeignet bei Bauchweh – die Fliegerposition:
Ihr Baby liegt mit seinem Bauch auf Ihrem Unterarm. Sein Köpfchen ist leicht seitlich gedreht. Daumen und Zeigefinger Ihrer Hand umfassen mit sanftem Druck den Oberschenkel des Babys und geben sicheren Halt.

In der Badewanne

- Nehmen Sie sich genug Zeit zum Baden, um alles in Ruhe zu machen. Lassen Sie Ihr Baby nie unbeaufsichtigt!
- Sie sollten Ihr Baby erst baden, wenn der Nabel Ihres Babys verheilt ist.
- Legen Sie alle wichtigen Utensilien griffbereit: Badehandtuch, Thermometer, Babyöl, frische Sachen und Windeln.
- Lassen Sie die Wanne nur zu etwa einem Drittel mit Wasser voll.
- Das Badewasser sollte 35 bis 37 Grad haben. Prüfen Sie unbedingt die Temperatur des Badewassers mit einem Thermometer oder Ihrem Ellenbogen, damit sich Ihr Baby nicht verbrüht.
- Halten Sie Ihr Baby gut fest: Ihr Kind liegt mit dem Rücken auf Ihrem Unterarm. Ihr Daumen und Zeigefinger umfassen den Arm des Babys. Mit der freien Hand können Sie Ihr Baby waschen.
- 5 bis 10 Minuten reichen vollkommen, sonst strapaziert das Bad Babys Haut zu sehr.
- Trocknen Sie Ihr Baby gut ab, besonders die Hautfalten, und verwenden Sie bei Bedarf ein Babyöl.



Wickeln

- Wenn die Windel voll ist, machen Sie Ihr Baby gründlich sauber. Verwenden Sie einen feuchten Wattepad oder Waschlappen und reinigen Sie auch die Hautfalten. Wischen Sie immer „von vorn nach hinten“, damit keine Darmkeime in den Genitalbereich gelangen.
- Heben Sie Ihr Baby richtig an, um den Po sauber zu machen oder eine neue Windel unterzulegen: Greifen Sie mit ihrer Hand unter den Kniekehlen des Babys hindurch. Umfassen Sie den Oberschenkel des Babys und heben ihn so an, dass das andere Bein des Babys noch auf ihrem Arm liegt.
- Zwischen die Windel und den Bauch des Babys sollten immer zwei Finger passen, dann ist die Windel nicht zu eng.
- Lassen Sie Ihr Baby nie unbeaufsichtigt auf dem Wickeltisch!

Nicht schütteln!

Ihr Baby schreit. Sie haben versucht, es zu beruhigen. Ihr Baby schreit weiter. Legen Sie Ihr Baby ins Bettchen und verlassen kurz den Raum, damit Sie sich etwas beruhigen können. Wenn Sie nicht mehr weiter wissen, dann holen Sie sich Unterstützung durch Verwandte, Freunde oder Nachbarn. Wenn das nicht hilft, kontaktieren Sie die SchreiBabyAmbulanz in Stendal und vereinbaren einen Termin (Tel. 0152-28049404). Die Beratung ist für Sie kostenlos.

Schütteln Sie Ihr Baby **niemals.** Selbst geringes Schütteln kann **lebensgefährlich** werden. Das Gehirn Ihres Kindes ist noch sehr verletzlich und würde durch das Schütteln hin- und hergeschoben werden. Dabei reißen Gefäße ab, es kommt zu schweren Hirnverletzungen, die mit einer Behinderung oder tödlich enden können.

Stillen

Es ist allein Ihre Entscheidung, ob Sie ihr Kind stillen oder mit der Flasche füttern möchten. Allerdings ist Muttermilch in den ersten vier bis sechs Monaten das Beste und vor allem Gesündeste für Ihr Baby. Muttermilch enthält viele Immunstoffe und Vitamine, die Ihr Baby vor Krankheiten und Allergien schützen.

Stillen geht ganz einfach:

- Legen Sie Ihr Baby auf ein Stillkissen vor sich, wie auf dem Bild. Das geht entweder direkt vor dem Körper (Bild oben) oder seitlich nach hinten (Bild links). Halten Sie Ihr Baby fest, damit es nicht herunter rollt.
- Ihr Daumen und die restlichen Finger Ihrer Hand bilden ein C. Umfassen Sie damit Ihre Brust und reichen Sie sie Ihrem Baby.
- Ihr Baby sollte seinen Mund weit öffnen und die ganze oder zumindest einen Großteil der Brustwarze in den Mund nehmen. Ihr Baby trinkt anfangs etwa alle drei Stunden.
- Legen Sie es an einer Brust an und lassen es trinken. Wenn es dann noch Hunger hat, legen Sie es an die andere Brust. Mit dieser Seite sollten Sie dann auch bei Babys nächster Mahlzeit beginnen.

Stillen

Besorgen Sie sich einen gutsitzenden Still-BH, der nicht einengt und leicht zu öffnen ist. Auch Stilleinlagen sind angenehm und nehmen überschüssige Milch auf. Kitzeln Sie Ihr Baby vor dem Stillen an der Unterlippe, dann bekommt es Appetit und öffnet seinen Mund. Bei Fragen steht Ihnen Ihre Hebamme oder eine Stillberaterin zur Seite.

So schläft Ihr Baby sicher!

- Achten Sie auf eine rauchfreie Umgebung.
- Die ideale Raumtemperatur fürs Schlafzimmer beträgt 16 bis 18 Grad.
- Lassen Sie Ihr Baby in Rückenlage schlafen.
- Verzichten Sie auf Kuscheltiere, Betthimmel und Nestchen.
- Verwenden Sie einen Schlafsack, der die Wärme nicht staut. Dafür genügt es schon, wenn der Schlafsack an einer Seite ein Luftloch hat.
- Ihr Baby schläft im eigenen Bett im Elternschlafzimmer.
- Achten Sie immer auf gute Durchlüftung, z. B. eine atmungsaktive Matratze und ziehen Sie Ihrem Baby keine Mütze oder Handschuhe zum Schlafen an. So vermeiden Sie einen lebensgefährlichen Wärmestau.
- Achten Sie immer darauf, auch wenn Sie von draußen in warme Räume kommen: Jacke auf, Kinderwagendecke hochnehmen und Mützchen absetzen!

1. Monat

Hallo, Baby!

Mehr als neun Monate hat Ihr Kleines im Bauch der Mama verbracht – auf einmal ist alles neu und fremd. Stück für Stück und ganz langsam muss Ihr Baby sich an seine neue Umgebung gewöhnen. Besonders vertraut sind ihm die Stimmen von Mama und Papa.
Babys lieben es, nah am Körper getragen zu werden. Der Herzschlag und der Duft seiner Eltern geben ihm Sicherheit.

Babys Terminkalender

In den ersten vier Wochen stehen gleich drei Untersuchungen an:

U1: In der zweiten bis vierten Lebensstunde im Krankenhaus zur Untersuchung lebenswichtiger Körperfunktionen des Babys.

U2: Zwischen dem dritten und zehnten Lebenstag, oftmals noch im Krankenhaus; Untersuchung von Haut und Organen sowie Blutentnahme, um Stoffwechselkrankheiten oder Hormonstörungen festzustellen.

U3: In der vierten bis fünften Lebenswoche beim Kinderarzt, u.a. zur Überprüfung von Körperfunktionen und Hörvermögen.

Unverzichtbar – Was gehört in die Wickeltasche?

- zwei bis drei Windeln
- Wickelunterlage
- Feuchttücher und Wundschutzcreme
- ein Set Ersatzkleidung
- je nach Wetterlage: Mütze, Sonnenhut, Sonnencreme
- altersgerechte Getränke und Speisen
- Babys Lieblingsspielzeug

2. Monat

Havelberg

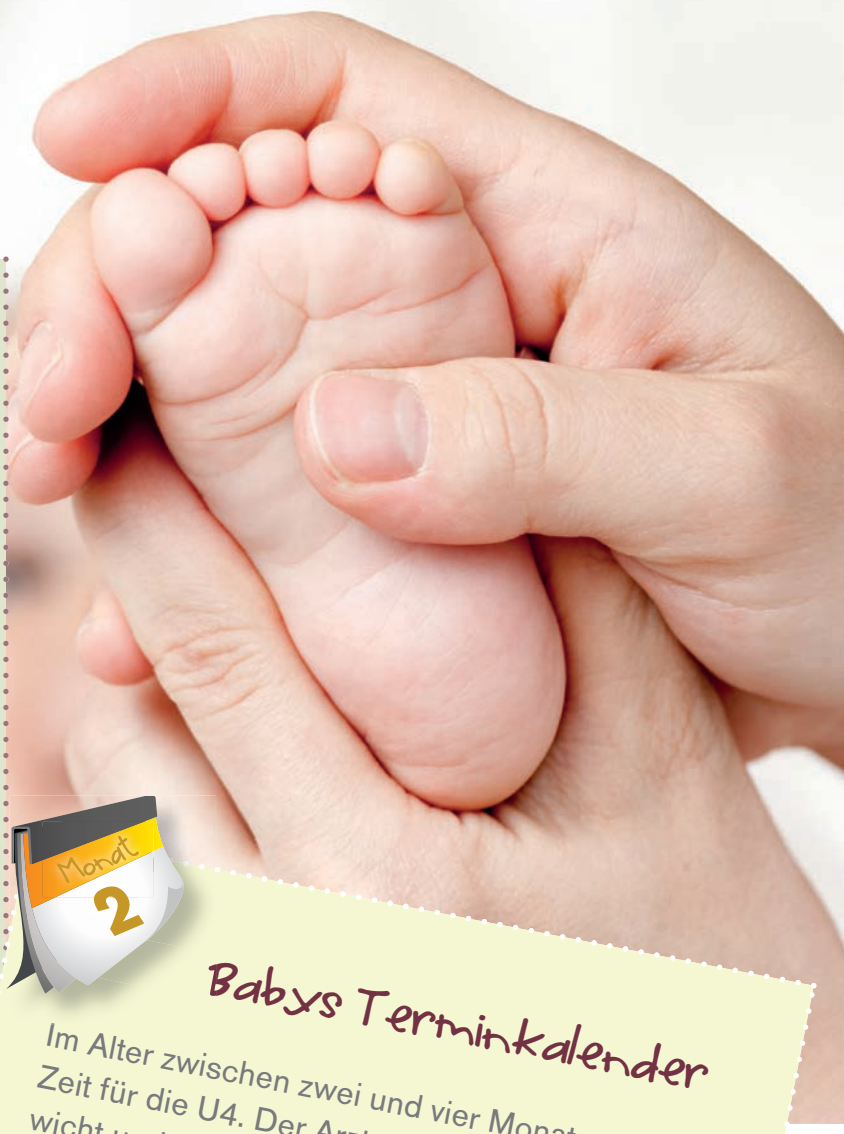
Rasant!

Ab diesem Monat legt Ihr Kleines ein hohes Tempo vor: Es bringt von nun an alle vier Wochen etwa ein Kilo mehr auf die Waage.
Sie haben es sicher schon bemerkt - Ihr Baby ist nun viel länger wach und beschäftigt sich mit all dem, was es umgibt. Es kann Gegenstände mit den Augen verfolgen, die sich vor seinem Gesicht hin- und herbewegen.
Besonders interessant zum Erkunden: Die eigenen Hände. Ihr Baby übt damit schon das Greifen von Gegenständen.

Kreatividee: Erste Fußabdrücke

Eingerahmt sind Fußabdrücke schöne Geschenke und später eine wunderbare Erinnerung an die Babyzeit.

So geht's:
Legen Sie kleine Schwämmchen und Fingermalfarbe bereit. Decken Sie außerdem den Boden gut ab. Dann kann die Kleckserei beginnen: Nehmen Sie etwas Farbe mit dem Schwämmchen auf und tupfen Sie sie vorsichtig auf die Fußsohlen Ihres Babys.
Nun drücken Sie den Fuß sanft auf ein Blatt Papier. Hinterher einfach die Füße mit klarem Wasser und einem sauberen Tuch reinigen.



Babys Terminkalender

Im Alter zwischen zwei und vier Monaten ist es Zeit für die U4. Der Arzt ermittelt Größe und Gewicht und untersucht Organe und Reflexe des Babys. Der Kinderarzt ist auch Ihr Ansprechpartner bei allen Fragen rund ums Thema Impfen.

Größe _____

Gewicht _____

Notizen _____

_____

_____

3. Monat

Strampeln, Plappern, Glucksen

Jetzt entdeckt Ihr kleiner Schatz die Welt:
Bunte Spielsachen und farbenfrohe Bilder wecken die Neugier Ihres Babys und werden ausgiebig betrachtet.
Dabei ist Ihr Kleines mittlerweile ganz schön aktiv: Es kann sein Köpfchen alleine halten und hat Freude daran, kräftig mit den Beinen zu strampeln.
Auch Babys Sprache beginnt sich zu entwickeln: Vertraute Personen erkennt es und kommentiert das mit einem niedlichen Glucksen. Sie sollten viel mit Ihrem Baby sprechen, ihm etwas vorsingen oder vorlesen.

Kreatividee: Das erste Tänzchen

Singen Sie Ihrem Baby das Lied „Backe, backe Kuchen“ vor. Führen Sie die Hände Ihres Babys sanft im Rhythmus zusammen. Sie können auch ein Plüschtier im Takt mitwackeln lassen oder den Rhythmus mit den Händen auf ein Möbelstück trommeln.

Das macht nicht nur Spaß, sondern ist auch eine wunderbare Ablenkung, wenn beim Windeln wechseln oder Warten beim Arzt Langeweile aufkommt.

Durchschnittlicher täglicher Schlafbedarf

0-3 Monate	ca. 17,0 Std.	2 Jahre	ca. 13,0 Std.
3 Monate	ca. 14,5 Std.	3 Jahre	ca. 12,5 Std.
6-9 Monate	ca. 14,0 Std.	4 Jahre	ca. 12,0 Std.
12 Monate	ca. 14,0 Std.	5 Jahre	ca. 11,5 Std.
18 Monate	ca. 13,5 Std.	6 Jahre	ca. 11,0 Std.

4. Monat

Elbdeich, Tangermünde

Halt mich gut fest!!

Ihr kleiner Schatz fängt an, erste Silben zu sprechen oder brabbelt vielleicht sogar schon munter vor sich hin.
Sie werden sich über erste „ma-ma“- und „da-da“- Laute sehr freuen. Achtung: Ihr Baby könnte jetzt schon beginnen, sich vom Rücken auf den Bauch zu drehen.
Es ist und bleibt ganz wichtig, das Baby immer gut festzuhalten, besonders auf dem Wickeltisch. Hier gilt die „Hebammenregel“: Immer eine Hand am Kind lassen. Denn das Umdrehen geht oft blitzschnell.

Kreatividee Kitzel-Spiel

Lustige Tiere, klingende Reime und sanftes Kitzeln machen Ihrem Baby sicher großen Spaß. Lesen Sie den folgenden Reim vor. Kitzeln Sie Ihr Kleines vorsichtig an dem Körperteil, der im Gedicht vorkommt.

„Mein kleiner Schatz, hör nur gut zu,
hier kommt die lustige schwarz-weiße Kuh,
die macht nun Muh auf deinem Bauch,
auf deinem Köpfchen muht sie auch.
Und schnell schau da, hier kommt noch ein kleiner Hase,
der kitzelt deine Nase, kitzelt deine Füße,
und bestellt auch den Fingerchen kitzelige Grüße.“

Größe _____

Gewicht _____

Notizen _____

_____

5. Monat

Babys Schlafverhalten

Auch beim Schlafen ist jedes Baby anders, und so dauert es unterschiedlich lang, bis Babys einen Tag-Nacht-Rhythmus entwickeln. Manche Kinder sind wahre „Murmeltiere“, andere sind nur mit großer Mühe zum Schlafen zu bringen. Einige schlafen schon früh durch, bei anderen dauert es mehrere Jahre – und wieder andere schlafen für einige Zeit durch und dann plötzlich wieder nicht mehr. Babys können sich nicht „entscheiden“, jetzt zu schlafen, sondern werden vom Schlaf übermannt. Sind sie allerdings nicht wirklich müde, wenn man sie zum Schlafen in ihr Bettchen legt, sollte man sich nicht wundern, wenn sie nicht zur Ruhe kommen. Achten Sie daher immer auch auf Zeichen von Müdigkeit bei Ihrem Baby. Sollten Sie Bedenken bzgl. des Schlafverhaltens Ihres Babys haben, können Sie die SchreiBabyAmbulanz Stendal (Tel. 0152-28049404) kontaktieren und sich beraten lassen.

Ich freue mich, wenn du singst!

Durch die Zuwendung beim Vorsingen wird die Bindung zwischen Ihnen und Ihrem Baby gestärkt. Singt man seinem Kind etwas vor, erhält dieses Nähe, Aufmerksamkeit und Sicherheit.

Schlaf, Kindlein, schlaf!

Schlaf, Kindlein, schlaf! Der Vater hüt´t die Schaf,
die Mutter schüttelt´s Bäumelein, da fällt herab ein Träumelein.
Schlaf, Kindlein, schlaf!

Schlaf, Kindlein, schlaf! Am Himmel ziehn die Schaf.
Die Sterne sind die Lämmerlein, der Mond, der ist das Schäferlein.
Schlaf, Kindlein, schlaf!

Schlaf, Kindlein, schlaf! So schenk ich dir ein Schaf
mit einer goldnen Schelle fein, das soll dein Spielgeselle sein.
Schlaf, Kindlein, schlaf!

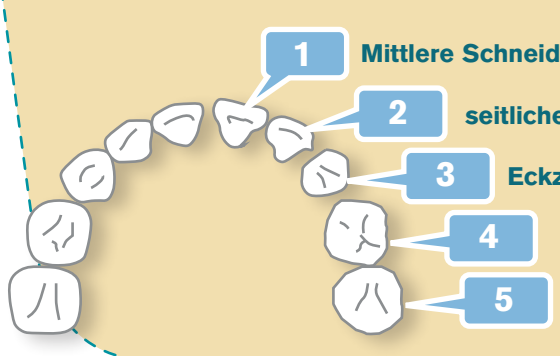
6. Monat

Das schmeckt ... mmmh

Elberadweg bei Sandau

Es kann sein, dass Ihr Baby in diesem Monat sein erstes Zähnchen bekommt. Normalerweise bricht zuerst einer der unteren Schneidezähne durch, dann folgen die oberen Schneidezähne. Manchmal ist das leider nicht ganz schmerzfrei. Linderung schaffen hier Beißringe für Babys, die auch gern leicht gekühlt sein dürfen. Legen Sie die Beißringe dafür etwa 20 Minuten in den Kühlschrank, aber nicht ins Gefrierfach.

Die ersten Zähne



1. **Mittlere Schneidezähne > 6.-8. Monat**
2. **seitliche Schneidezähne > 8.-12. Monat**
3. **Eckzähne > 16.-20. Monat**
4. **Erste Milchbackenzähne > 12.-16. Monat**
5. **Zweite Milchbackenzähne > 20.-30. Monat**

Vergessen Sie nicht die **U5** bei Ihrem Kinderarzt. Er informiert Sie auch über alle anstehenden Impfungen.

Die ersten Zähnchen

Zahnpflege beginnt bereits ab dem ersten Zahn. Um Karies vorzubeugen, fängt man schon bei den Allerkleinsten mit der Zahnpflege an. Verwenden Sie anfangs sogenannte Fingerlinge für Säuglinge und dann spezielle Kinderzahnbürsten.
Reinigen Sie die Zähne mit sanftem Druck und kreisenden Bewegungen vorsichtig vom Zahnfleisch zum Zahn.
Putzen Sie die Zähne gründlich: Erst die Kauflächen, dann die Außen- und Innenseiten der Zähne und das jeweils im Ober- und Unterkiefer.
Spezielle Kinderzahnpasta verwendet man erst, wenn das Kind eigenständig den Mund ausspülen kann.
Sicher will Ihr kleiner Schatz auch bald selbst die Zahnbürste ausprobieren oder sich beim Zähneputzen im Spiegel betrachten.
Ganz wichtig: Seien Sie auch selbst ein gutes Vorbild.
Hebammen und Zahnärzte stehen Ihnen mit ihrem Rat zur Seite.

7. Monat

Das erste Löffelchen

Das Köpfchen selbst heben und eigenständig auf Mamas Schoß sitzen - Ihr kleiner Schatz hat schon viel gelernt.
Ihr Baby erkundet nun alles, was um es herum ist. Und das am liebsten mit dem Mund.
Achten Sie also genau darauf, was sich in der Nähe Ihres Babys befindet.
Ihr Baby ist jetzt bereit für das erste Löffelchen Brei oder für die erste feste Nahrung vom Familientisch. Muttermilch oder Säuglingsnahrung bleibt weiterhin ein wichtiger Bestandteil seiner Ernährung.

Tipp: Der erste Brei

Das erste Löffelchen ist manchmal tatsächlich nur ein Löffelchen. Bieten Sie Ihrem Baby vor seiner Milchmahlzeit am Mittag ein bis zwei Löffel Möhren-, Kartoffel- oder Pastinakenbrei an.
Ganz wichtig: Prüfen Sie vorher an Ihrer eigenen Lippe, dass der Brei nicht zu heiß ist.
Dreht sich Ihr kleiner Schatz weg oder kneift den Mund zusammen, ist Ihr Baby noch nicht für Beikost bereit.
Machen Sie ein paar Tage Pause und starten Sie dann einen neuen Versuch.
Für alle Fragen rund um die richtige Ernährung stehen Ihnen Hebammen und Kinderärzte zur Seite.

Babybrei ist leicht gemacht

200 g Gemüse nach Wahl kochen, etwas Wasser und 1 EL Rapsöl dazu und mit der Gabel zerdrücken – fertig!

8. Monat

Ich entdecke die Welt

Ihr kleiner Schatz ist jetzt vor allem eins: neugierig. In den letzten Monaten ist Ihr Baby immer mobiler geworden:
Es hat gelernt sich zu drehen, sein Köpfchen zu halten, eigenständig zu sitzen und in den kommenden Wochen beginnt es schon zu krabbeln.
Denn sein Drang, die Welt zu erkunden, ist riesig.
Je größer sein Bewegungsradius wird, desto mehr hängt Ihr Sonnenschein an seinen festen Bezugspersonen.
Es beginnt nun ganz genau zwischen fremden und bekannten Gesichtern zu unterscheiden. Die sogenannte „Fremdelphase“ beginnt – ein wichtiger Schritt in Babys Entwicklung.

Tipp: Gesundes Fingerfood

Machen Sie das Essen für Ihr Baby interessant:

Bereiten Sie Ihrem Schatz einen bunten Teller mit mundgerechten Stücken zu, die Ihr Baby gut mit den Händen greifen kann.
Weiches Brot und Käsewürfel sind gut geeignet für die ersten Versuche.
Sie können dann weiter machen mit geschälten Äpfeln und Gurken, später auch mit Karotten.

Ganz wichtig: **Ihr Baby sitzt aufrecht beim Essen und Sie bieten keine kleinen harten Nahrungsmittel (z.B. Nüsse) an.**

9. Monat

Kleiner Krabbelkäfer

Bismarck-Schloss Döbbelin

Beide Ärmchen nach vorn und dann kräftig mit den Beinen abstoßen. Ehe Sie sich versehen, ist Ihr Baby einmal durchs Wohnzimmer gekrabbelt.
Höchste Zeit, Ihr Zuhause kindersicher zu machen, denn schon bald wird sich Ihr kleiner Schatz an Möbeln hochziehen und seine ersten Gehversuche machen.
Sie müssen nun besonders gut aufpassen, um Verletzungen zu vermeiden, auch wenn ein paar kleine Beulen und Kratzer zum Großwerden dazugehören.

Im Alter zwischen neun und zwölf Monaten ist es Zeit für die U6. Ihr Kinderarzt untersucht, ob Ihr Baby sich gut entwickelt hat: Größe, Gewicht und seine Sprachentwicklung spielen eine besondere Rolle.

Tipps für ein kindersicheres Zuhause!

- Bewahren Sie scharfe, spitze, schwere und zerbrechliche Gegenstände außerhalb der Reichweite Ihres Babys auf.
- Achten Sie auf heiße Gegenstände wie Töpfe, Pfannen, Herdplatten und Tassen mit heißem Inhalt.
- Bevor Sie Ihrem Baby etwas zu essen oder zu trinken geben, testen Sie die Temperatur an Ihrer Oberlippe.
- Bewahren Sie Medikamente sowie Putz- und Reinigungsmittel in verschlossenen Schränken auf, an die Ihr Baby nicht herankommt.
- Versehen Sie Steckdosen mit einem Schutz, den es in jedem Drogeriemarkt zu kaufen gibt.
- Tischdecken laden Ihr Baby dazu ein, an ihnen zu ziehen. Achten Sie darauf, dass sich keine gefährlichen Gegenstände darauf befinden.
- Versehen Sie scharfe Ecken und Kanten an Möbeln mit einem Schutz.
- Sichern Sie Treppen und gefährliche Bereiche durch Schutzgitter ab.
- Lassen Sie Ihr Baby in der Badewanne oder auf dem Wickeltisch nie unbeaufsichtigt.
- Entfernen Sie giftige Pflanzen aus Wohnung und Garten, zum Beispiel Alpenveilchen und Gummibaum.
- Ziehen Sie Ihrem Schatz Stopper-Socken an, damit Ihr Kleines nicht ausrutscht.
- In unbeobachteten Momenten sollten Sie Ihren Knirps lieber kurz im Laufgitter „parken“.
- Betrachten Sie Ihre Wohnung auch mal aus der Perspektive Ihres Babys. So lassen sich Gefahrenquellen gut erkennen.

10. Monat

Sprich mit mir!

„Teddy“, „Auto“ oder „Ball“ – das könnten die ersten Wörter sein, die Ihr Baby fröhlich plappert, zum Beispiel, wenn es sein Lieblingsspielzeug entdeckt.
Ihr Baby teilt auch mit, was es erlebt und wahrnimmt. Dabei ahmt es Ihren Tonfall nach und spricht nun freudig drauf los, bald auch erste Wortgruppen.
Wenn Sie Ihrem Baby etwas vorlesen, wird es gespannt zuhören. Sprechen Sie mit Ihrem kleinen Sonnenschein in freundlicher Erwachsenensprache, nur ein wenig langsamer. Ihr Schatz wird sich freuen, wenn Sie sich „ernsthaft“ mit ihm verständigen.

Monat 10

Nicht vergessen: Es ist Zeit für die **U6** bei Ihrem Kinderarzt. Er ist auch Ihr Ansprechpartner bei allen Fragen zum Thema Impfen.

Baby on air

Die ersten Wörter, das erste Lachen – das sind unvergessliche Momente. Umso schöner, wenn Sie sie für die Nachwelt festhalten. Ob mit Video-Kamera oder einfach mit Ihrem Mobiltelefon – Ihr kleiner Schatz und auch Sie selbst freuen sich sicher über diese Erinnerung aus Kindheitstagen.

Gutshaus Krevese

11. Monat

Spielend einfach

Es klimpert, knistert und klappert – Ihr kleiner Schatz räumt wahrscheinlich gerade wieder Ihre Küchenschublade aus und sortiert Nudelpackungen und leere Töpfe.
Ihr Baby entwickelt jetzt ein Verständnis dafür, dass ein Gegenstand in einem anderen sein kann und weder Kleiderkommoden noch DVD-Sammlungen oder Bücheregale sind vor ihm sicher.
Außerdem beginnt es nun, sich an Möbeln hochzuziehen und übt damit für die ganz große Premiere: Den ersten Schritt.

Monat 11

Vergessen Sie nicht die Vorsorgeuntersuchung **U6**.

Räum ein – Räum aus

- Neben Spielzeugbechern, die es ineinander stapeln kann, ist Ihr kleiner Schatz sicher ganz versessen auf Gegenstände, die es aus dem täglichen Gebrauch kennt.
- „Überlassen“ Sie Ihrem Liebling doch einfach eine Schublade oder einen leeren Windelkarton, den es nach Herzenslust ein- und ausräumen darf.
- Achten Sie auf Gegenstände, die für Ihren kleinen Entdecker geeignet sind, wie Plastikgeschirr, kleine Pappschachteln, Papierstreifen, Walnüsse, Kastanien und Holzbauklötze oder auch Strümpfe und andere Wäschestücke.

12. Monat

Happy Birthday

„Alles Liebe, mein Schatz!“ Der erste Geburtstag steht vor der Tür und hinter Ihnen liegt ein herausforderndes, aber auch wunderschönes erstes Jahr mit Ihrem Liebling.
„Kein Baby mehr“, wird Ihr Knirps vielleicht schon sagen können. Denn mit einem Jahr ist Ihr Sonnenschein jetzt offiziell ein Kleinkind. Und oft auch schon eine richtige Persönlichkeit, die deutlich macht, was sie will.
Sie sollten Ihrem Schatz auch schon etwas zutrauen. Ihr Kind unterstützen, wenn es Ihnen helfen will. Lassen Sie Ihren Knirps frisch gewaschene Wäsche sortieren, bevor Sie sie zusammenlegen oder mit einem sauberen Tuch ein bisschen über den Boden wedeln. Schon solche Kleinigkeiten stärken sein Selbstvertrauen.

Vielleicht gehen Sie mit Ihrem Kind schon einige Zeit in eine Spiel- oder Krabbelgruppe? Es ist ganz wichtig für Ihr Kind mit anderen Kindern zusammen zu sein, ob beim Babyschwimmen, auf dem Spielplatz, mit anderen Kindern aus Ihrer Familie oder von Freunden. Vielleicht geht Ihr Kind ja auch bald in eine Kindertageseinrichtung.

Tipps für den ersten Geburtstag

Eine Kerze brennt auf dem Geburtstagskuchen. Mit dicken Bäckchen versucht das Geburtstagskind, sie auszupusten. Es gibt bunte Luftballons, ein Geburtstagslied, leckeren Kuchen und alle freuen sich für das Geburtstagskind.

- Familienfeste und Rituale sind wichtig für Ihren Schatz. Ihr Kind spürt, dass es Teil der Familie ist und dass sein Geburtstag ein ganz besonderer Tag ist.
- Halten Sie den Trubel in Grenzen und sorgen Sie auch dafür, dass das Geburtstagskind genug Zeit zum Spielen findet, zum Beispiel mit seinen Geschenken.
- Zwei bis drei Kleinigkeiten, wie ein schöner Ball, bunte Holzbauklötze oder ein tolles Bilderbuch, sind vollkommen ausreichend.
- Lassen Sie sich auch Nützliches schenken, etwa die Kinderjacke für den nächsten Winter oder neue Schlafanzüge.

13. bis 15. Monat

Schritt für Schritt die Welt entdecken

Tapp, tapp, tapp – noch etwas wackelig tapst Ihr kleiner Schatz durch die Welt. Wann genau das soweit ist, ist von Kind zu Kind sehr unterschiedlich. Manche Kinder krabbeln länger und beginnen nun erst, sich an Möbeln hochzuziehen. Sobald Ihr Knirps eigenständig laufen kann, sollten Sie auch daran denken, einige Gitterstäbe des Babybettchens herauszunehmen. So kann Ihr „Klettermax“ selbst in sein Bett hinein- und herauskrabbeln und verletzt sich nicht bei halsbrecherischen Kletteraktionen. Ihr Kleines wird sehr stolz darauf sein, was es schon alles kann.

Monat 13-15

Kita, Tagesmutter oder Spielgruppe? Vielleicht ist Ihr Schatz schon in der Kinderbetreuung. Ganz wichtig für Ihren Sonnenschein ist der Kontakt zu anderen Kindern. Auch wenn Kinder in diesem Alter noch nicht zusammen spielen, schauen sie sich doch vieles von ihren Spielkameraden ab.

Tipps zum Laufen lernen

- Verzichten Sie auf sogenannte Laufl ernhilfen, in die Sie Ihr Kind hineinsetzen und es durch die Wohnung rollt. Diese „Gerätschaften“ verzögern nicht nur die Entwicklung zum eigenständigen Laufen – sie sind auch sehr gefährlich, wenn Ihr Kind damit in die Nähe von Treppen, Stufen oder anderen Hindernissen kommt.
- Stopper-Socken sorgen dafür, dass Ihr Kind nicht ausrutscht.
- Wenn Ihr Kind schon etwas Übung hat, kann ein Spielzeug, das vor dem Körper geschoben werden kann, eine gute Unterstützung sein: Zum Beispiel ein Puppenwagen, ein Einkaufskorb vom Kaufladen oder auch ein Auto, das an einem Griff gerollt werden kann.

Größe _____

Gewicht _____

Notizen _____

_____

16. bis 18. Monat

Hoch hinaus und kunterbunt!

Begeistert tupft Ihr kleiner Künstler mit den Fingern blaue Farbe aufs Papier. Noch etwas Rot dazu und alles gut vermischen. Ob mit den Fingern, mit Pinsel oder Stift - Ihr kleiner Picasso hat große Freude am Malen. Mit Bauklötzen oder Stapelbechern baut Ihr Kind jetzt die höchsten Türme und freut sich über das, was es selbst erschaffen hat. Als echte Persönlichkeit erkennt Ihr Kind auch schon das eigene Spiegelbild und ruft freudig den eigenen Namen, wenn es sich selbst im Spiegel sieht.

Monat 16-18

„Ich bin schon groß, ich brauch keine Windel mehr“. Probieren Sie es zusammen aus: Setzen Sie Ihr Kleines aufs Töpfchen oder in einen Kindersitz für die Toilette und loben Sie Ihren Schatz. Sie können auch schon früher damit beginnen, Ihr Kind ans Töpfchen zu gewöhnen - der richtige Zeitpunkt dafür ist von Kind zu Kind unterschiedlich. Sie sollten sich auf Ihr Gefühl verlassen, Ihr Kind aber auf keinen Fall unter Druck setzen. Trocken und sauber werden ist ein wichtiges Thema, das viel Geduld und Verständnis braucht. Lob ist die beste Motivation.

Bastel-Tipp:

- Nehmen Sie einen leeren Windelkarton, einen Pinsel und Fingerfarbe.
- Bemalen Sie den Karton zusammen mit Ihrem Kind nach Herzenslust und lassen Sie ihn trocknen. Sie können den Karton auch mit bunten Aufklebern, Alufolie, Krepp- oder Geschenkpapier verzieren.
- Mit dem selbstgebastelten bunten Auto oder der Prinzessinnenkutsche lässt es sich herrlich spielen: Ihr Kind kann sich selbst hineinsetzen, Plüschtiere durchs Zimmer kutschieren oder kleinere Autos abschleppen.

19. bis 21. Monat

Kinderkarussell der Gefühle

„Nein, ich will nicht“, diesen Satz haben Sie in letzter Zeit sicher öfter von Ihrem kleinen Schatz gehört. Manchmal ist das von heftigen Gefühlsausbrüchen begleitet. Auch wenn es Mama und Papa den einen oder anderen Nerv kostet, versuchen Sie die Besonnenheit und Ruhe in Person zu sein. Auch die Trotzphase geht vorüber. Und sie ist ein wichtiger Schritt in der Entwicklung Ihres Kindes. Es testet Grenzen aus und entwickelt seinen eigenen Kopf. Zusammen etwas unternehmen, auf dem Spielplatz herumtoben oder gemeinsam ein Buch anschauen – diese schönen Momente stärken Ihre Beziehung. Kinder lieben es, wenn Sie sich einfach etwas Zeit für sie nehmen.

Monat 19-21

Nicht vergessen: Zwischen dem 21. und dem 24. Lebensmonat ist es Zeit für die **U7**. Die Entwicklung Ihres Kindes, sein Sprach- und Sozialverhalten werden untersucht, genauso wie seine Sinnesorgane.

Gute Schuhe für kleine Füße

- Achten Sie beim Schuhkauf auf atmungsaktives, weiches Material und eine biegsame Sohle.
- Kinderfüße brauchen Bewegungsfreiheit, deshalb sollten zwischen der Zehenspitze und der Schuhspitze fünf bis neun Millimeter Platz sein, also etwa eine Daumenbreite.
- Lassen Sie die Füße Ihres Kindes ca. alle acht Wochen in einem Schuhgeschäft messen, um die richtige Schuhgröße zu finden.
- Beim Anprobieren: Sehen Sie sich die Füße Ihres Kindes an, wenn es seine neuen Schuhe etwa 15 Minuten getragen hat. Gibt es Druckstellen?
- So oft es geht, sollten Sie Ihr Kind barfuß laufen lassen. Das stärkt die Fußmuskulatur, die Sinneswahrnehmung und die gesamte Körperkoordination.

22. bis 24. Monat

Zwei Kerzen zum Auspusten

Alles Liebe zum Geburtstag! Kaum zu glauben, Ihr kleiner Sonnenschein wird schon zwei Jahre alt. In den letzten Monaten hat Ihr Kind unglaublich viel gelernt: Es läuft, spricht schon kurze Sätze und möchte sich am liebsten allein an- und ausziehen. Ihr kleiner Entdecker weiß schon, dass seine kleine Plüschente gelb und das Feuerwehrauto rot ist und kann vielleicht schon bis fünf zählen. Ihr Kind kann bereits in Kategorien denken: Es weiß, dass Pferd und Katze Tiere sind, Teddy und Ball Spielsachen sind und Apfel und Brot zum Essen gehören.

Monat 22-24

Denken Sie daran: Vor dem zweiten Geburtstag ist es Zeit für die **U7.**

Wir sind eine Familie

Schifferstein in Sandfurth

Erinnern Sie sich, wie Sie als Kind mit Ihrem Papa samstags Fußball gespielt oder mit Ihrer Mama am Sonntag Kuchen gebacken haben? Erinnern Sie sich an Familienfeste wie Weihnachten oder Geburtstage? Rituale sind wichtige Bestandteile des Familienlebens und geben Ihrem Kind Geborgenheit. Das gemeinsame Essen am Abend kann auch so ein Ritual werden:

- Von Anfang an mit am Familientisch zu sitzen, gibt Ihrem Kind das Gefühl, dass es Teil der Familie ist.
- Ihr Sonnenschein darf auch gern mithelfen, den Tisch zu decken oder ihn abzuräumen, das stärkt sein Selbstbewusstsein.
- Ihr Kind hat sich sicher schon an „normales“ Essen gewöhnt und kann problemlos mit „den Großen“ mitessen. Achten Sie darauf, dass die Speisen nicht zu stark gewürzt und nicht zu fettig sind.
- Sie als Eltern bestimmen, was auf den Teller kommt. Ihr Kind hingegen bestimmt, wie viel es essen möchte.
- In vielen Familien gibt es einen Tischspruch, bevor das Essen beginnt. Zum Beispiel: „Was kommt denn da geflogen, ein kleiner Regenbogen, der isst heut bei uns mit – Guten Appetit.“

25. bis 27. Monat

Wieso, weshalb, warum?

„Warum können Flugzeuge fliegen?“, „Warum haben Hasen so lange Ohren?“ Das sind Fragen, die Ihr Kind jetzt beschäftigen, denn es beginnt Zusammenhänge zu verstehen. Hinzu kommt, dass die Aussprache Ihres kleinen Entdeckers deutlicher wird, Sie können sich nun viel besser verstehen. Der Wortschatz Ihres Knirpses wächst von Tag zu Tag, bis zu seinem vierten Geburtstag werden es mehrere tausend Wörter sein.

Monat 25-27

Auch kleinere Kinder sollten zweimal im Jahr zum Zahnarzt gehen. So lassen sich Karies oder Zahnprobleme frühzeitig erkennen. Der regelmäßige Zahnarztbesuch ist für Ihr Kind dann etwas ganz Normales und es hat keine Angst davor.

TV, Computer und Co.

Medien sind Teil des Lebens der „Großen“. Kinder sehen Ihre Eltern vor dem Smartphone, Computer oder Fernseher sitzen. Kinder unter 3 Jahren sind vor allem damit beschäftigt, die reale Welt zu begreifen, die mediale Welt können sie noch nicht verarbeiten. Deshalb sind Fernsehen oder Computerspiele noch nicht geeignet. Hör- und Bilderbücher sind eine altersgerechte Alternative. Vor allem Vorschul- und Grundschulkinder benötigen beim Fernsehen elterliche Aufmerksamkeit und Begleitung. Aber auch ältere Kinder lieben es, gemeinsam fernzusehen und über bestimmte Sendungen zu sprechen, gerade wenn sie etwas nicht verstehen. Deshalb ist zu empfehlen, dass Kinder bis zwölf Jahre nur im Familienzimmer fernsehen und noch keinen eigenen Fernseher haben. Kinder zwischen drei und fünf Jahren sollten maximal eine halbe Stunde Fernsehen gucken, bis neun Jahre maximal eine Stunde.

28. bis 30. Monat

Ich will nur spielen

Im Puppenhaus frühstückt gerade die Puppenfamilie, im Kaufladen wird der Einkauf erledigt und auf der Baustelle mischt der Betonmischer Zement. Was Ihr Kind im Alltag erlebt, spielt es oft nach – jetzt auch schon ganze Handlungsabläufe. Ihr Schatz entwickelt eine Vorstellung vom Raum. Es beginnt zum Beispiel, Bausteine auch hintereinander zu reihen und spielt gern mit einer kleinen Eisenbahn. Einfache Puzzles und Steckbretter für verschiedene Formen sind sehr beliebt.

Monat 28-30

Ihr kleines Energiebündel kann seine Bewegungen besser koordinieren, sein Gleichgewicht halten und hat insgesamt mehr Kraft. Bei Aktivitäten an der frischen Luft kann Ihr Sonnenschein seinen Bewegungsdrang richtig ausleben. Gern probieren Kinder auch Laufräder und Roller aus. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind dabei einen Kinderhelm trägt, damit es sich nicht verletzt.

Größe _____

Gewicht _____

Notizen _____

Lustige Kostümparty

Pirat, Prinzessin und Gespenst für einen Nachmittag: Kinder verkleiden sich sehr gern. Lassen Sie der Fantasie freien Lauf und nehmen ein paar Stoffreste, Gardinen, Mützen, Ketten, Hüte oder Tücher. Daraus lassen sich im Handumdrehen lustige Kostüme zaubern – von der Ballerina bis zum Superhelden. Die Kostüme müssen nicht perfekt sein. Noch mehr Spaß macht das Ganze, wenn Spielkameraden zu Besuch sind.

31. bis 33. Monat

Schon so groß!

Klack, klack fallen ein paar Holzperlen zu Boden. Das macht nichts, schnell werden sie noch auf die Schnur gefädelt. Auch beim Ausschneiden ist Ihr kleiner Schatz schon sehr geschickt und kann unter Aufsicht mit der Kinderschere Sterne, Herzen oder Wolken aus Papier ausschneiden. Von Tag zu Tag wird Ihr Kind immer selbstständiger. Es möchte neue Erfahrungen sammeln und die Welt entdecken. Gleichzeitig braucht es aber die Zuwendung und Nähe seiner Eltern.

Monat 31-33

Denken Sie an die **U7a**: Bei der Vorsorgeuntersuchung geht es um die allgemeine Entwicklung Ihres Kindes, um Sprache und Verhalten, aber auch darum, mögliche allergische Erkrankungen frühzeitig zu erkennen.

Mein eigenes Haus

- Es gibt Spielhäuser aus Pappe für Kinder, die man selbst bemalen kann. Alternativ kann man auch einen großen Pappkarton verwenden.
- Ein Erwachsener sollte ein Fenster und eine Tür in den Karton schneiden. Ganz wichtig sind auch mehrere große Luftlöcher. So kommt genug Luft in das Spielhaus und es droht keine Erstickungsgefahr.
- Das Häuschen kann nach Herzenslust gestaltet werden, ob als Bootshaus, Feenschloss, Flugzeug oder auch als Ritterburg.
- Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt: Sie können zusammen Glitzersteine aufkleben oder Figuren ausschneiden und das Haus damit verzieren.
- Mit einer Decke und ein paar Kissen wird es kuschelig. Man kann das Haus auch an allen Seiten unterschiedlich anmalen: Zum Beispiel als Kaufladen mit Theke, als Post oder sogar ein Puppentheater daraus zaubern.

34. bis 36. Monat

eins, zwei, drei

Drei Finger braucht Ihr Knirps, um zu zeigen, wie alt er ist. Der dritte Geburtstag steht vor der Tür und Ihr Kind hat viele Fortschritte gemacht: Es beginnt, sich in andere hineinzuversetzen und nimmt Anteil an Ihren Gefühlen. Auch seine Sprachkompetenz ist jetzt soweit, dass Ihr Kind über seine Gefühle reden kann. Geben Sie Ihrem Kind ein gutes Gefühl: So oft es geht, beziehen Sie es in Entscheidungen mit ein. Zum Beispiel, was es zum Abendessen geben soll oder ob es lieber den roten oder den blauen Pulli anziehen will. Übertragen Sie Ihrem Kind Verantwortung, lassen Sie es mithelfen - das alles stärkt sein Selbstvertrauen.

Monat 34-36

Denken Sie an die **U7a** bei Ihrem Kinderarzt.

Mein erstes eigenes Fotoalbum

Eine süße Geschenkidee zum dritten Geburtstag: Kinder lieben es, im Familienalbum zu blättern. Sie erkennen jetzt auch schon den Zusammenhang und die Beziehung der einzelnen Familienmitglieder zueinander. Es ist etwas ganz Besonderes, wenn Sie Ihrem Kind ein Fotoalbum basteln oder zusammenstellen, das nur ihm gehört. Das Album kann es sich nach Herzenslust anschauen und Sie können von schönen Erlebnissen gemeinsam neue Fotos hinzufügen.

Altmark

Hilfe in Notsituationen – Telefonnummern

Polizei	**Notruf 110**
Feuerwehr/Rettungsdienst/Notarzt	**Notruf 112**
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116117
Giftnotruf	0361/730730
Krankenhäuser	
Johanniter-Krankenhaus Genthin-Stendal	03931/660
Johanniter-Frauen- und Kinderklinik Stendal	03931/666
AGAPLESION Diakoniekrankenhaus Seehausen	039386/60
SALUS gGmbH Fachklinikum Uchtspringe	
Klinik für Psychiatrie/Psychotherapie	039325/700
Jugendamt	**03931/606**
Bereitschaftsdienst des Jugendamtes	Notruf 112
(außerhalb der Dienstzeiten)	
Rat und Hilfe	
PSW, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Stendal	03931/795174
PSW, Erziehungs- und Familienberatungsstelle Osterburg	03931/2929772
pro familia in Stendal, Schwangerschaftsberatung	03931/212523
Caritas, Schwangerschaftsberatung, Sozialberatung,	
Sucht- und Drogenberatung	03931/715566
Netzwerk Kinderschutz und Frühe Hilfen	
Beratung und Vermittlung zu Hilfsangeboten	03931/607111
Willkommensbesuchsdienst für Neugeborene	03931/607090
Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Martina Moll	0172/9705090
Familienhebamme Jana-Maria Holweg	0157/35707405
SchreiBabyAmbulanz Stendal,	
Beratung bei Schrei-, Schlaf- und Fütterstörungen	0152/28049404
Familienpaten	03931/490748
Sozialpsychiatrischer Dienst	03931/607907
Selbsthilfe-Kontaktstelle	03931/689422
Sozialer Dienst der Justiz, Opferberatung	03931/649517
Verein Miß-Mut e.V., Beratung von Opfern sexualisierter Gewalt	03931/210221
Verein Miß-Mut e.V., Beratung häuslicher Gewalt und Stalking	03931/700105
Frauenhaus Stendal, Schutz und Beratung bei häuslicher Gewalt	03931/715249
WEISSER RING e.V., Opferbegleitung und -beratung	0151/55164650
Polizei, Opferschutzbeauftragte	03931/682318
Streetworker Stendal	03931/490748
Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung	03931/712855
Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt:	
Jobcenter	03931/640363
Bundesagentur für Arbeit	03931/640603
JUGEND STÄRKEN im Quartier (12 – 26 Jahre)	03931/607893
Frühförderstelle der Lebenshilfe Osterburg gGmbH	03937/2506515
Heilpädagogische Praxis - Frühförderstelle	03931/531940

Altmark

Information, Beratung und Unterstützung bundesweit
Telefon (kostenlos)

Kinder- und Jugendtelefon	0800/1110333
Elterntelefon	0800/1110550
Telefonseelsorge (katholisch)	0800/1110222
Telefonseelsorge (evangelisch)	0800/1110111
Schwangere in Not	0800/4040020
Hilfetelefon – Gewalt gegen Frauen	08000/116016
Hilfetelefon Sexueller Missbrauch	0800/2255530
berta – telefonische Beratung für Opfer organisierter	
sexualisierter und ritueller Gewalt	0800/3050750

Internet
www.fruehe-hilfen.landkreis-stendal.de
www.landkreis-stendal.de
www.bke.de (Beratung für Jugendliche und Eltern)
www.familien-wegweiser.de
www.familien-ratgeber .de
www.geburt-vertraulich.de

Impressum
Landkreis Stendal • Jugendamt
Netzwerk Kinderschutz und Frühe Hilfen
Hospitalstraße 1-2
39576 Hansestadt Stendal
E-Mail: netzwerk-kinderschutz@landkreis-stendal.de
www.fruehe-hilfen.landkreis-stendal.de

Stand: August 2021