

## Newsletter Frühe Hilfen - Unterstützung von Anfang an

---

### Ausgabe Oktober 2024

#### Inhaltsverzeichnis

1. Kostenfreie Online Seminare für Eltern
2. Impuls zum Babyschlaf
3. 5 Tipps für eine gelungene Eingewöhnung
4. Kontakt Frühe Hilfen
5. Fingerspiel Herbstblätter

#### Sehr geehrte Damen und Herren,

anbei erhalten Sie den neuen Newsletter. In dieser Ausgabe finden Sie die **neuesten kostenfreien Online Seminare für Eltern**, einen **Impuls zum Thema nächtliche Nahrungsaufnahme** von Babys und Kleinkindern und **5 hilfreiche Tipps für eine gelungene Eingewöhnung**.

Besuchen Sie auch unseren digitalen Familienwegweiser unter [www.familienwegweiser-rnk-de](http://www.familienwegweiser-rnk-de). Dort finden Sie aktuelle Informationen für Familien mit Kindern im Alter von 0-3 Jahren.

Alles Gute wünscht

**Ihr Fachteam Frühe Hilfen**

## 1. Kostenfreie Online-Seminare für Eltern

Haben Sie Lust auf einen fachlichen Input zu einem Thema, das Sie schon lang beschäftigt? Wünschen Sie sich Austausch mit anderen Eltern?

**Dann besuchen Sie eines unserer kostenfreien Online-Seminare!**

Interessierte Eltern können sich hier <https://familienwegweiser-rnk.de/webinar-anmeldung/> anmelden.

**01.10.2024, 18:00-19:30 Uhr**

---

**Elternvorbereitung: DAS hätte ich gerne vorher gewusst!**

Referentin: Wanda Schweda, BFB® bindungsorientierte Familienbegleiterin (Still-, Fläschchen-, Schlaf- und Beikostberatung und Workshops, Trageberatung, Eltern-Kind-Kurse)

Kurzbeschreibung:

Viele werdende Eltern bereiten sich intensiv auf die Geburt vor, mit Kursen, Podcasts, Lektüren, etc. Aber was kommt danach? Die rosa Bubble mit glücklich strahlenden Eltern und zufriedenen Baby? Möglich, aber oft sieht die Realität ganz anders aus. In diesem Seminar bekommen werdende Eltern Informationen rund um das Leben mit Neugeborenen und Baby (übers Wochenbett hinaus), denn wenn man vorher schon weiß, was auf einen zukommen könnte, ist man meistens gelassener, wenn die Situation tatsächlich eintritt und kann besser damit umgehen. Hier erfahren werdende Eltern, wie Menschenbabys ticken und warum das genau richtig ist.

Themen des Seminars:

Babyschlaf und Schlafsituation, Stillverhalten/Fläschchen, Tragen, Babyweinen, Bindung, Paarbeziehung, Veränderung und Kommunikation, Selbstfürsorge, Elternvernetzung – Baue dir dein Dorf, Nützliche und unnütze Anschaffungen, Wo gibt es Hilfe? u.v.m.

**Kontakt für Rückfragen:**

J.Fischer - Frühe Hilfen RNK, [J.Fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:J.Fischer@rhein-neckar-kreis.de)

**08.10.2024, 10:00-1.30 Uhr**  
**05.11.2024, 10:00-11.30 Uhr**  
**03.12.2024. 10:00-11.30 Uhr**

---

### **Online-Treff zum Thema Baby- und Kleinkindschlaf**

Referentin:

Nina Weiche, Dipl. Sozialpädagogin, Psychologische Beraterin, Bindungsorientierte Familienbegleitung, Frühe Hilfen – Rhein-Neckar-Kreis

Kurzbeschreibung:

Zu diesem Online-Treff sind alle Eltern eingeladen, die sich zu den Thema Baby- und Kleinkindschlaf austauschen und ihre Fragen in einer kleinen Runde, unter professioneller Anleitung, stellen möchten. Es wird gemeinsam besprochen, wie Babys und Kleinkinder liebevoll, bindungsorientiert und individuell in den Schlaf und durch die Nacht begleitet werden können und welche Angebote zu mehr Ruhe führen.

Mögliche Themen könnten sein: Einschlafbegleitung und Einschlafgewohnheiten, nächtliches Stillen und Flaschenangebot, Schlafumgebung, Rituale, Einschlafhilfen uvm.

*Termine: jeden 1. Dienstag im Monat um 10 Uhr (dieser Termin findet ausnahmsweise am 2. Dienstag im Monat statt)*

**Kontakt für Rückfragen:**

J. Fischer - Frühe Hilfen RNK, [j.fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:j.fischer@rhein-neckar-kreis.de)

---

**09.10.2024, 09:30-11:00 Uhr**

---

### **Zuerst die Milch und dann... - Empfehlungen für die Ernährung im 2. Lebenshalbjahr**

Referentin: Diplom-Haushaltsökonomin Corinna Bauder, Beki-Referentin

Kurzbeschreibung:

Was gibt's auf den Löffel? ...mit praktischen Tipps rund ums Zubereiten und Füttern der Beikost.

Die Informationsveranstaltung beantwortet Fragen zu dem Übergang von der Muttermilch/Flaschennahrung zur Beikost.

Dem Gedankenaustausch untereinander wird auch Zeit und Raum gegeben.

Dabei stehen die Bedürfnisse und die Individualität jedes Kindes ebenso im Vordergrund wie die Ernährungsgewohnheiten Ihrer Familie – für Genuss und Lebensfreude von Anfang an.

Um diese Themen geht es: aktuelle Empfehlungen zur Beikost, geeignete Nahrungsmittel für das erste Lebensjahr und praktische Tipps zur Zubereitung von Babybreien und zu Baby led weaning.

Die frühe Kindheit ist prägend für ein gutes Essverhalten. Von Anfang an ist daher die Ernährungsbildung ein fester Bestandteil der Landesinitiative BeKi - Bewusste Kinderernährung des Ministeriums für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg.

**Kontakt für Rückfragen:**

J. Fischer - Frühe Hilfen RNK, [J.Fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:J.Fischer@rhein-neckar-kreis.de)

**10.10.2024, 10:00-11.30 Uhr**

---

**Ängste bei Kindern**

Referentin:

Byrte Mayland (Dipl. Pädagogin, Systemische Beraterin)

Kurzbeschreibung:

In diesem Seminar werden wir gemeinsam das Thema Ängste bei Kindern anschauen und dabei verschiedenste Aspekte betrachten. Wir werden Fragen aufgreifen wie „Welche Ängste bei Kindern gibt es?“, „Welche Ängste sind altersbedingt „normal“?“ als auch Antworten suchen, wie Sie als Eltern ihre Kinder einfühlsam begleiten können. Oft werden auch unsere eigenen Ängste als Eltern berührt. Hierfür wird es im Seminar auch Raum zum Austausch geben.

Bitte einen Block und Stift bereithalten und gerne eigene Fragestellungen mitbringen.

**Kontakt für Rückfragen:**

J. Fischer - Frühe Hilfen RNK, [j.fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:j.fischer@rhein-neckar-kreis.de)

**11.10.2024, 10:00-11.30 Uhr**

---

**Bedürfnisorientierte Erziehung: Warum sie oft missverstanden wird und was diese wirklich bedeutet**

Referentin:

Jennifer Hilkert, Erziehungswissenschaftlerin und Systemischer Elterncoach

Kurzbeschreibung:

In diesem Online- Seminar geht es darum, warum das Konzept der bedürfnisorientierten Erziehung oft missverstanden wird und was es wirklich bedeutet. Zunächst werden die Grundprinzipien der bedürfnisorientierten Erziehung erklärt und ein historischer Überblick über die Entwicklung dieses Ansatzes gegeben. Verbreitete Irrtümer, wie die Annahme, dass bedürfnisorientierte Erziehung bedingungslose „Nachgiebigkeit“ bedeutet, werden

geklärt, und es wird zwischen den tatsächlichen Bedürfnissen und Wünschen von Kindern unterschieden.

Es wird aufgezeigt, wie die Bedürfnisse von Kindern erkannt und darauf eingegangen werden können, und es werden praktische Tipps für den Alltag gegeben. Dabei wird die Wichtigkeit von Grenzen und Strukturen betont, die in diesem Erziehungsstil eine bedeutende Rolle spielen. Zudem werden die langfristigen Vorteile einer bedürfnisorientierten Erziehung hervorgehoben, wie die Förderung von Selbstbewusstsein, Empathie und sozialer Kompetenz.

**Kontakt für Rückfragen:**

J. Fischer - Frühe Hilfen RNK, [j.fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:j.fischer@rhein-neckar-kreis.de)

**15.10.2024, 10:00 Uhr - 11:30 Uhr**

---

**Erste-Hilfe-Kurs für Babys & Kleinkinder**

Referentin:

Anja Jaburek - ausgebildete Kinderkrankenschwester mit Weiterbildung zur „Erste Hilfe Ausbilderin“

Kurzbeschreibung:

Babys und Kleinkinder haben noch kein Gefahrenbewusstsein. Jeder Tag ist ein Abenteuer. Es gibt so viel zu entdecken und zu lernen. Und natürlich passieren dabei auch kleinere und größere Unfälle. Welche du verhindern kannst und wie du hilfst, wenn doch mal was passiert ist, das lernst du in diesem Kurs.

Die Themen des Kurses sind: Fieberkrampf, Pseudokrapp, stabile Seitenlage, Wiederbelebung, Plötzlicher Kindstod, Verschluckter Fremdkörper, Vergiftung, Kopfverletzungen, Verbrennungen, Insektenstiche, Ertrinken, Hausapotheke für Babys

**Kontakt für Rückfragen:**

J. Fischer - Frühe Hilfen RNK, [j.fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:j.fischer@rhein-neckar-kreis.de)

**22.10.2024, 10:00-11:30 Uhr**

---

**Baby- und Kleinkindschlaf – verstehen & liebevoll begleiten**

Referentin: Nina Weiche, Dipl. Sozialpädagogin, Psychologische Beraterin, Bindungsorientierte Familienbegleitung, Frühe Hilfen – Rhein-Neckar-Kreis

Kurzbeschreibung: Kinderschlaf ist oftmals DAS Thema, das junge Eltern beschäftigt. Dabei lassen sich die meisten Themen gut lösen, wenn Eltern verstehen, wie Kinder

schlafen, was Kinder in der ersten 3- 4 Jahren brauchen, welche Bedürfnisse erfüllt werden wollen und welche Angebote zu mehr Ruhe führen.

In dem Vortrag werden grundlegende & hilfreiche Informationen über das natürliche Schlafverhalten von Babys und Kleinkindern vermittelt. Es wird besprochen, wie Kinder liebevoll, bindungsorientiert & individuell in den Schlaf und durch die Nacht begleitet werden können –damit es ALLEN in der Familie gut gehen kann.

Im Anschluss an den Vortrag wird es Zeit & Raum für offene Fragen geben.

**Kontakt für Rückfragen:**

J. Fischer - Frühe Hilfen RNK, [j.fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:j.fischer@rhein-neckar-kreis.de)

**20.11.2024, 09:30-11:00 Uhr**

---

**Vom Brei zum Brot - Ernährungsempfehlung beim Übergang zur Familienkost  
Ernährungsempfehlungen beim Übergang zur Familienkost – ab ca. 10 Monate**

Referentin: Corinna Bauder, Diplom-Haushaltsökonomin, BeKi-Referentin (Bewusste Kinderernährung-Landesinitiative des Ministeriums für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz)

Kurzbeschreibung: Das Essen der Großen wird spannend – es gibt viel Neues zu entdecken. Gegen Ende des ersten Lebensjahres (rund um den 10.-12. Lebensmonat) interessiert sich Ihr Kind zunehmend für das Familienleben.

Bisher kennt es kleine Stücke Brot, Kartoffelviertel, Nudeln oder weiches Obst. Nun isst es nach und nach immer mehr vom Essen der Eltern und Geschwister mit.

Es gibt Informationen worauf es bei der Gestaltung der Mahlzeiten ankommt und wie die Kinder den gemeinsamen Familientisch als Ort des entspannten Miteinanders kennenlernen.

Praktische Anregungen erleichtern den Übergang von der Babykost zum Familienessen.

**Kontakt für Rückfragen**

J. Fischer - Frühe Hilfen RNK, [j.fischer@rhein-neckar-kreis.de](mailto:j.fischer@rhein-neckar-kreis.de)

## 2. Bis zu welchem Alter braucht mein Kind nachts Nahrung?

*Bei dieser Frage gibt es unterschiedliche Meinungen. Während manche Autoren davon ausgehen, dass Babys mit 6 Monaten in der Lage sein sollten, nachts ohne Milch auszukommen, vertreten andere die Ansicht, dass es bis mindestens zum ersten Geburtstag sinnvoll ist.*

### Es gibt einige gute Gründe, warum Babys auch über den 6. Lebensmonat hinaus Nahrung in der Nacht benötigen:

- Das kindliche Gehirn entwickelt sich in den ersten beiden Lebensjahren so rapide, wie nie wieder im Leben. Und dafür braucht es Energie in Form von Nahrung.
- Kleine Kinder unterscheiden sich enorm in der Verwertung von Nahrung: Manche Kinder brauchen zum Wachsen fast doppelt so viele Kalorien wie andere, wodurch konkrete Angaben zur Nahrungsmenge unrealistisch sind.
- Die kindliche Entwicklung verläuft zudem oftmals in Schüben. Auch das spricht gegen genaue Monats- und Mengenangaben.
- Außerdem unterscheiden sich Still- und Flaschenkinder in ihrem nächtlichen Nahrungsbedarf: Stillkinder melden sich in der Regel insgesamt häufiger als Flaschenkinder. Als Grund wird die schnellere Verdauung von Muttermilch angenommen.
- Mit Beikost-Start (zwischen dem 5.-7. Lebensmonat) werden zunächst verhältnismäßig weniger Kalorien über das Beikostangebot aufgenommen als über das Milchangebot. Daher melden sich Kinder in dieser Zeit gerne in der Nacht und fordern Milch ein.

**Fazit:** Für einen Baby sind die Nachtstunden zentral für seine gesunde Entwicklung und sein Gedeihen. So setzt das Baby alles daran, nachts möglichst in der schützenden Nähe einer Bezugsperson zu sein und sein auf Höchstleistung arbeitendes Gehirn laufend mit Energie zu versorgen.

### Die meisten Kinder benötigen innerhalb des ersten Lebensjahres nächtliche Milchmahlzeiten – manche mehr, manche weniger.

Um den ersten Geburtstag herum, bzw. nach dem ersten Geburtstag, könnte dann bei jedem Kind - ganz individuell - überlegt werden, wie weiterhin mit dem Nahrungsangebot in der Nacht verfahren wird. Stillkinder dürfen über Jahre hinweg ein nächtliches Stillangebot bekommen, sofern es sich für die Stillmama stimmig anfühlt. Genauso kann von Seiten der Mutter der Entschluss gefasst werden, das Bedürfnis nach Nähe und Körperkontakt in der Nacht anderweitig zu erfüllen, sofern kein Nahrungsaspekt mitschwingt.

**Fest steht:** Jede Familie darf einen ganz individuell passenden und stimmigen Weg für sich wählen.

Text: Frau Weiche (Dipl. Sozialpädagogin, Psychologische Beraterin, Bindungsorientierte Familienbegleitung, Frühe Hilfen – Rhein-Neckar-Kreis)

# 5 Tipps für eine gelingende Eingewöhnung

Am Anfang einer jeden Eingewöhnung stehen viele Fragen im Raum, die Unsicherheit auslösen können und die gleichzeitig zeigen wie wichtig diese 5 wertvollen Tipps für eine gelingende Eingewöhnung sein können!

## 1. Sicherheit und Vertrauen aufbauen

Verlasse Dein Kind nie, ohne es ihm zu sagen d.h. „kein Davonschleichen“. In akuten Phasen der Trennungsangst ist es für Dein Kind auch zu Hause wichtig, dass Du sagst, wenn Du den Raum verlässt.

**Dein Kind muss sich voll und ganz auf Dich verlassen können!**

## 2. Plane ausreichend Zeit ein

Kinder brauchen unterschiedlich viel Zeit, um sich ohne ihre Eltern mit neuen Bezugspersonen in einer vollkommen neuen Umgebung sicher zu fühlen. Wenn ein Kind spürt, dass die Eltern oder die Fachkraft das Kind in die Kita „schieben“ wollen, wenn die Eltern also in der „Abnabelung“ schneller sind als das Kind, kommt es häufig dazu, dass das Kind sich an die Eltern klammert. Die Eingewöhnungszeit kann sich dadurch verlängern und es kann sogar sein, dass das Kind sich nicht von den Eltern lösen kann.

**Folge daher dem Tempo Deines Kindes!**

## 3. Sei achtsam für die Gefühle und Blicke Deines Kindes

Genieße es, Dein Kind bei der Erkundung seiner neuen Welt zu beobachten. Beantworte seine „Blicke“. Dein Kind braucht immer wieder Dein freundliches, mitfühlendes und zuversichtliches Nicken, um sich so sicher zu fühlen, dass es sich von Dir entfernen und sich auf seine neue Welt einlassen kann.

**Gib Deinem Kind die von ihm benötigte Sicherheit**, dass es sich mit seinen wechselnden Gefühlen von Angst und Neugier immer an Dich wenden und sich bei Dir erholen kann – so kann es sich leichter auf seine neue Bezugsperson und seine neue spannende Welt einlassen.

## JA zur pädagogischen Fachkraft

Alle Fragen, Bedenken und Ängste solltest Du im Aufnahmegespräch ansprechen. Dein Kind spürt Deine inneren Gefühle und braucht Deine echte Zustimmung, damit es sich auf die neue Bezugsperson einlassen kann.

## 4. Eine gute Erziehungspartnerschaft zwischen Eltern und der päd. Fachkraft ist für das Wohl Deines Kindes von besonderer Bedeutung.

Wenn eine Mutter im Grunde ihres Herzens der Kita Betreuung nicht zustimmt und das Kind dennoch in die Kita gehen soll, ist es für das Kind leichter, wenn der Vater oder eine andere Bezugsperson das Kind in die Eingewöhnung begleitet. Im Elterngespräch sollte die Mutter jedoch wieder mit dabei sein

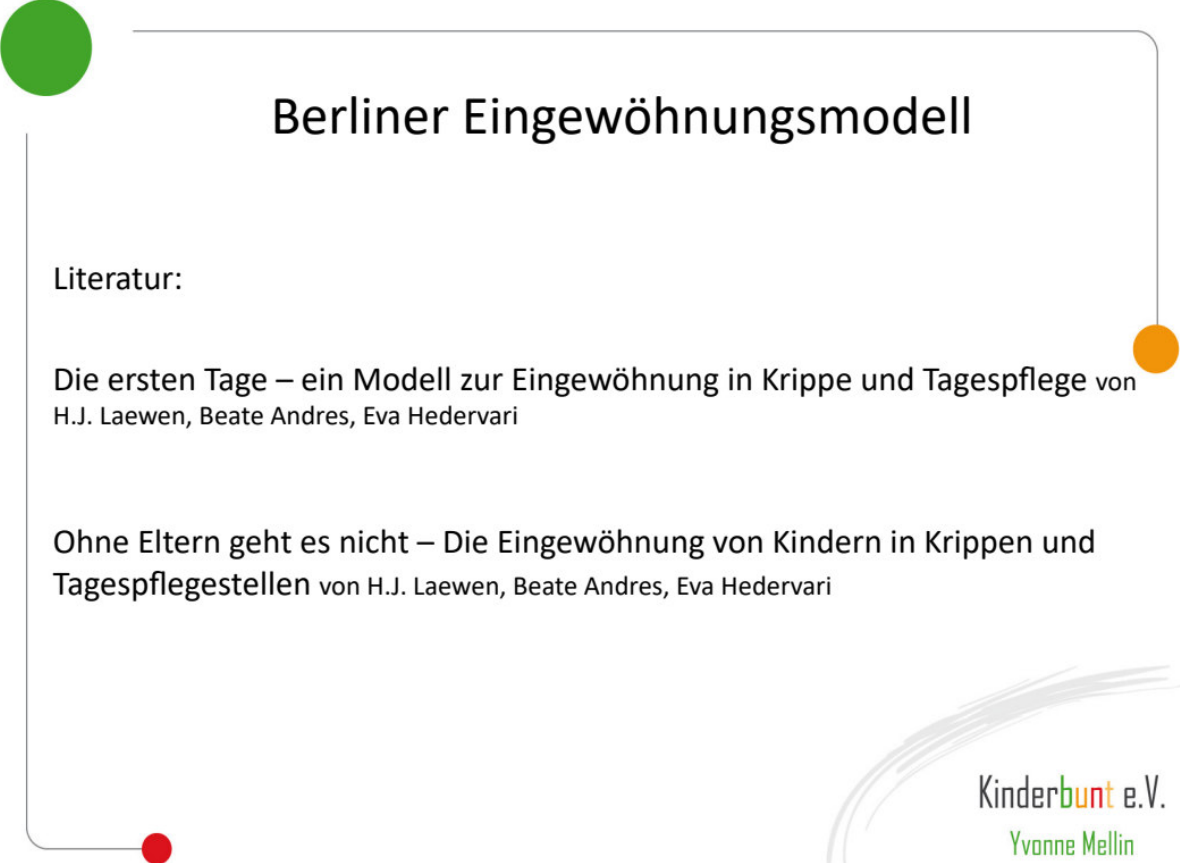


## 5. JA zum Eingewöhnungsmodell der Kita

Kitas nutzen verschiedene Eingewöhnungsmodelle. Die päd. Fachkraft informiert Dich vor der Eingewöhnung über den genauen Ablauf und sagt Dir, wie Du dich verhalten kannst. Du machst es Deinem Kind und der Fachkraft leichter, wenn Du dich genau an deren Anleitung hältst und mit Deiner Aufmerksamkeit ganz bei Deinem Kind bist. Eine gute Erziehungspartnerschaft von Eltern und päd. Fachkräften ermöglicht, dass Dein Kind sich in der Kita wohl fühlen und sich den neuen Kindern und Erwachsenen zuwenden kann.

*Text und Inhalt von Frau Mellin, Kinderbunt e.V.  
www.kinderbunt-rheinneckar.de*

### Informationen zur Eingewöhnung




## Berliner Eingewöhnungsmodell

Literatur:

Die ersten Tage – ein Modell zur Eingewöhnung in Krippe und Tagespflege von H.J. Laewen, Beate Andres, Eva Hedervari

Ohne Eltern geht es nicht – Die Eingewöhnung von Kindern in Krippen und Tagespflegestellen von H.J. Laewen, Beate Andres, Eva Hedervari



Kinderbunt e.V.  
Yvonne Mellin

## 4. Frühe Hilfen – Wer sind wir?

Das Team der Frühe Hilfen begleitet und unterstützt Eltern und Ihre Kinder ganz individuell von der Schwangerschaft bis zum 3. Lebensjahr des Kindes. Wir sind ein Team aus Sozialpädagoginnen und Familienkinderkrankenschwestern.

Gemeinsam suchen wir mit den Familien nach Hilfen für das Kind und nach Entlastung für die Bezugspersonen. Sie können sich gerne an uns wenden, wenn

- Sie Fragen zur Entwicklung und Erziehung des Kindes haben
- Die Bewältigung des Alltags mit Kind die Familie sehr anstrengt
- Es zwischen den Eltern immer wieder zu Auseinandersetzungen kommt
- Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf zu regeln und zu organisieren ist
- Sie Informationen über soziale und finanzielle Hilfen benötigen



**Auf Wunsch erhalten Sie bei uns:**

### **Information und allgemeine Beratung**

Bei Fragen rund ums Kind und Elternsein in Belastungssituationen. Auf Wunsch kommen wir zur Familie nach Hause.

### **Kindbezogene Beratung**

Unterstützung, um das Kind ein bisschen besser zu verstehen.

### **Vermittlung**

Bei speziellen Problemen helfen wir bei der Suche nach passgenauen Hilfen.

### **Offene Treffs**

Hier können die Eltern andere Eltern kennenlernen, sich austauschen und gegenseitig unterstützen.

### **Beratung zu weiteren Angeboten**

Beratung für Familien, z.B. ehrenamtliche Familienpaten oder pädagogische Hilfen.

### **Elternbildungsprogramm STÄRKE**

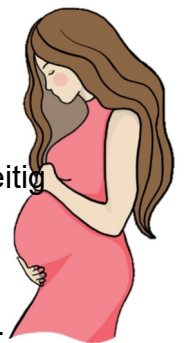
Vorträge und Elternkurse machen Sie fit und stärken Sie im manchmal schwierigen Erziehungsalltag.

### **Web-Seminare**

Online Austausch zu Themen der ersten drei Lebensjahre Ihres Kindes

**Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Termin! Alle Angebote sind freiwillig, kostenfrei und vertraulich.**

**Wir unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht.**





**Team Frühe Hilfen** (von links)

Anne Hofelzer-Kunz, Nina Weiche, Jessica Fischer, Lara Mertens, Anette Rögelein, Martina Zimmermann)

## Kontakt Frühe Hilfen

**Frau Zimmermann (Sachgebietsleitung Frühe Hilfen)**

[M.Zimmermann1@Rhein-Neckar-Kreis.de](mailto:M.Zimmermann1@Rhein-Neckar-Kreis.de) oder 06221 522 1594

**Frau Rögelein (Sekretariat)**

[A.Roegelein@Rhein-Neckar-Kreis.de](mailto:A.Roegelein@Rhein-Neckar-Kreis.de) oder Tel. 06221 522 2189

**Frau Weiche (Anlaufstelle Frühe Hilfen)**

[N.Weiche@Rhein-Neckar-Kreis.de](mailto:N.Weiche@Rhein-Neckar-Kreis.de) oder 06221 522 2265

**Frau Fischer (Elternbildungsprogramm STÄRKE & Online-Seminare)**

[J.Fischer@Rhein-Neckar-Kreis.de](mailto:J.Fischer@Rhein-Neckar-Kreis.de) oder 06221 522 1943

**Frau Hofelzer-Kunz (Netzwerkkoordinierung)**

[A.Hofelzer-Kunz@Rhein-Neckar-Kreis.de](mailto:A.Hofelzer-Kunz@Rhein-Neckar-Kreis.de) oder 06221 522 1533

## 5. Fingerspiel „Bunte Blätter“

**Bunte Blätter fall´n vom Baum,**  
(Finger beider Hände von oben nach unten rieseln lassen)

**schweben sacht, man hört es kaum.**  
(Hand ans Ohr halten und lauschen)

**Plötzlich trägt der Wind sie fort,**  
(Alle Finger von links nach rechts bewegen)

**wirbelt sie von Ort zu Ort.**  
(Zeigefinger hoch strecken und im Kreis bewegen)

**Wie sie flattern, wie sie fliegen. Sinken und am Boden liegen.**  
(Hände über den Kopf strecken und Finger langsam nach unten sinken lassen.)

