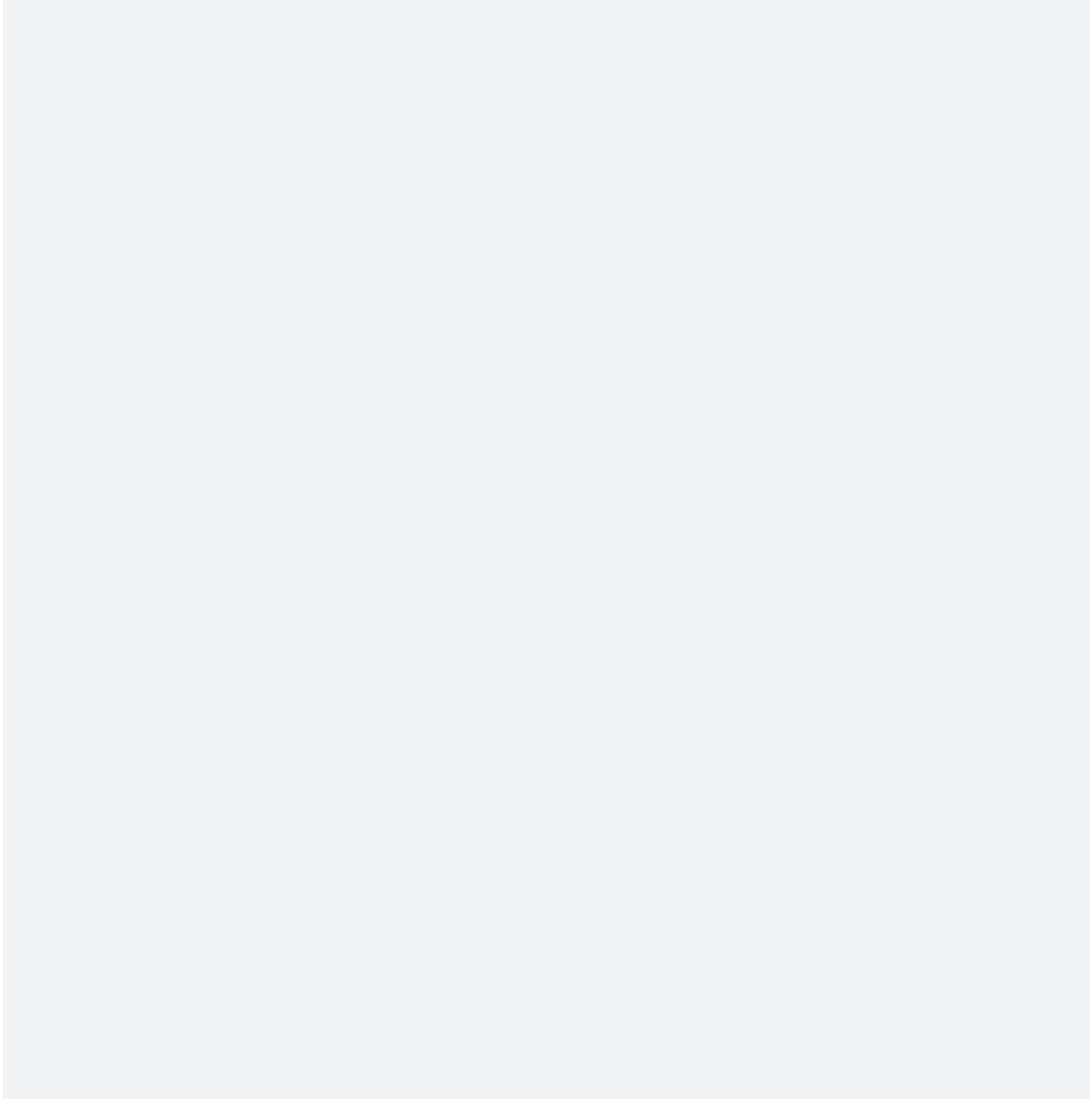


# Gesundheitsbuch 0 bis 12 Jahre



.....  
.....

Dieses Buch gehört



# Übersicht

Angaben zum Kind .....	05
------------------------	----

## Kinder 0-3 Jahre

Einleitung .....	07
Wichtige Kontakte .....	09
Die Ernährung des Kindes .....	10
Termine in der Vorsorgestelle .....	11
Empfohlene Impfungen .....	12
Vorsorgeuntersuchungen .....	14

## Kinder 3-12 Jahre

Einleitung .....	41
Vorsorgeuntersuchungen .....	42

## Tipps & Infos

Wachstumskurven Mädchen .....	48
Wachstumskurven Jungen .....	52
Zahnuntersuchungen .....	56
Kinderleichtes Zähneputzen mit Kalli .....	58
Impfungen .....	60
Einverständniserklärung .....	62
Verzeichnis der Dienste .....	64



# Angaben zum Kind

Dieses Dokument ist vertraulich und sollte sorgfältig aufbewahrt werden, da es alle Informationen zur Entwicklung Ihres Kindes beinhaltet. Es gehört:

Vorname: .....

Name: .....

Geschlecht: M  W

Geboren am: ..... in: .....

Nationalregisternummer: .....

Adresse: .....

.....

.....

Adresswechsel: .....

.....

.....

Telefon: .....

Vater Vorname Name: .....

Geburtsdatum: .....

Mutter Vorname Name: .....

Geburtsdatum: .....

Geschwister Vorname Name: .....

Geburtsdatum: .....

Geschwister Vorname Name: .....

Geburtsdatum: .....

Geschwister Vorname Name: .....

Geburtsdatum: .....

Geschwister Vorname Name: .....

Geburtsdatum: .....



# Liebe Eltern, herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Kindes!

Wir wünschen Ihnen viel Freude, Mut, Vertrauen, Neugier, Aufmerksamkeit und Gelassenheit im Umgang miteinander. Kaleido Ostbelgien steht zu Ihrer Verfügung, um Sie auf diesem Weg mit Ihrem Kind zu begleiten. Wir beraten Sie in allen Fragen rund um die gesunde Entwicklung des Kindes. Zu Beginn besuchen wir Sie zu Hause. Zudem sind wir in der Woche täglich für eine telefonische Beratung erreichbar und bieten Ihnen Informationsmaterial zu vielfältigen Themen.

## Kostenlose Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen

In den ersten drei Lebensjahren entwickelt sich Ihr Kind rasant. Aus Ihrem Baby wird ein selbstständiges Kleinkind. Es lernt krabbeln, sprechen und denken. In dieser Zeit ist medizinische Vorsorge enorm wichtig. Unsere Ärztinnen, Ärzte und Krankenpflegerinnen begleiten Sie und Ihr Kind im Rahmen von 10 Vorsorgeuntersuchungen, einem Sehtest und einem Sondertermin zur Zahngesundheit.

Bei jedem Termin überprüfen und besprechen wir die körperliche, mentale und emotionale Entwicklung des Kindes. Außerdem bieten wir die vom belgischen Hohen Rat für Gesundheit empfohlenen Impfungen kostenlos an.

Kommen Sie bitte nicht zu den Vorsorgeuntersuchungen, wenn Ihr Kind krank ist. Aus rechtlichen Gründen dürfen wir bei den Vorsorgeuntersuchungen auch keine Medikamente verschreiben.

Mit dem Eintritt Ihres Kindes in den Kindergarten übernimmt Kaleido Ostbelgien automatisch die weitere Betreuung (siehe Seite 41). Hier umfassen unsere Dienstleistungen die medizinischen Untersuchungen, Impfungen und ein allgemeines Beratungsangebot zur körperlichen und psycho-sozialen Gesundheit.

Dieses Gesundheitsbuch begleitet Ihr Kind und sollte zu allen Untersuchungen mitgenommen werden.

Wir freuen uns auf Sie!

Kaleido Ostbelgien



## Angaben zur Geburt des Kindes

Geburtsgewicht: ..... g  
Größe: ..... cm  
Kopfumfang: ..... cm  
APGAR: ..... \_ ..... \_ .....  
Ernährung: .....  
Besonderheiten: .....  
Minimalgewicht: ..... g  
Entlassungsgewicht: ..... g  
Guthrie: .....

## Angaben zur Entbindung

Geburt in .....  
Schwangerschaftswoche: .....  
Geburtsverlauf: .....  
Komplikationen: .....

## Besondere medizinische Angaben zur Familie

a. Allergien  
● Pollen .....  
● Hausstaub .....  
● Tierhaare .....  
● Kuhmilch .....  
● Medikamente .....  
● andere Allergien: .....  
.....  
.....  
.....

b. Diabetes .....  
c. Kardiovaskuläre Erkrankungen .....  
d. Sehvermögen .....  
e. Hörvermögen .....  
f. Rauchen .....  
g. Epilepsie .....  
h. Plötzlicher Kindstod .....  
i. Sonstiges .....



## Hörtest

Datum Neugeborenen-Screening (AOE): .....

re .....  in Ordnung  zur Kontrolle

li .....  in Ordnung  zur Kontrolle

## Wichtige Kontakte

Ihre Beratungsstelle: .....  
.....  
.....

## Wie erreichen Sie die Beraterin?

Ihre Beraterin: .....

Falls Sie aus irgendeinem Grund nicht zum geplanten Termin der Vorsorgeuntersuchung erscheinen können, **melden Sie sich bitte telefonisch bei Ihrer Beraterin ab.**

## Notfälle

Antigiftzentrum: 070 / 245 245

Polizei: 101

Krankenwagen / Feuerwehr: 112

Behandelnder Arzt des Kindes: .....

Telefonnummer Arzt: .....

# Die Ernährung Ihres Kindes

## Muttermilch

Stillen ist die beste Nahrung für Ihr Baby. Durch das Stillen kann Allergien vorgebeugt werden. Die Kinder nehmen gleichmäßig zu und die Immunabwehr wird gestärkt. Muttermilch ist zudem gut verträglich.

## Pudermilch

Wenn die Mutter nicht stillt oder abgestillt hat, empfehlen wir Pudermilch. Bitte beachten Sie die Empfehlungen der Beraterinnen oder Ihres Kinderarztes.

Bei jeder Vorsorgeuntersuchung werden die Empfehlungen dem Alter und dem Gesundheitszustand Ihres Kindes angepasst.

## Gemüse- und Obstbrei

Zwischen dem 4. und 6. Lebensmonat können Sie schrittweise mit der Ernährungsumstellung beginnen. Ihre Beraterin gibt Ihnen Tipps zur Zubereitung, Menge usw.

## Gluten

In manchen Verdickungsmitteln für Milch oder Brei (z. B. Siebenkorn) sowie in Brot und in den meisten Getreidesorten ist Gluten enthalten. Damit Ihr Kind sich an diesen Inhaltsstoff gewöhnt, fangen Sie zwischen dem 4. und 6. Lebensmonat an, glutenhaltige Speisen einzuführen.

Wenn Sie Fragen dazu haben, wenden Sie sich gerne an Ihre Beraterin.



# Ihre Termine in der Kaleido Ostbelgien Vorsorgestelle

Regeltermine	Datum	Uhrzeit	Ort
1 Monat	.....	.....	.....
2 Monate	.....	.....	.....
3 Monate	.....	.....	.....
4 Monate	.....	.....	.....
5 Monate <small>(2. Meningokokken B-Impfung)*</small>	.....	.....	.....
6 Monate	.....	.....	.....
9 Monate	.....	.....	.....
12 Monate	.....	.....	.....
13-15 Monate <small>(3. Meningokokken B-Impfung)*</small>	.....	.....	.....
15 Monate	.....	.....	.....
Zahngesundheit	.....	.....	.....
24 Monate	.....	.....	.....
Sehtest	.....	.....	.....
30 Monate	.....	.....	.....

Falls Sie aus irgendeinem Grund nicht zum geplanten Termin erscheinen können, **melden Sie sich bitte telefonisch bei Ihrer Beraterin ab.**

\*Termin findet nur statt, wenn die Meningokokken B-Impfung verabreicht wird.

# Impfungen: Schutz vor 15 Krankheiten

**Pflichtimpfung:** Im Alter von 18 Monaten muss die Bescheinigung, dass Ihr Kind gegen **Kinderlähmung (Poliomyelitis)** geimpft wurde, bei Ihrer Gemeindeverwaltung vorliegen. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Beraterin.

## Mit 2 / 3 / 4 und 15 Monaten

Die 6-fach-Impfung ermöglicht eine Grundimmunisierung gegen 6 unterschiedliche Infektionskrankheiten (4 x impfen)



### Diphtherie

ist eine bakterielle Krankheit der oberen Atemwege, die zu lebensbedrohlichen Komplikationen führen kann.



### Tetanus

Der Wundstarrkrampf führt zu Lähmungen und Muskelkrämpfen.



### Keuchhusten

Die krampfartigen Hustenanfälle sind besonders für Säuglinge gefährlich.



### Haemophilus Influenzae B

kann zu Hirnhautentzündungen beim Kleinkind führen.



### Kinderlähmung

ruft Lähmungserscheinungen hervor.



### Hepatitis B

verursacht eine Leberentzündung, die chronisch werden und so zu Zirrhose oder Krebs führen kann.

## Mit 2 / 4 und 12 Monaten



### Pneumokokken

Die Impfung (3 x impfen) schützt gegen einen Keim, der bei Kindern eine Lungenentzündung und manchmal sogar eine Hirnhautentzündung hervorrufen kann. Bei Frühchen (<37 Wochen): 4 Dosen.

## Mit 2 / 3 und 4 Monaten



### Rotavirus

Dieser Virus führt zu einer schweren Durchfallerkrankung bei Kindern (2 - 3 x impfen).

Die Rotavirusimpfung ist kostenpflichtig. Die Krankenkasse beteiligt sich jedoch an den Unkosten.

**Alle anderen Impfungen sind kostenlos für Sie.**

## Mit 12 Monaten

Die Impfung gegen die Kinderkrankheiten Masern, Mumps und Röteln (1 x impfen)



### Masern

sind eine ansteckende Viruskrankheit, die neben hohem Fieber und einem Hautausschlag auch ein schlechtes allgemeines Befinden und Lungenentzündungen oder Gehirnentzündungen hervorrufen kann.



### Mumps

Das Virus befällt die Speicheldrüsen. Häufige Komplikationen sind eine Hirnhautentzündung oder eine Hodenentzündung bei Jungen.



### Röteln

Die Krankheit führt zu typischen roten Hautflecken und Fieber. In einigen Fällen kann es zu Hirnhautentzündungen und in sehr seltenen Fällen zu neurologischen Störungen kommen.

## Mit 15 Monaten



### Meningokokken ACWY

Die Erreger führen zu bakterieller Hirnhautentzündung (1 x impfen).

Ab Schuleintritt werden die Impfungen im Rahmen der medizinischen Schuluntersuchungen durchgeführt. **Mit 6-7 Jahren** steht die erste Impfauffrischung gegen Kinderlähmung, Diphtherie, Tetanus und Keuchhusten an.

# Vorsorgeuntersuchungen

## 1. Lebensmonat

	Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
1. Woche	.....	.....g	.....cm	..... cm	Bereits ab der Geburt sind alle Sinne vorhanden. Sprechen Sie mit Ihrem Kind. Es reagiert bereits auf Ihre Stimme.
2. Woche	.....	.....g	.....cm	..... cm	Dreht Ihr Kind sich zum Licht? Erschrickt es bei plötzlichen Geräuschen?
3. Woche	.....	.....g	.....cm	..... cm	Ihr Baby ist mobil und kann seine Position selbstständig ändern. Lassen Sie es bitte nie allein auf dem Wickeltisch!



# Vorsorgeuntersuchungen

## 1.-2. Lebensmonat

	Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
4. Woche	.....	.....g	.....cm	..... cm	Schütteln Sie Ihr Baby nicht! Das kann sehr gefährlich sein, da Kopf und Nacken noch sehr empfindlich sind.
5. Woche	.....	.....g	.....cm	..... cm	Ihr Baby verfolgt mit seinem Blick Ihr Gesicht oder Gegenstände mit ..... Wochen. Es hält selbstständig das Köpfchen mit ..... Wochen. Ihr Baby öffnet bereits spontan die Hände.
6. Woche	.....	.....g	.....cm	..... cm	Ins Elternwerden wächst man hinein. Ihr Kind hilft Ihnen dabei. Das Weinen Ihres Babys kann verschiedene Gründe haben. Es kann Ihnen damit vermitteln, dass es z. B. Hunger hat, Schmerzen empfindet oder kuscheln möchte. Hören Sie genau hin.





# Vorsorgeuntersuchungen

*Sprechen Sie so früh und häufig wie möglich in einfacher Sprache mit Ihrem Baby. Auch wenn das Baby noch nicht alles versteht, hilft ihm die Kommunikation, Beziehungen aufzubauen und sich auszutauschen.*

## 2.-3. Lebensmonat

	Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
					<p>Ihr Baby braucht viel Schlaf. Es hat zwar noch keinen festen Rhythmus, aber schon Gewohnheiten. Welche sind das?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
7. Woche	.....	.....g	.....cm	.....	cm .....
					<p>Achten Sie auf die Lage des Kindes. Durch häufige Lagewechsel können Sie einen flachen Hinterkopf vermeiden.</p>
8. Woche	.....	.....g	.....cm	.....	cm .....
					<p>Reagiert Ihr Baby auf Ihre Stimme?</p> <p>.....</p>
					<p>Dreht es sein Köpfchen in Ihre Richtung?</p>
9. Woche	.....	.....g	.....cm	.....	cm .....

# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: Impfung, Ernährung und Sicherheit



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Kinder richtig anschnallen

Schnallen Sie Ihr Kind im Auto immer an, selbst in der Tragetasche. Geprüfte Sicherheitssysteme sind mit dem Siegel ECER44 oder I-size (UN ECE-R129) gekennzeichnet.

Transportieren Sie Ihr Kind bis mindestens 9 kg immer in einem Schalenstuhl in entgegengesetzter Fahrtrichtung. Gehen Sie zum nächsten Modell über,

- > wenn Ihr Baby mehr als 13 kg wiegt
- > oder wenn sein Kopf über den oberen Schalenrand ragt.



### Achtung bei Airbags am Beifahrersitz:

Ihr Kind gehört dann auf den Rücksitz!

# Vorsorgeuntersuchungen

## 3. Lebensmonat

Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
10. Woche .....	.....g	..... cm	..... cm	Ihr Kind ist jetzt fähig, nachts länger zu schlafen. Konnten Sie das schon feststellen? .....
11. Woche .....	.....g	..... cm	..... cm	Mein Baby lacht, wenn ..... ..... .....
12.-13. Woche.....	.....g	..... cm	..... cm	Bis zum Alter von 3 bis 4 Monaten kommt es oft zu abendlichen Unruhephasen. Dies sind die berühmtesten Abendkoliken oder Schreistunden. Ihr Kind verarbeitet in Wirklichkeit seine Tageserlebnisse. Durch das Weinen und Schreien entspannt es sich und kommt so zur Ruhe.



# Vorsorgeuntersuchungen

## 4.-5. Lebensmonat

	Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
4. Monat	.....	.....g	.....cm	..... cm	Wenn Ihr Baby auf dem Bauch liegt, kann es das Köpfchen heben. Es stützt sich im Alter von ..... Monaten auf den Ellenbogen ab. Ihr Baby kann spontan die Hände zur Körpermitte bringen.
5. Monat	.....	.....g	.....cm	..... cm	Unsere Beraterinnen stehen Ihnen für Fragen und Tipps zur Nahrungserweiterung zur Seite. Es wird empfohlen, mit Gemüsebrei anzufangen. Danach erst Obst, damit das Baby sich nicht an süße Geschmäcke als Erstes gewöhnt.

Lächelt Ihr Kind Sie an, wenn Sie mit ihm sprechen?



# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: Nahrungserweiterung und Vorbeugung von Karies

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Worauf jetzt zu achten ist

Ab dem 4. Monat darf Ihr Baby außer Milch auch andere Nahrung probieren. Bitte geben Sie Ihrem Kind niemals ein Fläschchen zum Einschlafen mit ins Bett. Milch und gezuckerte Getränke fördern Karies.

Ihr Kind entwickelt überdies nicht nur ungesunde Trinkgewohnheiten, sondern auch schlechte Einschlafgewohnheiten.

# Vorsorgeuntersuchungen

## 6. Lebensmonat

Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
-------	---------	-------	----	-------------

..... g .....cm ..... cm

Ihr Baby sitzt allein im Alter von ..... Monaten.

Es krabbelt mit ..... Monaten.

Zähne (s. 57): .....

Es entdeckt seine Umgebung und nimmt alles in den Mund. Vorsicht bei kleinen Gegenständen!

Ihr Baby entwickelt jetzt die Fähigkeit, Personen zu unterscheiden. Welche Personen kennt es?

.....

Es macht "Bravo" oder "Tschüss" mit ..... Monaten.

Wenn Sie seinen Namen rufen, dreht es sich zu Ihnen mit ..... Monaten.

Ihr Kind lacht viel, tritt gerne in Kontakt mit anderen Kindern und Erwachsenen.

.....





# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: kindgerechtes Spielzeug, Schlaf und Zahnpflege

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Worauf jetzt zu achten ist

Babys reagieren besonders empfindlich auf starke Sonneneinstrahlung. Sie sollen immer vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt sein, z. B. durch leichte, den Körper bedeckende Kleidung, Sonnenschirm, Sonnenhut. Vermeiden Sie Spaziergänge in den heißen Mittagsstunden zwischen 12 und 15 Uhr. Babys brauchen zudem ein schattiges Plätzchen.

Wir empfehlen Ihnen, weiterhin zu stillen. Falls Sie nicht weiter stillen, geben Sie Ihrem Baby eine Folgemilch.

Ihr Baby beginnt jetzt zu begreifen, dass in manchen Situationen die Bezugspersonen nicht sofort zur Stelle sind. Erklären Sie ihm, warum das so ist – dann lernt es, dies zu akzeptieren und zu warten.

# Vorsorgeuntersuchungen

## 9. Lebensmonat

**Datum**      **Gewicht**      **Größe**      **KU**      **Entwicklung**

..... g      .....cm      ..... cm

Ihr Baby nimmt sein Spielzeug von einer Hand in die andere im Alter von ..... Monaten.

Ihr Kind steckt vieles in den Mund. Es erkundet seinen Körper und auch Gegenstände.

Kann es schon mit Hilfe sitzen?  
.....

Ihr Baby beobachtet seine Hände und Füße mit ..... Monaten.

Reagiert es auf gewohnte Geräusche, z. B. Badewasser?  
.....

Lautiert (=brabbelt) es?  
.....

Ihr Baby dreht sich und geht jetzt auch auf Entdeckungsreise. Wofür interessiert es sich besonders?  
.....  
.....



# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: Ernährung und Sicherheit im Haushalt

## Einschlafrituale

Ihr Kind benötigt Ruhe, um einzuschlafen. Streicheleinheiten, Bücher schauen, leises Singen oder ruhige Musik können das Einschlafen fördern. Machen Sie daraus ein Ritual! Vermeiden Sie jedoch, dass es nur mit Ihrer Hilfe einschläft (z. B. auf dem Arm, im Auto oder beim Stillen). Jedes Baby hat ein individuelles Schlafbedürfnis. Respektieren Sie seinen Rhythmus, dann fühlt es sich wohl. Ein Baby zeigt, wenn es müde ist. Welche Zeichen zeigt Ihr Kind?

.....

.....

.....

.....

.....

## Worauf jetzt zu achten ist

Ihr Kind erlebt eine wichtige Zeit: Es entdeckt viel Neues. Es hat Lust, im Alleingang seine Welt zu erkunden. Gleichzeitig benötigt es viel Zuwendung und Sicherheit. Es macht sehr gut den Unterschied zwischen den Personen, die es kennt und allen anderen. Es kann sich misstrauisch Fremden gegenüber verhalten, abweisend reagieren und sich in Ihre Arme flüchten. Wenn Sie weggehen, versteht es noch nicht, dass Sie wiederkommen. Erklären Sie ihm dies und geben Sie ihm Sicherheit. Hat es ein Kuscheltier oder ein Tuch, das ihm während Ihrer Abwesenheit hilft?

# Vorsorgeuntersuchungen

## 12. Lebensmonat

Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
-------	---------	-------	----	-------------

.....	..... g	.....cm	..... cm	
-------	---------	---------	----------	--

Jetzt entwickelt sich die Feinmotorik. Mit Hilfe des "Pinzettengriffs" (Daumen und Zeigefinger) kann es mit ..... Monaten Gegenstände greifen. Begleiten Sie Ihr Kind bei seinen Fortschritten.

Es mag nicht immer Schlafen gehen. Haben Sie ein Einschlafritual?

Es zieht sich an den Möbeln hoch und steht mit ..... Monaten. Es sagt Mama, Papa oder andere zusammenhängende Laute mit ..... Monaten.

Lassen Sie Ihr Kind am gemeinsamen Essen teilhaben. Vermeiden Sie Chips, süße Getränke, Fritten und Süßigkeiten.

Vorsicht mit Erdnüssen, an denen es sich verschlucken kann.



# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: Gehversuche, die richtigen Schuhe, Laufhilfen und Unfallverhütung im Haus

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Hat Ihr Kind  
bereits ein Lieblings-  
Bilderbuch?

## Worauf jetzt zu achten ist

Die Intimpflege ist wichtig. Besprechen Sie diese während der Untersuchung in der Vorsorgeuntersuchung.

Lesen Sie weiterhin mit Ihrem Kind: Lesen ist wichtig für die Sprachentwicklung, fördert Fantasie und Konzentration. Geben Sie Ihrem Kind jetzt Bücher, die es auch mit Mund und Händen erfassen kann. Lesen Sie gemeinsam. Die Bibliotheken in der Deutschsprachigen Gemeinschaft bieten eine reichhaltige Auswahl an Kinderbüchern.

Die ersten Zähnnchen sind da. Putzen Sie die Zähne Ihres Kindes, sobald sie durchbrechen. Je früher Sie die Zähne putzen, desto größer sind die Chancen, die Zähne gesund und schön zu erhalten. Vermeiden Sie alle zuckerhaltigen Getränke, auch Trinkflaschen mit gesüßtem Tee.

# Vorsorgeuntersuchungen

## 13. bis 15. Lebensmonat

Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
-------	---------	-------	----	-------------

.....	..... kg	.....cm	..... cm	
-------	----------	---------	----------	--

Ihr Kind beginnt, selbstständig die Welt zu entdecken.

Achten Sie darauf, dass alle Zimmer, zu denen es Zugang hat, rauchfreie Zonen sind – auch das Auto.

Sichern Sie Gefahrenquellen im Haus: Herd, Treppen, Fenster, ... Helfen Sie Ihrem Kind, die Gefahren zu erkennen (Wasser, Fenster, Strom, ...) und üben Sie mit ihm z. B. das Treppensteigen. Lassen Sie Ihr Kind niemals unbeaufsichtigt in der Badewanne!

Ihr Kind möchte jetzt allein essen. Hindern Sie Ihr Kind nicht daran, mit den Händen zu essen, wenn es den Löffel noch nicht mag.





# Vorsorgeuntersuchungen

## 15. Lebensmonat

Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
-------	---------	-------	----	-------------

.....	..... kg	.....cm	..... cm	
-------	----------	---------	----------	--

Hurra! Ihr Kind macht die ersten Schritte mit ..... Monaten.

Ihr Kind spielt mit Würfeln und baut einen Turm mit ..... Monaten.

Spricht es schon einige Wörter?  
Wenn ja, welche?

.....  
.....  
.....

Jeden Abend ein kleines Einschlafritual: eine Geschichte, schmuse, .... beruhigt Ihr Kind. Es fühlt sich sicher und kann besser einschlafen.

Das Bett ist kein Ort der Bestrafung, sondern ein Ort, an dem es sich wohl fühlen soll.





# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: Grenzen setzen, Essgewohnheiten und Schlaf

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Worauf jetzt zu achten ist

Ihr Kind möchte den natürlichen Geschmack von Lebensmitteln kennenlernen. Zuckern oder salzen Sie nicht nach. Durch Schmecken, Fühlen und Riechen lernt es, alles zu unterscheiden.

Verbote müssen klar, schlüssig und genau definiert sein – dann versteht Ihr Kind sie. Langsam lernt es, seinen Willen zu beherrschen. Zeigen Sie Geduld, Konsequenz und liebevolle Zuwendung.

# Vorsorgeuntersuchungen

## 18. bis 24. Lebensmonat: Beratung Zahngesundheit

Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
.....	..... kg	.....cm	..... cm	Wie viele Zähne hat Ihr Kind schon? ..... ..... .....
				Ihr Kind kann nun allein mit Löffel und Gabel essen. Seit wann? .....

## 24. Lebensmonat

Datum	Gewicht	Größe	KU	Entwicklung
.....	..... kg	.....cm	..... cm	Kann es zwei Wörter miteinander verbinden? Seit wann? .....
				Welche Wörter sind es? ..... .....
				Seine Lieblingsspielzeuge sind: Malstifte, Bilderbücher, Holzpuzzle, Puppe, Auto, Ball, ... Stapelt es schon 3 Bauklötze?
				Beginnt Ihr Kind, sich aufs Töpfchen zu setzen?



# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: Zahngesundheit, Zahnarztbesuch und Ernährung

Kaleido bietet ab 18 Monaten eine kostenlose Beratung zur Mund- und Zahnhygiene an.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Worauf jetzt zu achten ist

Ihr Kind redet für sein Leben gern. Es mag, wenn Sie aufmerksam zuhören. Unterstützen Sie es! Wenn es nicht spricht, reden Sie mit Ihrem Arzt darüber. Wenn es den Schnuller ständig im Mund hält, lernt es nicht, deutlich zu sprechen.

Die Sauberkeitsentwicklung muss nicht in Druck ausarten! Lassen Sie Ihrem Kind Zeit, um festzustellen, dass es sauber sein kann. Fragen Sie Ihre Beraterin nach unserem Pipipass, der Ihnen hilfreiche Tipps geben kann.

# Sehtest

## Untersuchungen der Augen und des Sehvermögens

am ..... - ..... - ..... .....

### Ergebnis der Untersuchung:

unauffälliger / altersgerechter Befund

auffällig: weitere Maßnahmen:

Datum      Gewicht      Größe      KU

..... kg ..... cm ..... cm



# Ihre Fragen – unser Rat

Wir bieten allen Kindern ab 2 Jahren eine kostenlose Vorsorgeuntersuchung der Augen an. Ihre Beraterin wird Ihnen zu gegebener Zeit einen Termin für Ihr Kind anbieten. Die Untersuchung ist völlig schmerzfrei und wird von einem Augenarzt oder Orthoptisten an festgelegten Terminen in Ihrer Kaleido Ostbelgien Servicestelle durchgeführt.

Etwa 80 % unserer Wahrnehmungen werden über die Augen aufgenommen. Daran können Sie ermessen, wie wichtig das Sehen und die Entwicklung des Sehvermögens für Ihr Kind ist. Diese Entwicklung verläuft leider nicht immer optimal. Durch genaue Beobachtung Ihres Kindes können Sie dazu beitragen, dass Sehstörungen frühzeitig erkannt und behandelt werden. Je früher eine Behandlung begonnen wird, desto größer sind die Erfolge einer Therapie.

Bitte wenden Sie sich bereits früher an Ihren behandelnden Arzt, wenn Ihnen etwas nicht normal scheint oder Sie Auffälligkeiten feststellen, wie z. B.:

•→ **Sichtbare Auffälligkeiten der Augen:**

Augenzittern, Trübungen der Hornhaut, grauweiße Pupillen, große, lichtscheue Augen, Schielen, Lidveränderungen oder hängende Lider.

•→ **Verhaltensauffälligkeiten, wie:**

Vorbeigreifen, Gangunsicherheiten oder häufiges Anstoßen.

•→ **Bei erhöhtem Risiko für Schielen, Kurz- oder Weitsichtigkeit und /oder Augenkrankheiten sollten Sie mit Ihrem Arzt sprechen.**

Erhöhtes Risiko besteht z. B. bei Frühgeborenen, Kindern mit Entwicklungsverzögerung oder Beeinträchtigungen, bei Kindern, deren Geschwister/Eltern/Großeltern schielen oder stark fehlsichtig sind (Kurz-, Weitsichtigkeit und/oder Hornhautverkrümmung/Astigmatismus), bei Asymmetrie zwischen rechtem und linkem Auge oder bei erblichen Augenerkrankungen.

# Vorsorgeuntersuchungen

## 30. Lebensmonat

Datum      Gewicht      Größe      KU      Entwicklung

.....      ..... kg      .....cm      ..... cm

Die Lieblingslieder meines Kindes sind:

.....  
.....  
.....

Bitte den Schnuller abgewöhnen, um die Sprachentwicklung zu fördern und Zahnfehlstellungen vorzubeugen.

Mein Kind sagt "ich" und kann schon Drei-Wörter-Sätze bilden. Seine Lieblingswörter sind:

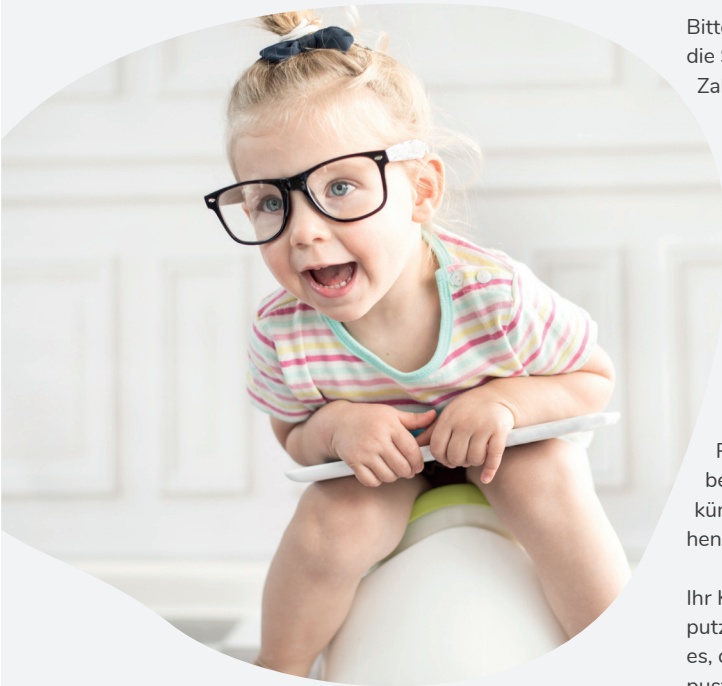
.....  
.....

Geht Ihr Kind regelmäßig aufs Töpfchen?

.....

Papier und Malstifte bitte immer bereithalten. Ihr Kind lebt seine künstlerische Ader jetzt in farbenfrohen Malfantasien aus.

Ihr Kind lernt jetzt, sich die Nase zu putzen. Ist es schwierig? Bitten Sie es, durch die Nase auf eine Feder zu pusten.



# Ihre Fragen – unser Rat

Schwerpunkte: allgemeine Entwicklung, Sauberkeitsentwicklung,  
Medien und Eintritt in den Kindergarten

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Der erste Besuch beim Zahnarzt ist am: .....

Welche Tipps gibt es, damit es möglichst gut klappt?

.....

.....

## Worauf jetzt zu achten ist

Noch immer Windeln? Das ist ganz normal! Wenn Sie sich Sorgen machen – sprechen Sie mit uns darüber!

Ihr Kind sollte immer auf der Seite des Bürgersteiges aus dem Auto steigen.

Ihr Kind interessiert sich für Medien? Achten Sie darauf, dass der Fernseher nicht dauerhaft läuft. Begrenzen Sie die Zeit und schauen Sie gemeinsam altersgerechte Sendungen. Tablet, PC, Handy und Konsole ersetzen nicht das freie Spielen.





# Liebe Eltern,

sobald Ihr Kind im Kindergarten ist, wird es regelmäßig durch Kaleido Ostbelgien untersucht, um so früh wie möglich Fehlentwicklungen oder Krankheiten festzustellen.

## Kostenlose Vorsorgeuntersuchungen

Kaleido Ostbelgien bietet alle zwei Jahre kostenlose Vorsorgeuntersuchungen an, in denen unter anderem das Seh- und Hörvermögen (1. Kindergarten- und 3. Primarschuljahr) des Kindes überprüft werden. Zusätzlich wird Ihr Kind in folgenden Jahren vollständig durch eine Ärztin oder einen Arzt untersucht:

**Kindergarten: 2. Jahr**

**Primarschule: 1. und 5. Jahr**

**Sekundarschule: 1., 3. und 5. Jahr**

Die Untersuchungen sind gesetzlich verpflichtend (s. Art. 3.11 des Dekretes vom 31.03.2014 über das Zentrum für die gesunde Entwicklung von Kindern und Jugendlichen).

## Kostenlose Impfungen

Wir bieten allen Kindern kostenlose Impfungen an. Ziel ist es, die Kinder besser vor gefährlichen Krankheiten zu schützen. Sie können Ihr Kind auch bei Ihrem Haus- oder Kinderarzt impfen lassen. Bitte informieren Sie den Schularzt über den Impfstatus Ihres Kindes.

## Impfangebot

- Diphtherie, Tetanus, Keuchhusten und Kinderlähmung im 1. Primarschuljahr
- Mumps, Masern, Röteln im 3. Primarschuljahr
- Gebärmutterhalskrebs im 1. Sekundarschuljahr (2 Dosen)
- Meningokokken ACWY im 3. Sekundarschuljahr
- Diphtherie, Tetanus und Keuchhusten im 5. Sekundarschuljahr

Sie werden über jede Untersuchung informiert und erhalten einen medizinischen Fragebogen. Bitte füllen Sie diesen Fragebogen aus. Falls Sie Fragen rund um die Gesundheit Ihres Kindes haben, wenden Sie sich gerne jederzeit an uns. Alle Angaben werden vertraulich behandelt.

Die Kontaktadressen der Servicestellen von Kaleido Ostbelgien finden Sie auf Seite 64.

# 1. Kindergartenjahr

## Teiluntersuchung: Seh- und Hörtest

Datum ..... Alter .....Jahre

### Ergebnis des Sehtests:

- unauffälliger / altersgerechter Befund
- auffällig: weitere Maßnahmen:

.....

.....

.....

.....

### Ergebnis des Hörtests:

- unauffälliger / altersgerechter Befund
- auffällig: weitere Maßnahmen:

.....

.....

.....

.....

## 2. Kindergartenjahr

### Vollständige körperliche Untersuchung

Datum ..... Alter ..... Jahre    Gewicht ..... kg    Größe ..... cm

#### Ergebnis des Sehtests:

- unauffälliger / altersgerechter Befund
- auffällig: weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem beigefügten Brief:
  - Sehvermögen
  - Hörvermögen
  - Statik
  - Haut
  - Hals-Nasen-Ohren-Bereich
  - Zähne
  - Herz/Kreislauf
  - Thorax/Lunge
  - Gewicht/Größe
  - Urogenital-Bereich
  - Pubertät
  - Sprache und Psychomotorik
  - Impfungen
  - Sonstiges .....

# 1. Primarschuljahr

## Vollständige körperliche Untersuchung

Datum ..... Alter ..... Jahre    Gewicht ..... kg    Größe ..... cm

### Ergebnis der Untersuchung:

- unauffälliger / altersgerechter Befund
- auffällig: weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem beigefügten Brief:
  - Sehvermögen
  - Hörvermögen
  - Statik
  - Haut
  - Hals-Nasen-Ohren-Bereich
  - Zähne
  - Herz/Kreislauf
  - Thorax/Lunge
  - Gewicht/Größe
  - Urogenital-Bereich
  - Pubertät
  - Sprache und Psychomotorik
  - Impfungen
  - Sonstiges .....

# 3. Primarschuljahr

## Teiluntersuchung: Seh- und Hörtest

Datum ..... Alter ..... Jahre

### Ergebnis des Sehtests:

- unauffälliger / altersgerechter Befund
- auffällig: weitere Maßnahmen:

.....

.....

.....

.....

### Ergebnis des Hörtests:

- unauffälliger / altersgerechter Befund
- auffällig: weitere Maßnahmen:

.....

.....

.....

.....

# 5. Primarschuljahr

## Vollständige körperliche Untersuchung

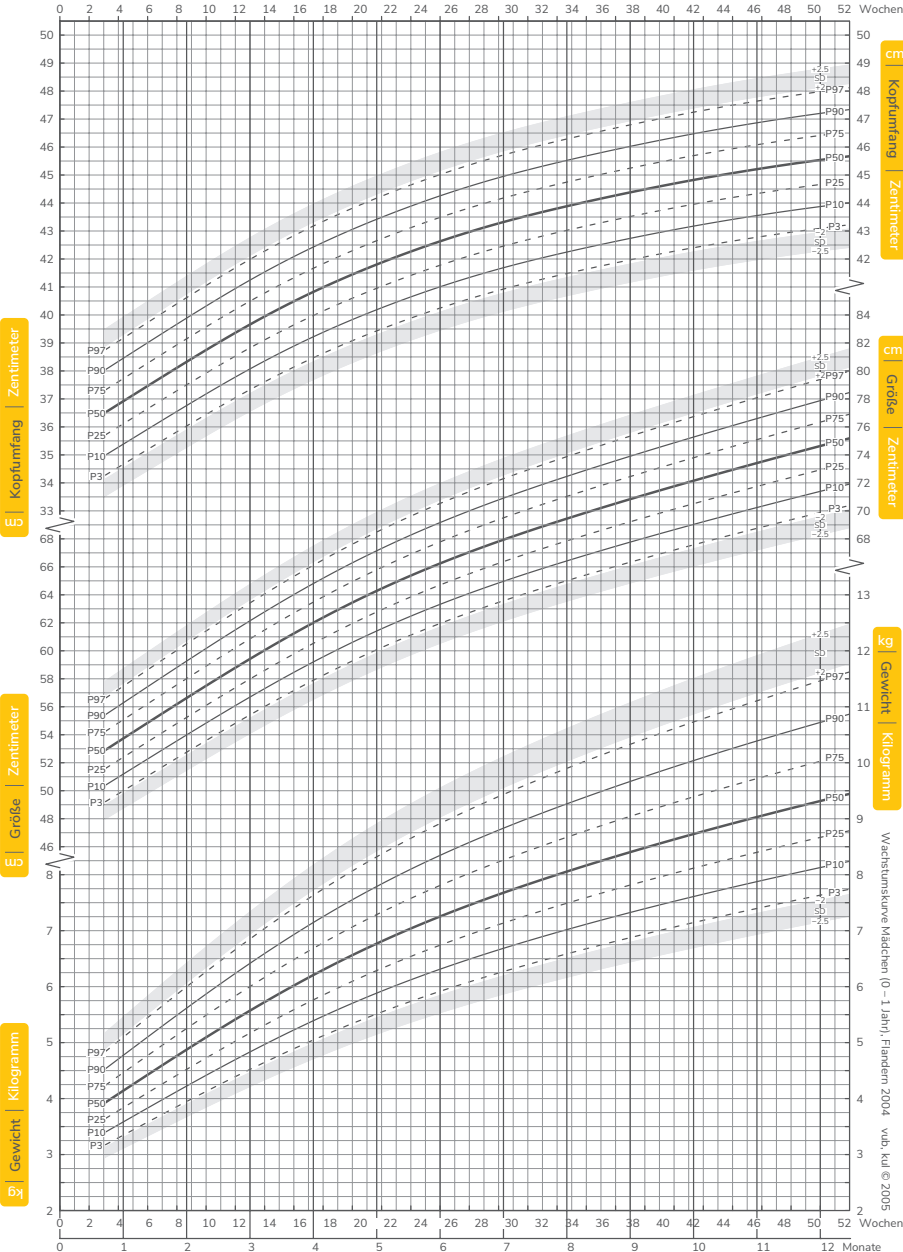
Datum ..... Alter ..... Jahre    Gewicht ..... kg    Größe ..... cm

### Ergebnis der Untersuchung:

- unauffälliger / altersgerechter Befund
- auffällig: weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem beigefügten Brief:
  - Sehvermögen
  - Hörvermögen
  - Statik
  - Haut
  - Hals-Nasen-Ohren-Bereich
  - Zähne
  - Herz/Kreislauf
  - Thorax/Lunge
  - Gewicht/Größe
  - Urogenital-Bereich
  - Pubertät
  - Sprache und Psychomotorik
  - Impfungen
  - Sonstiges .....

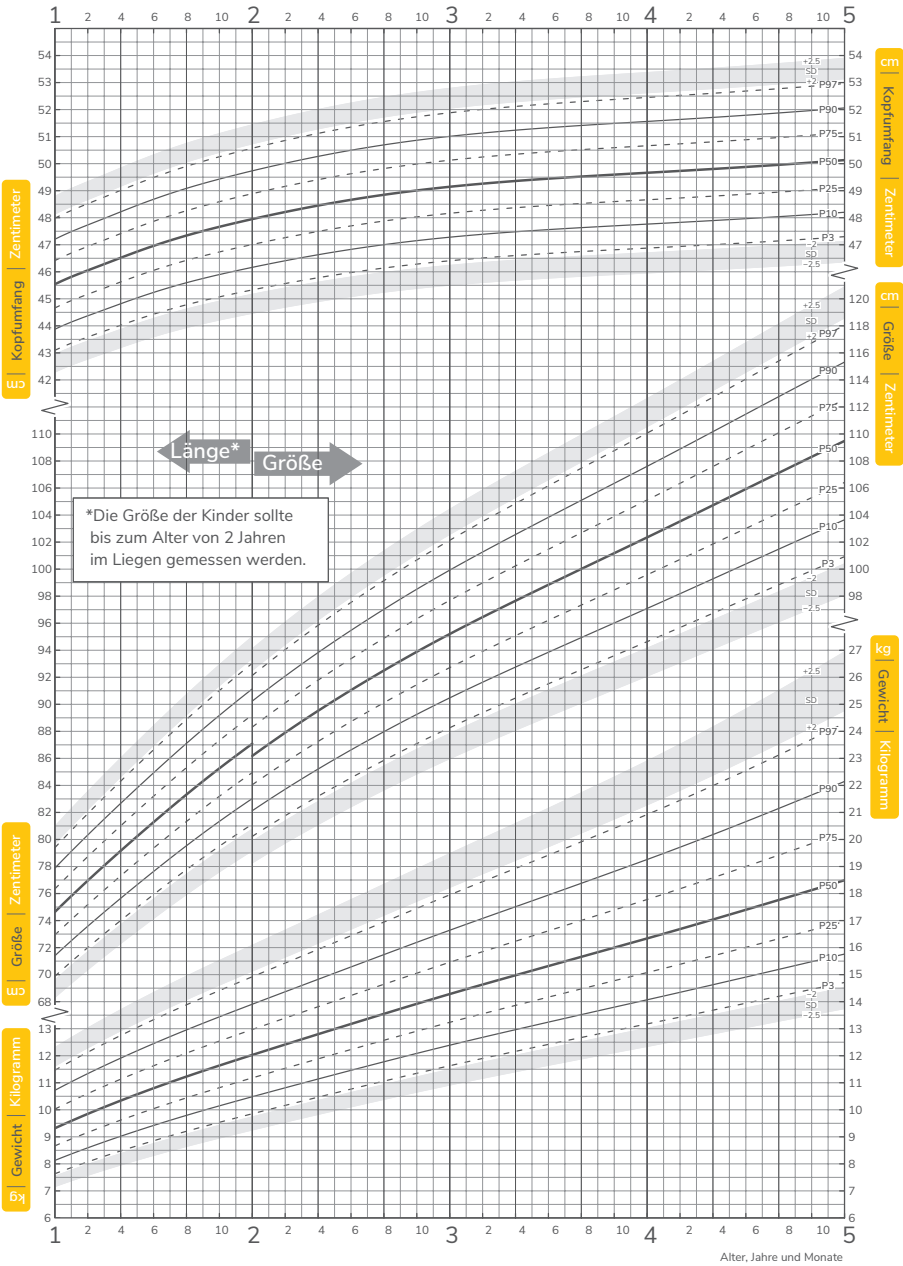


# Mädchen 0-1 Jahr Wachstumskurve



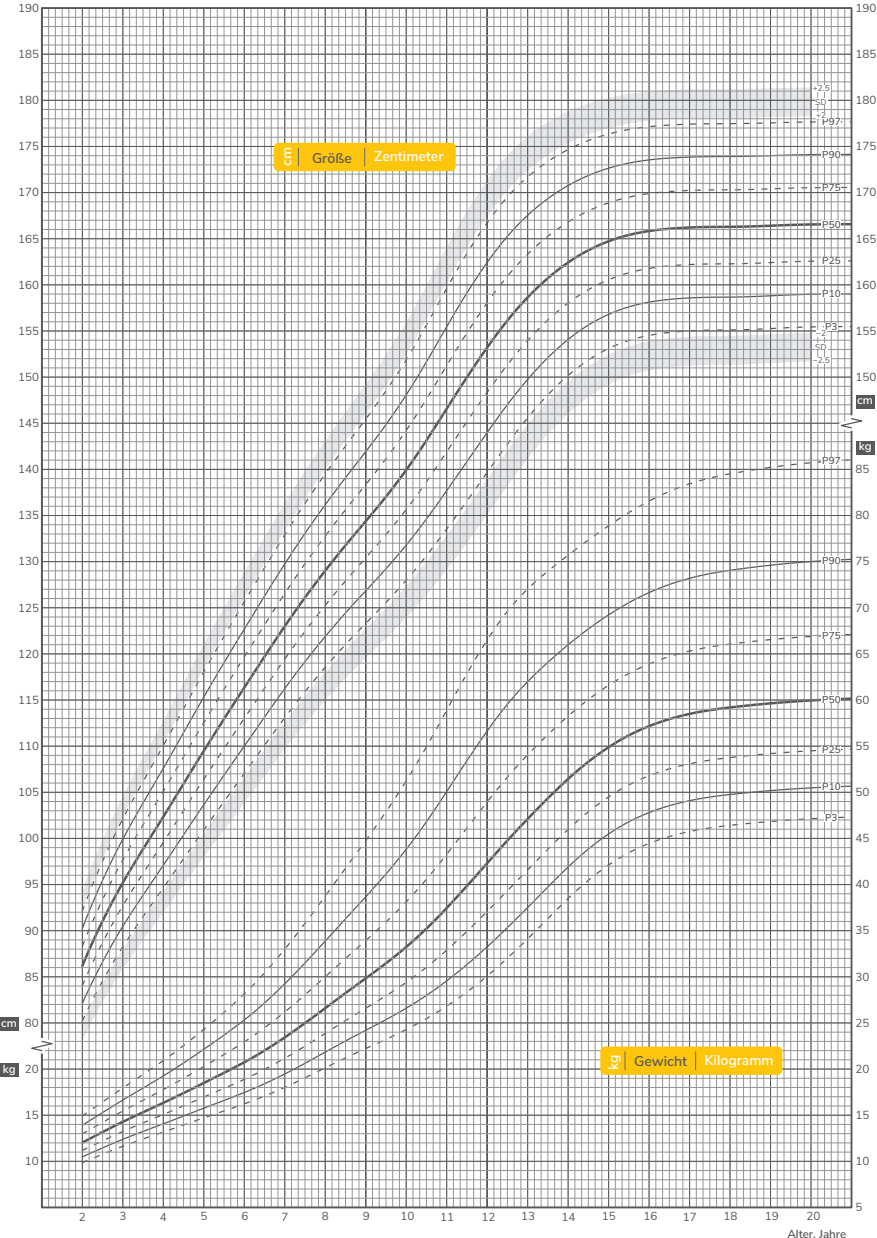


# Mädchen 1-5 Jahre Wachstumskurve



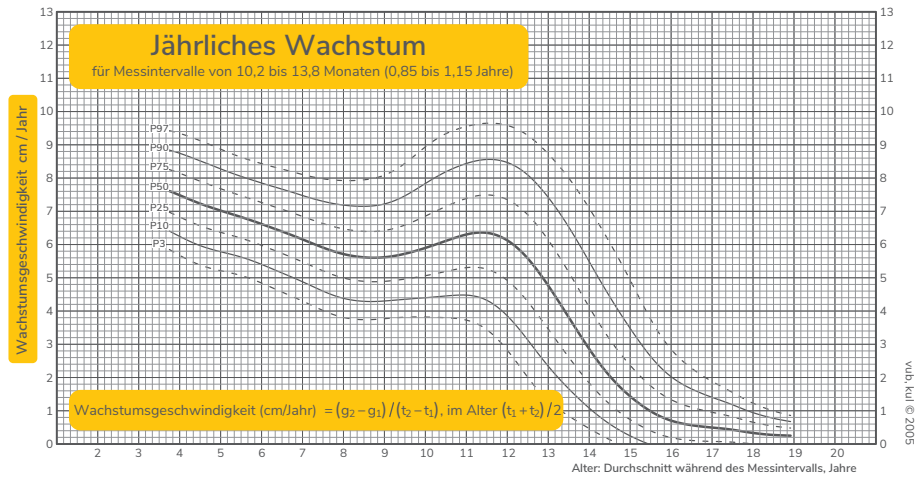
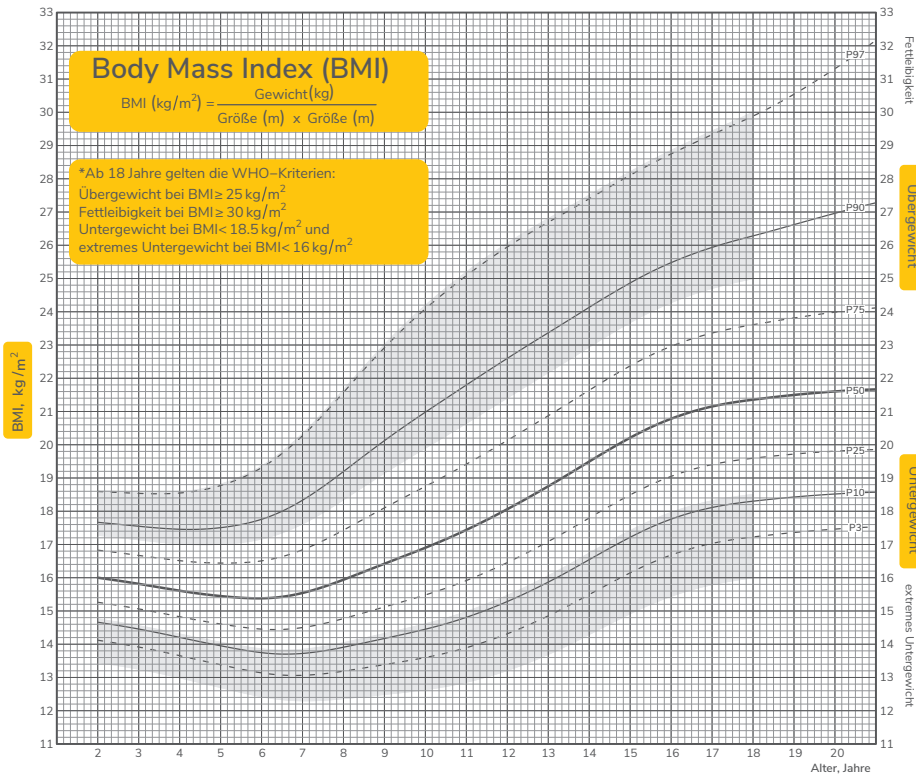
Alter, Jahre und Monate

# Mädchen 2-20 Jahre Wachstumskurve



# Mädchen 2-20 Jahre

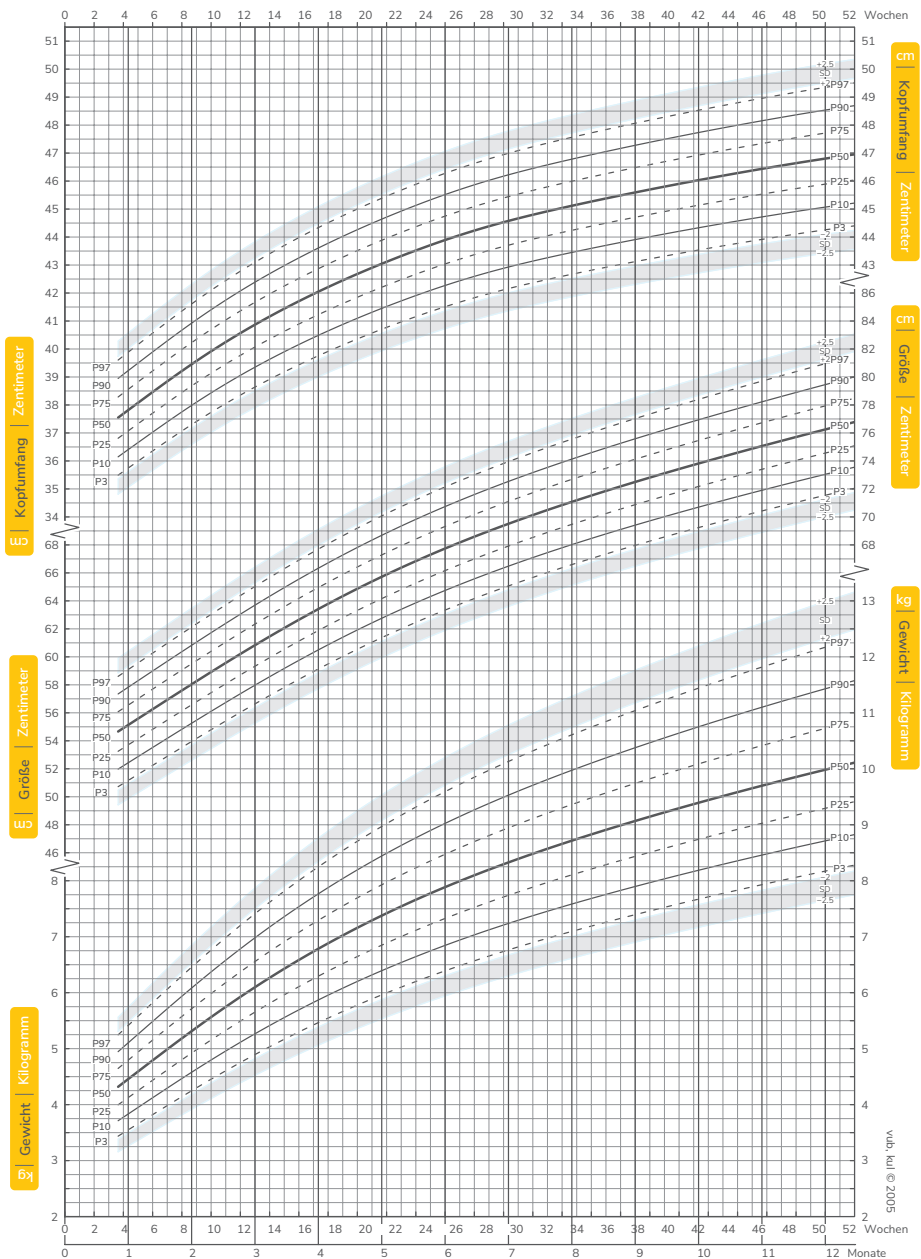
## BMI und jährliches Wachstum



Fettleibigkeit  
Übergewicht  
Untergewicht  
extremes Untergewicht

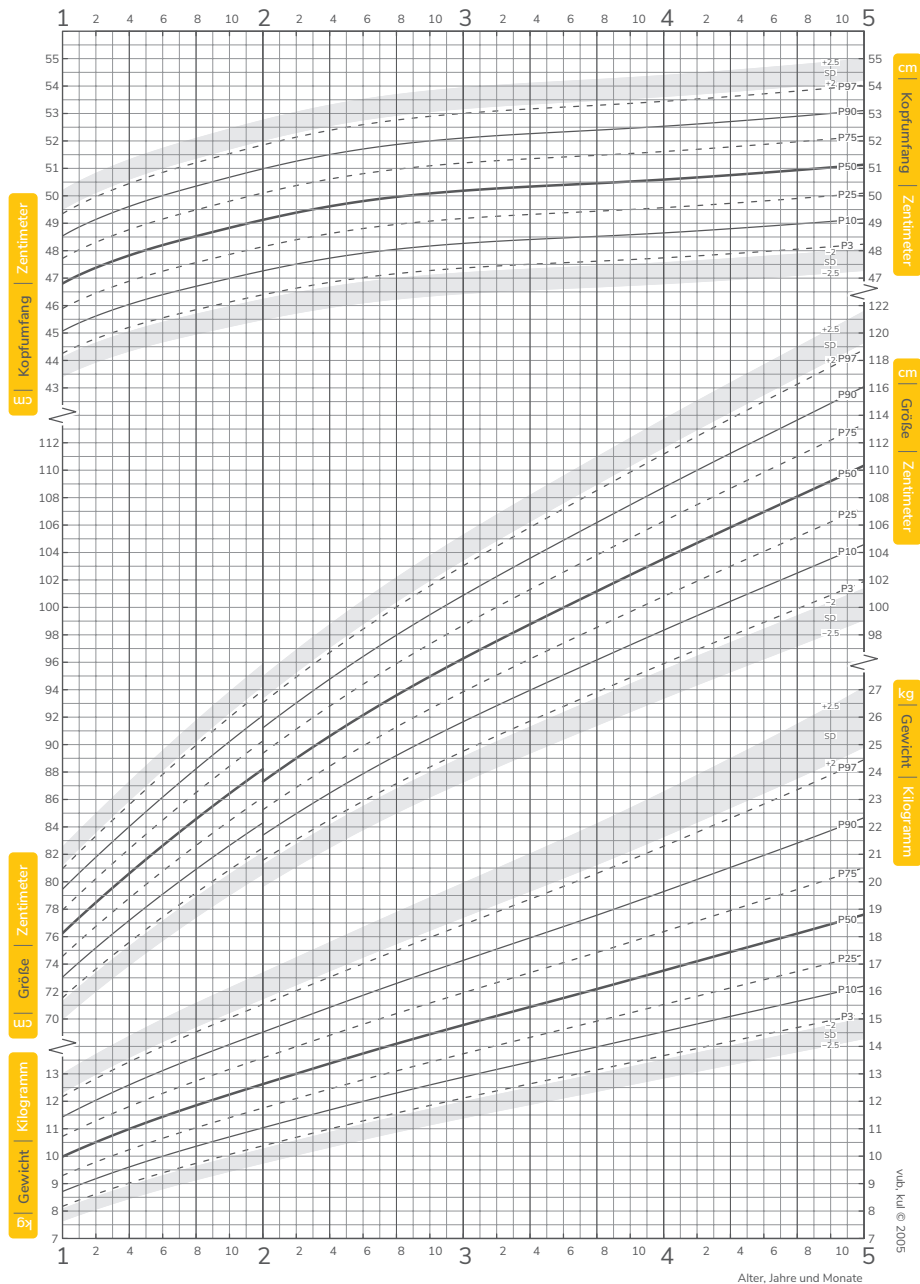
vub.kul © 2005

# Jungen 0-1 Jahr Wachstumskurve

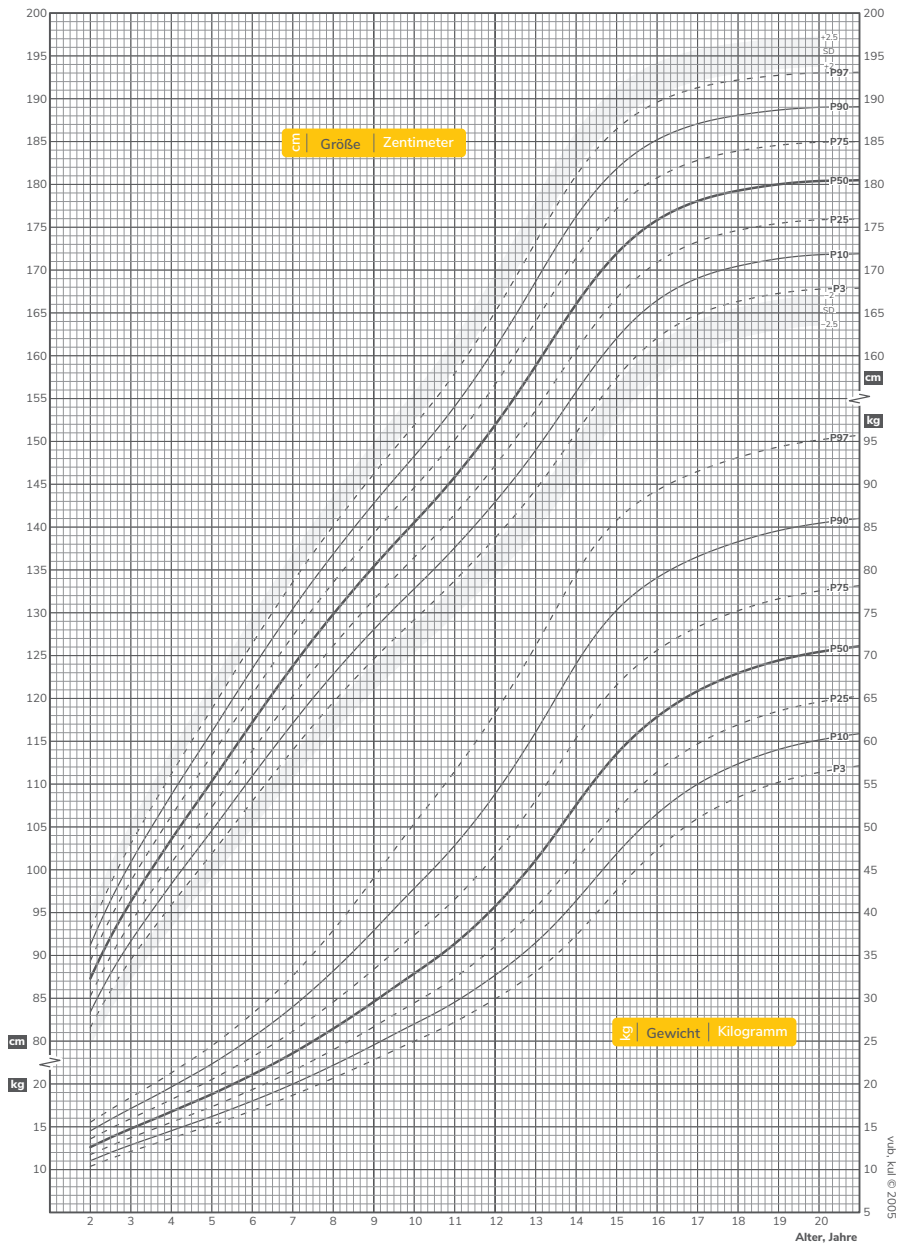


vdb, kal © 2005

# Jungen 1-5 Jahre Wachstumskurve

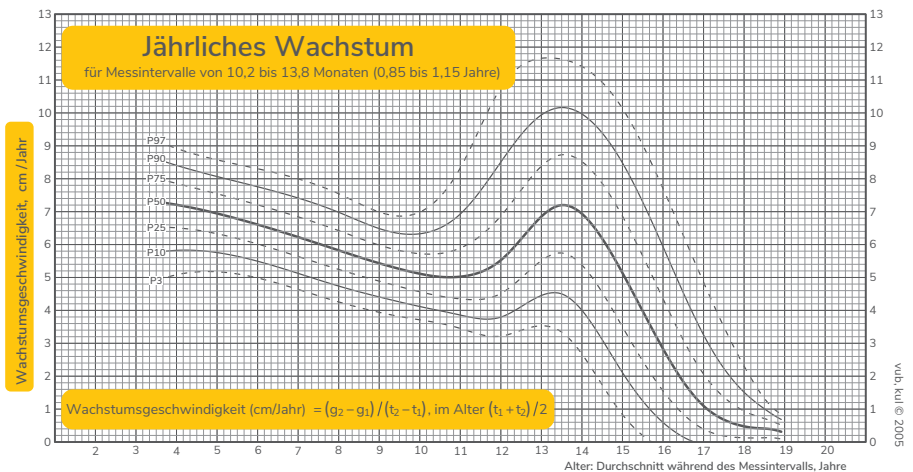
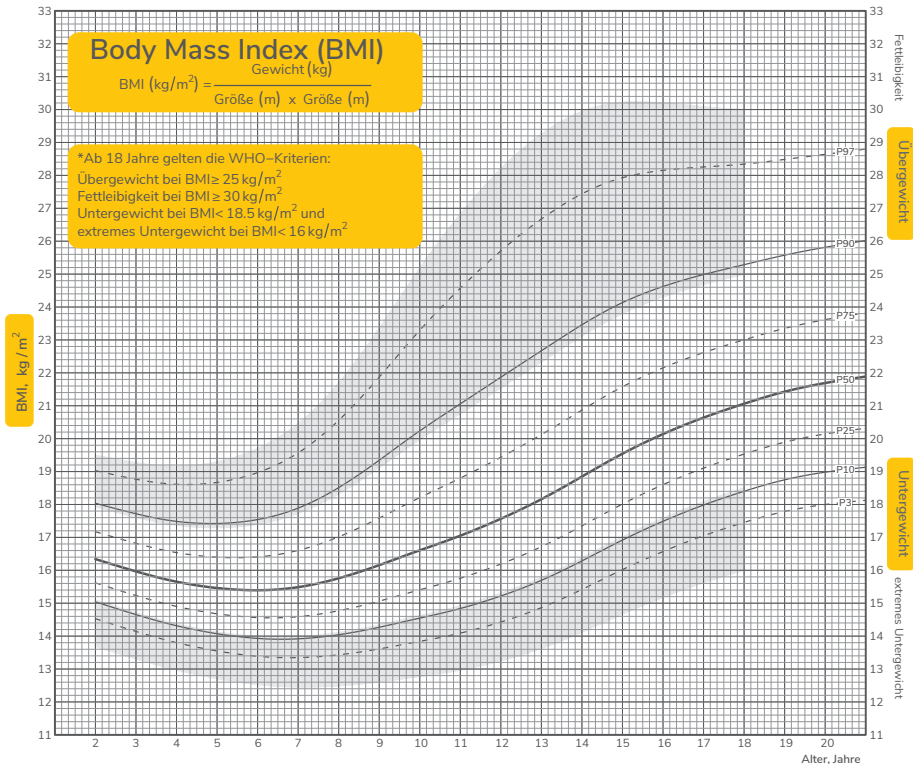


# Jungen 2-20 Jahre Wachstumskurve



# Jungen 2-20 Jahre

## BMI und jährliches Wachstum



# Zahnuntersuchungen

Datum	Alter	Befund und Entwicklung
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....
.....	.....	.....

## Warum Zahnpflege ab dem Kindesalter?

Nach den Milchzähnen kommen die bleibenden Zähne. Bei Milchzähnen mit Karies ist die Ansteckungsgefahr der bleibenden Zähne sehr groß.

## Putzen Sie mit Ihrem Kind 2 x täglich die Zähne!

Morgens nach dem Frühstück und abends vor dem Schlafengehen. Danach nichts mehr essen oder trinken, außer Mineralwasser.

## Ernähren Sie sich und Ihr Kind gesund!

Zucker greift die Zähne direkt an und verursacht Löcher (Karies).

## Die Empfehlungen lauten:

Obst und Gemüse: mindestens 5 Portionen am Tag.

Viel Wasser trinken: mindestens 5 Gläser pro Tag.

## Gehen Sie 2 x jährlich mit Ihrem Kind zum Zahnarzt!

Wir empfehlen den ersten Zahnarztbesuch mit 2,5 Jahren. Durch regelmäßige Kontrollen können Zahnschäden frühzeitig entdeckt und behandelt werden.

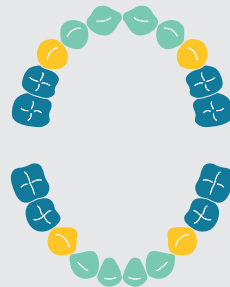


## Milchzahngewiss

Das Milchgewiss Ihres Kindes besteht aus 20 Zähnen.

Der erste Zahn wird im Allgemeinen mit 6 – 8 Monaten sichtbar. Die letzten Zähne des Milchgewisses kommen mit 2 – 2,5 Jahren zum Vorschein.

Ab dem Alter von 6 Jahren wird das Milchgewiss dann nach und nach durch die bleibenden Zähne ersetzt.



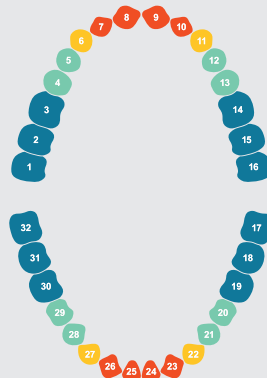
grün = Schneidezähne, gelb = Eckzähne, blau = Backenzähne

## Bleibendes Gewiss

Das bleibende Gewiss besteht aus 32 Zähnen (Weisheitszähne inbegriffen).

Achtung: Die ersten bleibenden Zähne, die Backenzähne, werden oft für Milchzähne gehalten. Sie sind besonders anfällig für Karies, da das Kind mit 6 Jahren den hinteren Zahnbereich noch nicht so gut putzen kann.

Eltern sollten das Zähneputzen der Kinder bis ca. 8 Jahre begleiten.



rot = Schneidezähne, gelb = Eckzähne, grün = Backenzähne (vordere),  
blau = Backenzähne 1, 16, 17 und 32 = Weisheitszähne

# Kinderleichtes Zähneputzen mit Kalli und der KAI-Methode

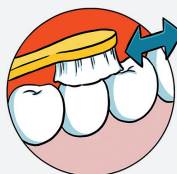
Zahnbürste richtig halten



## 1. Kauflächen putzen (20 x)

### K = Kauflächen:

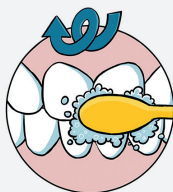
durch leichte Bewegungen zuerst im Ober- und dann im Unterkiefer reinigen.



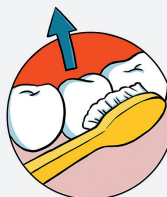
### A = Außenflächen:

Für Kleinkinder: bis 7 Jahre mit geschlossenem Mund. Alle Außenflächen durch kreisende Bewegungen im Ober- und Unterkiefer vom Zahnfleisch (Rot) bis zu den Zähnen (Weiß) reinigen.

## 2. Außenflächen putzen für Kleinkinder (15 x)



Außenflächen putzen ab 7 Jahre (15 x) mit offenem Mund





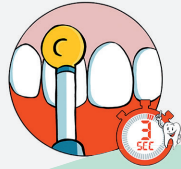
I = Innenflächen:

mit offenem Mund: kleine Auswischbewegungen vom Zahnfleisch Richtung Zähne (von Rot nach Weiß).

3. Innenflächen putzen (15 x)



## Zähneputzen mit der elektrischen Zahnbürste



Mit dem drehenden, runden Bürstenkopf 3 Sekunden auf jeder Zahnfläche bleiben. Zwischenräume und Zahnfleisch nicht vergessen. Die Zahnbürste wird vertikal gehalten, um das Zahnfleisch über die oberen und unteren Schneidezähne von innen und außen mitzuputzen.

**2 x täglich,  
nach dem Essen**

Frühestens 30 Minuten  
nach den Mahlzeiten



# Impfkalender

## Säuglinge

		8 Wochen	12 Wochen	16 Wochen	20 Wochen	12 Monate	13-15 Monate	
Kinderlähmung								
Diphtherie Tetanus Keuchhusten	6-fach Impfung							
H. Influenzae B								
Hepatitis B								
Mumps, Masern, Röteln		Kombi- Impfung						
Meningokokken A,C,W,Y <sup>(1)</sup>								
Pneumokokken								
Rotavirus <sup>(3)</sup>	Schluck- impfung							
Humane Papilloma Viren (HPV) <sup>(4)</sup>								






Kinder + Jugendliche

Kaleido impft nach Schuljahr und nicht nach Alter.  
Es kann also sein, dass ein Kind im 1. Schuljahr 5, 6  
oder 7 Jahre alt ist.

Meningokokken A,C,W,Y <sup>(1)</sup>

Frühchen erhalten die Impfung mit 13 Monaten.  
Alle anderen erhalten die Impfung mit 15 Monaten.

## Kinder und Jugendliche

	5-6 Jahre	7-9 Jahre	11-13 Jahre	15-16 Jahre 3. Sekundar	15-16 Jahre 5. Sekundar
					
					
					
					
					

Pneumokokken <sup>(2)</sup>

3 Dosen. Bei Frühchen (< 37 Wochen): 4 Dosen.

Rotavirus <sup>(3)</sup>

2 oder 3 Impfungen - je nach Impfstoff. Nicht kostenfrei.

Humane Papilloma Viren (HPV) <sup>(4)</sup>

2. Dosis nach 6 Monaten.



## Einverständniserklärung zur Impfung

Ich, Erziehungsberechtigte(r) des Kindes:

erkläre mich einverstanden, mein Kind durch Kaleido Ostbelgien gegen folgende Krankheiten impfen zu lassen.  
Die Informationsbroschüre zu den Impfungen habe ich erhalten und zur Kenntnis genommen.

1. Poliomyelitis (Kinderlähmung)
2. Diphtherie – Tetanus (Wundstarrkrampf) – Keuchhusten
3. Haemophilus Influenzae B (HIB)
4. Hepatitis B
5. Meningokokken Typen ACWY
6. Rotavirus
7. Masern - Mumps – Röteln
8. Pneumokokken

Alle diese Impfungen werden vom belgischen Hohen Rat für Gesundheit zum Schutz Ihres Kindes empfohlen;  
die Impfung gegen Kinderlähmung ist verpflichtend.

**Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) bezeichnet die Impfung mittlerweile als eine der besten Investitionen zum Wohle der Gesundheit.**

Nicht erwünschte Impfungen sind in der Auflistung zu streichen.

**Gerne besprechen wir mit Ihnen Fragen oder Zweifel bezüglich einer Impfung. Dies kann in der Kaleido Vorsorgeuntersuchung geschehen oder sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt.**

Schwere Nebenwirkungen sind selten. Nach einer Impfung bleibt Ihr Kind für 15 Minuten zur Beobachtung vor Ort.

Mögliche Reaktionen in den Tagen nach einer Impfung sind Fieber, Müdigkeit, Rötungen und grippeähnliche Symptome. Paracetamol ist ein gut verträgliches fiebersenkendes Schmerzmittel und kann entsprechend dem Körpergewicht des Kindes verabreicht werden.

Seit 2014 werden alle Impfungen bei Kindern, die laut Empfehlungen des belgischen Hohen Rates für Gesundheit durchgeführt werden, in einer zentralen Datenbank erfasst. Hauptziel ist, den Verlust von Gesundheitsdaten zu vermeiden und die Zusammenarbeit von medizinischen Fachkräften in Belgien zu vereinfachen.

Die belgische Kommission zum Schutz des Privatlebens hat uns die Genehmigung zur Nutzung der Impfdatenbank erteilt. Die Registrierung der Impfdaten wird bei Kaleido Ostbelgien vorgenommen, insofern Sie als Erziehungsberechtigte(r) dies nicht ausdrücklich schriftlich verweigern. Ihre Entscheidung hat keinerlei Einfluss auf die medizinischen Untersuchungen. Der Dienst verabreicht selbstverständlich auch alle Impfungen ohne Registrierung in der Impfdatenbank.

Der Artikel 8 der Europäischen Menschenrechtskonvention sowie dessen Ausführungslasser garantieren das Recht auf Achtung des Privat- und Familienlebens sowie den Schutz von personenbezogenen Daten. Alle Mitarbeiter, die im weitesten Sinne am Impfprogramm beteiligt sind, sind verpflichtet, den oben genannten Artikel zu respektieren und unterliegen der beruflichen Schweigepflicht.

Name: ..... Datum: .....

Unterschrift: .....

# Verzeichnis der Dienste von Kaleido Ostbelgien

## Ihre Servicestellen in Ostbelgien

### Amel – Burg-Reuland – St. Vith

+ 32 (0) 80 40 30 20 oder  
st.vith@kaleido-ostbelgien.be

### Eupen – Raeren

+32 (0) 87 74 25 22 oder  
eupen@kaleido-ostbelgien.be

### Bütgenbach – Büllingen

+ 32 (0) 80 40 30 60 oder  
buellingen@kaleido-ostbelgien.be

### Kelmis – Lontzen

+32 (0) 87 70 98 50 oder  
kelmis@kaleido-ostbelgien.be

## Schwangerenbegleitung

### Servicestelle Eupen

Véronique Signon  
+ 32 (0) 477 98 49 79

### Servicestellen Büllingen & St. Vith

Renate Huberty  
+ 32 (0) 474 71 70 48

### Servicestelle Kelmis

Rita Geelen  
+ 32 (0) 474 39 41 67

## Mund- und Zahngesundheit

### Assistentinnen für Gesundheitsförderung

Fabienne Duyster  
+ 32 (0) 496 07 15 60

Charlotte Kaldenbach  
+ 32 (0) 471 51 82 21



# Bemerkungen / persönliche Notizen

A large light gray rectangular area containing 20 horizontal dotted lines for writing notes.

# Bemerkungen / persönliche Notizen

A large rectangular area with a light gray background, containing 20 horizontal dotted lines for writing notes.

# Bemerkungen / persönliche Notizen

A large light gray rectangular area containing 20 horizontal dotted lines for writing notes.

# Verzeichnis der Beratungsdienste

Beratungsdienste in der Deutschsprachigen Gemeinschaft im  
Kinder- und Jugendbereich

## Allgemeine Dienste

### Familienhilfe: Haushaltshilfe, Betreuung kranker Kinder

Industriestraße 16 + 32 (0) 87 59 07 80  
4700 Eupen info@familienhilfe.be www.eupen.aideetsoinsadomicile.be

### Familien- und Seniorenhilfsdienst

Hütte 79 + 32 (0) 87 76 67 77  
4700 Eupen auskunft@safpa.be www.safpa.be

### Frauenliga: Kinderhort Kelmis – Kurse im Familienbereich

Neustraße 59 b + 32 (0) 87 55 54 18 www.frauenliga.be  
4700 Eupen info@frauenliga.be www.viefeminine.be

### Familienhilfe: Haushaltshilfe, Betreuung kranker Kinder

Neustraße 59 b + 32 (0) 87 55 54 18 www.viefeminine.be  
4700 Eupen info@frauenliga.be www.frauenliga.be

### Frühhilfe Ostbelgien

Marktplatz 2/6 + 32 (0) 87 55 62 62 info@selbstbestimmt.be  
4700 Eupen www.selbstbestimmt.be  
Griesdeck 102-108 + 32 (0) 80 44 03 42  
4750 Elsenborn

### Haus der Familie Kelmis

Patronagestraße 27a + 32 (0) 87 78 88 02  
4720 Kelmis info@haus-der-familie.be www.haus-der-familie.be

### Jugendhilfedienst

Hostert 22  
4700 Eupen

+ 32 (0) 87 74 49 59  
jhd@dgov.be

[www.ostbelgienlive.be/Jugend/  
HilfeundBeratung/Anlaufstellen](http://www.ostbelgienlive.be/Jugend/HilfeundBeratung/Anlaufstellen)

### Prisma-Beratung, Bildung und Opferschutz für Frauen in Ostbelgien

Heggenstraße 18  
4700 Eupen

+ 32 (0) 87 74 42 41  
kontakt@prisma-zentrum.be

[www.prisma-zentrum.be](http://www.prisma-zentrum.be)

### RZKB – Regionalzentrum für Kleinkindbetreuung Tagesmütterdienst, Kinderkrippe, außerschulische Betreuung

Haasstraße 5  
4700 Eupen

+ 32 (0) 87 55 48 30  
info@rzkb.be

[www.rzkb.be](http://www.rzkb.be)

### BTZ – Beratungs- und Therapiezentrum VoG

Vervierser Str. 14  
4700 Eupen

+ 32 (0) 87 14 01 80

[info@btzentrum.be](mailto:info@btzentrum.be)

Vennbahnstraße 4/6  
4780 St. Vith

+ 32 (0) 80 65 00 65

[www.btzentrum.be](http://www.btzentrum.be)

Wirtzfelder Weg 6  
4750 Bütgenbach

### ZFP – Unterricht für kranke Kinder

Nördliche Gemeinden  
Südliche Gemeinden

+ 32 (0) 490 44 80 05  
+ 32 (0) 490 44 80 06

[alexandra.gietz@zfp.be](mailto:alexandra.gietz@zfp.be)

[elisabeth.paquet@zfp.be](mailto:elisabeth.paquet@zfp.be)

[www.zfp.be](http://www.zfp.be)

### Familienportal der Deutschsprachigen Gemeinschaft

[www.ostbelgienfamilie.be](http://www.ostbelgienfamilie.be)





# Ostbelgien


Verantwortlicher Herausgeber:

Manfred Kohnen, Direktor  
Gospertstraße 44  
B-4700 Eupen

info@kaleido-ostbelgien.be  
www.kaleido-ostbelgien.be  
+32 (0) 87 55 46 44

 kaleido.ostbelgien

 kaleido\_ostbelgien

 young\_kaleido

Konzeption und Layout: CARL FRITZ  
Gedruckt auf Recyclingpapier,  
hergestellt aus 100 % Altpapier.

© 04.2023 Kaleido Ostbelgien  
Zentrum für die gesunde Entwicklung  
von Kindern und Jugendlichen

Wachstumskurven:

Vrije Universiteit Brussel, Antropogenetica & Katholieke  
Universiteit Leuven, Jeugdgezondheidszorg met de steun  
van de Vlaamse Regering [www.vub.ac.be/groEICurven](http://www.vub.ac.be/groEICurven)



Province  
de Liège

Formation