

# ELTERNRATGEBER zum Schulbeginn 2010



*„Hallo Kinder!  
Diese Broschüre ist  
nicht nur für Eure  
Eltern interessant,  
sondern auch für  
Euch. Besonders die  
Seiten, auf denen wir  
mit drauf sind!“*



mediaprint  
WEKA info verlag  
[alles-deutschland.de](http://alles-deutschland.de)



# Branchenverzeichnis

**Liebe Leser!** Hier finden Sie eine wertvolle Einkaufshilfe, einen Querschnitt leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter **[www.alles-deutschland.de](http://www.alles-deutschland.de)**.

Apotheke	28	Ergotherapie	7, 9, 40
Ärzte	35	Kieferorthopädie	32, 33, 35
Banken	U2, 13	Kinder- und Jugendarzt	11
Buchhandlung	14	Kinder- und Jugendmedizin	11
		Kinder- und Jugendmöbel	19
		Krankenversicherung	16
		Lerntherapie	39
		Logopädie	12, 39
		Möbelhaus	19
		Musikgeschäft	42
		Musikunterricht	42
		Nachhilfe	38
		Pädiatrie	40
		Städte	U2
		Versicherung	16
		Zahnärzte	31, 32, 33
		Zahnheilkunde	31



**Sparkassen-Bildungskonzept!**

Monatl. Sparrate: 18,00 €  
 Laufzeit: 12 Jahre  
 Prämie\*: bis zu 20 %  
 Endkapital: 2.805,76 €!

**Prämien sparen flexibel**

 Kreissparkasse  
Kelheim

\* Nach 12 Jahren: Prämie bis zu 20 % p.a. variabel.  
Prämie auf durchschnittlichem Sparkassen-Prämien: 1,028 %

## Sehr geehrte Eltern und Erziehungsberechtigte,

der vorliegende Elternratgeber möchte Ihnen zur Einschulung Ihres Kindes Wissenswertes rund um den Schulbeginn bieten. Die einzelnen Beiträge wurden unter Einbezug langjähriger Erfahrungen im Umgang mit Schulanfängern sorgsam zusammengestellt.

Unser besonderes Augenmerk möchten wir in diesem Jahr auf den [sanften Übergang vom Kindergarten in die Grundschule legen](#).

Mit dem Schulbeginn beginnt für das Kind nicht nur das systematische Lernen, es gilt darüber hinaus einen veränderten Tagesablauf, das Zusammensein in einer größeren Gruppe, die Fahrt mit dem Schulbus, die Erledigung von Hausaufgaben etc. zu bewältigen. Diese Umstellung gelingt dann am besten, wenn Elternhaus und Schule von Anfang an vertrauensvoll, offen und kontinuierlich zusammenarbeiten. Nur so können miteinander Stärken des Kindes gefördert oder etwaige Probleme frühzeitig angegangen und zum Wohle des Kindes gelöst werden.

Deshalb unsere Bitte an Sie: Nutzen Sie die angebotenen Elternsprechstunden und besuchen Sie Elternabende und Informationsveranstaltungen. Ein regelmäßiger Austausch mit den Lehrkräften über das Fortkommen Ihres Kindes ist für die bestmögliche Förderung Ihres Erstklässlers unerlässlich.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind einen guten Schulstart und eine erfolgreiche sowie freudvolle Schulzeit.

Mit freundlichen Grüßen



E. Winkler  
Schulamtsdirektor



S. Meier  
Schulrätin

Staatliches Schulamt  
im Landkreis Kelheim  
Hemauer Straße 48  
93309 Kelheim  
Telefon 09441/207381

## Hallo Kinder, wir sind Kurt und Paul!

Diese Broschüre ist nicht nur für Eltern interessant, sondern auch für euch. Wir haben im Heft Aufgaben verteilt, die ihr allein oder

mit euren Eltern zusammen lösen könnt. Wir wünschen euch einen guten Schulstart und viel Spaß beim Rätselraten!

*Bärenstarke Grüße*  
Kurt und PAUL



*Paul kommt bald in die Schule. Er freut sich und ist gespannt auf seine Klassenkamerad(inn)en und seine Lehrer(innen). Ein bisschen Abc und Zahlen lesen kann er schon.*

# Count – down

## Vom Kindergarten zur Schule

„Endlich fängt die Schule an!“ Nach den Sommerferien beginnt für Ihr Kind ein neuer Lebensabschnitt: Eine spannende Zeit, die auch Ihnen als Eltern einiges abverlangt. Denn: aus Eltern eines Kindergartenkindes werden Schulkindereltern, die sich neuen Anforderungen gegenübersehen. Das beginnt schon damit, dass fortan die Tagesroutine und die Jahresplanung nach den Vorgaben der Schule organisiert werden müssen.

Während die meisten Kinder dem Schulanfang entgegenfiebern, haben viele Eltern zwiespältige Gefühle: Zur Freude über den Beginn gesellt sich die Ungewissheit über das weitere Wohlergehen. Wie wird das Kind in der Schule zurechtkommen? Wird es sich wohl fühlen, findet es Freunde, versteht es sich mit Lehrern und Mitschülern? Eltern wünschen sich vor allem, dass die Kinder auch noch nach dem ersten Tag gerne in die Schule gehen und dass sie den Spaß am Lernen behalten.

## Abschied, den man auch spüren darf

Häufig ist Erwachsenen nicht bewusst, dass ihr Kind am Ende des Kindergartens eine bisweilen sehr intensive Abschiedsphase durchmacht, oftmals die erste seines Lebens.

Durchschnittlich drei Jahre verbringt ein Kind im Kindergarten oder einer vergleichbaren Einrichtung. Das macht angerechnet

auf sein absolutes Alter etwa die Hälfte seines Lebens aus. Der Kindergarten mit all seinen Ritualen, Eroberungen und Gewohnheiten ist zu einem festen Bestandteil des Alltags geworden. Da wäre es ein Unding von heute auf morgen einfach loszulassen.

## Jedes Kind braucht seine Zeit

Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule geschieht nicht an einem Tag. Er ist vielmehr ein länger andauernder Prozess, der während der Kindergartenzeit beginnt und irgendwann im ersten oder auch erst im zweiten Schuljahr endet. Erst dann hat das Kind seine neue Identität entwickelt: Es ist zu einem „richtigen“ Schulkind geworden und erlebt Schule als selbstverständlichen Teil seines Lebens.

## Sanfte Übergänge gestalten

Das Kind auf seinem Weg vom Kindergarten in die Grundschule zu begleiten, ist eine der sensibelsten Aufgaben, die Erzieherinnen und Lehrkräften gestellt wird. Das Hauptanliegen ist dabei immer die optimale Förderung des einzelnen Kindes. Eine intensive Zusammenarbeit der Pädagoginnen beider Institutionen bietet die Chance, Kenntnis über die im Kindergarten geförderten Kompetenzen und Fähigkeiten zu erlangen und diese im schulischen Bereich zu nutzen.

Der Auftrag zur Zusammenarbeit ist im Freistaat Bayern gesetzlich verankert und wird vor Ort in einer Vielzahl von Maßnahmen und oft auf sehr kreative Art und Weise umgesetzt.

Dazu zählen:

- Hospitationen von Lehrkräften und Erzieherinnen in der jeweils anderen Einrichtung
- gemeinsame Treffen und Fortbildungen
- Veranstaltung von gemeinsamen Festen und Feiern
- gemeinsame Planung und Durchführung von Eltern- und Informationsabenden
- Verzahnung von Inhalten und Methoden

Besonders wichtig sind alle Formen der Kooperation, die auch die Kinder mit einbeziehen und ihnen die Möglichkeit geben, noch lange vor Schulbeginn regelmäßig die künftige Umgebung zu erkunden und sich frühzeitig mit ihr vertraut zu machen. Damit ist nicht gemeint, dass Kinder nur einmal die Schule besuchen oder zum Sommerfest eingeladen werden. Vielmehr geht es darum, dass die Kinder Gelegenheit haben, ihre Vorstellungen von Schule, ihre Erwartungen und Befürchtungen auszudrücken und als Gesprächspartner ernst genommen werden. Dafür braucht es eben regelmäßige Kontakte.

## Eltern als wichtige Partner

In fast allen Kindergärten ist der Kooperationsgedanke Teil der Konzeption. Darüber müssen die Eltern von Anfang an informiert sein und schon bei der Anmeldung sollte ihr Einverständnis dafür eingeholt werden. Besondere Kooperationsprojekte sollten stets auch mit den Eltern vorbereitet und abgesprochen werden.

Neben Kindergarten und Grundschule ist es aber vor allem die Familie, in der das Kind seine Erfahrungen macht und in der die Weichen für eine erfolgreiche Schullaufbahn gestellt werden.

## Spielerisch die Weichen stellen

Am Ende der Kindergartenzeit können Kinder in der Regel zählen, bis zehn oder sogar weiter, die meisten können ihren Namen in Großbuchstaben schreiben, einige Kinder können schon einfache Wörter erlesen oder kleine Rechenaufgaben lösen. Letzteres ist aber keine Voraussetzung oder ein Vorsprung, der den Schulbeginn erleichtert. Lesen, Schreiben und Rechnen werden in der Schule unterrichtet und meistens mit anderen Methoden als sie Mama oder Papa von der eigenen Schulzeit her kennen.

Wichtig sind dagegen solche Kompetenzen, die dem Kind erlauben, dem Unterricht zu folgen und von ihm zu profitieren. Dazu gehören Dinge wie Ausdauer, Motivation, Konzentrationsfähigkeit, Neugierde oder Anstrengungsbereitschaft. Wie einfach, spielerisch und ganz nebenbei solche Fähigkeiten vor Schulbeginn trainiert werden können, soll im Folgenden kurz aufgezeigt werden.

### Selbstbild und Selbstvertrauen:

Eltern sollten ihrem Kind immer wieder bewusst machen, dass es besondere Stärken und Fähigkeiten hat, dass es Neues gelernt und etwas Besonderes geleistet hat. Dann kann es ein positives Selbstbild entwickeln und gestärkt und optimistisch in die Zukunft schauen. Wichtig ist, das Kind nicht zu sehr zu behüten, es darf selbstverständlich auch Fehler machen, denn aus Fehlern kann man lernen!

### Selbstständigkeit:

Lassen Sie Ihr Kind so viel wie möglich selbst machen (Anziehen, Waschen, Zäh-

neputzen, usw.). Vertrauen sie ihm und übertragen sie ihm kleinere Aufgaben, die es alleine lösen kann.

### Soziale Kompetenzen:

Eltern sind stets Vorbild: Pflegen Sie regelmäßig soziale Kontakte, laden Sie andere Kinder zu sich nach Hause ein. Leben Sie Ihrem Kind vor, dass Konflikte verbal zu lösen sind. Erledigen Sie Aufgaben im Team (Aufräumen, gemeinsames Kochen, usw.); zeigen Sie ihm, dass es wichtig ist fair zu sein, mit anderen zu kooperieren.

### Werte vermitteln:

Auch hier ist das Vorbild der Eltern gefragt: Anderen Menschen höflich begegnen, freundlich, taktvoll, hilfsbereit sein. Lassen Sie Ihr Kind ausreden, entschuldigen Sie sich, wenn Sie einen Fehler gemacht haben. Schaffen Sie klare Strukturen zu Hause: feste Essens- und Schlafenszeiten, Regeln, an die sich alle halten müssen oder die verbindliche Verteilung von Aufgaben. Erfüllen Sie nicht jeden Wunsch ihres Kindes, damit es eine Frustrationstoleranz entwickeln kann.

### Problemlösekompetenz:

Besprechen Sie bei Problemen mit Ihrem Kind, wie diese gelöst werden können (was, wie, wo, warum?). Erproben Sie verschiedene Alternativen. Problemlösendes Denken kann sehr leicht über verschiedene Spiele (z.B. Puzzles, Baukästen mit Gebrauchsanweisung, usw.) trainiert werden.

### Konzentration:

Eine ausreichende Konzentrationsfähigkeit ist eine der wichtigsten Voraussetzungen,

dem Unterricht in der Schule folgen zu können. Stellen Sie Ihrem Kind in einer stark ablenkenden Umgebung (z.B. im Supermarkt) einen oder mehrere Aufträge, die es sich merken und ausführen soll. Ermutigen Sie Ihr Kind, nicht gleich aufzugeben, wenn etwas nicht sofort gelingt, so dass es Ausdauer entwickeln kann.

### Gedächtnis / Wissen:

Beantworten Sie geduldig die Fragen Ihres Kindes, erklären sie Dinge genau. Regen Sie durch Gegenfragen Ihr Kind dazu an, über Sachverhalte nachzudenken und selbst Lösungen zu finden. Lassen Sie es kurze Lieder oder Reime auswendig lernen, wichtig ist auch, dass sich Ihr Kind die eigene Telefonnummer oder Adresse einprägt.

### Grobmotorik:

Legen Sie kürzere Entfernungen möglichst oft zu Fuß zurück. Verbinden Sie den Spaziergang mit spielerischen Elementen (z.B. auf niedrigen Mauern balancieren). Gehen Sie mit Ihrem Kind zum Schwimmen, Wandern, Klettern, unternehmen sie „Abenteuerausflüge“ in den Wald.

### Feinmotorik:

Malen Sie mit Ihrem Kind, so dass es die Stifthaltung von Erwachsenen nachahmen kann, halten Sie Ihr Kind häufig zum Basteln oder Zeichnen an. Äußerst wichtig ist, die Kunstwerke Ihres Kindes zu loben und als etwas ganz Besonderes wertzuschätzen. Es erleichtert den Schulbetrieb außerdem ungemein, wenn sich Ihr Kind selbstständig umziehen kann. Häufig gibt es Probleme beim Schließen von Reißverschlüssen oder beim Binden von Schnürsenkeln.

### Sprachliche Kompetenz:

Reden Sie viel mit Ihrem Kind: Sprache lernt man nur über das Sprechen. Hören Sie zu, wenn Ihr Kind etwas erzählen will. Achten Sie darauf, dass Ihr Kind Gegenstände und Aktivitäten mit dem richtigen Wort bezeichnet und in vollständigen Sätzen spricht.

### Literacy:

Dieser aus dem Englischen entlehene Begriff meint die Vertrautheit der Kinder im Umgang mit Büchern und Geschichten und die Fähigkeit deren Inhalt zu verstehen. Lesen Sie Märchen oder Geschichten vor, so oft es geht! Lassen Sie Ihr Kind eigene Geschichten erfinden.

Kinder kritzeln gerne in einer Art „Geheimschrift“. Sie ahmen damit die Schreibbewegungen von Erwachsenen nach, oft wollen sie ihren eigenen Namen oder andere kurze Wörter schreiben. Zeigen Sie Ihrem Kind ruhig, wie es geht. Lernen Sie Ihrem Kind kurze Gedichte, Reime oder Lieder, es hat bestimmt Spaß daran.

### Mathematische Kompetenz:

Mathematische Vorläuferkompetenzen sind vollkommen problemlos zu trainieren: Lassen Sie Ihr Kind Bauklötze nach Größe und Farbe sortieren, zählen Sie Treppenstufen, vorbeifahrende Autos, usw. Spielen Sie mit Ihrem Kind im Kaufladen, lassen Sie

es kleinere Summen bezahlen. Auch durch Karten- oder Würfelspiele, oder das Wählen von Telefonnummern kann die Verbindung von Menge und Zahlwort auf einfache Art und Weise trainiert werden.

### Schulweg:

Nicht der kürzeste, sondern der sicherste Weg zur Schule ist der beste. Gehen Sie die Strecke mehrmals vor Schulbeginn mit Ihrem Kind ab. Besprechen Sie mögliche Gefahrenstellen, damit Ihr Kind immer sicher sein Ziel erreicht.

### Und vor allem: Freuen Sie sich!

Ihr Kind wird ein Schulkind und gemeinsam lassen sich alle Aufgaben meistern. Schule ist anders als Kindergarten. Das ist gut so, denn Schulanfänger wünschen sich neue Herausforderungen. Fragen Sie nach, wenn Sie sich unsicher sind. Ob Erzieherinnen oder Lehrkräfte – wir alle sind daran interessiert, dass der Übergang optimal gelingt!

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen und ganz besonders Ihrem Kind einen gelungenen Start in die Schule.

Ihr Team vom Staatlichen Schulamt im Landkreis Kelheim

Wir bedanken uns ganz herzlich bei der Verfasserin dieses Artikels, Frau Katja Listl, Rektorin an der GS Teugn.

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>1</b>	<b>Die Schultüte und was sie in sich birgt</b>	<b>21</b>
<b>Count - down</b>	<b>3</b>	<b>Der Alltag in der Grundschule</b>	<b>23</b>
<b>Das Ende der Kindergartenzeit</b>	<b>8</b>	Was lernt Ihr Kind in der Grundschule?	23
<b>Vor den Schulbeginn</b>	<b>10</b>	Der Tagesablauf	24
Was bedeutet Schulfähigkeit?	10	Fremdsprachen lernen	25
Der Stichtag	10	Leistungsbewertung in der Grundschule	25
Die Schulanmeldung	10	Hausaufgaben	26
Die Schuleingangsuntersuchung	11	Betreuungsmöglichkeiten	26
<b>Tipps für einen guten Start</b>	<b>12</b>	Schulberatung	27
So unterstützen Sie Ihr Kind richtig	12	<b>Die Gesundheit Ihres Kindes</b>	<b>28</b>
Das erste eigene Geld	13	Die richtige Ernährung	28
Buchtipps für Vorschulkinder und Eltern	13	Sieht mein Kind wirklich gut?	29
Der künftige Schulweg	14	Hörprobleme bei Schulkindern	31
Auch Buskinder müssen üben	15	Zahnarztbesuch – ein Kinderspiel?	31
Mit dem Fahrrad in die Schule	15	Was macht ein Kieferorthopäde?	35
<b>Vorsorge und Sicherheit</b>	<b>16</b>	Kinderfüße in Schuhen	36
Versicherungsschutz für Ihr Kind	16	Was tun bei Krankheit oder Unfall	37
Schutz vor hohen Sachschäden	16	<b>Ein Blick ins Innenleben</b>	<b>38</b>
<b>Was Ihr Kind für die Schule braucht</b>	<b>17</b>	Anlaufschwierigkeiten	38
Kinderbekleidung	17	Lernprobleme	38
Schulsport: Turnschuhe und -kleidung	17	Hochbegabung	39
Der richtige Schulranzen	17	Was ist ein Logopäde?	39
Der Arbeitsplatz Ihres Kindes	18	Ergotherapie	40
Stifte und Mäppchen	19	<b>Was neben der Schule wichtig ist</b>	<b>41</b>
Linkshänder? So geht's leichter	20	Der freie Nachmittag – Stressabbau	41
<b>Jetzt geht's los –</b>	<b>20</b>	Hier spielt die Musik	42
<b>der erste Schultag</b>	<b>21</b>	Sport – Bewegung ist alles	43
Ein ganz besonderer Tag	21	Kinder und Haustiere	43
		Der Computer – sinnvolle Freizeitgestaltung	44

 <p>Staatlich anerkannte Ergotherapeutin</p>	<p>Praxisgemeinschaft</p> <h2>Ergotherapie Sonja Rott</h2> <p>Entwicklungsförderung und Rehabilitation</p> <p>Rebenring 1 • 93309 Kelheim • Tel.: 0 94 41 / 68 58 11</p> <p>Termine nach Vereinbarung</p> <p>-----<b>Behandlungsziele</b>-----</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung von Konzentration, Aufmerksamkeit und Ausdauer</li> <li>• Förderung von Grob-, Fein- und Graphomotorik</li> <li>• Verbesserung der Wahrnehmung und Verarbeitung von Sinnesreizen</li> <li>• Hilfe bei ADS, Hyperaktivität und Lernstörungen (Legasthenie, Rechenschwäche) u.v.m.</li> </ul>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# Das Ende der Kindergartenzeit



Je näher der erste Schultag rückt, desto größer ist die Vorfreude der meisten Kindergartenkinder auf den Schulbeginn. Das Thema Schule rückt in Spielen und Gesprächen immer stärker in den Vordergrund.

Das ist auch verständlich. Zwei oder drei Jahre hat Ihr Kind nun die Kindertagesituation erprobt und in dieser Zeit wichtige Dinge in der Gemeinschaft mit Gleichaltrigen und unter Anleitung von ErzieherInnen gelernt.

Es merkt plötzlich selbst, dass es einen Entwicklungsschub gemacht hat. Es will aufbrechen zu neuen Ufern, wichtige und schwierige Dinge vollbringen und vor allem eine weitere Stufe auf der Treppe zum **Großwerden** erklimmen. Gestärkt durch die

Erfahrungen im Kindergarten erscheint das Wagnis Schule leistbar und die Scheu vor dem Neuen weicht.

Kinder bereiten sich auf ihre eigene Weise auf diesen Lebensabschnitt vor. Sie spielen ihre Ängste und Fantasien. Sie leben die Spannung und Vorfreude aus. Gleichzeitig entwickeln sie neue Bedürfnisse und verändern ihre Interessen. Einen Anhaltspunkt, wie Sie darauf eingehen und Ihr Kind so auf die Schulzeit vorbereiten können, geben Ihnen die folgenden **Tipps**:

**Abschied nehmen fällt manchmal schwer:** Ihr Kind kennt nur den Alltag im Kindergarten. Dort hat es Freunde gefunden und viel mit ihnen erlebt. Einige Kindergartenfreunde wird es in der Schule wiedersehen, doch machen Sie Ihrem Kind auch klar: Für die anderen ist am Nachmittag und am Wochenende immer noch Zeit, solange Ihr Kind das Bedürfnis danach hat. Erinnerungsstücke (Bastelarbeiten, Fotos) im Kinderzimmer können zusätzlich beim Weg in den neuen Lebensabschnitt hilfreich sein.

**Kinder im letzten Kindergartenjahr wollen kleine Aufgaben und Verantwortung übernehmen:** Nehmen Sie Ihrem Kind nicht alle Arbeiten ab, auch wenn es dafür länger Zeit braucht. Trauen Sie Ihrem Kind etwas zu, fordern Sie es auch! Am einfachsten geht dies, indem Sie Ihrem Kind kleine Arbeiten im Haushalt übertragen, zum Beispiel das Haustier regelmäßig zu füttern oder den Briefkasten zu leeren.

### Die werdenden Erstklässler wollen mit Gleichaltrigen ungestört zusammen sein:

Jetzt interessieren sich die Kinder am meisten für Gleichaltrige. In ihnen sehen sie die wahre Spielherausforderung. Herrliche fantasievolle Spielideen können sich entwickeln, wenn sich die Kinder nicht ständig angeleitet und beobachtet fühlen.

### Kinder wollen aufbrechen zu neuen Ufern:

Das heißt nichts anderes, als dass sie neue Gehirnnahrung brauchen. Viele Bilderbücher im Kindergarten und zu Hause halten für die „alten Hasen“ nichts Neues mehr bereit. Vorlesegeschichten für Ältere oder Sachbilderbücher interessieren da schon mehr. Die Kinder wollen auch aktiv neue Dinge ausprobieren: zum Beispiel eigenständig kochen oder zum Einkaufen um die Ecke gehen und den Umgang mit Geld üben.

### Zukünftige Schulkinder wollen so viel wie möglich über die Schule und alles, was damit zu tun hat, erfahren:

Dadurch, dass sich Kinder sowohl geistig als auch spiele-

risch mit ihren Themen auseinander setzen, wollen sie in dieser Zeit oft Schule spielen. Gleichzeitig wissen sie aber oft nicht genug darüber und stellen sich viele Fragen. Die Schulranzen von bekannten Schulkindern wird genau unter die Lupe genommen, die Schule wird von außen interessiert betrachtet, Hefte werden gebastelt. Im Spiel kann das Kind seine Vorfreude auf diesen neuen Lebensabschnitt ausleben.

### Tipp

- Schaffen Sie einen Ort, an dem Ihr Kind ungestört ist
- Fördern Sie die spielerische Annäherung Ihres Kindes an den Schulstart

*Die Gesundheit Ihres Kindes liegt uns am Herzen!*



- Konzentrations- und Lernstörungen
- ADS, LRS, Dyskalkulie
- Entwicklungs- und Wahrnehmungsstörungen
- Elternberatung und Training

Goethestraße 2 • 93333 Neustadt / Donau  
Telefon 09445/205612 • Fax 09445/205613  
[www.ergopraxis-biedermann.de](http://www.ergopraxis-biedermann.de)

### Praxis für Ergotherapie Maximilian Süßbauer Ergotherapeut und Klinischer Lerntherapeut

Straubinger Straße 45 • 93326 Abensberg  
Telefon 09443 - 905707

Therapien bei z. B.  
Entwicklungsstörungen, sensomotorisch-perzeptiven Störungen,  
Grob-, fein- und graphomotorischen Störungen, ADS – ADHS,  
Konzentrations- Aufmerksamkeitsstörungen, Lernstörungen,  
Verarbeitungs- u. Wahrnehmungsstörungen, Dyskalkulie  
Lese-Rechtschreib-Schwäche, Legasthenie, Neurofeedback,

Anerkannt nach § 35 a SGB VIII für Eingliederungshilfe

# Vor dem Schulbeginn



Während bei den meisten Kindern die Vorfreude überwiegt, stellen sich Eltern oft die Frage, ob ihr Kind wirklich dazu in der Lage ist, den Schulalltag zu meistern. Doch was genau ist in dieser Zeit alles zu beachten?

## Was bedeutet Schulfähigkeit?

Schon lange hat man erkannt, dass sich die Entwicklung der Kinder nicht immer gleichförmig vollzieht, sondern dass sie im gleichen Alter unterschiedlich weit vorangeschritten sein kann. Deshalb versucht man vor der Einschulung einzuschätzen, ob das Kind „schulfähig“ ist. Man beobachtet hier im Besonderen, ob das Kind körperlich, geistig und sozial so weit entwickelt ist, dass es den Anforderungen von Schule und Unterricht gerecht werden kann.

Dabei kann ein persönlicher Informationsbogen, der gemeinsam von Eltern und Erzieher(in) am Ende der Kindergartenzeit ausgefüllt wird, behilflich sein. Er gibt Auskunft über Stärken und Schwächen des Kindes und soll die Entscheidung über die Schulfähigkeit erleichtern.

## Der Stichtag

Um einen weiteren Anhaltspunkt zu haben, ab welchem Alter ein Kind als schulfähig zu betrachten ist, wurde ein sogenannter Stichtag eingeführt. Dieser wurde zum Schuljahr 2010/11 auf den 30. September 2010 vorverlegt, um das Alter zu erreichen, in dem die Kinder die höchste Lern- und Aufnahmebereitschaft zeigen. Alle Kinder, die bis zu diesem Datum ihr sechstes Lebensjahr vollendet haben, sind im darauffolgenden Schuljahr schulpflichtig. Trotzdem ist es möglich, Kinder – je nach ihren Fähigkeiten – „auf Antrag“ der Eltern vorzeitig in die Schule aufzunehmen bzw. sie ein Jahr zurückzustellen. Die Entscheidung trifft letztendlich der Schulleiter, wobei er sich auf Aussagen des Kindergartens stützen und sich gegebenenfalls vom Schularzt, Schulpsychologen oder einem Beratungsdienst Rat holen kann.

## Die Schulanmeldung

Sofern Ihr Kind schulpflichtig wird, erhalten Sie durch ortsübliche Verfahren Informationen von der Schulleitung zur Anmeldung Ihres Kindes. Sie werden gebeten, Ihr Kind an einem festgesetzten Termin, der meist im April liegt, für eine bestimmte Grundschule anzumelden. Diesen Termin sollten Sie persönlich, gemeinsam mit Ihrem Kind, wahrnehmen, um schon jetzt eine Bindung zur künftigen Schule aufzubauen und einer gewissen Scheu vorzubeugen. Dazu sollten Unterlagen zur Person und ein Nachweis über die Schuleingangsuntersuchung mitgebracht werden.

## Die Schuleingangsuntersuchung

In Bayern ist eine gesetzliche Schuleingangsuntersuchung festgesetzt für alle Kinder, die im folgenden Jahr eingeschult werden sollen. Hier müssen das gelbe Untersuchungsheft mit dem Nachweis über die Früherkennungsuntersuchung (U9) und das vollständige Impfbuch vorgelegt werden. Bei der Untersuchung macht jedes Kind einen Seh- und Hörtest. Darauf folgt ein „Entwicklungs-Screening“, bei dem man Krankheitsgeschichte,

Größe und Gewicht des Kindes aufnimmt, das Impfbuch überprüft und die sprachliche und motorische Entwicklung testet. Auf Wunsch der Eltern, bei Auffälligkeiten im Screening oder einer fehlenden U9-Untersuchung schließt sich eine schulärztliche Untersuchung an. In einem Beratungsgespräch werden danach alle Einzelheiten geklärt, bei Bedarf auf Therapiemöglichkeiten hingewiesen und auch Unterstützung für die Entscheidung über eine vorzeitige Einschulung oder auch Zurückstellung geleistet.



Original



Fälschung

*„Liebe Kinder!  
Im rechten Bild haben sich sechs  
Fehler eingeschlichen. Findet Ihr  
sie?“*

## SPEZIALIST UND HAUSARZT IN EINER PERSON: KINDER- UND JUGENDÄRZTE



auch für:

- ◆ Allergien / Asthma bronchiale
- ◆ Gesundheits-Check
- ◆ Entwicklungs- und Verhaltensstörungen
- ◆ Grundschul-Check
- ◆ Testverfahren usw.

### Ihre Kinder- und Jugendärzte

**Kelheim (09441)**

Dr. U. Schindler 9441

**Abensberg (09443)**

H. G. Terbrack 2464  
u. A. Eppel

**Mainburg (08751)**

U. Mülitze 2722

# Tipps für einen guten Start

## So unterstützen Sie Ihr Kind richtig

Spätestens mit der Schulanmeldung lernen Eltern und Kinder den zukünftigen Arbeitsplatz Schule kennen. Meist hat Ihr Kind die Schule bereits zuvor mit dem Kindergarten besucht. Während dieser **Schnupperstunde** probieren die Kinder, sich über den Zeitraum von 30 bis 45 Minuten zu konzentrieren. Dazu bekommen sie kleine Aufgaben, etwa ihren Namen auf ein Arbeitsblatt schreiben, etwas anmalen oder ausschneiden. So erfährt Ihr Kind, wie es ist, wenn viele Kinder gleichzeitig in einem Raum sitzen, arbeiten, sich konzentrieren und Regeln einhalten müssen. Es ist wichtig, nicht unaufgefordert und ohne Handzeichen zu sprechen oder den Mitschüler(inne)n ins Wort zu fallen. Natürlich kann und muss ein zukünftiges Schulkind nicht gleich vom ersten Tag an alle Regeln und Verhaltensformen beherrschen.

Trotzdem sollten Eltern diese Dinge, die das soziale Miteinander betreffen, **schon im Voraus ihren Kindern vermitteln und vor allem mit ihnen üben**. Kinder müssen

erst Verständnis dafür entwickeln, dass sie nicht immer sofort zum Zug kommen und ihnen nicht mehr die ungeteilte Aufmerksamkeit zufällt. Denn gerade damit haben Lehrer(innen) immer wieder zu kämpfen, wenn es Erstklässlern schwerfällt, sich in einen großen Klassenverband zu integrieren.

Eine große Hilfe ist es, wenn die Eltern sich zu Hause bemühen, ihre Kinder an bestimmte Gesprächs- und Gemeinschaftsregeln zu gewöhnen, ihnen einen geregelten Tagesablauf bieten und sie zu Selbstständigkeit anleiten. Dazu gehört beispielsweise, dass sich das Kind selbstständig anziehen kann oder sich ein gewisses Zeitverständnis aneignet.

### TIPP

*Die eigene Einstellung prägt und beeinflusst das kindliche Denken enorm. Vermeiden Sie negative Äußerungen zu Ihrer Schulzeit, um Ihr Kind nicht zu verunsichern oder zu ängstigen. Versuchen Sie Ihr Kind zu motivieren und zu begeistern!*

## BIRGIT PERNPEINTNER

Logopädin

Behandlung von Stimm-, Sprech-, Sprach- und Schluckstörungen

Leierndorfer Straße 54 • 84085 Langquaid  
Tel. 09452 1348 • Fax 09452 949732



## Das erste eigene Geld

Um Verantwortung für sich selbst übernehmen zu können, ist es wichtig, früh zu lernen, auch mit Geld verantwortungsbewusst umzugehen. Der Schulbeginn oder ein Geburtstag bietet dazu die richtige Gelegenheit. Legen Sie vorher einen Betrag für das Taschengeld fest. Dieser sollte nicht zu hoch sein und kontinuierlich dem Alter entsprechend gesteigert werden.

Setzen Sie einen für das Kind festen Zeitpunkt, an dem es das Geld regelmäßig bekommt, jeden Montag nach der Schule zum Beispiel. Nehmen Sie sich Zeit, Ihrem Kind den Zweck des Taschengeldes zu erklären, und stehen Sie ihm am Anfang im Umgang damit zur Seite. Feststehen muss aber: Wofür das Kind das Geld ausgeben will, ist letztlich seine eigene Entscheidung. Dabei soll das Kind den Wert des Geldes kennenlernen und herausfinden, was einzelne Dinge kosten. Früher oder später kann das Schulkind auch sein **eigenes Girokonto** erhalten. Einige Banken bieten kostenlose Schülerkonten an. So können auch größere Beträge, zum Beispiel Geburtstagsgeschenke von den Großeltern, vom Kind selbst „verwaltet“ werden. Dabei wird das Kind mit den Verfahren und Prinzipien einer Bank vertraut gemacht und kann sich spielerisch an die Verwaltung der Finanzen gewöhnen.

## Buchtipps für Vorschulkinder und Eltern

Sowohl in der Vorschul- als auch in der Grundschulzeit sind Bücher wichtig für die Entwicklung Ihres Kindes. Während Sie Ihr Kind in der Vorschulzeit in erster Linie durch (Mal-)Bücher mit Konzentrations- und Auf-

merksamkeitsspielen auf den Schulstart vorbereiten, steht bei Grundschulkindern die Unterstützung der Lesefertigkeiten im Vordergrund.

Zu empfehlen sind dabei unter anderem die folgenden Bücher:

- **Grundschul-Wörterbuch:** Dieses Buch unterstützt Ihr Kind beim Hausaufgabenmachen. Es soll ab der zweiten oder dritten Klasse helfen, schwierige Wörter schnell und einfach nachzuschlagen, um so sicherer in der Rechtschreibung zu werden.
- **Kinderlexikon „Von Anton bis Zylinder“:** Mit mehr als 1400 alphabetisch geordneten Stichwörtern und über 1000 farbigen Abbildungen werden Begriffe aus Geschichte, Naturwissenschaft, Technik, Politik, Kultur und Sport kindgerecht erklärt.



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

### Unser PrimaGiro-Konto ...

- ... gebührenfreie Kontoführung
- ... Guthabenverzinsung
- ... und viele weitere Vorteile

Nutzen Sie schon die Vorteile unseres Kinder-Kontos?  
Infos gibt's in allen Geschäftsstellen der Raiffeisenbanken und Volksbanken im Landkreis Kelheim.

Raiffeisenbanken Volksbanken  
im Landkreis Kelheim





## TIPP

*Bedenken Sie, dass das Lesen eine der wichtigsten Voraussetzungen für erfolgreiches Lernen ist und dass es Ihr Kind auch in der Persönlichkeitsbildung unterstützt. Kinder brauchen dazu die Unterstützung ihrer Eltern, die sie an das Lesen herañführen. Geben Sie Ihrem Kind viele Anregungen zum Lesen und natürlich ausreichend Lesematerial. Dazu gibt es auch spannende Kinder- und Jugendzeitschriften, die viele interessante Themen altersgerecht vermitteln.*



M. Heiß – C. Lettow-Berger • 93309 Kelheim  
 Telefon 09441 12153 • Telefon 09441 176115  
**[buchladen-kelheim@t-online.de](mailto:buchladen-kelheim@t-online.de)**

Durchgehend geöffnet: Mo. - Fr. 9 - 18 Uhr, Sa. 9 - 13 Uhr

## Der künftige Schulweg

Manche Eltern werden den ersten Schulwochen in Bezug auf mögliche Gefahrenquellen mit gemischten Gefühlen entgegenblicken. Besonders der Straßenverkehr birgt viele **kritische Punkte**. Aber auch dieser Situation kann man einiges an Problematik nehmen, wenn Sie sich zusammen mit Ihrem Kind vorbereiten. Wichtig dabei ist, nicht bis zur letzten Minute damit zu warten.

Als sehr hilfreich hat sich erwiesen, wenn Eltern, zum Beispiel mit Hilfe eines Stadtplans, die ungefährlichste Schulwegstrecke austüfteln. Natürlich gehören zu den möglichen Gefahrenquellen auch Ampeln, Baustellen, Überwege, Ausfahrten und anderes. Es ist wichtig, den Weg mit dem Schulanfänger genau zu besprechen und ihn praktisch zu üben, sodass sich das Kind orientieren kann und einigermaßen sicher wird. Der zukünftige Schulweg kann schon in der letzten Kindergartenzeit in das tägliche Wegegpensum eingebaut werden. So müssen Sie sich und Ihr Kind nicht unter Druck setzen, alles baldmöglichst zu beherrschen.

Tip: An den ersten Schultagen sollten Sie Ihr Kind noch zur Schule begleiten. Wenn Sie das Gefühl haben, dass Ihr Kind den Weg gut allein bewältigt, können Sie sich nach anderen Erstklässlern in Ihrer Nachbarschaft umschaun. Die Kinder können den Schulweg gemeinsam gehen. Auch diese Gruppe sollten Sie noch einmal begleiten und auf problematische Stellen hinweisen. Wenn Sie Ihr Kind über einen längeren Zeitraum begleiten, können auch die Eltern Begleitgemeinschaften bilden.

## Auch Buskinder müssen üben

Vielleicht wohnen Sie auf dem Land oder in einem Wohngebiet, von wo aus Ihr Kind die Schule nur **mit dem Bus oder der Straßenbahn** erreichen kann. Dann überlegen Sie sich sicher schon lange vorher, ob es sich in dieser besonderen Lage zurechtfinden wird. Um Ihr Kind zu einem **souveränen Buskind** zu machen, sollten Sie – ebenso wie beim Schulweg – schon sehr **früh mit der Vorbereitung beginnen**. Schon von klein auf sollte sich Ihr Kind an diese Weise der Fortbewegung gewöhnen. In der letzten Kindergartenphase können Eltern dann gezielt auf die zukünftigen Schulbusfahrten hinarbeiten. Dabei müssen Sie sich immer wieder in Erinnerung rufen, dass Dinge, die für Erwachsene selbstverständlich sind, für die zukünftigen Buskinder neu sind.

- **Verhalten an der Haltestelle:** Üben Sie immer an den Haltestellen, an denen Ihr Kind ein- und aussteigen wird: Zurücktreten, wenn der Bus ankommt, erst einsteigen, wenn der Bus anhält und die Türen geöffnet sind. Die Fahrkarte sollte Ihr Kind immer an der gleichen Stelle verwahren, sodass im Falle einer Kontrolle nicht gesucht werden muss.
- **Das Einsteigen und die Fahrt:** Trainieren Sie mit Ihrem Kind, den Handlauf zu benutzen, die Fahrkarte vorzuzeigen, den Schulranzen abzunehmen und vor die Füße auf den Boden zu stellen und möglichst bis zur gewünschten Haltestelle sitzen zu bleiben. Was, wenn es keine Sitzplätze mehr gibt? Überlegen und üben Sie mit Ihrem Kind, wo es sich festhalten kann, wenn es im Bus stehen muss.
- **Das Aussteigen:** Erst aufstehen, wenn der Bus anhält, aussteigen, wenn die Türen ganz geöffnet sind. Nie vor oder hinter dem haltenden Fahrzeug die Fahrbahn betreten, sondern warten, bis der Bus wegfährt. Sie sollten Ihrem Kind die ganze Situation mit all ihren Gefahren plastisch aufzeigen und ihm auch erklären, was für Unfälle in dieser Situation schon passiert sind. Wenn Sie dieses Programm rechtzeitig bewältigen, werden Sie und Ihr Kind dem ersten Schultag etwas sicherer und entspannter entgegenblicken.

## Mit dem Fahrrad in die Schule

Sie sollten Ihr Kind erst nach der Fahrrad- ausbildung in der vierten Klasse mit dem Fahrrad in die Schule schicken. Die Verkehrswacht weist immer wieder darauf hin, dass Kinder bis zu diesem Alter nur bedingt mit dem Fahrrad im Straßenverkehr zurechtkommen. Bei der **Fahrradausbildung** werden die Kinder durch den örtlichen Verkehrspolizisten geschult. Daran schließt sich eine Prüfung an. Dazu kommen die Polizisten eigens in die Schule. Natürlich sollte das Fahrradfahren von klein auf gelernt werden: Dazu ist aber die Freizeit besser geeignet.

### TIPP

- *Treiben Sie Ihr Kind nicht zur Eile. Gerade gehetzte Kinder sind im Straßenverkehr erheblich gefährdet.*
- *Je häufiger Sie mit Ihrem Kind den Schulweg üben, desto sicherer wird es.*

# Vorsorge und Sicherheit

## Versicherungsschutz für Ihr Kind

Auch wenn Sie mit Ihrem Kind den Schulweg schon vor Schulstart intensiv trainiert haben und Ihr Kind sich sicher im Verkehr bewegt, gehören Kinder in jedem Fall zu den am **stärksten gefährdeten Verkehrsteilnehmern**. Zwar ist Ihr Kind über die gesetzliche Unfallversicherung abgesichert, allerdings greift diese Absicherung nur unter bestimmten Voraussetzungen.

Zu bedenken ist zum einen, dass die gesetzliche Unfallversicherung nur dann zahlt, wenn Ihr Kind durch einen Unfall in der Schule oder auf dem direkten Schulweg dauerhaft verletzt wird. Sobald Ihr Kind von dem eigentlichen Schulweg abweicht, greift der Versicherungsschutz der **gesetzlichen Unfallversicherung** nicht mehr. Mehr als 70 Prozent aller Unfälle ereignen sich aber nicht in der Schule oder auf dem Schulweg, sondern in der Freizeit. Diese Freizeitunfälle

sind über die gesetzliche Unfallversicherung nicht abgedeckt. Hinzu kommt, dass die Zahlungen nur unzureichend sind. Diese Lücke können Sie mit einer privaten Unfallversicherung schließen. Sie zahlt bei jedem Unfall, egal ob auf dem Schulweg oder beim Toben auf dem Spielplatz. Über die genauen Konditionen und Leistungen können Sie sich bei der jeweiligen Versicherung informieren.

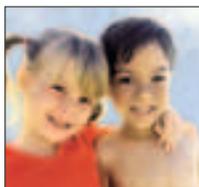
## Schutz vor hohen Sachschäden

Ebenso wichtig wie die Unfallversicherung ist auch eine Haftpflichtversicherung. Damit ist Ihre Familie vor Schadensersatzansprüchen geschützt.

Wie schnell ist es passiert: Beim Fußballspielen schießt Ihr Sohn den Ball in die Wohnzimmerscheibe des Nachbarn oder Ihre Tochter fährt mit dem Fahrrad gegen das Auto des Nachbarn. Ohne **Haftpflichtversicherung** müssten Sie jetzt selbst für den entstandenen Schaden aufkommen, denn ab dem siebten Lebensjahr ist ein Kind schadensersatzpflichtig. In diesem Fall springt die Haftpflichtversicherung ein. Sie trägt beispielsweise die Reparatur- oder Wiederbeschaffungskosten, übernimmt das Schmerzensgeld oder gar die Zahlung des Verdienstausfalls bis hin zur Rente für den Geschädigten. Der Risikoschutz gilt sowohl für die Eltern als Aufsichtspflichtige über eigene oder fremde Kinder als auch für die Kinder selbst.

Schenken Sie Ihrem Kind  
einen sorgenfreien Start  
in die Zukunft.

**Ich berate  
Sie gerne!**



**Markus Reznicek**, Versicherungsfachmann (BwV)  
Telefon 0941-46183215 · Mobil 0171-8753275  
E-Mail: [markus.reznicek@service.central.de](mailto:markus.reznicek@service.central.de)



*Gerne für Sie Da!*

# Was Ihr Kind für die Schule braucht

## Kinderbekleidung

Schon für Kinder im Grundschulalter gibt es eine enorme Auswahl an modischen Kleidungsstücken. Sie werden feststellen, dass Ihr Kind im Umgang mit Gleichaltrigen sehr schnell ein Modebewusstsein entwickelt und nicht mehr alles gern anzieht, was Sie als Eltern für richtig halten. Trotzdem sollten Sie unbedingt auf die Funktionalität der Kleidung achten.

Auch wenn Sie das Verhalten im Verkehr mit Ihrem Kind eingehend geübt haben, kann es dieses im Eifer und Spiel sehr schnell vergessen. Da ist es umso wichtiger, dass das Kind durch auffällige Kleidung von anderen Verkehrsteilnehmern deutlich wahrgenommen werden kann. Vermeiden Sie daher dunkle Kleidungsstücke und bestehen Sie auf reflektierende Streifen oder Aufnäher, die die Sicherheit enorm erhöhen. Natürlich sollte die Kleidung Ihres Kindes auch der Jahreszeit entsprechend ausgewählt werden. Im Winter und den Übergangs-



photocase.de

zeiten empfiehlt es sich, das Kind nach dem „Zwiebelprinzip“ zu kleiden. Durch übereinandergeschichtete Lagen kann sich das Kind entscheiden, eine Jacke oder einen Pulli auszuziehen, wenn es ihm zu warm wird. Im besten Fall trägt das Kind beim Spielen im Freien wasserfeste Kleidung, falls es von ein paar Regentropfen überrascht wird.

## Schulsport: Turnschuhe und -kleidung

Gerade der Schulsport ist für die Kleinen besonders wichtig: Hier können sie endlich herumtoben und springen, ihrem natürlichen Bewegungsdrang nachgehen und sich einen Ausgleich zum Stillsitzen im Klassenzimmer verschaffen. Deshalb ist gerade hier auf qualitativ hochwertige und funktionelle Kleidung zu achten.

Die Kleidung sollte Ihrem Kind genügend Bewegungsfreiheit bieten, aber dennoch nicht zu weit sein, damit mögliche Unfälle verhindert werden können. Bevorzugen Sie atmungsaktive Materialien, die für Ihr Kind angenehm zu tragen sind und Nässe schnell abgeben. Sicher transportiert und aufbewahrt wird die Sportausrüstung in einem eigenen Turnbeutel.

Lassen Sie sich in einem Fachgeschäft über die richtigen Sportschuhe für Ihr Kind beraten und informieren Sie sich über die vielfältigen Funktionen und Vorteile. Bedenken Sie auch, dass in den meisten Schulen unterschiedliche Schuhe für Halle und Freisportanlage gefordert werden.



## TIPP

Wichtig ist auch, dass sich Ihr Kind ohne Probleme *selbstständig an- und ausziehen kann*. Falls Ihr Kind beispielsweise Probleme hat, eine Schleife zu binden, ist es sinnvoller, Slipper oder Schuhe mit Klettverschlüssen zu kaufen.

### Vorsicht:

Alle Arten von Schmuck sind beim Sport hinderlich und sogar gefährlich! Am besten nehmen Sie Ihrem Kind am Tag des Sportunterrichts vorsorglich Ketten, Armbänder, Uhren und vor allem Ohringe schon zu Hause ab.

## Der richtige Schulranzen

Kommen wir nun zu dem Thema, das die Schulanfänger ganz besonders stark beschäftigt: dem Schulranzen. Bestimmt können Sie schon an keinem Kaufhaus mehr vorbeigehen, ohne dass Ihr Kind Sie drängt, endlich seinen Schulranzen

zu kaufen. Und mit Recht sollten Sie auf diesen großen Wert legen, denn schließlich wird er zum ständigen Begleiter Ihres Kindes.

Folgende Hinweise sollten Sie unbedingt beachten:

- Beziehen Sie Ihr Kind in den Kauf mit ein oder fragen Sie es nach seinen Vorlieben. Im besten Fall sollte das Kind den Schulranzen vorher ausprobieren.
- Nehmen Sie sich genügend Zeit beim Einkauf und vergleichen Sie in Ruhe Preis und Qualität. Der Schulranzen sollte in jedem Fall das TÜV-Siegel/den Normaufkleber tragen und der DIN-58124-Norm entsprechen.
- Auffällige Farben wie Gelb und Orange sowie reflektierende Leuchtstreifen sind besonders wichtig, weil sie bei Dunkelheit schützen.
- Wählen Sie ein Modell mit geringem Eigengewicht. Mit Inhalt sollte der Schulranzen nicht mehr als zehn Prozent des Körpergewichts Ihres Kindes betragen. Überprüfen Sie auch während der Schulzeit das Gewicht immer wieder und ent-rümpeln Sie unnötigen Ballast.

Weitere wertvolle Tipps finden Sie im Schulranzentest der Stiftung Warentest unter [www.test.de](http://www.test.de).

### Vorsicht:

Zu hohes Gewicht und falsche Tragegewohnheiten können auf Dauer schwere Schäden an der Wirbelsäule hervorrufen. Überprüfen Sie deshalb regelmäßig den Inhalt und die Einstellung der Tragegurte. Empfehlenswert sind die rückenfreundlichen, ergonomisch geformten Schulranzen, die sich optimal dem Körper des Kindes anpassen.

## Der Arbeitsplatz Ihres Kindes

Mit der Schule kommen bald die ersten Hausaufgaben. Auch wenn Ihr Kind anfangs seine Hausarbeiten lieber in der Nähe einer Bezugsperson, zum Beispiel am Küchentisch, erledigen will, sollten Sie ihm zu Hause eine Rückzugsmöglichkeit an einem ruhigen Ort bieten, wo es ungestört und konzentriert arbeiten kann.

Meist wird der Schreibtisch im Kinderzimmer aufgestellt, wobei darauf zu achten ist, dass Ihr Kind immer noch genügend Platz zum Spielen und Herumtollen hat. Denn das Spielen steht bei einem Erstklässler immer noch an erster Stelle und das wird sich auch nicht so schnell ändern. Wenn Sie sich einen Schreibtisch anschaffen, sollten dieser einige Kriterien unbedingt erfüllen. Der Tisch sollte in der Höhe verstellbar sein, damit er dem schnell wachsenden Kind gut angepasst werden kann. Wichtig ist auch, dass die Tischplatte neigbar ist, um Ihrem Kind das erste Lesen und Schreiben zu erleichtern und eine gebückte Sitzhaltung zu verhindern. Um dem Alltag Ihres Kindes standzuhalten, sollte der Tisch auf jeden Fall praktisch und

robust sein – so ist es nämlich auch kein Problem, wenn mal ein bisschen Farbe daneben geht. Bei der Wahl des richtigen Stuhls ist zu berücksichtigen, dass er ebenfalls höhenverstellbar und mit Rollen und einer federnden Rückenlehne ausgestattet ist.

Mit dem richtigen Schreibtisch ermöglichen Sie Ihrem Kind, konzentriert und entspannt – und dadurch auch mit mehr Spaß – seine Hausaufgaben zu erledigen. Und obendrein bewahren Sie es somit vor ernst zu nehmenden Haltungsschäden.

### TIPP

*So sitzt Ihr Kind richtig!*

- Die Sitzfläche des Stuhles sollte auf Kniehöhe eingestellt werden, sodass die Beine Ihres Kindes im Sitzen einen Winkel von 90 Grad bilden.
- Die Höhe der Tischplatte ist richtig angepasst, wenn Ihr Kind seine Ellenbogen im Sitzen locker ablegen kann.
- Kontrollieren Sie die Einstellungen in regelmäßigen Abständen, ob sie noch der Größe Ihres Kindes entsprechen.



moll

### Mit einem moll-Schreibtisch beim Lernen durchstarten!





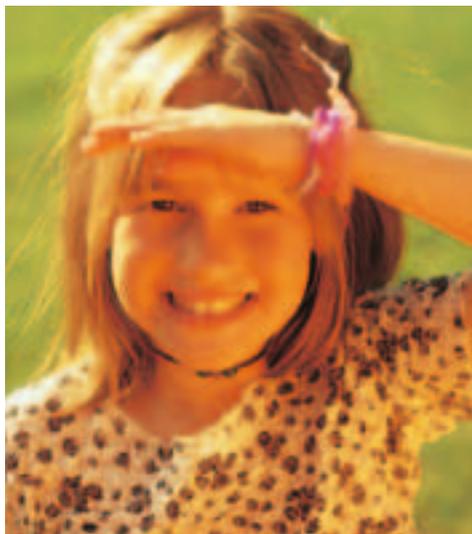
- ▶ moll macht Schreibtische, die mitwachsen
- ▶ neue, bequeme Höhenverstellung „Comfort“
- ▶ Arbeitsplatte stufenlos schrägstellbar



**Einrichtungshaus  
Küchenstudio**  
**gassner**

[www.moebelgassner.de](http://www.moebelgassner.de)    [info@moebelgassner.de](mailto:info@moebelgassner.de)

Riedenburger Str. 14 · Kelheim · Tel. 0 94 41 / 50 44-0



## Stifte und Mäppchen

Hier sollten Sie nicht nach dem Motto „Je mehr, desto besser“ verfahren, sondern genau überlegen, was sinnvoll ist. Besser geeignet als Doppeldeckermäppchen sind einstöckige Mäppchen, da sie weniger Platz einnehmen. Sie reichen zudem völlig aus, um alle erforderlichen Utensilien unterzubringen.

Wie das Mäppchen ausgestattet sein muss, erfahren Sie zu Schulbeginn von den Klassenlehrer(inne)n. Versuchen Sie dabei mehr Wert auf Qualität als auf Quantität zu legen. Bei Buntstiften empfiehlt sich beispielsweise die extra dicke Variante, weil sie für Kinder in der Handhabung einfacher sind und mehr Freude beim Malen bereiten. Zusätzlich ist ein sogenanntes Schlammermäppchen nützlich, um weitere Hilfsmittel wie Schere, Kleber und Spitzer unterzubringen. Überlegen Sie auch später beim Kauf von Schreibwaren, ob sie in einer umweltfreundlichen Variante

erhältlich sind. So schulen Sie Ihr Kind im Umweltschutz und geben ihm das Gefühl, selbst einen Beitrag geleistet zu haben.

## Linkshänder? So geht's leichter!

Das Wissen, dass man Linkshänder nicht umerziehen soll, ist mittlerweile Allgemeinut. Allerdings haben es Linkshänder nicht immer leicht. Scheren, Stifte oder Hefte, die für Rechtshänder konzipiert sind, machen ihnen das Leben schwer. Linkshändigkeit bedeutet für Eltern und Kinder deswegen, dass sie sich mit speziellen Materialien ausstatten müssen.

Längst gibt es Füller für Linkshänder beziehungsweise Füller, die sowohl für Rechtshänder als auch für Linkshänder geeignet sind. Daneben bietet der Fachhandel **spezielle Linkshänder-Schulartikel** an. Diese machen nicht nur das Leben und Lernen leichter, sie unterstützen auch den natürlichen Bewegungsablauf der Linkshänder. So haben z. B. Collegenlöcke mit Kopfspirale den Vorteil, dass die Kinder nicht mehr durch die links angebrachte Spirale beim Schreiben behindert werden. Spitzer verfügen über Messer in anderer Drehrichtung und bei Scheren sind die Klingen genau andersherum angebracht.

Auch die übrige Lernumgebung sollte dem Linkshänder angepasst sein: So empfiehlt es sich, dass Linkshänder in der Schule links außen oder neben einem anderen Linkshänder sitzen, damit sich die Nachbarn nicht mit den hantierenden Armen in die Quere kommen. Die Computermaus (mit umgepolter Tastenbelegung) sollte links neben der Tastatur liegen.

# Jetzt geht's los – der erste Schultag

## Ein ganz besonderer Tag

Für Eltern und Kinder ist der erste Schultag – nach dem ersten Kindergarten tag – ein **außergewöhnlich spannender Tag**. Alle Beteiligten sind sehr aufgeregt und voller Erwartungen. Schon einige Zeit vorher überlegen sich die Eltern, wie sie diesen Tag gebührend feiern könnten. Die ganze Familie – oft auch Großeltern oder Paten – nehmen an diesem besonderen Tag teil.

Die Einschulungsfeier gestaltet jede Grundschule individuell. Meist versammeln sich die Eltern und Kinder in der Aula oder Turnhalle. Häufig haben die vorherigen Erstklässler ein kleines Willkommensprogramm vorbereitet. Nach dieser kleinen Feier erfahren die Kinder, in welche Klasse sie von nun

an gehen werden. Dann sehen Kinder und Eltern zum ersten Mal das Klassenzimmer. Bereits nach einer Stunde – in der die Kinder oft eine kleine Malaufgabe lösen dürfen – können die Eltern ihre Sprösslinge wieder von der Schule abholen. Danach liegt es in der Hand der Eltern, einen geruh-samen, einen ereignisreichen oder einen feierlichen Tag für die Schulanfängerin/den Schulanfänger und die Familie zu gestalten. Was dabei sicher nicht fehlen darf sind Erinnerungsfotos dieses besonderen Tages.

## Die Schultüte und was sie in sich birgt

Schon bei den Römern versuchte man, den Kindern den Schuleintritt mit Honigplätzchen zu versüßen. Und der Brauch, spitze



Zuckertüten zu verschenken, ist schon seit Ende des 18. Jahrhunderts dokumentiert. In ländlichen Gegenden war es üblich, den Kindern eine große selbst gebackene Brezel mit auf den neuen Lebensweg zu geben.

Im 20. Jahrhundert wurde die Schultüte so, wie wir sie heute kennen, populär und ist seither nicht mehr wegzudenken. Traditionsgemäß soll die Schultüte eine **Belohnung und ein besonderer Anreiz für den ersten Schultag** sein. Schultüten gibt es in fast jedem Kaufhaus und in allen Papierwa-

**„Paul kommt in die Schule. Er hat sich eine Schultüte gebastelt. Du kannst sie bunt ausmalen!“**



renläden zu kaufen. In vielen Kindergärten entwickelt sich trotzdem ein anderer Trend: Oft stecken die Eltern sehr viel Liebe und Zeit in ein **individuell gestaltetes Unikat**, das noch lange nach dem ersten Schultag einen Ehrenplatz behält.

Nun wäre da noch die Frage nach dem **Inhalt der Schultüte**. Immer mehr Eltern verzichten auf Schultüten, die vor lauter Süßigkeiten aus allen Nähten quillen. Der Inhalt besteht nun häufiger aus einer Mischung von (gesunden) Süßigkeiten oder Obst, kleinen Schulutensilien oder Spielsachen. Wichtig: Nach dem Motto „weniger ist oft mehr“ soll das Kind nicht mit Geschenken überhäuft werden.

**Beliebt und geeignet sind:** Schreib- oder Buntstifte, ein Konzentrationsspiel, ein Mal- oder Bilderbuch, ein T-Shirt oder anderes Wunschkleidungsstück, Lego- oder Playmobilpäckchen, ein bis zwei Holzwürfel (später kann man damit Rechenaufgaben besser veranschaulichen), Hörspielkassetten, eine hübsche Brotdose oder Trinkflasche, eine Lieblingssüßigkeit Ihres Kindes, ein Gutschein für einen Ausflug (zum Beispiel in den Zoo). Als Füllmaterial für die Tütenspitze kann man entweder Zeitungspapier oder eine Tüte Popcorn verwenden.

### TIPP

*Basteln Sie gemeinsam mit Ihrem Kind eine Schultüte. Schenken Sie statt Süßigkeiten lieber Dinge mit Bezug zur Schule. So hält die Freude länger an.*

# Der Alltag in der Grundschule

## Was lernt mein Kind in der Grundschule?

„Die Grundschule hat den Auftrag, alle Schüler in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen. Es geht dabei vor allem darum, Wissenserwerb zu ermöglichen, Verstehen anzubahnen, Interessen zu entwickeln, soziale Verhaltensweisen sowie musische und praktische Fähigkeiten zu fördern und Werthaltungen aufzubauen.

[...] Die Grundschule erfüllt ihren Bildungs- und Erziehungsauftrag im Zusammenwirken mit anderen gesellschaftlichen Einrichtungen und vor allem mit dem Elternhaus. Die Grundschule als erste und gemeinsame Schule ist Lernort und Lebensraum für eine Schülerschaft von großer Heterogenität in Bezug auf ihre familiäre, soziale, regionale

und ethnische Herkunft sowie ihre individuellen Lern- und Leistungsdispositionen. Entsprechend unterschiedlich sind Vorerfahrungen, religiöse und ethische Orientierungen, Lernbedingungen und Leistungsvermögen sowie die geschlechtsspezifische Sozialisation.“

*(Lehrplan für die bayerische Grundschule)*

So lernt Ihr Kind zunächst einiges, was Sie auf den ersten Blick gar nicht greifen oder sehen können. Anfangs liegt der Schwerpunkt auf dem **Erlernen von Arbeitstechniken**, denn vieles, was grundlegend für das gesamte Lernen und Arbeiten ist, muss erst in kleinen Schritten eingeübt werden. Zum Beispiel lernen die Kinder, wie man einen Bleistift richtig hält, wie man mit dem Radiergummi umgeht

Fach	1. Klasse	2. Klasse	3. Klasse	4. Klasse	In der bayerischen Grundschule gilt die nebenstehende Stundentafel. Der „Grundlegende Unterricht“ umfasst die Fächer Deutsch, Mathematik, Heimat- und Sachunterricht sowie Musik und Kunst. Die Lerninhalte dieser Fächer werden in 16 Wochenstunden vermittelt. In diesem Unterrichtsblock kombiniert die Lehrkraft konzentriertes Lernen mit Spiel-, Bewegungs- und Musikübungen. In dieser Phase hat die Lehrkraft die Möglichkeit, den 45-Minuten-Takt, der den Schultag gliedert, variabel zu gestalten. Bis zum Ende des „Erstunterrichts“ der ersten und zweiten Klasse lernt Ihr Kind, kleine Texte sinnentnehmend zu lesen und selbst zu verfassen. Ihr Kind kennt den Zahlenraum bis 100 und kann darin einfache Plus-, Minus-, Mal- und Geteiltaufgaben rechnen.
Religion/Ethik	2	2	3	3	
1. Fremdsprache	–	–	2	2	
Deutsch	Grundlegender Unterricht 16 Wochenstunden		6	6	
Mathematik			5	5	
Heimat- und Sachkunde			3	4	
Musik			2	2	
Kunst			1	1	
Werken/Textiles Gestalten	1	2	2	2	
Sport	2	3	3	3	
Förderunterricht	2	1	1	1	
gesamt	23	24	28	29	

**Info**

*Nach dem Motto „Die Jüngerer lernen von den Älteren“ gibt es mittlerweile „Jahrgangskombinierte Klassen“. Dabei werden Schüler(innen) der 1. und 2. Klasse gemeinsam unterrichtet. Ziel ist es, die Lerninhalte der verschiedenen Klassenstufen zu kombinieren und didaktisch aufzubereiten. Die Kinder arbeiten dabei meist in Teams. Das Lernen in altersheterogenen Gruppen gleicht der nichtschulischen Bildung in Familie und Freundeskreis. Der Vorteil für Ihr Kind: Der Übergang vom Kindergarten in die Grundschule erfolgt problemloser und kindgemäßer. Soziale Lernprozesse werden so gefördert und Ihr Kind kann sowohl die Rolle des Lernenden wie auch des Lehrenden einnehmen. Ihr Kind lernt so in verschiedene Rollen zu wechseln und selbstständig zu handeln.*

oder ein Wort unterstreicht. Weiterhin wird der Umgang mit den Heften und das Aufräumen des Arbeitsplatzes eingeübt. Geregelt ist der Lehrstoff über einen Lehrplan. Darin ist genau festgelegt, was ein Schulkind im jeweiligen Schuljahr lernen soll. Das erste und zweite Schuljahr sind zu einer Einheit zusammengefasst. Der Lernstoff wird über zwei Jahre hinweg aufgebaut. Dabei werden die individuellen Lernfortschritte und **das Lerntempo des einzelnen Kindes** weitestgehend berücksichtigt und der Unterricht darauf abgestimmt. Der Unterricht in den ersten vier Schuljahren ist sehr spielorientiert. Ideal ist eine Mischung aus offenen Unterrichtsphasen – die von den Schüler(inne)n selbst mitgestaltet

werden können – und traditionellen Lehrmethoden. Trotz aller Spielorientierung darf man eins nicht vergessen: **Kinder wollen lernen, etwas leisten und sich über ihre Erfolge freuen.**

**Der Tagesablauf**

Der Tagesablauf ist von Klasse zu Klasse unterschiedlich und wird von der Klassenleitung individuell gestaltet. In der Regel liegen die Hauptfächer in der Hand der Klassenlehrkraft. Der Vorteil: Eine feste Bezugsperson kann individuell auf die Lernvoraussetzungen Ihres Kindes eingehen.

Ankerpunkte im Tagesablauf sind meist **Rituale**, die den Schultag strukturieren. Oftmals stellt der Tagesbeginn für die Schüler die erste Orientierung und Sammlung in der Gemeinschaft dar. Hier kann ein **Begrüßungslied** gesungen, gebetet, eine Geschichte vorgelesen oder aber ein wichtiges Anliegen angesprochen werden. Eventuell schließt sich die Kontrolle der Hausaufgaben an.

Den zu vermittelnden Lernstoff verteilt die Lehrerin oder der Lehrer nach pädagogischen und didaktischen Gesichtspunkten auf den Schultag: Bewegungspausen lösen Phasen der Anspannung und Konzentration ab. Die Unterrichtsinhalte werden entweder gemeinsam erarbeitet oder die Schüler(innen) entwickeln in Partner- beziehungsweise Gruppenarbeit eigene Lösungswege zu bestimmten Fragestellungen.

Der Lernstoff wird in Phasen der Einzelarbeit gesichert und eingeübt. Dies ist auch Ziel der Hausaufgaben, die jeden Tag gemeinsam aufgeschrieben werden. Der Schultag endet meist mit einem kurzen

Gespräch, einer Verabschiedung oder einem Abschiedslied.

In einigen Klassen gibt es **freie Arbeitsphasen** (Freiarbeit, Wochenplanarbeit). Offene Unterrichtsformen unterscheiden sich vom gemeinsamen Erarbeiten darin, dass individuelle Aufgabenstellungen gewählt und gelöst werden. Hierbei können Lerninhalte unterschiedlich aufgearbeitet und vertieft werden. In freien Arbeitsphasen entscheiden Kinder selbst, welcher Aufgabe sie sich zuwenden, sie teilen sich die Tätigkeit eigenständig ein und werden so zu selbstverantwortlichem Arbeiten angeleitet. Über Arbeitsergebnisse dieser Phasen tauschen sich die Schüler(innen) und die Lehrkraft aus. Zudem kann die Lehrkraft gezielt auf **besonderen Förderbedarf** eingehen.

## Fremdsprachen lernen

Sprachen öffnen das Tor zur Welt – aber muss das schon in der Grundschule sein, wo die Kleinen erst mal des Deutschen mächtig werden sollen? Seit einigen Jahren sieht der Lehrplan vor, dass sich die Schüler ab der 3. Klasse mit einer Fremdsprache vertraut machen. In Bayern handelt es sich hierbei fast ausschließlich um Englisch. Ihr Kind lernt dabei auf kindgerechte Art die neue Sprache und Kultur kennen.

Hier stehen Spiele, Lieder und gemeinsames Erfahren der Sprache im Vordergrund. Anstatt Grammatik zu pauken, üben die Schüler kleine Sätze und Phrasen ein und wenden diese in Dialogen oder kleinen Theaterstücken ein. Anhand von Bildern oder konkreten Dingen lernen sie spielend Vokabeln und bauen sich so einen soliden Grundstock auf.

Es hat sich gezeigt, dass die Schüler mit

## TIPP

*Nutzen Sie das breite Angebot an Medien zu diesem Thema.*

*„Start English with a song“: eine CD mit Liedern zum Mitsingen (ab 5 Jahren)*

*„Englisch – keine Hexerei“: spielend Vokabeln lernen mit den Geschichten über zwei junge Hexen (für Grundschüler)*

viel Interesse und Leistungsbereitschaft an diese neue Herausforderung herangehen. Mit Spaß und Elan legen sie hier ein sehr nützliches Fundament in der englischen Sprache, das ihnen später an einer weiterführenden Schule sehr hilfreich sein wird. Ist man mit den Grundlagen vertraut, fällt das Lernen später viel leichter.

## Leistungsbewertung in der Grundschule

In den ersten drei Zeugnissen, das heißt im Halbjahres- und Jahreszeugnis der 1. Klasse und im Halbjahreszeugnis der 2. Klasse, erhalten die Kinder **keine Ziffernnoten**, sondern **Berichte über das Sozialverhalten sowie das Lern- und Arbeitsverhalten**. Das Sozialverhalten wird nach den Punkten soziale Verantwortung, Konfliktverhalten, Kooperations- und Kommunikationsfähigkeit bewertet. Bezüglich des Lern- und Arbeitsverhaltens wird besonderes Augenmerk auf das Interesse, die Motivation, die Konzentration, die Ausdauer und die Lern- und Arbeitsweise gelegt. Weiter beschreibt die Klassenlehrkraft den Lernstand Ihres Kindes und seine Lernfortschritte in den unterrichteten Fächern. Wie das Kind in einzelnen Bereichen weiter gefördert werden kann, soll ebenfalls im Zeugnis aufgezeigt werden.

Die **Lernzielkontrollen** bleiben ebenfalls unbenotet. Um die Entwicklung der Kompetenzen Ihres Kindes in allen Bereichen festzuhalten, führen die Lehrkräfte für jedes Kind einen **Beobachtungsbogen** zum Sozial-, Lern- und Arbeitsverhalten und zu den einzelnen Fächern. Diese Aufzeichnungen sind für die Lehrkräfte eine wichtige Grundlage der Beratung in Elterngesprächen.

Mit Beginn der 2. Klasse geht der oder die LehrerIn langsam mit bewertenden Rückmeldungen über zur Benotung. Im folgenden Jahreszeugnis werden schriftliche, mündliche und praktische Leistungen benotet. Probearbeiten werden nicht vorher bekannt gegeben. Jedoch achten die Lehrkräfte darauf, dass nicht mehr als zwei Arbeiten pro Woche geschrieben werden. Seit dem Schuljahr 2007/2008 werden deutschlandweit einheitliche Vergleichsarbeiten geschrieben. Alle Schüler(innen) bearbeiten dabei die gleichen Deutsch- und Mathematikaufgaben. Nach der zentralen Auswertung wird die Schule Ihres Kindes über das Ergebnis informiert. Anschließend können Sie sich im Gespräch mit der Lehrkraft über die Leistungen Ihres Kindes informieren.

## Hausaufgaben

Hausaufgaben werden bei Schüler(inne)n zur **Vertiefung und Übung** des gelernten Schulstoffes eingesetzt. Dabei sollen die Schüler lernen, selbstständig zu arbeiten und sich verantwortlich zu fühlen. Die Hausaufgaben können mündlich, schriftlich oder praktisch zu bearbeiten sein. Für Lehrer(innen) ist die Hausaufgabe ein Mittel, das Wissen der Schüler zu überprüfen und eventuelle Probleme aufzudecken, um anschließend darauf reagieren zu können.

Aber wie lernt man, Hausaufgaben zu machen? Zuerst müssen Sie mit Ihrem Kind herausfinden, wann der beste Zeitpunkt dafür ist. Das Kind braucht nach der Schule eventuell erst einmal eine Verschnaufpause, um sich zu erholen, und es wird auch bald einsehen, dass der Abend eher ungeeignet ist für konzentriertes Arbeiten. Dennoch sollten Sie versuchen einen festen Zeitpunkt einzuplanen. Wünschenswert ist es, dass Ihr Kind seine Aufgaben möglichst selbstständig erledigt. Doch in der ersten Zeit kann es schon mal vorkommen, dass Ihr Kind zu Ihnen kommt mit den Worten: „Mama, ich kann das nicht!“ Jetzt ist es wichtig, dass Sie in dieser Situation Unterstützung bieten, sich aber dennoch nicht zu einer Dauerbetreuung hinreißen lassen. Hier einige Tipps, wie Sie Ihr Kind zur Selbstständigkeit führen:

- Machen Sie Ihrem Kind klar, dass Sie ihm die Lösung der Aufgaben zutrauen, aber auch für Fragen zur Verfügung stehe.
- Bieten Sie an, die Aufgaben am Ende zu kontrollieren.
- Loben Sie Ihr Kind zwischendurch für richtige Lösungen. Das motiviert!
- Versuchen Sie Ihr Kind bei Schwierigkeiten so anzuleiten, dass es allein auf den Lösungsweg kommt, und geben Sie nur dann konkrete Hinweise, wenn es sich in einer Aufgabe verrannt hat.
- Lassen Sie Ihr Kind selbstständig weitermachen, wenn Sie das Gefühl haben, dass es so zurechtkommt.

## Betreuungsmöglichkeiten

Wenn Sie berufstätig sind und Ihr Kind bisher bei einer Tagesmutter, Bekannten oder in einer Kindertagesstätte gut versorgt wussten, dann sollten Sie sich rechtzeitig

Gedanken über die zukünftige Unterbringung Ihres Kindes vor und nach dem Schulbesuch machen.

Für die Morgenbetreuung vor der regulären Schulzeit stehen bei Bedarf ab 7.30 Uhr Lehrkräfte zur Verfügung. Diese Aufsicht wird von der Schule organisiert und kostet Sie kein Geld.

### Info

*Die Aufsichtspflicht der Lehrkräfte umfasst den Zeitraum 15 Minuten vor Unterrichtsbeginn, während des Unterrichts und während der Pausen. Sie endet dann, wenn Ihr Kind das Schulgelände verlässt.*

Die meisten Schulen bieten die sogenannte Mittagsbetreuung bis etwa 14.30 Uhr an. Über die jeweiligen Kosten und Leistungen werden Sie bei der Schuleinschreibung genauer informiert.

Für **eventuell auftretende Lücken in der Betreuung** sollten Sie unbedingt vorsorgen.

Wenn Sie ganztags berufstätig sind, sollten Sie sich schon ein halbes Jahr vor Beendigung der Kindergartenzeit nach einem geeigneten Hortplatz für Ihr Kind umschaun. Im Hort wird Ihr Kind außerhalb der Schulstunden betreut, es kann darüber hinaus bei der **Hausaufgabenbetreuung**, beim Mittagessen und bei Freizeitaktivitäten mit gleichaltrigen Kindern teilnehmen. Vor allem die Ferienzeit ist in den meisten Horteinrichtungen bis auf drei Wochen im Sommer vollständig abgedeckt. In den Ferienzeiten werden in vielen Einrichtungen besondere Projekte

oder Ausflüge angeboten. Die Gebühren richten sich in der Regel nach dem Betreuungsumfang.

Es gibt auch noch andere Betreuungsmöglichkeiten: zum Beispiel durch eine Tagesmutter oder indem sich zwei oder mehr Elternteile die Betreuung gemeinsam teilen. Diese Form wird meistens von Eltern gewählt, die nur wenige Stunden in der Woche arbeiten.

## Schulberatung

Für jede Schule stehen unterschiedliche Beratungsdienste zur Verfügung, die in Absprache mit den Klassenleitern und den Schulleitungen genutzt werden sollten. Gut ausgebildete Beratungslehrer(innen) stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Die Sprechstunden erfragen Sie am besten im Sekretariat oder bei der Klassenleiterin/beim Klassenleiter. Beratungslehrer(innen) sind zuständig bei Lernschwierigkeiten und Mobbing, Verhaltensauffälligkeiten, frühzeitiger Schulaufnahme, Zurückstellung, Tests usw. In jeden Schulamtsbereich gibt es einen Schulpsychologen, der sich um psychische und psychosomatische Auffälligkeiten wie zum Beispiel Versagensängste, Verhaltensabweichungen und Legasthenie kümmert.

Der mobile sonderpädagogische Dienst (MSD) diagnostiziert Lernschwierigkeiten, führt Intelligenztests durch und hilft dabei, Ihr Kind sprachlich optimal zu fördern.



# Die Gesundheit Ihres Kindes

## Die richtige Ernährung

Ihr Kind befindet sich gerade mitten im Wachstum und soll jeden Tag Großes leisten, da ist eine gesunde Ernährung Voraussetzung. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Kost, zusammengesetzt aus den wichtigsten Nährstoffen wie Kohlenhydraten, Ballaststoffen, Vitaminen, Mineralien und Wasser, hält Ihr Kind fit und aktiv.

An erster Stelle steht am Morgen das Frühstück – die wichtigste Mahlzeit des Tages. Es muss nicht groß sein, aber Sie sollten darauf achten, dass Ihr Kind jeden Tag ein wenig isst, bevor es in den Unterricht geht. Studien haben belegt, dass sich Kinder, die morgens nichts zu sich genommen haben, im Unterricht viel weniger konzentrieren können als andere, die etwas gegessen haben. Gehen Sie dabei als gutes Vorbild voran – Ihr Kind orientiert sich an Ihrem Verhalten.

Ein Frühstück mit Milch oder Kakao, einem Käsebrötchen oder Müsli gibt genügend Energie für die ersten Schulstunden. Auch in der Pause sollte es einen schmackhaften, aber

gesunden Snack geben. Bedenken Sie, dass das Auge mitisst: Je bunter und attraktiver die Speise erscheint, desto lieber essen es die Kleinen. Geben Sie Ihrem Kind das Gemüse und Obst als „Fingerfood“ mit oder bereiten Sie ihm leckere kleine Vollkornhäppchen zu, dann werden auch die gesunden Mahlzeiten gern gegessen. Eine Portion Milch am Tag sollte nicht fehlen. Denn es gilt: Milch drin, gut drauf! Sie ist ein wichtiger Lieferant von Vitaminen, Mineralstoffen und vor allem Kalzium. Damit erhält Ihr Kind einen großen Teil seines Tagesbedarfs an Nährstoffen.

Auch sollten Sie dafür sorgen, dass Ihr Kind immer ausreichend Flüssigkeit zu sich nimmt. Das steigert Leistungsfähigkeit und Konzentration. Jedoch sollten es auch die richtigen Getränke sein, denn süßer Sprudel und andere Mixgetränke sind hier nicht gemeint. Im besten Fall geben Sie Ihrem Kind Wasser zu trinken, aber auch Fruchtsaftchorlen oder Teegetränke sind gute Durstlöcher und bei Kindern gern gesehen.

Zu empfehlen ist, sich eine Trinkflasche und eine große, gut verschließbare Brotzeitdose

## TIPP

*Fast alle Schulranzen haben getrennt vom Hauptfach noch ein Extrafach in der Ranzenfront. Dort kann man die Trinkflasche deponieren. Den Reißverschluss zieht man dann bis zu der herausragenden Flasche zu. So kann auch einmal etwas danebengehen, ohne dass die Hefte beschmutzt werden.*



**Marien Apotheke**  
Christian Köglmeier

**Aktuelle UV- und Ozonwerte vor Ort  
durch eigene Mess-Station!**

*Reise- und Impf-Beratung  
durch ihre CRM-Marien-Apotheke*

Hopfenstraße 6 b • 93354 Siegenburg • ☎ 09444/972037  
koeglmeier-apo@t-online.de





photocase.de

anzuschaffen. So kann das Essen sicher transportiert und im Schulranzen aufbewahrt werden. Außerdem tragen Sie mit dieser Art der Verpackung zum Umweltschutz bei und können eine Menge Müll vermeiden.

### Info

*Wussten Sie, wie viel Kalzium Ihr Kind täglich braucht? Vier- bis Sechsjährige sollten 700 Milligramm, Sieben- bis Neunjährige rund 900 Milligramm und Zehn- bis 12-Jährige 1100 Milligramm am Tag zu sich nehmen. Kalziumreiche Ernährung sowie körperliche Bewegung stärken die Knochen Ihres Kindes. Kalziumhaltige Lebensmittel sind Milch, Käse und Joghurt.*

### Sieht mein Kind wirklich gut?

Die Schule hat gerade begonnen und Sie stellen fest, dass Ihr Kind schon jetzt Probleme hat, den Stoff aufzunehmen und seine Aufgaben zu erledigen. Keine Panik – sehr wahrscheinlich liegt das nicht an den Fähigkeiten Ihres Kindes. Lernschwächen können oftmals mit einem eingeschränkten Sehvermögen zusammenhängen. Kinder mit unkorrigierter Sehschwäche haben Schwierigkeiten, optische Reize richtig zu verarbeiten. Im Kindergarten und in der Schule sind sie klar benachteiligt.

Schlechte Noten von Kindern sind deshalb nicht immer ein Zeichen von Unwissenheit. Die Fünfen auf dem Zeugnis entstehen möglicherweise auch dadurch, dass Kinder Zahlen und Buchstaben nicht richtig erkennen und falsch wiedergeben oder verwech-

seln. Folglich haben sie Schwierigkeiten beim Rechnen und Schreiben und können oft nicht flüssig lesen. Sind die Kinder nicht in der Lage, die Informationen von der Tafel zu lesen, versuchen sie es beim Nachbarn – wirken so oft undiszipliniert und stören den Unterricht. Zeitprobleme treten auf. Stress und Konzentrationsstörungen, Müdigkeit und Unlust sind die logische Folge unkorrigierter Sehschwächen.

Sehfehler sollten so früh wie möglich erkannt und behandelt werden. Geschieht das nicht, kann eine normale Sehentwicklung nicht mehr erfolgen und eine lebenslange Einschränkung des Sehvermögens bleibt.

Außerdem wird dringend angeraten, an den gesetzlich empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen teilzunehmen. Drei der zehn Checks widmen sich routinemäßig auch der Überprüfung des Sehsinns. Doch fin-

den diese Untersuchungen in zu großen Abständen statt und bieten keine absolute Sicherheit für das frühzeitige Entdecken von Sehfehlern.

Was sind Anzeichen für Sehprobleme?

- häufiges Augenreiben, Blinzeln oder Stirnrunzeln
- schnelles Ermüden beim Lesen oder Schreiben
- Unlust beim Malen, Schreiben, Lesen oder bei Feinarbeiten
- unsichere Feinmotorik (Tollpatschigkeit)
- langsames, flüchtiges oder fehlerhaftes Lesen
- häufiges Verrutschen in der Zeile
- geringer Augenabstand zu Buch oder Fernseher
- Lichtempfindlichkeit
- häufiges Stolpern oder Balancestörungen
- unsauberes Schriftbild (Wortabstände, Linienführung)
- ungeschicktes Verhalten beim Ballspielen

### Was sind Anzeichen für Sehprobleme?

- häufiges Augenreiben, Blinzeln oder Stirnrunzeln
- schnelles Ermüden beim Lesen oder Schreiben
- Unlust beim Malen, Schreiben oder Feinarbeiten
- unsichere Feinmotorik (unsauberes Schriftbild, Tollpatschigkeit)
- langsames, flüchtiges oder fehlerhaftes Lesen
- häufiges Verrutschen in der Zeile
- geringer Augenabstand zu Buch oder Fernseher
- Lichtempfindlichkeit
- häufiges Stolpern oder Balancestörungen
- auffälliges Schriftbild (Wortabstände oder Linienführung)
- Probleme beim Bällefangen



## Hörprobleme bei Schulkindern

Auch Hörprobleme bei Schüler(inne)n sind häufig die Ursache für Lernschwierigkeiten und Stress. Die Kinder bekommen nicht mit, was gesagt wird, und können nicht entsprechend reagieren. „In diesen Fällen wird für Lehrer(in) und Eltern intensives Zuhören und Beobachten zu der alles entscheidenden Schlüsselqualifikation im Hinblick auf die weitere Förderung des Kindes“, schreibt Dr. Marianne Wiedenmann, Fachbuch-Autorin, Sprachheillehrerin und Sprachheiltherapeutin mit Lehrauftrag der Uni Frankfurt.

Einwandfreies Hören gilt als zentrale Lernvoraussetzung im Schriftspracherwerb und für alle Kulturtechniken. Wer ähnliche Laute beispielsweise bei 13 und 30 oder bei Nagel und Nadel nicht unterscheiden kann, wird falsch rechnen oder im Diktat Fehler machen. Ist das Hörvermögen eingeschränkt, so sind an das jeweilige soziale Umfeld hohe Anforderungen im Umgang mit dem Kind gestellt.

Silke Brandes vom Forum Besser Hören: „Im ersten Schritt müssen Eltern wie Lehrer(innen) gleichermaßen ein Bewusstsein für die Bedeutung des Hörens aufbauen. Ist dieses Bewusstsein schließlich vorhanden, fällt der zweite Schritt meist leichter: Bei einem Großteil der Kinder mit Hörminderungen empfiehlt sich die Anpassung eines Hörsystems. Je früher diese Anpassung erfolgt, desto größer ist die Chance auf eine Korrektur der Hörminderung.“ Bei fachgerechter Betreuung durch einen HNO-Arzt und den Hörgeräteakustiker ist die Anwendung von Hörsystemen völlig unproblematisch. Die Kleinen reagieren fast immer positiv auf die Hörhilfen,

da sie ihnen deutliche Verbesserungen und unmittelbare Hörerlebnisse verschaffen.

Eine Liste mit Tipps, Kontaktadressen und Buch-Empfehlungen rund um das Thema kann kostenlos beim Forum Besser Hören angefordert werden.

([www.forumbesserhoeren.de](http://www.forumbesserhoeren.de))

## Zahnarztbesuch – ein Kinderspiel?

Zahnarztängste werden zu 80 Prozent im Kindesalter verursacht. Vielfach übertragen Eltern ihre negativen Erfahrungen auf die Kinder. Dabei sollten Kinder frühzeitig und richtig auf den Zahnarztbesuch vorbereitet werden. Durch die Zusammenarbeit von Elternhaus, Schule und Zahnarztpraxis kann Kindern die Angst vor der Zahnbehandlung genommen werden.

Wenn Sie die folgenden Grundregeln zur Vorbereitung eines Zahnarztbesuchs beachten, wird der Zahnarztbesuch in Zukunft ein Kinderspiel:

- Oft werden den Kindern von ihren Bezugspersonen Geschenke und Belohnungen



## Zahnärztin

*Sabine Vogl*

Raiffeisenstraße 19 • 93077 Bad Abbach  
Tel.: 09405 962420 • Fax: 09405 962421  
[www.zahnarztpraxis-sabine-vogl.de](http://www.zahnarztpraxis-sabine-vogl.de)

Sprechzeiten: Mo 8.30 - 12 Uhr und 14 - 18 Uhr Mi 8 - 14 Uhr  
Di 8.30 - 12 Uhr und 15 - 19 Uhr Fr 11 - 17 Uhr  
Do 8.30 - 12 Uhr und 15 - 20 Uhr

— und Termine nach Vereinbarung —

# ZAHNÄRZTE

**Dr. Franz Xaver Berger**

Karmelitenplatz 10  
93326 Abensberg  
09443 7450

**Dr. Werner Heinrich**

Römerstr. 17  
93326 Abensberg  
09443 2560

**Dr. Dr. Maximilian Ohneis**

Ulrichstr. 21  
93326 Abensberg  
09443 90067

**Dr. Silke Pfüller**

Osterriedergasse 8  
93326 Abensberg  
09443 1212

**Dr. Axel Straube**

Münstererstr. 9 C  
93326 Abensberg  
09443 6644

**Andreas Warnick**

An den Sandwellen 7  
93326 Abensberg  
09443 1868

**Anette Warnick**

An den Sandwellen 7  
93326 Abensberg  
09443 1868

**Dr. Bernhard Warnick**

An den Sandwellen 7  
93326 Abensberg  
09443 1868

**Dr. Michael Warnick**

An den Sandwellen 7  
93326 Abensberg  
09443 1868

**Dr. Christine Wittmann**

Osterriedergasse 8  
93326 Abensberg  
09443 1212

**Friedrich Graf**

An der Altmühl 5  
93339 Riedenburg  
09442 1766

**Dr. Thomas Frank**

Gutenbergring 1-3  
93007 Bad Abbach  
09405 9613144

**Dr. Bettina Mathies**

Kochstr. 29  
93007 Bad Abbach  
09405 4777

**Dr. Bernd Mathies**

Kochstr. 29  
93007 Bad Abbach  
09405 4777

**Dr. Petra Pfeifer**

Römerstr. 51  
93077 Bad Abbach  
09405 96056

**Dr. Wilfried Schwarztauber**

Am Markt 24  
93077 Bad Abbach  
09405 2594

**Monika Stellwag**

Römerstr. 51  
93077 Bad Abbach  
09405 96056

**Sabine Vogl**

Raiffeisenstr. 19  
93007 Bad Abbach  
09405 962420

**Markus Moosburger**

Friedhofstr. 1  
93348 Ihrlerstein  
09441 21520

**Helmut Baur**

Schäffler Str. 14  
93309 Kelheim  
09441 4515

**Dr. Georg-Christoph Dauer**

Gmündweg 6  
93309 Kelheim  
09441 3218

**Dr. Margaretha Flemmig**

Schaffler Str. 1  
93309 Kelheim  
09441 179492

**Dr. Markus Hartwig**

Ludwigstr. 8  
93309 Kelheim  
09441 3222

**Dr. Christine Hieronymus**

Donaustr. 14  
93309 Kelheim  
09441 2404

**Dr. Petra Karl**

Kornblumenstr. 2  
93309 Kelheim  
09441 3693

**Robert Kreitmaier**

Drosselstr. 28  
93309 Kelheim  
09441 2644

**Dr. Manfred Labermeier**

Brander Steig 9  
93309 Kelheim  
09441 3005

**Dr. Miroslav Mrzilek**

Friedhofstr. 9  
93309 Kelheim  
09441 21616

**Dr. Konrad Plank**

Ludwigplatz 8  
93309 Kelheim  
09441 10990

**Dr. Harald Prudil**

Schäffler Str. 14  
93309 Kelheim  
09441 4515

**Dr. Armin Reill**

Donaupark 8  
93309 Kelheim  
09441 682404

**Dr. Gerhard Sommer**

Sandknechtstr. 2  
93309 Kelheim  
09441 3737

**Dr. Mirko Todt**

Schäffler Str. 1  
93309 Kelheim  
09441 179492

**Dr. Wolfgang Wallner**

Starenstr. 2  
93309 Kelheim  
09441 4200

**Dr. Stefan Forster**

Marktplatz 18  
94085 Langquaid  
09452 941044

**Dr. Johann Kleiner**

Marktplatz 9  
84085 Langquaid  
09452 705

**Dr. Hans-Wolfgang Roth**

Marktplatz 9  
84085 Langquaid  
09452 705

**Joachim Ziegelmeier**

Marktplatz 18  
84085 Langquaid  
09452 941044

**Dr. Ricarda Daser**

Promenadenweg 13  
84048 Mainburg  
08751 98911

**Dr. Wolfgang Daser**

Promenadenweg 13  
84048 Mainburg  
08751 98911

**Dr. Christian Dumsky**

Abensberger Str. 38  
84048 Mainburg  
08751 8430600

**Dr. Michael Hösl**

Bahnhofstr. 10  
84048 Mainburg  
08751 3666

**Dr. Dr. Brigitte Hundsdorfer**

Abensberger Str. 36  
84048 Mainburg  
08751 810606

**Dr. Ernst Hundsdorfer**

Abensberger Str. 36  
84048 Mainburg  
08751 810606

**Dr. Armin Off**

Bahnhofstr. 5  
84048 Mainburg  
08751 86420

**Dr. Christina Pöschl**

Bahnhofstr. 5  
84048 Mainburg  
08751 86420

**Dr. Karl Pöschl**

Bahnhofstr. 5  
84048 Mainburg  
08751 88420

**Michael Schöll**

Am Marktplatz 5  
84048 Mainburg  
08751 1722

**Dr. Christoph Urban**

Abensberger Str. 50  
84048 Mainburg  
08751 5501

**Dr. Katharina Benedek**

Bahnhofstr. 8  
93333 Neustadt  
09445 644

**Dr. Bernhard Gaßner**

Regensburger Str. 11a  
93333 Neustadt  
09445 970446

**Dr. Claudia Groda**

Schweigfeldring 35  
93333 Neustadt  
09445 7064

**Anita Haller**

Herzog-Ludwigstr. 14  
93333 Neustadt  
09445 991878

**Dr. Martin Kramel**

Heiligenstätter Str. 8  
93333 Neustadt  
09445 21013

**Dr. Thomas Sikora**

Herzog Ludwig Str. 14  
93333 Neustadt  
09445 991878

**Dr. Konrad Scheri**

Herzog Ludwig Str. 17  
93333 Neustadt  
09445 1414

**Marcus Rueppel**

Herzog Ludwig Str. 14  
93333 Neustadt  
09445 991878

**Dr. Katrin Koch**

Marktplatz 8  
93351 Painten  
09499 94274

**Dr. Armin Reith**

Admiral-Scheer-Str. 3  
93053 Regensburg  
0941 704919

**Dr. Dr. Wilhelm Wöhrl**

Mühlstr.53  
93339 Riedenburg  
09442 2550

**Anja Schneider**

Hauptstr. 39  
93352 Rohr  
08783 966836

**Wolfgang Gruber**

Bahnhofstr. 19 A  
93342 Saal  
09441 675167

**Dr. Thomas Roithmeier**

Abensbergerstr. 1  
93342 Saal  
09441 81805

**Dr. Alfred Weigert**

Lindenstr. 13  
93342 Saal  
09441 80404

**Dr. Christian Kahler**

Gogeißlstr. 2  
93354 Siegenburg  
09441 251

**Dr. Brigitte Rauscher**

Am Kirchberg 6  
93359 Wildenberg  
09444 244

für einen Zahnarztbesuch versprochen. Damit wird eine „Alltäglichkeit“ zu etwas Besonderem. Kleine Belohnungsgeschenke sollten nur die Behandler(innen) verteilen dürfen.

- Gedankenlos erzählen Familienangehörige in Anwesenheit von Kindern „Katastrophengeschichten“ von vergangenen Zahnarztbesuchen. Dies schürt die lebhafteste Fantasie und Ängste der völlig unbedarften Kinder.
- Aussagen wie „Es tut nicht weh“ oder „Du brauchst keine Angst zu haben“ sollten aus der Kommunikation völlig verschwinden. Kinder denken primär prozesshaft und verstehen keine Negationen. Die Botschaft für sie ist genau das Gegenteil und wird tief im Unterbewusstsein durch Wiederholungen weiter verankert.
- Spielmaterialien (Doktorkoffer, Spiegel, Handschuhe) besorgen und mit Freunden die Behandlungssituation positiv durchspielen.
- Auf den Ressourcen und Fähigkeiten der Kinder aufbauen, zum Beispiel mit motivierenden Gesprächen wie „Weißt du noch, als du dich ganz sicher und stark und mutig gefühlt hast?“.
- Kinder darin bestärken, möglichst allein in das Wartezimmer/Behandlungszimmer zu gehen, denn sie haben ein natürliches Autonomiebestreben (allein machen), das hier genutzt werden kann.

**Buchtipp:** Hildegard Markwart, Zahnärztin und Pädagogin: „Schleckis und Schlampis Abenteuer mit der Zahnfee vom blauen Fluss“. Ein Lern- und Spaßbuch zur Zahngesundheit.

Die LAGZ ist ein Zusammenschluss der zahnärztlichen Körperschaft in Bayern und

aller gesetzlichen bayerischen Krankenkassenverbände und sorgt für eine flächendeckende zahnärztliche Gruppenprophylaxe. Ehrenamtliche Helfer besuchen die Schulklassen regelmäßig und klären die Schüler(innen) anhand von Anschauungsmaterial über Gefahren und Vorbeugungsmaßnahmen in der Zahnpflege auf.

Die Organisation hat auch zahlreiche Projekte zum Thema Zahngesundheit ins Leben gerufen, wie zum Beispiel die bayernweite Aktion „Löwenzahn“: Alle Schüler(innen) der Klassen eins bis vier bekommen am Schuljahresanfang einen Elternmotivationsbrief mit zwei „Löwenkarten“. Diese sollen an den halbjährlichen Zahnarztbesuch erinnern und werden dann nach der Untersuchung in der Praxis abgestempelt. Die Kinder sammeln die Karten in einer Sammelbox in ihrem Klassenzimmer und schicken sie am Ende des Schuljahres an die LAGZ zurück. Die Schule mit den meisten Karten – im Verhältnis zur Schülerzahl – erhält einen Geldpreis. Die Aktion verläuft sehr erfolgreich und sorgt mitunter dafür, dass Kinder sehr gesunde Zähne haben

### **Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Zahngesundheit e. V. (LAGZ)**

Fallstraße 34, 81369 München

Zahnärzttehaus

Telefon: 089/7233981

Telefax: 089/7235701

E-Mail: [LAGZ-Bayern@t-online.de](mailto:LAGZ-Bayern@t-online.de)

Internet: [www.LAGZ.de](http://www.LAGZ.de)

*Regelmäßig – am besten nach jedem  
Essen – Zähne putzen!*

## Was macht ein Kieferorthopäde?

Kinder und Jugendliche befinden sich in einem rasanten Entwicklungsprozess. Betroffen sind auch Kiefer und Zähne. Bereits ab Beginn des Zahnwechsels kann es zu Zahnfehlstellungen und Funktionsbehinderungen der Kiefer kommen. Schiefe Zähne und ein falscher Biss beeinflussen langfristig die Gesundheit. Oft resultieren daraus Sprachstörungen, erhöhte Kariesanfälligkeit, Magen-Darm-Erkrankungen und vieles mehr.

Der Zahnarzt für Kieferorthopädie ist Spezialist für Zahn- und Kieferfehlstellungen. Er erkennt den richtigen Zeitpunkt für eine Zahnsperre und korrigiert damit Störungen im Wachstum der Kiefer und der Stellung der Zähne. Die Behandlung erstreckt sich oft über einen langen Zeitraum.

Erneut ist Ihre Beobachtungsgabe gefragt. Folgende Anzeichen für gestörte Mundraum-Funktionen sollten frühzeitig in einer kieferorthopädischen Praxis vorgestellt werden:

- schlaffe Lippen, meist geöffnet, offener Mund beim Essen
- Mundatmung



**Dr. Christine Hieronymus**  
Fachzahnärztin für Kieferorthopädie

*Kieferorthopädische Praxis  
für Kinder und Erwachsene  
Auch unsichtbare Spangen*

Donaustr. 14 • Eingang Lederergasse • 93309 Kelheim • Telefon 0 94 41 / 24 04

## Kieferorthopädie am Donaupark Kelheim

Dr. med. dent.

# KRISTINA MOSER

Fachzahnärztin für Kieferorthopädie



**Großes Behandlungsspektrum:**

**Modernste Diagnosemöglichkeiten:**  
strahlenarmes (digitales) Röntgen

**Kinderbehandlung:**

- Früherkennung und Prävention von Zahn- und Kieferfehlstellungen
- neueste Bracketsysteme für eine besonders schnelle und schonende Zahnbewegung

**Erwachsenenbehandlung:**  
unsichtbare Zahnsperre:  
Invisalign, Lingualtechnik

- kostenlose Parkplätze vor dem Haus
- Verkehrsgünstige Lage
- Kurze Wartezeiten
- Behindertengerechte Praxisräume
- Individuelle Betreuung in freundlicher Atmosphäre

**Haus der Gesundheit  
Donaupark 6 • 93309 Kelheim  
Tel.: 09441 / 1748744**

Sprechzeiten: Mo. – Do. 8 – 12 Uhr  
und 13.30 – 17.30 Uhr, Fr. 8 – 12 Uhr  
und nach Vereinbarung

- Schnarchen, Knirschen und Zähnepressen
- Sprach- und Lautbildungsstörungen
- Lutschen an Daumen, Schnuller, Gegenständen
- Kau-„Faulheit“; dies bemerken Sie, wenn Ihr Kind harte Nahrung verweigert
- vorstehende Schneidezähne, Zahnfehlstellungen
- frühzeitiger Verlust von Milchzähnen durch Stürze, Unfälle, Karies

*„Paul war mit seinem Papa beim Zahnarzt. Was muss er zur Zahnpflege verwenden? Streiche die falschen Dinge aus!“*



Eine kieferorthopädische Behandlung kann die Ursachen für Zahnfehlstellungen auffangen und beheben. Dabei formt zum Beispiel ein Bionator Kiefer und Gebiss durch Trainieren der Mund- und Gesichtsmuskeln. Fehlender Platz für bleibende Zähne kann so nachentwickelt werden und eine Zahnentfernung ist meist nicht notwendig. Neben der erzielten gesunden Zahnstellung hat die Behandlung positive Auswirkungen auf die Körperhaltung, Spannungskopfschmerzen lösen sich, Mundatmung kann auf Nasenatmung umgestellt werden und Durchblutung und Entwicklung des Nervensystems werden gefördert, was zu einer guten Konzentrationsfähigkeit beiträgt.

## Kinderfüße in Schuhen

„Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh“ lautet ein bekanntes Kinderlied. Nach diesem Motto haben Wissenschaftler Kinderfüße einmal genauer unter die Lupe genommen und dabei erschreckende Feststellungen gemacht:

- Viele Kinder tragen Schuhe, die ihnen um 10 Millimeter zu klein sind.
- 85 Prozent der Eltern schätzen die Schuhgröße falsch ein und auch die Methoden, um die Passform zu testen, sind nicht praktikabel.
- Viele Kinderschuhe sind Mogelpackungen, denn rund 97 Prozent der Schuhe haben eine geringere Innenlänge, als die ausgewiesene Schuhgröße verrät. Abweichungen bis zu 12 Millimeter waren üblich.
- Die Folge der zu kleinen Schuhe sind gesundheitliche Schäden. Die Forscher fanden heraus: Je kürzer die Schuhe sind, desto schiefer sind auch die Großzehen. Rechtzeitig erkannt, kann sich die Schräg-

stellung mit dem Tragen passender Schuhe jedoch wieder zurückbilden.

- Auch wenn gleich nach der erkannten Fehlstellung reagiert wird, sind Folgeschäden nicht abschätzbar. Weitere Untersuchungen müssen nun klären, ob und inwiefern sich zu kleine Schuhe auf die Motorik, Knie- und Hüftgelenke sowie auf die Wirbelsäule ausgewirkt haben.

Deshalb sollten Sie beim nächsten Schuhkauf besonders gut aufpassen. Es ist empfehlenswert, sich in einem Fachgeschäft beraten zu lassen. Dort kann Ihr Kind den Schuh anprobieren und es wird geprüft, ob er wirklich passt.

Kaufen Sie Schuhe besser am Nachmittag, weil die Füße Ihres Kindes im Tagesverlauf größer werden. Das Material des Schuhs sollte weich, beweglich und atmungsaktiv sein. Die regelmäßige Kontrolle der richtigen Größe ist ein Muss, vor allem bei Schuhen, die Ihr Kind in der Schule trägt und die Sie nicht täglich zu Gesicht bekommen.

Nehmen Sie auch die Füße Ihres Kindes genau unter die Lupe. Viele Kleinkinder haben Knick-Senk-Füße, was allein noch kein Problem darstellt. Das lässt sich meist einfach beheben, indem Sie Ihr Kind oft barfuß laufen lassen und für viel Bewegung sorgen. Doch wenn man nicht aufpasst, können daraus schnell Plattfüße werden, die sich leider nicht von allein auswachsen. In diesem Fall wird Ihr Kind öfter über Fußschmerzen klagen und die Sohle am Innenrand seiner Schuhe sind schnell deutlich abgelaufen. Jetzt sollten Sie einen Kinderorthopäden aufsuchen, der mit Einlagen oder anderen Behandlungsmethoden helfen kann.

## Was tun bei Krankheit oder Unfall?

Wenn Ihr Kind am Morgen krank ist und nicht in die Schule gehen kann, müssen Sie die Schule das wissen lassen. Dazu reicht ein Anruf im Sekretariat vor Unterrichtsbeginn. Die Lehrkraft braucht sich dann über die Abwesenheit des Kindes keine Sorgen mehr machen. Sollte Ihr Kind länger als drei Tage zu Hause bleiben müssen, braucht die Schule schon bald eine schriftliche Entschuldigung. Ein ärztliches Attest ist nur bei sehr langen Krankheiten nötig oder wenn das Kind Leistungsproben nicht mitschreiben konnte.

Passiert Ihrem Kind während des Unterrichts ein Unfall, sei es beim Toben auf dem Pausenhof oder im Schulsport, so ist für alles gesorgt: Sie als Erziehungsberechtigte werden zu Hause oder in der Arbeit verständigt und ein zuständiger Schularzt steht zur Verfügung.

### Info

*Passendes Schuhwerk sollte mindestens 10 Millimeter, besser noch 12 bis 17 Millimeter länger sein als die Füße Ihres Kindes. Ausnahmsweise dürfen Sie dabei die Meinung Ihres Kindes nicht zu hoch einschätzen, denn die Studie hat ebenfalls nachgewiesen, dass 60 Prozent der Kinder Schuhe, die knapp passten oder gar ganz zu klein waren, als „passend“ empfunden haben.*

# Ein Blick ins Innenleben

## Anlaufschwierigkeiten?

Viele Kinder haben zu Beginn ihrer Schullaufbahn Schwierigkeiten, sich in der neuen Situation zurechtzufinden, sich der Umgebung anzupassen und das Lernpensum zu bewältigen. Lassen Sie sich auf solche Problemsituationen ohne Ängste ein. Jedes Kind hat beim Lernen und beim Zurechtfinden mit den neuen Anforderungen des Schulalltags seinen eigenen Rhythmus. Die meisten anfänglichen Probleme lösen sich im Laufe der Zeit von selbst. Bei manchen Kindern geht das vielleicht langsam und kostet viel Kraft, wenn jedoch die notwendige Ruhe und die Akzeptanz für Ihr Kind mit all seinen individuellen Schwächen vorhanden ist, dann wird sich Ihr Kind langsam, aber sicher in seinen Problembereichen verbessern.

Wenn Sie bemerken, dass Ihr Kind trotz längerer Anstrengung und Bemühung nicht mehr aus seinen Problemen herausfindet oder gar Schulängste entwickelt, sollten Sie sich Hilfe suchen. Es gibt ein vielfältiges Angebot an ärztlicher, therapeutischer und psychologischer Unterstützung, das Sie in solchen Situationen in Anspruch nehmen können. Scheuen Sie sich nicht davor – weit mehr Kinder, als Sie denken, sind betroffen.

## Lernprobleme – kein Grund zur Panik

Ganz natürlich haben die meisten Kinder – bezogen auf die Unterrichtsfächer – bestimmte Vorlieben und Abneigungen: Das eine Kind löst in Kürze die kniffligsten Rechenaufgaben, tut sich aber beim Lesen sehr schwer. Ein anderes ist sehr musikalisch und hat aber Angst vor Diktaten. Wieder ein anderes Kind schreibt mit Freude lange Aufsätze und verzweifelt aber bei Geometrieaufgaben. Jedes Kind hat seine Schwächen und Stärken, dessen muss man sich bewusst sein. Aber bevor die Schwierigkeiten zu groß werden und die Lücken im Wissen nicht mehr zu schließen sind, sollten Sie eingreifen. Gezieltes Üben und individuelle Förderung können dabei schnell eine Wirkung zeigen.

Achten Sie auch auf Angebote verschiedener Nachhilfestudios und Lerninstitute, die Sie sicher in Ihrer Umgebung finden. Handeln Sie jedoch nicht zu vorschnell, sondern versuchen Sie den Problemen zunächst einmal auf den Grund zu gehen. Woher stammen die Schwierigkeiten beim Kind? Gespräche mit dem Kind oder der Lehrerin/dem Lehrer können sehr hilfreich sein.

### In Zukunft bessere Noten!

- Motivierte und erfahrene Nachhilfelehrer/-innen
- Individuelles Eingehen auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen

Kelheim, Donaustraße 11, Telefon: 09441-1 74 56 89, [kelheim@schuelerhilfe.com](mailto:kelheim@schuelerhilfe.com)

MEHR WISSEN; MEHR CHANCEN:

Schülerhilfe



GRATIS INFO-HOTLINE  
8-20 Uhr  
**0800-1941808**  
[www.schuelerhilfe.de](http://www.schuelerhilfe.de)

Vermuten Sie bei Ihrem Kind eine Lernschwäche wie zum Beispiel die LRS (Lese-Rechtschreib-Schwäche), sollten Sie das Gespräch mit der Schulpsychologin/dem Schulpsychologen suchen. Er kann die Situation beurteilen und gegebenenfalls Therapiemaßnahmen vorschlagen. Aber auch mit einer Lernschwäche kann Ihr Kind das Schulleben gut meistern, denn die Kinder verfügen über die gleiche Intelligenz wie Gleichaltrige und haben nur eine andere Art zu lernen.

## Hochbegabung

Man spricht von Hochbegabung, wenn Kinder einen Intelligenzquotienten von über 130 haben. 100 ist der statistische Durchschnitt. Eltern merken meist schon in den ersten drei, vier Jahren, dass ihr Kind in seiner Entwicklung deutlich weiter ist als die Gleichaltrigen. Aber nicht immer wird Hochbegabung früh erkannt. Dann kann die zwangsläufige Unterforderung in der Schule zu Langeweile, Unaufmerksamkeit und mittelmäßigen bis schlechten Noten führen. Wichtig ist, den adäquaten Förderweg für jede einzelne Begabung zu finden. Erste Anlaufstellen für Eltern sind in diesem Zusammenhang die Klassenlehrerin/der Klassenlehrer und die Schulpsychologin/



der Schulpsychologe oder einer der bundesweit agierenden Interessenverbände.

## Was ist ein Logopäde?

Logopädie ist ein Therapiebereich, der sich mit Beeinträchtigungen in der Kommunikationsfähigkeit beschäftigt. Gerade bei der

### Fit für die Schule! - Fit in der Schule!

- Förderung der sprachlichen Kompetenzen (Artikulation, Grammatik, Wortschatz, Erzählverhalten, Sprachverständnis)
- Förderung der auditiven Wahrnehmung u. phonologischen Bewusstheit
- Unterstützung beim Schriftspracherwerb, Legasthenietherapie

### Praxis für Logopädie · Barbara Seidl

Logopädin · Klinische Lerntherapeutin · Fachtherapeutin für kognitives Training  
Alter Markt 9 • 93309 Kelheim • Tel.: 09441- 175995 • [www.logopaedie-kelheim.de](http://www.logopaedie-kelheim.de)



Sprachentwicklung können Probleme auftreten. In diesen Fällen ist ein Logopäde der richtige Ansprechpartner. Wenden Sie sich an ihn, wenn Sie bemerken, dass Ihr Kind undeutlich, wenig und ungern spricht oder bestimmte Laute nicht bilden kann. Je früher man Sprachstörungen diagnostiziert, umso besser sind die Heilungschancen. Mit der richtigen Förderung und Behandlung einer Sprachstörung erleichtern Sie Ihrem Kind den Schulalltag ungemein und schaffen die Grundlage dafür, dass es später eine ganz normale Schullaufbahn durchlaufen kann.

## Ergotherapie

Für Kinder mit erheblichen Entwicklungsstörungen empfiehlt sich der Besuch bei einem Ergotherapeuten. Dort bekommen

auch Kinder mit besonderen Verhaltensauffälligkeiten, Lernschwierigkeiten oder ADS Unterstützung. Die Ergotherapie versucht die Krankheitsbilder mittels Beschäftigungsmaßnahmen zu heilen. In Einzel- oder Gruppensitzungen setzt sich das Kind mit verschiedenen Techniken, Materialien oder Geräten auseinander und verbessert so die geistigen und körperlichen Fähigkeiten. Im Laufe der Therapie sollen Selbstbewusstsein und Körpergefühl gefördert werden, um zur selbstständigen Handlungsweise zu führen.

Buchtipp: „Nick und die Ergotherapie“

Die Geschichte von Nick erzählt von seinem ersten Besuch beim Ergotherapeuten und nimmt damit den kleinen Patienten die Angst.

### ERGOTHERAPIE RÜDIGER HANL

93077 BAD ABBACH  
Tel. 09405 963444

84048 MAINBURG  
Tel. 08751 841072

Ihre Ziele für Ihr Kind im Vorschul- und Schulalter sind unsere Leistungen

Wir bieten Hilfe zur Verbesserung

- der Grobmotorik
- der Feinmotorik (z.B. Schriftbild, des Malens)
- der Konzentration, Ausdauer, Lese-Rechtschreib-Leistung und Rechenfertigkeit
- des Verhaltens und Belastbarkeit (z.B. ADS/ADHS)

Unsere Leistungen u.a. sind:

- Sicherung der Qualität durch standardisierte Testverfahren
- individuelles Lernmaterial
- Hilfen und Anleitung für Eltern

[www.ergotherapie-hanl.de](http://www.ergotherapie-hanl.de)





photocase.de

## Was neben der Schule wichtig ist

### Der freie Nachmittag

Nachdem sich Ihr Kind einige Zeit konzentriert an die Hausaufgaben gemacht hat und diese dann beendet sind, wird es nicht nur froh über seine Leistung sein, sondern auch begeistert über die Aussicht, jetzt endlich seinen **Neigungen nachgehen** zu können.

Deshalb sollten Eltern dafür Sorge tragen, dass sich vor allem die Grundschüler(innen) **am Nachmittag nicht zu viel zumuten**. Verplanen Sie das Kind nicht mit verschiedensten Aktivitäten und Terminen. Hat sich ein Kind nicht nach Schule und Hausaufgaben einen freien Nachmittag mit den Nachbarkindern vor dem Haus verdient? Jetzt kann es sorglos spielen und sich austoben,



weil es sich keine Gedanken um Pflichten und Termine machen muss.

Ist nämlich die ganze Woche verplant, stellt sich die Frage, ob Ihr Kind nicht eventuell überfordert wird und sich noch genug auf die schulischen Anforderungen konzentrieren kann. Seien Sie sich bewusst, dass vor allem die erste Klasse einen enormen Wandel für Kind und Familie darstellt. Die neuen Aufgaben sind zwar gut zu schaffen,

doch sollte sich Ihr Kind darauf konzentrieren können.

**Um sich am Nachmittag entspannen zu können**, sollten Sie wenig andere Förderbereiche während der ersten Klasse ausbauen, dies bedeutet, dass Sie für Ihr Kind höchstens eine zusätzliche regelmäßige Aktivität pro Woche einplanen. Davon ausgenommen sind Abmachungen unter Freunden und Schulkameraden zum gemeinsamen Spiel. Unterstützen Sie das kindliche Spiel, es ist sehr wichtig, um angestaute Wut, Aggressionen, Enttäuschungen oder Druck abzubauen. Das Spiel hat sozusagen eine reinigende Wirkung auf den emotionalen Zustand Ihres Kindes.

Vermeiden Sie auch, dass Ihr Kind gleich nach den Hausaufgaben vor dem Fernseher oder Computer sitzt. Schließlich kommt es ja gerade aus einer „Sitzung“ mit den Schulaufgaben und sollte sich statt anspannender Fernsehstunden eher frische Luft und Zeit zum Austoben gönnen.

## Hier spielt die Musik

**Musikerziehung** fördert die Entwicklung des Kindes vielseitig und nachhaltig. Sie kann einen Zuwachs an Kreativität, Konzentrationsvermögen, sozialen Fähigkeiten und an Koordinationsfähigkeit erbringen. Im Vordergrund der Musikerziehung steht die Freude des Kindes am Musizieren. Oftmals wird bereits für Kinder im Kindergartenalter in Musikschulen eine musikalische Früherziehung angeboten. Zeitgemäße pädagogische Konzepte sorgen dafür, dass das Kind auf spielerische Art und Weise an die Musik herangeführt wird. Nach der musikalischen Früherziehung im Vorschulalter besteht die Möglichkeit, ein Musik-



**Musikhaus Heinrich**

FACHGESCHÄFT FÜR INSTRUMENTE, ZUBEHÖR, NOTENMATERIAL UND UNTERRICHT

*Verschenken Sie Musik!*  
*'Bei uns finden Sie viele Geschenkideen.*  
*'Für Groß und Klein!*  
*'Wir beraten Sie gerne!*

Baderstr. 3 · 93326 Abensberg    Altmühlstr. 13 · 93309 Kehlheim  
 Telefon 0151 21038478    Telefon 09441 703347

**[www.musikhaus-heinrich.de](http://www.musikhaus-heinrich.de)**

instrument zu erlernen. Die Beratung im Fachhandel hilft, ein passendes Instrument zu finden. Die Neigungen und Wünsche des Kindes sollten dabei berücksichtigt werden. Eine große Motivation erwächst aus der Möglichkeit, in Ensembles und Orchestern gemeinsam mit gleichaltrigen Kindern zu musizieren. Wenn Kinder frühzeitig für Musik interessiert werden, kann ihnen das Musizieren in der Jugend und im späteren Leben Bereicherung sein.

## Sport – Bewegung ist alles

Die heutige Lebenswelt verleitet gern zu Bequemlichkeit: Kurze Strecken fährt man mit Bus oder Auto, man nimmt lieber die Rolltreppe und man greift eher zum Telefon als mal schnell zum Nachbar rüber zu gehen. Auch für Ihr Kind besteht die Gefahr des Bewegungsmangels: In der Schule verbringt es einen Großteil des Vormittags im Sitzen und auch in der freien Zeit verlocken Computer und Fernseher zu bewegungsarmer Beschäftigung.

Deshalb müssen Sie dafür sorgen, dass Ihr Kind seinem natürlichen Bewegungsdrang und seinem Spielbedürfnis nachgeht. Denn Bewegung und Sport fördern nicht nur die körperliche Entwicklung Ihres Kindes, sondern auch die geistige Leistungsfähigkeit und vor allem das soziale Verhalten. Viele Vereine und Sportschulen bieten für Kinder und Jugendliche ein breites Spektrum an Sportarten an: Fußball, Handball, Taekwondo, Judo, Eishockey, Tanz, Gymnastik und vieles mehr. Lassen Sie Ihr Kind etwas ausprobieren und finden Sie heraus, was ihm am meisten Spaß macht. Denn Spaß ist der größte Motivationsfaktor und die Grundlage dafür, dass das Hobby längerfristig ausgeübt wird.



## Kinder und Haustiere

Es gibt wohl kein Kind, das nicht von einem eigenen Haustier träumt, sei es ein Hund, eine Katze oder ein Kaninchen. Sicherlich haben Sie selbst schon einige Diskussionen zu diesem Thema mit Ihrem Kind geführt. Tatsächlich ist die Entscheidung für oder gegen ein Haustier nicht einfach. Während Ihr Kind voller Begeisterung für die Idee ist, stellen sich bei näherer Betrachtung aus Elternsicht **zahlreiche Fragen**: Welches Haustier ist geeignet? Wer kümmert sich um die Pflege des Haustieres? Was machen wir mit dem Haustier während der Urlaubszeit?

Trotz all dieser berechtigten Fragen ist es unbestritten, dass Haustiere einen **positiven Einfluss** auf Kinder haben. Kinder lernen, Verantwortung zu übernehmen. Das Selbstwertgefühl wird gestärkt, Ihr Kind



wird ruhiger und ausgeglichener. Da Kinder in dem Haustier in erster Linie einen Freund und Spielkameraden sehen, sind sie bereit, kleinere Aufgaben zu übernehmen, die bei der Pflege und Betreuung des Haustiers anfallen.

Dabei müssen Sie sich allerdings immer bewusst sein, dass bei allen guten Vorsätzen ein Großteil der Tierpflege von Ihnen übernommen werden muss. Frühestens ab acht Jahren sind Kinder in der Lage, sich selbstständig (aber immer noch unter Anleitung) um kleinere Haustiere wie Kaninchen oder Meerschweinchen zu kümmern. Für Hund oder Katze kann ein Kind frühestens mit zwölf Jahren sorgen. Die Verantwortung für das Tier bleibt letztendlich immer bei den Eltern.

## Der Computer – sinnvolle Freizeitgestaltung?

„Mein Kind lässt sich gar nicht mehr vom Computer weglocken!“ jammert die Mutter, die schon beinahe ratlos ist aufgrund des überhöhten Medienkonsums ihres Kindes. Ein Problem, das sicherlich vielen Eltern immer häufiger begegnet. Doch warum verteufeln Sie die Tatsache, dass sich Ihr Kind mit dem wichtigen Medium Computer auseinandersetzt? Können Sie

als Eltern nicht sogar einen Nutzen für Ihr Kind daraus ziehen?

Inzwischen wurden sehr viele kindgerechte Lernspiele entwickelt, die gezielt schulische Inhalte fördern und vertiefen. Dabei kann Ihr Kind mit Spaß und vor allem viel Motivation das Gelernte auf spielerische Weise wiederholen und anwenden. Ganz nebenbei wird es in vielen anderen Kompetenzen geschult, wie zum Beispiel dem Lesen, dem Schreiben und dem professionellen Umgang mit dem Computer. Sie werden merken, dass Ihr Kind sich sehr engagiert und begeistert mit solchen Aufgaben befasst. Auch im Unterricht wurden diese Methoden schon erprobt und mehrfach eingesetzt. Nahezu in jedem Klassenzimmer steht heute ein klasseneigener Computer, an dem die Schüler(innen) selbstständig arbeiten lernen. Dadurch soll Ihrem Kind auf spielerische Art ein kritischer Umgang mit Medien und auch Medienkompetenz vermittelt werden.

Zu Hause können Sie das fördern, indem Sie Ihrem Kind Spiele in überschaubarem Umfang zur Verfügung stellen, die Sie als pädagogisch sinnvoll erachten. Bei der Auswahl können Ihnen Lehrer oder die Lektüre von Fachzeitschriften helfen. Es ist wichtig, dass Sie Ihr Kind bei seinen Tätigkeiten am Computer begleiten, ihm die wichtigen Schritte erklären und es auch selbstständig ausprobieren lassen. Trotz aller positiven Nebeneffekte sollte die Zeit am Computer begrenzt werden und für genügend Ausgleich gesorgt sein. So kann der PC neben der Schule als Lernhilfe, die Spaß macht, optimal genutzt werden.

Hinweis: Nützliche Informationen stehen Ihnen unter [www.tivola.de](http://www.tivola.de) zur Verfügung.

„Also lautet ein Beschluß:  
 Daß der Mensch was lernen muß. -  
 Nicht allein das Abc  
 Bringt den Menschen in die Höh';  
 Nicht allein in Schreiben, Lesen  
 Übt sich ein vernünftig Wesen;  
 Nicht allein in Rechnungssachen  
 Soll der Mensch sich Mühe machen;  
 Sondern auch der Weisheit Lehren  
 Muß man mit Vergnügen hören.“



*Wilhelm Busch, „Max und Moritz“, 1865*

## IMPRESSUM

■ PUBLIKATIONEN ■ INTERNET ■ KARTOGRAFIE ■ WERBEMITTEL

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit dem Staatlichen Schulamt Kelheim. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt das Staatliche Schulamt Kelheim entgegen.

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind

zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

**Redaktion:**  
 mediaprint Weka info verlag gmbh

**mediaprint Weka info verlag gmbh**  
 Lechstraße 2, D-86415 Mering  
 Tel. +49 (0) 8233 384-0  
 Fax +49 (0) 8233 384-103  
 info@mp-infoverlag.de

[www.mp-infoverlag.de](http://www.mp-infoverlag.de)  
[www.alles-deutschland.de](http://www.alles-deutschland.de)  
[www.mediaprint.tv](http://www.mediaprint.tv)

93309035/2. Auflage/2010

  
**mediaprint**  
 infoverlag

