

Do, 12.2.26 | 19 - 20.30 Uhr
**»Kinder & Smartphones:
Medien-Sicherheitstraining
für Eltern«**

Quartiersladen Sielmingen, Sielminger
Hauptstraße 40, 70794 Filderstadt Sielmingen

Daniel Dell'Aquila, Digitaltrainer

Whatsapp, Snapchat, Instagram:
Viele Kinder im Grundschulalter
setzen Smartphones deutlich anders
ein als ihre Eltern – und sind deshalb
manchmal sogar der Meinung, sie
allein seien digital kompetent.

Dieser Informationsabend hilft weiter:
Hier erfahren Sie alles, was es über
die enormen Risiken und Chancen
der Smartphone-Nutzung von Kindern
im Grundschulalter zu wissen gibt.
Und natürlich auch, wann bei Ihrem
Kind der richtige Zeitpunkt für ein
eigenes Smartphone gekommen ist.

Dieser Abend richtet sich ausdrück-
lich auch an Eltern, deren Kinder
noch kein Smartphone besitzen.

Di, 24.3.26 | 19 - 20.30 Uhr
**»Wie ernähre ich
mein Kind gesund?«**

Alfons-Fügel-Saal, Mahlestraße 16,
70794 Filderstadt Bonlanden

Ulrike Steurer, Allgemeinmedizinerin,
Praxiszentrum Filderklinik MVZ

Eine gesunde Ernährung für uns und
unsere Kinder soll ausgewogen, aus-
reichend und von guter Qualität sein.

Das Essen soll lecker schmecken
und die Zubereitung soll einfach
sein und in der gemeinsamen
Vorbereitung Freude bereiten.

Wie dies gelingen kann ohne Fast
Food und Kalorien zählen, das
wollen wir gemeinsam ausloten.



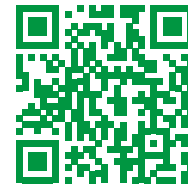
Do, 7.5.26 | 19 - 20.30 Uhr
**»Fieberhafte Erkrankungen
und Umgang mit Fieber
im Kindesalter «**

Saal im Bürgerzentrum, Bernhäuser Hauptstraße 2,
70794 Filderstadt Bernhausen

Andrea Weinandy, Dr. Matthias Lohn, Leitung
der Kinderarztpraxen in Bernhausen und
Bonlanden, Praxiszentrum Filderklinik MVZ

Fieber ist ein häufiges Symptom
im Kindesalter. Doch was steckt
eigentlich dahinter? Fieber ist keine
Krankheit, sondern ein Zeichen dafür,
dass der Körper des Kindes gegen
Krankheitserreger kämpft. Es aktiviert
das Immunsystem und unterstützt
den Heilungsprozess – ein natür-
licher, oft sinnvoller Mechanismus.

Schauen Sie auch hier vorbei:
www.gut-versorgt-in-filderstadt.de



Aber wann ist Fieber harmlos, und
wann sollte man besser ärztlichen
Rat einholen? Welche fieberhaften
Erkrankungen sind besonders
typisch bei Kindern? Und was
hilft dem Kind in dieser Zeit?

An diesem Abend erhalten Sie fun-
dierte Informationen, praktische Tipps
und Sicherheit im Umgang mit Fieber.



KONTAKT

Stadt Filderstadt
Referat für Chancengleichheit,
Teilhabe und Gesundheit

Referatsleitung
Dr. Susanne Omran
chancengleichheit@filderstadt.de

**Für Fragen, Information
sowie Anmeldung**

Nina Reckziegel
Gesunde Kommune
Tel.: 0711 / 70 03 - 36 8
nreckziegel@filderstadt.de

Jasmin Fritz
Gesundheitslotsin
Tel.: 0711 / 70 03 - 25 60
jfritz@filderstadt.de



In Zusammenarbeit mit

Amt für Kinderbetreuung und Schulen



Aus Liebe zum Menschen.

Treibbild | Rawpixel.com/shutterstock.com

REFERAT FÜR CHANCENGLEICHHEIT,
TEILHABE UND GESUNDHEIT

Gesunde Impulse für Eltern
Vorträge und Workshops zur Kindergesundheit



FILDERSTADT
*Eine Stadt.
Viele Möglichkeiten.*

Liebe Eltern, Liebe Interessierte,

mit präventiven gesunden Impulsen für Eltern wollen wir Familien stärken. Zu verschiedenen Gesundheitsthemen im Kindesalter erhalten Sie Informationen, Wissen und hilfreiche Tipps.

In dieser Reihe geht es um Hitzeschutz, Schlafverhalten von Babys, Medienkompetenz, Blähungen, Fieber, Zucker, Ernährung sowie allgemeine Kindernotfälle.

Kommen Sie vorbei, melden Sie sich an, stellen Sie den Expert*innen Fragen und nehmen Sie nützliche Gesundheitsinformationen mit.

Ihr Referat für Chancengleichheit, Teilhabe und Gesundheit



Di, 8.7.25 | 19 - 20.30 Uhr

»Hitzeschutz für Kinder«

St. Stephanus Saal, Eugenstraße 19,
70794 Filderstadt Bernhausen

Dr. Christin Löffler, Ärztin bei den SLK-Kliniken Heilbronn, Dozentin für „Gesundheit im Klimawandel und Klimamanagement“ an der Dualen Hochschule Stuttgart

Der Sommer wird immer heißer – doch gerade Kinder sind besonders gefährdet, wenn die Temperaturen steigen. In einem informativen Gesundheitsvortrag möchten wir Eltern wertvolle Tipps und praxisnahe Hinweise zum Hitzeschutz für Kinder vermitteln.

Die Expertin Dr. Christin Löffler von KLUG e.V. erläutert, wie sich extreme

Hitze auf den Körper von Kindern auswirkt und welche Symptome auf eine Überhitzung hinweisen. Dabei geht es auch um die richtige Einschätzung von Risikofaktoren.

Der Workshop bietet zudem hilfreiche Empfehlungen für den Umgang mit heißen Sommertagen. Es wird darauf eingegangen, wie die Kleinsten auch bei starker Sonneneinstrahlung geschützt werden können – sei es bei Ausflügen oder beim Spielen im Freien.

Seien Sie dabei und erfahren Sie alles Wichtige, um Kindern in heißen Sommermonaten einen gesunden und sicheren Aufenthalt zu ermöglichen!

Mi, 23.7.25 | 10 - 11.30 Uhr

»Ich kann schlafen«

Quartiersladen Sielmingen, Sielminger
Hauptstraße 40, 70794 Filderstadt Sielmingen

ProJuFa, Frühe Beratung und Hilfen für Familien mit Kindern von 0 bis 3 Jahren
Landkreis Esslingen
Natascha Ullrich, Koordinatorin Region Filder
Jasmin Albrecht, Familien- Gesundheits-
Kinderkrankenschwester

Die Frühen Hilfen von ProJuFa im Landkreis Esslingen stellen sich vor und freuen sich auf einen lebendigen Austausch zum Thema „Babyschlaf“.

Ein fachlicher Input beschäftigt sich damit, wie sich Schlafverhalten entwickelt, welche Mythen es dazu gibt, welche Tipps im Alltag helfen, und welche Ideen die bindungsorientierte Begleitung beim Schlafen unterstützen können:

- Was kann ich tun, wenn mein Kind nicht gut schläft?

- Wie kann ich die Besonderheiten des Babyschlafes verstehen?
- Darf ich mein Baby schreien lassen, wenn es nicht schlafen kann?
- Wie fördere ich durch Rituale und eine passende Umgebung einen erholsamen Schlaf für die ganze Familie?

Do, 23.10.25 | 19 - 20.30 Uhr

»Blähungen & Koliken im frühen Kindesalter«

Liebfrauen - Gemeindesaal, Plattenhardter Str. 45,
70794 Filderstadt Bonlanden

Simon Peter Henkes, Uhlberg Apotheke Bonlanden

In diesem Vortrag erwartet Sie eine Reise durch eines der womöglich „lautesten“ Themen des Elternseins. Dabei wird Bezug genommen auf die häufigsten Ursachen und typischen Symptome. Ob erstes Kind oder routinierte Eltern, wir reden über Erfahrungswerte, Hausmittelchen und natürlich kleine Helfer aus der Apotheke.

Do, 27.11.25 | 19 - 20.30 Uhr

»Süße Versuchung – dem Zucker auf der Spur«

Quartiersladen Sielmingen, Sielminger
Hauptstraße 40, 70794 Filderstadt Sielmingen

Indra Pietsch, Staatl. geprüfte Ernährungsberaterin,
AOK – Die Gesundheitskasse Neckar-Fils

Zucker versüßt unser Leben und findet sich in vielen Lebensmitteln wieder.

Doch warum essen wir eigentlich so gerne Süßes? Brauchen wir Zucker und welche Zuckerarten gibt es? In welchen Lebensmitteln steckt Zucker drin? Gibt es empfehlenswerte Zuckeralternativen? Und wie lässt sich das richtige Maß finden?

In diesem Workshop erfahren Sie alles rund um das Thema Zucker und erhalten praktische Tipps, wie Sie den Zuckerkonsum in Ihrem Familienalltag reduzieren können.

Do, 22.1.26 | 19 - 20.30 Uhr

»Kindernotfälle erkennen und richtig handeln«

Festsaal der Filderklinik, Im Haberschlag 7,
70794 Filderstadt Bonlanden

Dr. Jan Vagedes, Chefarzt Kinder- und
Jugendmedizin, Filderklinik GgmbH

Ein Sturz, eine plötzliche Atemnot, eine Verbrennung oder ein Fieberkrampf – Kindernotfälle passieren schnell und sind oft sehr beängstigend für die Menschen, die dabei sind. In dem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die häufigsten Notfälle im Kindesalter: Vergiftungen, Aspiration (Verschlucken), Stürze, Pseudokrapp, Verbrennungen und Fieberkrämpfe.

Sie lernen, wie Sie Gefahrensituationen erkennen, richtig reagieren und was Sie im Ernstfall tun können, bis professionelle Hilfe eintrifft.

