



WELCHE BEDEUTUNG HAT GENITORIPIÙ?

COSA VUOL DIRE ESSERE GENITORIPIÙ?

Sie als Eltern sind die Hauptdarsteller der Gesundheit Ihrer Kinder: beginnend von jenem Zeitpunkt an, in welchem Sie entschieden haben, Ihr Kind zu empfangen, Tag für Tag während der Schwangerschaft, Schritt für Schritt in seinen ersten Lebensjahren. In jedem Augenblick des Lebens Ihres Kindes, ist die kindliche Fürsorge, welche nur Eltern geben können, die aufmerksam und informiert sind, ein kostbares Gut. Aus diesem Grund haben wir beschlossen, die Gesundheit des Kindes zu fördern, indem wir 7 Maßnahmen ausgewählt haben: 7 Maßnahmen, die wesentlich sind für Sie als Eltern, aber in besonderem Maße für Ihr Kind. Jede einzelne dieser Maßnahmen schützt es vor mehreren Problemen. Alle zusammen ergeben ein Kapital für seine Gesundheit und für sein zukünftiges Leben. Als Eltern können Sie wirklich sehr viel tun: Jede Maßnahme hat mehr Gewicht, wenn Sie zusammen mit den anderen gefördert wird. Ein wichtiges Beispiel? Die Impfungen: ein einfacher Weg: so werden Ihre Kinder wirksam und sicher vor gefährlichen Krankheiten geschützt, gegen die es noch keine erfolgreichen Therapien gibt. Werden Kinder geimpft, so bedeutet dies, die Gesundheit aller Kinder zu schützen. Dafür ist aber die Unterstützung aller erforderlich, damit die Vorteile dieser Aktion Früchte tragen. Genitoripiù zu leben, heißt somit Hauptdarsteller des Wohlbefindens des eigenen Kindes zu sein. Es bedeutet aber auch die Angebote des Gesundheitsdienstes optimal zu nutzen: wir haben uns verpflichtet 7 Maßnahmen zu fördern, um mit Ihnen, unseren Kindern und unserer Gemeinschaft mehr Gesundheit, mehr Schutz und mehr Sicherheit zu bieten. Durch Fachleute der verschiedenen Sanitätsdienste fördert das Ministerium die 7 Maßnahmen und engagiert sich seit längerer Zeit, alle Kinder durch das Impfangebot über die Zusammenarbeit mit den Gesundheitsdiensten und den Basiskinderärzten zu schützen.

ANDERE SÄTZE:



*Ministero del Lavoro della Salute
e delle Politiche Sociali*

www.ministerodellasalute.it
www.genitoripiù.it

Es ist eine initiative des:

ACP Associazione Culturale Pediatri

ASNAS Associazione Nazionale Assistenti Sanitari

FNCO Federazione Nazionale dei Collegi delle Ostetriche

IPASVI Federazione Nazionale Collegi Infermieri Professionali

Assistenti Sanitari, Vigilatrici d'Infanzia

SIGO Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia

SIN Società Italiana di Neonatologia

SIP Società Italiana di Pediatria

SITI Società Italiana di Igiene

fimp

Federazione Italiana Medici *Pediatri*

unicef



guadagnare salute

rendere facili le scelte salutari

 Regione Emilia-Romagna



www.grafikamente.it

7 **MASSNAHMEN FÜR DEIN KIND**
DIE PERFEKTE ZAHL FÜR DAS LEBEN

genit  ri più
prendiamoci più cura della loro vita

TEDESCO

UM GENITORIPIÙ ZU SEIN, GENÜGEN SIEBEN EINFACHE MAßNAHMEN. SIEBEN EINFACHE MAßNAHMEN, DIE EIN LEBEN LANG HALTEN.

PER ESSERE GENITORIPIÙ, BASTANO SETTE SEMPLICI AZIONI. SETTE SEMPLICI AZIONI CHE VALGONO UNA VITA INTERA

1 DIE RECHTZEITIGE EINNAHME VON FOLSÄURE

PRENDERE PER TEMPO L'ACIDO FOLICO

Denken Sie bereits vor der Zeugung an Ihr Kind: Folsäure ist ein Vitamin, welches, wenn es vor der Zeugung und in den ersten 3 Schwangerschaftsmonaten eingenommen wird, wichtigen Fehlbildungen vorbeugt. Deren Einnahme ist sicher. Informieren Sie sich bei Ihrem Vertrauensarzt.

2 KEIN RAUCHEN WÄHREND DER SCHWANGERSCHAFT UND IN ANWESENHEIT EINES KINDES

NON FUMARE IN GRAVIDANZA E DAVANTI AL BAMBINO

Schützen Sie Ihr Kind vor dem Rauch: Rauchen in der Schwangerschaft setzt die kindliche Gesundheit aufs Spiel. Besonders das Passivrauchen ist für kleine Kinder schädlich: Dulden Sie es nicht, dass zu Hause oder in der Nähe des Kindes geraucht wird. Informieren Sie sich bei Ihrem Vertrauensarzt oder bei der Hebamme Ihres Vertrauens.

3 STILLEN

ALLATTARLO AL SENO

Stillen Sie Ihr Kind. Stillen ist die natürlichste Geste, die es gibt und Muttermilch die vollwertigste Nahrung: in den ersten sechs Lebensmonaten benötigt Ihr Kind nichts anderes. Stillen Sie anschließend noch weiter, auch über das erste Lebensjahr hinaus. Muttermilch schützt vor sehr vielen Krankheiten, kleine, wie große Kinder. Auch Sie als Mutter profitieren vom Stillen. Zögern Sie nicht, mit Ihren Familienangehörigen und dem Gesundheitspersonal darüber zu sprechen.



4 RÜCKENLAGE BEIM SCHLAFEN

METTERLO A DORMIRE A PANCIA IN SU

Legen Sie Ihr Kind zum Schlafen auf den Rücken: dies ist die sicherste Position. Zusammen mit dem Stillen und Vermeiden des Rauchens beugen Sie dem plötzlichen Kindstod (SIDS) vor. Zudem wird eine Raumtemperatur von etwa. 20° C empfohlen. Schützen Sie Ihr Kind zusätzlich vor Überwärmung.

5 SICHERUNG DURCH DEN KINDERSITZ IM AUTO

PROTEGGERLO IN AUTO CON IL SEGGIOLINO

Benützen Sie im Auto immer einen Kindersitz, auch bei kurzen Strecken. Vergewissern Sie sich, dass der Sitz den gesetzlichen Bestimmungen obliegt: er soll für das Gewicht des Kindes geeignet sein, die richtige Größe haben und sachgemäß montiert worden sein. Überprüfen Sie das Vorhandensein des europäischen Qualitätssiegels ECE R44/03.

6 DURCHFÜHRUNG ALLER EMPFOHLENER IMPFUNGEN

FARE TUTTE LE VACCINAZIONI CONSIGLIATE

Ihr Kind zu impfen bedeutet, es und andere Kinder vor vielen Infektionskrankheiten zu schützen. Manche dieser Krankheiten sind sehr gefährlich und dank heutiger Impfungen unter Kontrolle. Über das Kindergesundheitsbuch erfahren Sie mehr über die Impfungen im Kindesalter. Weitere Informationen erhalten Sie über Ihren Kinderarzt, sowie über das Fachpersonal in den Impfungsdiensten.

7 VORLESEN EINES BUCHES

LEGGERGLI UN LIBRO

Widmen Sie Ihrem Kind die Zeit, um ihm ein Buch vorzulesen: es gefällt dem Kind sehr, beim Vorlesen Ihre Stimme zu hören und fördert seine kognitive Entwicklung und die Beziehungsebene. Sie können damit bereits mit sechs Monaten beginnen. Fragen Sie Ihren Kinderarzt um eine erste Einführung über den Verlauf.