

## 5. Newsletter Ausgabe 2020

### Familienstützpunkt Bischberg



Arbeiterwohlfahrt  
Kreisverband Bamberg  
Stadt und Land e.V.

AWO Haus für Kinder Am Vogelberg  
Schulstra.38, 9120 Bischberg  
Telefon: 0951 9685770  
Email: bischberg@fsp.awo-bamberg.de



#### INHALT der Ausgabe:

- **Zeckengefahr**
- **Plötzlich ist alles anders ...**
- **Gesund durch den Sommer, kindergerecht und lecker!**
- **Nie ohne mein Kuscheltier! Warum Schnuffeltuch, Kuscheltier und Co wichtig sind**



### Zeckengefahr in Bayern!

Sie gehören zu einem Übel, das man in Bayern hinnehmen muss – Zecken. Zecken sind nicht, wie viele denken Insekten. Zecken gehören zu den Spinnentieren. Es gibt verschiedene Zeckenarten. In Europa am meisten verbreitet ist der „gemeine Holzbock“. Er überwintert im Boden, ernährt sich vom Blut von Rehen, Rotwild oder Nagetieren. Bereits ab 8 °C werden Zecken aktiv, suchen sich Wirte und haben Ihre Hauptsaison von März – Oktober. Als Wirte kommen meistens Tiere in Frage. Unter Umständen können es aber auch Menschen sein. Zecken lieben es warm und feucht und halten sich deswegen gerne im Gebüsch, Gras am Wegrand oder im Unterholz auf und fallen in der Regel nicht von Bäumen herab.

Zecken stechen gerne in weiche Haut und krabbeln daher manchmal über mehrere Stunden an unserem Körper umher. Haben sie dann das richtige Plätzchen für sich gefunden, ritzen sie die Haut an und verankern ihren Stechapparat in der Wunde. Anschließend saugen sie sich mit dem Blut des Wirtes voll. Das geschieht alles meist schmerzlos, deswegen werden Zecken manchmal erst entdeckt, wenn die Stelle anfängt zu jucken und eine rötliche Farbe annimmt. Wenn sich eine Zecke in der Haut verankert hat, ist es wichtig, sie möglichst bald zu entfernen. Dies senkt das Risiko, dass es zu einer Borreliose kommt.

Zum Entfernen einer Zecke gibt es spezielle Hilfsmittel: sogenannte Zeckenpinzetten (Zeckenzangen), Zeckenkarten und Zeckenhaken. Durch ihre Form lassen sie sich zwischen Zecke und Haut schieben, ohne dass die Zecke zerquetscht wird. So gelangen keine neuen Erreger in die Wunde. Solche Hilfsmittel sind beispielsweise in Apotheken erhältlich.

Quelle und mehr Infos finden Sie unter: <https://www.gesundheitsinformation.de/was-sind-zecken-und-wie-entfernt-man-sie.2084.de.html?part=einleitung-un>

*Tipp: Reden Sie mit Ihren Kindern über Zecken und die damit einhergehende Gefahr. Erklären Sie Ihnen warum Kinder Zecken am eigenen Körper vor Schreck nicht selbst entfernen dürfen, sondern sich bei Befall schnellstmöglich an einen Erwachsenen wenden sollen. Ziehen Sie Ihre Kinder, der Umgebung entsprechend an. Planen Sie z.B. einen Wald Tag empfiehlt sich langärmelige Kleidung (auch Hose!) & ein festes Schuhwerk das über die Knöchel geht.*

## L E S E N S W E R T

Plötzlich ist alles anders...

Am nächsten Morgen rumort Mama schon in der Küche als ich aufwache. Ich kann sie singen hören. Langsam öffne ich meine Augen und strample die Bettdecke zum Bettende. Isabel steht in meinem Türrahmen und lächelt mich an. „Na, gut geschlafen? – Frühstück oder erst duschen?“. Ich murmle ihr etwas zu, steh langsam mit einem lauten Gähnen auf und marschiere ins Bad aufs Klo. Isabel und Mama sprechen miteinander. Anschließend kommt Isabel ins Badezimmer und hilft mir beim Duschen und Anziehen.

Gemeinsam hoppeln wir die Treppe herunter zum Esstisch. „Guten Morgen mein Schatz“, ruft Mama gut gelaunt. Sie trägt ihre rote Schürze, kommt mit einem großen Teller Pfannkuchen und einem großen Grinsen auf mich zu, gibt mir ein Bussi auf den Kopf und wuschelt mir durch die Haare. „Morgen“, antworte ich ihr nur knapp. Isabel schaut Mama mit hochgezogenen Augenbrauen an. Das sehe ich und runzle die Stirn. Ich blicke mich um. Irgendetwas ist anders heute. „Wo ist Papa?“, frage ich. „Der musste auf Arbeit – Krisenbesprechung“, antwortet Isabel und schiebt sich ein riesiges Stück Pfannkuchen in den Mund. „Krisenbesprechung? - Mama, was ist eine Krise?“, ich schau sie fragend an. Mama wirft Isabel einen vorwurfsvollen Blick zu. „Wir sollten schon ehrlich mit ihm sein“. „Isabel, du darfst nicht vergessen wie jung er noch ist.“ – Sie sprechen eindeutig über mich. „Wie du meinst, antwortet Isabel, hebt ihre Schultern und beißt vergnügt in ihren nächsten Pfannkuchen. Mama schweigt und blickt mit leicht besorgtem Blick auf mich herunter.

Überstürzt klatscht sie in die Hände und fragt mich ob wir heute Fahrradfahren üben wollen. Ich nicke stumm und schlürfe an meinem Kakao. Mama setzt sich zu uns an den Tisch und gießt sich Kaffee in ihre Tasse. „Wann kommt Papa?“, frage ich in die Runde. „Zum Mittagessen ist Papa wieder da“, antwortet Mama. Isabel tippt in ihrem Handy herum und hat die Frage wahrscheinlich gar nicht mitbekommen – überhaupt wirkt sie gut gelaunt und entspannt. Mama dagegen beschäftigt etwas. Wir lassen uns ganz viel Zeit zum Frühstück, Mama gießt sich immer wieder Kaffee nach und blättert laut in der Zeitung. Isabel erzählt mir, dass sie heute Morgen schon Eichhörnchen im Garten gesehen hat und ich erkläre ihr, was ich darüber im Kindergarten gelernt habe.

Als Mama mit mir Fahrradfahren will, habe ich keine Lust und erkläre ihr, dass ich lieber spielen würde und auf Papa warten möchte. „Na gut – kein Problem. Ist alles in Ordnung?“. „Ja“, antworte ich ihr, schau sie dabei aber nicht an. „Ist es wegen Corona? - Hast du Fragen?“. Kurz und knapp antwortete ich mit „Nö“. Sie nickt und verschwindet im Flur. In meinem Kopf waren viele Fragezeichen. Wann kann ich meinen Spielplatzfreund wieder sehen? was ist eine Krise? Darf ich jetzt nie wieder zu Oma und Opa und was ist eigentlich mit dem Kindergarten?

Das Telefon klingelt und Isabel stürmt aus ihrem Zimmer die Treppe herunter und hebt ab. „Hallo?“, „Hallo Oma!“ höre ich sie fast schon ins Telefon schreien. „Was? - keine Ahnung – ja Corona- Ferien sozusagen. Papa ist auf der Arbeit, ja ich hol sie an den Hörer. Mama – Oma ist am Telefon“. Mama nimmt den Hörer entgegen und Isabel stürmt wieder zurück in ihr Zimmer.

Das ist es wieder. Das Wort, das alles irgendwie verändert hat - C O R O N A

***Fortsetzung im nächsten Newsletter***



# Kinderflammkuchen 2 in 1 /herzhaft und süß

(Rezept und Bild: [www.maedchenmutter.de](http://www.maedchenmutter.de))



## Zutaten für ein Blech:

- 1 Rolle Flammkuchenteig aus der Kühltruhe oder Teig für ein Blech herstellen
- 1 Becher Schmand
- 7-10 Cocktailtomaten
- Käse, gerieben
- Salz, Pfeffer
- NussNougatcreme
- MiniMarshmallos
- TK Himbeeren
- Schokolade, weiß

## Zubereitung:

Herzhaft: Backofen auf 200 Grad (Umluft) vorheizen. Teig auf dem Backblech ausrollen. Ein Küchenrollentuch in der Mitte falten und damit 1/4 des Teiges abdecken. Schmand (ca. 1/2 Becher) auf dem freien Teig verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Cocktailtomaten in kleine Würfel schneiden. Sollten diese sehr wässrig sein, dann drückt sie etwas aus. Anschließend auf dem Schmand verteilen. Käse (ca. 50-75g) darüber streuen. Für 10 – 15 Minuten goldbraun backen.

Süß: Das Küchenrollentuch auf die belegte Seite klappen. Einen großzügigen EL Schmand mit einem TL NussNougatCreme verrühren und auf dem Teig verteilen. Minimarshmallos und Himbeeren auf dem Schmand verteilen. Für 10 – 15 Minuten backen und anschließend nach Geschmack weiße Schokoladenraspeln darüber geben.

# Erdbeer- Joghurt & Mango EISREZEPT

(Rezept und Bild: [www.mampfbar.de](http://www.mampfbar.de))

## Zutaten:

<b>Erdbeer-Joghurt Eis</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ca. 200 g. Erdbeeren</li><li>• 1/2 Banane</li><li>• ca. 150 g. Joghurt</li><li>• 1Prise Vanille</li><li>• 2 TL Ahornsirup</li></ul>	<b>Mango-Anans-Kokos Eis</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 80 g (gefrorene) Mango</li><li>• 80 g (gefrorene) Ananas</li><li>• ½ Banane</li><li>• 150 ml Kokosmilch</li><li>• 2 TL Ahornsirup</li><li>• 1 Prise Vanille</li><li>• 1 Schuss Zitronensaft (optional)</li></ul>
--	---

## Zubereitung:

<b>Erdbeer-Joghurt Eis</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Erdbeeren waschen und vierteln. Mit einem <a href="#">Pürierstab</a>* oder in einem Mixer fein pürieren.</li><li>2. Joghurt, Ahornsirup und Vanille untermischen.</li><li>3. In die Eisförmchen füllen und für mindestens drei Stunden in den Gefrierschrank stellen.</li></ol>	<b>Mango-Ananas-Kokos Eis</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Mango, Ananas und Banane schälen und würfeln. Mit einem Pürierstab oder in einem Mixer fein pürieren.</li><li>2. <a href="#">Kokosnussmilch</a>* (den cremigen Part), Ahornsirup, Vanille und ein Schuss Zitronensaft dazu geben und noch mal gut vermischen.</li><li>3. In die Eisförmchen füllen und für mindestens drei Stunden in den Gefrierschrank stellen.</li></ol>
---	--



## Nicht ohne mein Kuscheltier!

### Warum Schnuffeltuch, Kuscheltier und Co wichtig sind

Diese Situationen sind vielen Eltern bekannt - das Kind wird in den Kindergarten oder die Krippe gebracht, weint plötzlich und möchte ohne seinen „besten Freund“ nicht aus dem Auto steigen oder in die Kiga-Gruppe gehen. Doch warum sind Teddybär & Co eigentlich so wichtig für Kinder? Wir haben uns auf die Suche nach Antworten gemacht und Interessantes erfahren.

*In einer **Kooperationsstudie** der **Stiftung „Chancen für Kinder durch Spielen“** und des **Internationalen Zentralinstituts für das Jugend- und Bildungsf Fernsehen (IZI)** von **Andrea Holler, Maya Götz** heißt es:*

*„Für Mädchen und Jungen sind die Gefährten, die sie erwählt haben, wichtig. Mädchen haben jedoch häufiger besonders bedeutsame Gefährten. Bei rund einem von 3 Jungen können Mütter kein allerliebstes Kuscheltier oder eine Lieblingspuppe entdecken. Bis zum Ende des dritten Lebensjahrs sind die Gefährten von Mädchen und Jungen relativ ähnlich. Am häufigsten wird ein Teddybär als Lieblingskuscheltier gewählt. Ab dem dritten Geburtstag differenzieren sich dann die Vorlieben geschlechterspezifisch aus. Nach wie vor bleibt der Teddybär der häufigste Gefährte, bei 4 von 10 Mädchen wird jedoch nun eine Puppe besonders bedeutsam. In Familien mit mehreren Kindern im Haushalt ist dies häufiger eine Babypuppe, die vor allem dann bedeutsam wird, wenn ein kleines Geschwisterchen in die Familie kommt.“*

(Quelle: <https://www.br-online.de/jugend/izi/deutsch/publikation/Puppenstiftung.pdf>)

### Nichts geht ohne ...

(Quelle: <https://www.baby-und-familie.de/Entwicklung/Wozu-brauchen-Kinder-Stofftier-oder-Schmusetuch-152345.html>)

*„Für viele Kinder spielt das Kuscheltier in den ersten Lebensjahren eine wichtige Rolle“, sagt Pädagoge Dr. Volker Mehringer von der Universität Augsburg. Warum das so ist, liegt vermutlich zum Teil an der Persönlichkeit des Kindes, möglicherweise auch an gesellschaftlichen Gegebenheiten: "In Kulturen, in denen der Nachwuchs lange und engen Körperkontakt zur Mutter hat, scheinen Kuscheltiere weniger bedeutsam zu sein", so Mehringer.*

Bei früher Ablösung kann es also sein, dass Kinder, mithilfe ihres „besten Freundes“ die Trennung von ihren Eltern kompensieren. *„Denn in stressigen Momenten springt bei den Kleinen automatisch das Bindungssystem an, und sie brauchen etwas Vertrautes, das sie mit den Eltern oder dem Zuhause verbindet.“*

Psychologisch werden Kuscheltiere als Übergangsobjekte bezeichnet, denn sie sind viel mehr als nur ein Spielzeug. *"Kinder erfahren durch Kuscheltiere, dass es auch ein Nicht-Ich gibt. Sie lernen, dass sie über ein Objekt herrschen können und entscheiden zum Beispiel, wann sie es wollen und wann nicht",* erklärt Mehringer.

Später testen die kuscheligen Begleiter oft die Grenzen aus, die sich die Kleinen (noch) nicht zu überschreiten trauen. Die leere Gummibärchentüte – die natürlich der Teddybär und nicht das Kind, geleert hat. Nutzen Sie die Chance und beobachten Sie Ihr Kind, während es mit dem Kuscheltier spielt. „Oftmals bietet sich die Möglichkeit ein Stück in die Seele des Kindes zu schauen“, sagt Mehringer



(Quelle: <https://pixabay.com/de/photos/kind-kuscheltier-stofftier-542134/>)

## Welche Rollen übernehmen Kuscheltiere?

(Quelle: <https://www.kindererziehung.com/news-leser/warum-kuscheltiere-fuer-kinder-so-wichtig-sind01687.php>)

<b>Einschlafhelfer</b>	<b>Tröster</b>	<b>Unterstützer</b>
<p>Mindestens ein Kuscheltier liegt wohl abends beim zu Bett gehen in jedem Kinderbett. Es begleitet beim Abschied vom Tag zum Übergang in die Nacht.</p>	<p>Ein Kuscheltier beruhigt kleine Nerven nach einer Verletzung, bei Krankheit oder wenn es dem Kind sonst irgendwie schlecht geht. Auch bei Übermüdung oder Streitereien mit den Geschwistern ist das Stofftier da.</p>	<p>Beim langsamen herannahenden Abnabeln von den Eltern ist das Stofftier ein wichtiger Begleiter. Auch vor zum Beispiel sportlichen Herausforderungen ist das Kuscheltier eine gute Motivationshilfe</p>

Und wann ist es Zeit, dass Kind und Kuscheltier getrennte Wege gehen? "Diesen Moment gibt es nicht, und es sollte ihn auch nicht geben!", stellt Mehringer klar. "Ich rate Eltern davon ab, ihr Kind vom Kuscheltier zu entwöhnen – etwa weil es dafür zu alt erscheint." In der Regel verliert das Lieblingsobjekt von selbst an Bedeutung, ungefähr im [Grundschulalter](#). Lassen Heranwachsende Puschel und Linchen irgendwann links liegen, empfiehlt der Experte, die Spielgefährten in einer Kindheitskiste aufzubewahren.