



Einladung für Eltern, Großeltern, Lehrer und Erzieher

**Liebe Eltern, liebe Großeltern,
liebe Lehrerinnen und Lehrer,
liebe Erzieherinnen und Erzieher,**

Kinder stehen heute früh unter vielfältigen Belastungen: Schule, Termine, Medien, Leistungsdruck und soziale Erwartungen wirken sich auf Konzentration, Schlaf, Gesundheit und das seelische Wohlbefinden aus.

Wissen schafft Sicherheit – und Entlastung im Familienalltag.

Die **Schlausitz-Akademie** lädt Sie gemeinsam mit der **Rathausapotheke Senftenberg** herzlich zu einer **Vortragsreihe rund um die Gesundheit und Entwicklung von Grundschulkindern** ein.

Die Vorträge vermitteln fundierte Informationen, alltagstaugliche Tipps und bieten Raum für Austausch.

Jede Veranstaltung ist in sich abgeschlossen und kann einzeln besucht werden.

Es ist **keine Teilnahme an der gesamten Reihe erforderlich.**

Veranstaltungsort

Schlausitz-Akademie

Platz des Friedens 4
01968 Senftenberg OT Brieske

Eintritt: 5,00 €

Für Getränke und einen kleinen Gemüsesnack ist gesorgt.

Anmeldung (pro Veranstaltung möglich):

Frau Palatinus: sekretariat@schlausitz.de oder 03573 367599-10



Termine und Themen der Vortragsreihen

Mittwochs 17:00 – ca. 18:30 Uhr

11.03.2026 - Allergien bei Kindern

- erkennen, verstehen, richtig handeln

18.03.26 - Schlaf bei Grundschulkindern

- Wie viel Schlaf braucht mein Kind wirklich?
- Abendrituale & Einschlafen
- Ängste, Alpträume, Einschlafprobleme
- Bildschirmzeit & Schlafqualität

15.04.26 - Immunsystem & Erkältungszeit

- Warum Kinder ständig krank sind
- Was stärkt das Immunsystem wirklich?
- Hausmittel vs. Medikamente

03.06.2026 - Konzentration, Lernen & Stress

- „Warum Kinder heute schneller erschöpft sind“
- Konzentrationsschwierigkeiten: normal oder Stress?
- Reizüberflutung, Termine, Medien
- Was Eltern konkret tun können

17.06.26 - Ängste, Bauchweh & Kopfweh

- Wenn Kinder „nichts haben“ – aber leiden
- Psychosomatische Beschwerden
- Wie Eltern reagieren können
- Wann Hilfe nötig ist