

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Modul 8 - Abschlussitzung (8.4)
Säuglingspflege



Kofinanziert von der Europäischen Union

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.





Partners



UNIVERSITAT DE VALENCIA
VALENCIA, SPAIN
www.uv.es



OXFAM ITALIA INTERCULTURA
AREZZO, ITALY
www.oxfamitalia.org/



PROLEPSIS
ATHENS, GREECE
www.prolepsis.gr



WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
GELSENKIRCHEN, GERMANY
www.w-hs.de



RESET
CYPRUS
www.resetcy.com



media k GmbH
Bad Mergentheim, GERMANY
www.media-k.eu



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENS, GREECE
www.connexions.gr



COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, SPAIN
coordina-oerh.com



AMSÉD
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr





Ziele

Zusammenfassungen zu:

- Informationen zu Neugeborenen
- Stillen- und Fütterung
- Schlafgewohnheiten
- Apps für Neugeborene



[Quelle: Bild von nuraghies auf Freepik](#)



Kompetenzen

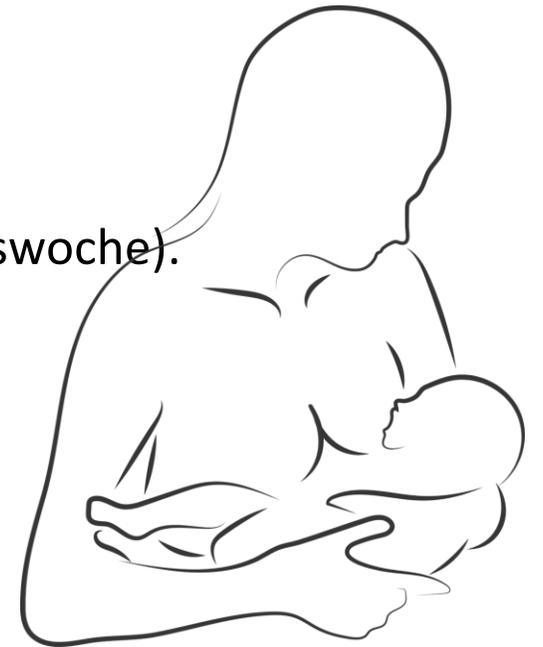
- ✓ Geben Sie eine kurze Zusammenfassung der Aspekte, die während der Sitzungen gesehen werden.
- ✓ Gestalten Sie ein mentales Schema der Konzepte.



[Bild von vectorjuice auf Freepik](#)

Neugeborene

- Unter Neugeborenen versteht man einen Zeitraum (neonatale Periode) der die ersten vier Lebenswochen eines Säuglings umfasst, in dem rasche Veränderungen stattfinden.
- Neugeborene werden nach ihrem Gestationsalter differenziert:
- Voll ausgetragene Neugeborene (zwischen der 38. und 42. Schwangerschaftswoche).
- Frühgeborene (vor 38. Schwangerschaftswoche)
- Übertragene Neugeborene (nach 42. Schwangerschaftswoche)



Stillen und Ergänzende Ernährung

- Stillen ist ein Prozess, mit dem eine Mutter ihr neugeborenes Kind durch ihre Brüste ernährt. Stillen kann jedoch für einige Mütter nicht verfügbar oder kontraindiziert werden. In diesen Fällen wird **pasteurisierte menschliche Milch** empfohlen.
- Es wird empfohlen, die Beikost ab einem Alter von 6 Monaten schrittweise einzuführen. Eine gute Option für die Beikost sind Lebensmittel, die reich an Eiweiß, Eisen und Zink sind (z. B. Fleisch oder Fisch).



Schlafgewohnheiten

- Die Etablierung guter Schlafgewohnheiten und -routinen bei Neugeborenen ist entscheidend für das Wohlbefinden des Babys, da Schlafstörungen in einem frühen Alter negative Auswirkungen auf die kognitive Entwicklung, das Verhalten, die Gesundheit und die Lebensqualität des Babys haben können
- Je nach Entwicklungsstadium benötigt ein Baby eine bestimmte Anzahl von Schlafstunden, um ein angemessenes Wachstum zu gewährleisten
 - 4 - 2 Monate alt → 12 - 16 Stunden
 - 1 - 2 Jahr(e) alt → 11 - 14 Stunden
 - 3 - 5 Jahre alt → 10 - 13 Stunden
 - 6 - 12 Jahre alt → 9 - 12 Stunden



Gesundheitsanwendungen für Neugeborene

Es gibt verschiedene Arten von Anwendungen:

- Tägliche Aufzeichnungen, Schlafgewohnheiten..
(My Baby - Baby Diary y Baby Tracker)
- Kinderberatung (Pediamécum AEP)
- Stillen (Milk time - timer for nursing)
- Füttern (BLW Meals: How to Start Solids)



Feedback und Diskussion

- *Glauben Sie, dieser Kurs war **nützlich**?*
- *Denken Sie, Sie werden eine der Modul-Apps **verwenden**?*
- *Denken Sie nach der gemachten Erfahrung, dass diese Apps helfen ihre **Ziele zu erreichen**?*
- *Welche **positiven Erfahrungen** haben Sie mit der verwendeten Anwendung gemacht?*





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

Glückwunsch!

Sie haben dieses Modul
abgeschlossen!

