

# Gesunde Kinder

Medienübersicht für Eltern  
mit Kindern bis 6 Jahre



**BZgA**

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung



# Inhalt & Vorwort

Seite 05	<b>1   Während der Schwangerschaft, vor und nach der Geburt</b>
Seite 09	<b>2   Die ersten Lebensjahre</b>
Seite 16	<b>3   Früherkennungsuntersuchungen</b>
Seite 18	<b>4   Wichtig: das Thema Impfen</b>
Seite 20	<b>5   Gesundheitsgefahren vorbeugen</b>
Seite 22	<b>6   Bestellmöglichkeiten, Versandbedingungen, Impressum</b>

Die Medienübersicht enthält eine Auswahl der wichtigsten Materialien und Internetseiten der BZgA zur gesunden Entwicklung von Kindern im Säuglings-, Kleinkind- und Vorschulalter. **Die Medien sind in der Regel kostenlos.** Wenn in Einzelfällen eine Schutzgebühr anfällt, ist diese ausgewiesen.



## Bestellmöglichkeiten für Medien der BZgA

- › per Post: **BZgA, 50819 Köln**
- › per Telefax: **0221/8992-257**
- › per E-Mail: **order@bzga.de**
- › oder über unser Online-Bestellsystem unter **www.bzga.de**

Ausführliche Informationen zu den hier vorgestellten und vielen weiteren Medien können Sie auch auf der Internetseite der BZgA erhalten unter:

› **[www.bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit](http://www.bzga.de/infomaterialien/kinder-und-jugendgesundheit)**  
Hier finden Sie alle gedruckten Materialien auch als **PDF zum Herunterladen.**



## Liebe Eltern

möchten Sie mehr darüber erfahren, was Sie für das gesunde Aufwachsen Ihres Kindes in den ersten Lebensjahren tun können? Sind Sie auf der Suche nach verständlichen Informationen? In unseren Medien finden Sie Wissenswertes rund um das Thema Kindergesundheit und praktische Empfehlungen für den Alltag.

### **Wussten Sie** zum Beispiel, ...

... **dass Babys das Schlafen erst lernen müssen?** Häufiges Aufwachen in den ersten Lebensmonaten ist ganz normal. Und es gibt einfache Tipps, wie die Nächte ruhiger werden.

---

... **dass Kinder nur zu Beginn ihres Lebens eine besonders fetthaltige Kost brauchen?** Muttermilch ist dafür besonders geeignet. Danach kommt es auf eine gesunde Mischung aus Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten an.

---

... **dass Spielen in frischer Luft gesund ist?** Nicht nur für die körperliche Entwicklung. Regelmäßige Bewegung ist auch wichtig, damit Kinder gut lernen können.

---





Auf viele weitere Fragen hat die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Antworten für Sie:

- › was in der Schwangerschaft und bei der Geburt zu beachten ist
- › welche Untersuchungen beim Kinderarzt wichtig sind
- › gegen welche ansteckenden Krankheiten Kinder geimpft werden sollten
- › wie Kinderunfälle zu vermeiden sind
- › wie lange Kinder höchstens vor dem Fernseher oder Computer sitzen sollten

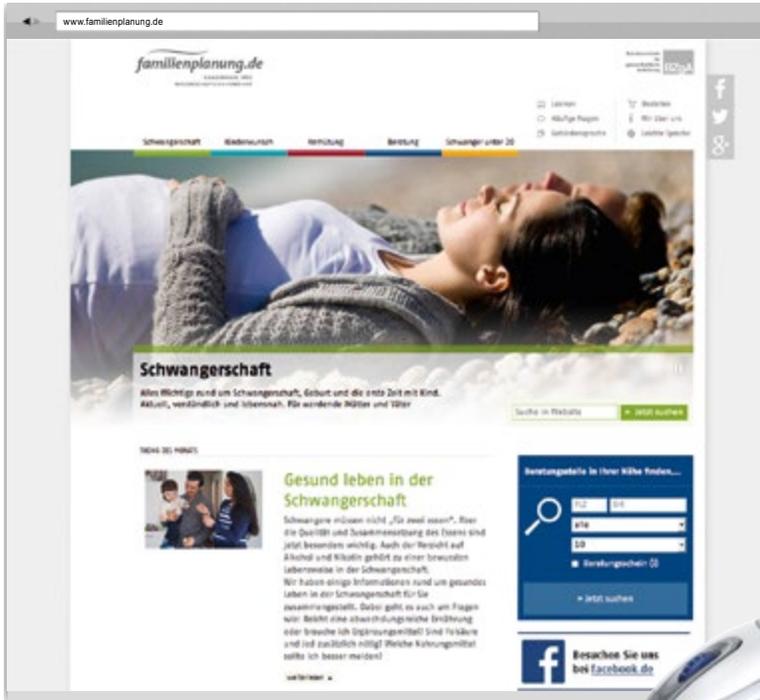
... und auf viele mehr

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unterstützt Familien darin, gesund zu leben. Sie begleitet Eltern bei der Gesundheitsförderung ihrer Kinder. Sie informiert über Gesundheitsgefahren und zeigt, wie man sich dagegen schützen kann. Die BZgA bietet aktuelle und fachlich gesicherte Informationen. Im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit – seit über vierzig Jahren.

*Ihre Bundeszentrale für  
gesundheitliche Aufklärung*

# Während der Schwangerschaft, vor und nach der Geburt

# 1



[www.familienplanung.de](http://www.familienplanung.de)

Das Internetportal informiert rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt und Familiengründung. Es behandelt zum Beispiel Fragen, was bei einem unerfüllten Kinderwunsch getan werden kann, wie sich gerade junge Eltern auf die Geburt und das Leben zu Dritt vorbereiten können oder welche Form der Verhütung sich in verschiedenen Lebensphasen eignet.



➤ E-Mail-Newsletter für werdende Mütter und werdende Väter

# Rundum. Schwangerschaft und Geburt



Die Broschüre wendet sich vor allem an die werdenden Mütter. Sie informiert mit vielen praktischen Tipps über medizinische Fragen und gibt Orientierungshilfen zu Fragen der Lebensplanung und Partnerschaft.  
**➤ Broschüre, 96 S. | Bestell-Nr. 13500000**

## Ich bin dabei! Vater werden



Ein praktischer Ratgeber für werdende Väter rund um Schwangerschaft und Geburt.  
**➤ Broschüre, 32 S. | Bestell.Nr. 13510000**

*Das könnte besonders Väter interessieren!*



## Mann wird Vater

Informationen für werdende Väter zur Vorbereitung auf die Geburt und zur Geburtsbegleitung.

➤ Broschüre, 28 S. | Bestell-Nr. 13643000

*Das könnte besonders Väter interessieren!*



## Eltern sein – Die erste Zeit zu dritt

Anregungen und Denkanstöße für Eltern direkt nach der Geburt ihres ersten Kindes. Diese Broschüre ist in erster Linie als Hilfe für Mütter und Väter gedacht, ihren eigenen Weg im Zusammenleben als Familie zu finden.

➤ Broschüre, 60 S. | Bestell-Nr. 13640000

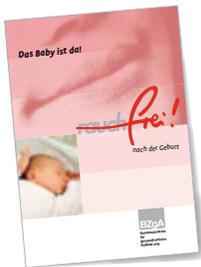




## Ich bekomme ein Baby – rauchfrei in der Schwangerschaft

Ein wichtiges Thema für viele schwangere Frauen und ihre Partner. Hier können sich werdende Eltern speziell über die gesundheitlichen Risiken von Rauchen in der Schwangerschaft informieren. Sie werden außerdem praktisch angeleitet, um den Ausstieg aus dem Rauchen schrittweise zu schaffen.

➤ Broschüre, 32 S. | Bestell-Nr. 31500000



## Das Baby ist da! – rauchfrei nach der Geburt

Wichtige Informationen und Hinweise für Eltern, die nach der Geburt ihres Kindes mit dem Rauchen auf Dauer aufhören möchten.

➤ Broschüre, 32 S. | Bestell-Nr. 31510000



## Andere Umstände – neue Verantwortung

Informationen und Tipps zum Alkoholverzicht während der Schwangerschaft und Stillzeit.

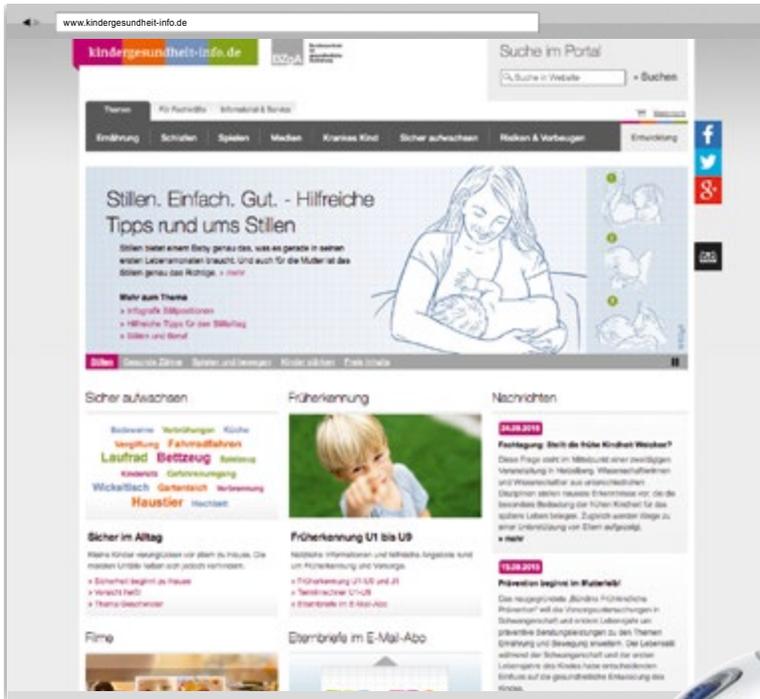
➤ Broschüre, 50 S. | Bestell-Nr. 32041000



## Lecker & gesund hoch zwei

Rezepte für alkoholfreie Drinks (nicht nur) während der Schwangerschaft und Stillzeit.

➤ Broschüre, 34 S. | Bestell-Nr. 32041002



[www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

Das Internetportal bietet Eltern einen direkten Zugriff auf wichtige Informationen zur gesunden Entwicklung von Kindern, darauf, wie Gesundheitsgefahren vorgebeugt werden kann, und was bei Erkrankungen zu tun ist. Sie erfahren außerdem, wer bei bestimmten Problemen weiterhelfen kann. Über die genannten Einrichtungen und Adressen haben sie in vielen Fällen die Möglichkeit, direkt nach Ansprechpartnern in ihrer Nähe zu suchen.



➤ E-Mail-Newsletter mit aktuellen Informationen zum Thema Kindergesundheit

## Kurz.Knapp. Elterninfo

Materialien für Eltern von Babys und Kleinkindern



Das Wichtigste zu Fragen, die Familien im Alltag mit ihrem Baby (0–1 Jahr) oder Kleinkind (1–3 Jahre) häufig besonders beschäftigen.

Sammelmappe mit 10 Falblättern zu den Themen **Schlafen**, **Mit liebevoller Zuwendung aufwachsen**, **Schreien**, **Stillen**, **Der erste Brei**, **Impfen**, **Die kindliche Entwicklung**, **Das erste Wort**, **Sprechen lernen** und **Mehrsprachig aufwachsen**.

- › Deutsch | Bestell-Nr. 11041000
- › Englisch | Bestell-Nr. 11041500
- › Türkisch | Bestell-Nr. 11041600
- › Russisch | Bestell-Nr. 11041700
- › Arabisch | Bestell-Nr. 11041800

KURZ.KNAPP.  
ELTERN  
INFO

MEHR-  
SPRACHIG



## Das Baby – Informationen für Eltern über das erste Lebensjahr



**5. Die Gesundheit Ihres Kindes**

**Die 11 Früherkennungsuntersuchungen.**  
Bausteine für eine gesunde Entwicklung.

Das Programm der Früherkennungsuntersuchungen umfasst 11 Untersuchungen, die in den ersten drei Lebensjahren durchgeführt werden. Diese Untersuchungen sind ein wichtiger Bestandteil der Gesundheitsvorsorge für Ihr Kind. Sie helfen dabei, Krankheiten frühzeitig zu erkennen und zu behandeln, um die Gesundheit Ihres Kindes zu schützen.

**Wann ist die nächste Untersuchung?**  
Die nächste Untersuchung findet in der Regel nach 10 bis 12 Monaten statt. Bitte beachten Sie, dass die Termine je nach Bundesland unterschiedlich sein können. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Gesundheitsbehörde oder Ihrem Kinderarzt über die genauen Termine für Ihr Kind.

**Hier die wichtigsten Hinweise:**  
Bitte bringen Sie Ihr Kind zu jeder Untersuchung mit. Es ist wichtig, dass der Arzt das Kind persönlich untersuchen kann. Bitte bringen Sie auch alle relevanten Unterlagen mit, wie zum Beispiel den Impfpass oder den Geburtsurkunde. Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie mit dem Arzt. Er wird Ihnen gerne weiterhelfen.

© 2014 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)



**3. Die ersten Wochen mit dem Baby**

**Am Anfang ist Hilfe angefragt**

Für die meisten Mütter sind die ersten drei bis sechs Wochen mit dem Baby die intensivsten und herausforderndsten. Die Betreuung und Versorgung des kleinen Kindes können zu Stress und Überforderung führen. Es ist normal, sich Unterstützung zu wünschen. Bitte zögern Sie nicht, Hilfe zu bitten. Ihre Familie, Freunde oder professionelle Helfer können Ihnen dabei helfen, die ersten Wochen mit dem Baby zu meistern.

**Wichtig ist die Unterstützung durch die Familie:**  
Lassen Sie sich von Ihren Angehörigen unterstützen. Nehmen Sie sich Zeit für Sie selbst und Ihre Partnerin. Ein unterstützendes Umfeld ist ein wichtiger Faktor für eine gesunde Entwicklung des Kindes.

**Bitte beachten Sie:**  
Wenn Sie sich Sorgen über die Gesundheit Ihres Kindes machen, wenden Sie sich sofort an Ihren Kinderarzt. Ein frühzeitiges Eingreifen kann die Gesundheit Ihres Kindes schützen.

© 2014 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)



**das baby**  
Informations für Eltern über den ersten Lebensjahr

**BZgA**  
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Das Baby ist ein wunderbares Geschöpf, das die Welt mit seinen Sinnen wahrnimmt. In den ersten Lebensjahren durchläuft es eine rasche Entwicklung. Eltern sind die wichtigsten Bezugspersonen für das Kind. Sie geben ihm Sicherheit und Liebe. Bitte achten Sie auf die Bedürfnisse Ihres Kindes und unterstützen Sie seine Entwicklung. Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich an Ihren Kinderarzt oder die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Elternratgeber mit nützlichen Informationen und Hinweisen für die tägliche Pflege von Babys und für ihre gesunde Entwicklung gerade in den ersten Lebensmonaten.

➤ Broschüre, 108 S. | Bestell-Nr. 11030000

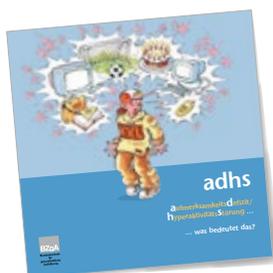
## Chronische Erkrankungen im Kindesalter



Die Broschüre informiert Eltern von Kindergarten- und Schulkindern über die häufigsten chronischen Erkrankungen wie Allergien, Diabetes, Erkrankungen der Haut und der Atemwege im Kindesalter und wie mit den dadurch auftretenden Problemen in der Familie, im Kindergarten und in der Schule umgegangen werden kann.

➤ Broschüre, 60 S. | Bestell-Nr. 20401000

## adhs – aufmerksamkeitsdefizit/hyperaktivitätsstörung ... was bedeutet das?



Die meisten Eltern haben schon vom Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitäts-Syndrom, kurz ADHS, gehört. Wenn beim eigenen Kind entsprechende Auffälligkeiten auftreten, stellt sich die Frage, ob diese Erkrankung vorliegen könnte. Nicht jedes Kind, das unkonzentriert, lebhaft und laut ist, leidet auch an ADHS. Diese Broschüre gibt eine erste Orientierung. Sie vermittelt, wie (Früh-)Symptome bei ADHS aussehen können und wo Hilfe und Unterstützung zu bekommen sind.

➤ Broschüre, 44 S. | Bestell-Nr. 11090100



## Tut Kindern gut. Ernährung, Bewegung und Entspannung

Basisinformationen zu den Grundbedürfnissen von Kindern im Alter von 3–10 Jahren in Bezug auf Ernährung, Bewegung und Vermeidung von Stress. Es werden außerdem Empfehlungen zum Umgang mit Fernsehen und Computer gegeben.

➤ Broschüre, 16 S.

➤ Deutsch | Bestell-Nr. 35700500

➤ Russisch | Bestell-Nr. 35700511

➤ Türkisch | Bestell-Nr. 35700560



**MEHR-  
SPRACHIG**

## Liebevoll begleiten ... Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder



Ratgeber für Eltern zur kindlichen Entwicklung vom 1. bis zum 6. Lebensjahr anhand von beispielhaften Situationen in den verschiedenen Altersphasen.

➤ Broschüre, 56 S. | Bestell-Nr. 13660500

## Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen Leitfaden für Eltern und Erziehende



Die Broschüre klärt über Ursachen und gesundheitliche Probleme des Übergewichts auf und hilft, das Gewicht des Kindes richtig einzuschätzen. Außerdem enthält sie Checklisten, damit Eltern und Erziehende ein gutes Programm oder Angebot für übergewichtige Kinder finden können.

➤ Broschüre, 52 S. | Bestell-Nr. 35421000



## Gut hinsehen und zuhören!

Ratgeber für Eltern von Kindern und Jugendlichen zum richtigen Umgang mit Medien in der Familie (Handy, Computer, Fernsehen, Smartphones, DVD und Video) mit vielen praktischen Tipps und Fallbeispielen aus dem Familienalltag, wie sich schwierige Situationen im Umgang mit Medien bewältigen lassen.

➤ Broschüre, 52 S. | Bestell-Nr. 20281000



## Kopfläuse – was tun?

Lästig für Eltern und leider weit verbreitet. Aber kein Grund zur Panik, denn Kopfläuse übertragen keine Krankheiten, sie sind nur unangenehm. Vor allem in Kindergärten oder Schulen verbreiten sie sich leicht weiter und sorgen oft für Aufregung. In der Broschüre erfahren Eltern unter anderem, was bei Kopflausbefall zu beachten ist, und wie sie die Läuse mit hoher Wahrscheinlichkeit schnell wieder loswerden.

➤ Broschüre, 20 S.

➤ Deutsch | Bestell-Nr. 60020000

➤ Türkisch | Bestell-Nr. 60020060

➤ Russisch | Bestell-Nr. 60020110



MEHR-  
SPRACHIG

# 3

## Früherkennungsuntersuchungen



### Elternbriefe im E-Mail-Abo

Die Elternbriefe enthalten Informationen zu den Früherkennungsuntersuchungen U1–U9 und zum gesunden Aufwachsen – rechtzeitig vor jeder U-Untersuchung!

Anmeldung unter:

➔ [www.kindergesundheit-info.de/angebote-der-bzga/elternbriefe-im-abo](http://www.kindergesundheit-info.de/angebote-der-bzga/elternbriefe-im-abo)

### Eltern-Ordner – Gesund groß werden



Der Elternordner ist für junge Familien gedacht, die ausführliche Informationen zur gesunden Entwicklung ihrer Kinder und zu den verschiedenen Früherkennungsuntersuchungen wünschen.

- ➔ Schutzgebühr: 4,- Euro (inkl. Versand)
- ➔ Bestell-Nr. 11130000



## 10 Chancen für Ihr Kind

Die ersten Lebenswochen	Die ersten Lebensmonate	Die ersten Lebensjahre
<p><b>U1 (ab der Geburt)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Anamnese</li> <li>■ Körperliche Untersuchung</li> <li>■ Hörtest</li> </ul>	<p><b>U4 (ab 4. Lebensmonat)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Entwicklungsstand und Verhalten</li> <li>■ Zahn- und Hörtest</li> <li>■ Ernährung, Ernährungsaufklärung</li> <li>■ Überprüfung des Impfstatus/Impfschulung</li> </ul> <p><b>U5 (ab 8. Lebensmonat)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Hinweise für Erkennung infektionserregender Erreger von Bakterien und die Schutz- und Impfempfehlungen</li> <li>■ Zahn- und Hörtest</li> <li>■ Überprüfung des Impfstatus/Impfschulung</li> </ul> <p><b>U6 (ab 12. Lebensmonat)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Hinweise für Erkennung chronischer, Erbkrankheiten, von Infekten</li> <li>■ Erkennung der Entwicklungsverzögerungen</li> <li>■ Zahn- und Hörtest</li> <li>■ Impfempfehlungen</li> <li>■ Überprüfung des Impfstatus/Impfschulung</li> </ul>	<p><b>U7 (1 Jahr – 9 Monate bis 2 Jahre)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Körperliche und geistige Entwicklung z. B. Laut- und Bewegungsverhalten, Motorik, Vision, Verhalten, Sprechen</li> <li>■ Überprüfung des Impfstatus/Impfschulung</li> </ul> <p><b>U7a (2 Jahre – 30 Monate bis 3 Jahre)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Zahn- und Hörtest</li> <li>■ Sprachentwicklung</li> <li>■ Ernährung, Ernährungsaufklärung</li> <li>■ Überprüfung des Impfstatus/Impfschulung</li> </ul> <p><b>U8 (3 Jahre – 10 Monate bis 4 Jahre)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Körperliche Entwicklungsstand in 8- und 9- und 10-Jahre</li> <li>■ Zahn- und Hörtest</li> <li>■ Sprachentwicklung</li> <li>■ Ernährung, Ernährungsaufklärung</li> <li>■ Überprüfung des Impfstatus/Impfschulung</li> </ul> <p><b>U9 (5 Jahre bis 12 Jahre – 6 Monate bis 10 Monate bis 12 Jahre)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Körperliche und geistige Entwicklungsstand</li> <li>■ Ernährung, Ernährungsaufklärung</li> <li>■ Zahn- und Hörtest</li> <li>■ Sprachentwicklung</li> <li>■ Überprüfung des Impfstatus/Impfschulung</li> </ul>

kindergesundheit-info.de | kindergesundheit-info.de | kindergesundheit-info.de

Faltblatt mit den wichtigsten Informationen zu den Früherkennungsuntersuchungen im Kindesalter: U1 bis U9.

» Faltblatt, 8 S.

» Deutsch | Bestell-Nr. 11135400

» Englisch | Bestell-Nr. 11135470

» Türkisch | Bestell-Nr. 11135411

» Russisch | Bestell-Nr. 11135460

» Arabisch | Bestell-Nr. 11135450



# 4

## Wichtig: das Thema Impfen



[www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)

Das Internetportal bietet Eltern einen direkten Zugriff auf umfassende Informationen zum Thema Impfen im Kindes- und Jugendalter. Es enthält eine Übersicht mit Empfehlungen für die wichtigsten Impfungen gegen ansteckende Krankheiten für Kinder im Alter von 0–17 Jahren.



- Impfkalendar mit Impfempfehlungen, u. a. für Säuglinge, Kleinkinder, Kinder und Jugendliche



## Impfungen – Sicherer Schutz vor Infektionskrankheiten für Kinder

Faltblatt mit den wichtigsten Informationen zu Impfungen im Kindes- und Jugendalter einschließlich einer knappen Übersicht, für welches Alter und gegen welche Krankheiten Impfungen empfohlen werden.

- › Faltblatt, 8 S.
- › Englisch | Bestell-Nr. 11128070
- › Deutsch | Bestell-Nr. 11128000
- › Russisch | Bestell-Nr. 11128110
- › Türkisch | Bestell-Nr. 11128060
- › Arabisch | Bestell-Nr. 11128150



**MEHR-  
SPRACHIG**

## Grippeimpfung – Impfung in der Schwangerschaft schützt Mutter und Kind

Die Broschüre richtet sich an Schwangere und informiert darüber, warum eine Impfung für schwangere Frauen wichtig ist und wie sicher der Impfstoff für Mutter und Kind ist.

- › Broschüre, 12 S.
- › Deutsch | Bestell-Nr. 62005001
- › Türkisch | Bestell-Nr. 62005004
- › Russisch | Bestell-Nr. 62005005
- › Englisch | Bestell-Nr. 62005006

**MEHR-  
SPRACHIG**



# 5

## Gesundheitsgefahren vorbeugen

### kinder schützen – unfälle verhüten



Ratgeber für Eltern, wie sie Unfälle im Kindesalter verhüten können und wie sie ihre Kinder in ihrer Entwicklung sicher unterstützen. Mit ausführlichen Informationen, ab welchem Alter Kinder selbst Gefahren einschätzen können.

➤ Broschüre, 140 S. | Bestell-Nr. 11050000



### Ihr Kind raucht mit

Faltblatt für Eltern mit Informationen zum Thema Passivrauchen und darüber, wie gefährlich die Gifte im Zigarettenrauch für Kinder sind.

➤ Faltblatt, 6 S. | Bestell-Nr. 31540000



## Hygiene

Ganz einfach gesund bleiben. Die wichtigsten Regeln für Eltern zur Vermeidung von Infektionskrankheiten wie Erkältung, Grippe oder Magen-Darm-Erkrankungen.

- › **Faltblatt, 8 S.**
- › **Deutsch | Bestell-Nr. 62530100**
- › **Türkisch | Bestell-Nr. 62530102**
- › **Russisch | Bestell-Nr. 62530103**
- › **Englisch | Bestell-Nr. 62530101**



**MEHR-  
SPRACHIG**

## Bestell- und Versandbedingungen für die Medien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

### 1. Medien/Preise

Die Abgabe der Informationsmaterialien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) erfolgt innerhalb der Bundesrepublik Deutschland in der Regel kostenlos. Für einige Medien und Medienpakete wird eine Schutzgebühr erhoben. Darauf wird in den Medienübersichten und im BZgA Online-Bestellsystem ggf. jeweils deutlich hingewiesen. Versandkosten werden im Regelfall nicht erhoben.

› Hinweis zu audiovisuellen Medien (VHS-Kassette, Audio-CD, CD-ROM, DVD usw.)

Das auf den audiovisuellen Medien enthaltene Programm (einschließlich der Musik) und deren Ausstattung sind urheberrechtlich geschützt. Diese Medien sind ausschließlich zur Vorführung für nicht gewerbliche Zwecke im privaten Bereich lizenziert. Alle weiteren Rechte sind dem Lizenzgeber vorbehalten. Ein Weiterverkauf ist nicht zulässig!

### 2. Bestellungen

Es ist nicht gestattet, Bestellungen in fremden Namen aufzugeben. Bitte bestellen Sie nur für sich selbst bzw. für Ihre berufliche Tätigkeit. Bei Bestellungen in fremden Namen, die ohne Wissen des Empfängers aufgegeben werden, behalten wir uns vor,

diese Fälle zur Anzeige zu bringen. Dies kann zivil- und strafrechtliche Konsequenzen nach sich ziehen.

Ihre Bestellung richten Sie bitte schriftlich an die BZgA

- › per Post: **BZgA, 50819 Köln**
- › per Telefax: **0221/8992-257**
- › per E-Mail: **order@bzga.de**
- › oder gerne auch über unser Online-Bestellsystem unter **www.bzga.de**

Eine telefonische Bestellannahme ist leider nicht möglich.

Bei Anforderung größerer Mengen (d. h. für private Zwecke: insgesamt mehr als 10 Exemplare von einem und/oder mehreren Artikeln bzw. bei Bestellungen von Multiplikatoren: insgesamt mehr als 100 Exemplare von einem und/oder mehreren Artikeln) wird um eine Begründung gebeten. Bei fehlender Begründung für größere Mengen wird die Bestellung ohne Rückfrage gekürzt. Kürzungen der bestellten Mengen bleiben auch bei vorhandener Begründung grundsätzlich vorbehalten.

### 3. Lieferung und Lieferzeiten

Bitte richten Sie sich auf eine Bearbeitungs- und Lieferzeit von etwa 5–7 Werktagen ein. Falls Sie die bestellten Materialien bis zu einem bestimmten Termin benötigen, geben Sie diesen bitte auf der Bestellung mit an. Wir sind bestrebt, den gewünschten Termin einzuhalten, dies kann jedoch nicht garantiert werden.

Hinweis für Großbesteller: Ab einem Transportgewicht von 100 kg erfolgt die Anlieferung auf Paletten per Spedition. Grundsätzlich liefert die Spedition nur bis zur Hauseingangstür. Sollen die bestellten Materialien z. B. in ein höheres Stockwerk oder in einen nach hinten gelegenen Raum geliefert werden, so muss dies gesondert beauftragt werden. Dadurch entstehen Zusatzkosten, die vom Besteller zu tragen sind.

Die Versendung unserer Informationsmaterialien erfolgt durch die von uns beauftragte Distributionsfirma „DVG – Deutsche Vertriebsgesellschaft“.

### 4. Rücksendungen

Rücksendungen sind innerhalb der gesetzlichen Widerrufsfristen möglich (siehe Widerrufsbelehrung). Die Kosten für die Rücksendung sind vom Besteller zu tragen, wenn die gelieferte Ware der bestellten entspricht und wenn der Preis der zurückzusendenden Sache einen Betrag von 40 Euro nicht über-

steigt. Weitere Details zu Rücksendungen und Kosten entnehmen Sie bitte dem Punkt „Widerrufsfolgen“.

### 5. Widerrufsbelehrung für Verbraucher im Sinne des § 13 BGB

#### › Widerrufsrecht

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von zwei Wochen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) oder – wenn Ihnen die Sache vor Fristablauf überlassen wird – durch Rücksendung der Sache widerrufen.

Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Eingang der Ware beim Empfänger (bei wiederkehrenden Lieferungen gleichartiger Waren nicht vor Eingang der ersten Teillieferung) und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß § 312c Abs. 2 BGB in Verbindung mit § 1 Abs. 1, 2 und 4 BGB-InfoV, sowie – bei Verträgen im elektronischen Geschäftsverkehr – unserer Pflichten gemäß § 312e Abs. 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit § 3 BGB-InfoV.

Liegt der Erhalt dieser Belehrung in Textform nach Vertragsschluss, beträgt die Frist einen Monat. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs oder der Sache.

## Der Widerruf ist zu richten an:

DVG – Deutsche Vertriebsgesellschaft für  
Publikationen und Filme mbH  
Birkenmaarstraße 8  
53340 Meckenheim  
Telefax: 02225 926-160  
E-Mail: [kundenbetreuung@dvg-ff.com](mailto:kundenbetreuung@dvg-ff.com)

## › Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurückzugewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung ganz oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren, müssen Sie uns insoweit ggf. Wertersatz leisten. Bei der Überlassung von Sachen gilt dies nicht, wenn die Verschlechterung der Sache ausschließlich auf deren Prüfung – wie sie Ihnen etwa im Ladengeschäft möglich gewesen wäre – zurückzuführen ist. Im Übrigen können Sie die Pflicht zum Wertersatz für eine durch die bestimmungsgemäße Ingebrauchnahme der Sache entstandene Verschlechterung vermeiden, indem Sie die Sache nicht wie Ihr Eigentum in Gebrauch nehmen und alles unterlassen, was deren Wert beeinträchtigt.

Sollte dieser Hinweis auf die Wertersatzpflicht und eine Möglichkeit zu ihrer Vermeidung nicht spätestens bei Vertragsschluss in Textform erfolgt sein, müssen Sie für eine durch die bestimmungsgemäße Ingebrauch-

nahme der Sache entstandene Verschlechterung keinen Wertersatz leisten. Paketversandfähige Sachen sind auf unsere Gefahr zurückzusenden. Sie haben die Kosten der Rücksendung zu tragen, wenn die gelieferte Ware der bestellten entspricht und wenn der Preis der zurückzusendenden Sache einen Betrag von 40 Euro nicht übersteigt oder wenn Sie bei einem höheren Preis der Sache zum Zeitpunkt des Widerrufs noch nicht die Gegenleistung oder eine vertraglich vereinbarte Teilzahlung erbracht haben. Anderenfalls ist die Rücksendung für Sie kostenfrei. Nicht paketversandfähige Sachen werden bei Ihnen abgeholt. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufs-erklärung oder der Sache, für uns mit deren Empfang.

## Ende der Widerrufsbelehrung

### 6. Lieferungen außerhalb der Bundesrepublik Deutschland

Eine Versendung von Medien und Materialien in das Ausland kann nur im Rahmen eines Informationsaustauschs und einer Kooperation mit Institutionen und Organisationen, die ebenfalls im Bereich der Gesundheitserziehung und -aufklärung tätig sind und gegen Schutzgebühren in Höhe der Materialkosten und bei Übernahme der Versandkosten erfolgen.

Die Schutzgebühren der einzelnen Medien erhalten Sie auf Anfrage per E-Mail (konkrete Anfrage mit Nennung des Artikels) unter [thomas.schilp@bzga.de](mailto:thomas.schilp@bzga.de)

Die Versandkosten sind abhängig vom Gewicht der Sendung und somit von der bestellten Menge. Bitte geben Sie bei Ihrer Anfrage daher auch die gewünschte Bestellmenge an.

Die Versendung der Materialien erfolgt über die Versandfirma „DVG – Deutsche Vertriebsgesellschaft“. Die Rechnung für die Materialien folgt nach Lieferung von der BZgA. Die Versandkosten sind bei der Versendung per Post in der Rechnung enthalten, bei Versendung per Fracht erfolgt eine gesonderte Rechnung von der Spedition.

Ein Versand an Privatpersonen ist leider nicht möglich. Alternativ stehen alle Materialien auf unserer Internetseite [www.bzga.de](http://www.bzga.de) als PDF-Dateien zum kostenlosen Download zur Verfügung.

## **7. Bestellungen von Parteien und politischen Organisationen**

Das Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom 2. März 1977 hat die Aufgabe der Bundesregierung betont, den Bürger über ihre Arbeit zu unterrichten, ihm die Grundlagen und Zielvorstellungen der Regierungspolitik darzulegen und ihn über seine Rechte und

Pflichten zu informieren. Gleichzeitig hat es die Grenzen für diese staatliche Öffentlichkeitsarbeit aufgezeigt, die sich vor allem aus dem Verbot des parteiergreifenden Einwirkens auf den Wahlkampf ergeben. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bittet deshalb, die nachfolgenden Grundsätze sorgfältig zu beachten:

### **Während der 5-monatigen Vorwahlzeiten in Bund und Ländern gilt:**

Informationsmaterial der Bundesregierung darf von Parteien, Mandatsträgern und Wahlbewerbern sowie sie bei der Wahl unterstützenden Organisationen oder Gruppen nur zur Information der eigenen Mitglieder, jedoch nicht an Dritte, verteilt werden.

### **Außerhalb der 5-monatigen Vorwahlzeiten in Bund und Ländern gilt:**

Informationsmaterial der Bundesregierung darf verteilt werden, wenn dies nicht als Parteinahme der Bundesregierung zugunsten politischer Parteien, Mandatsträger oder Wahlbewerber verstanden werden kann. Zulässig ist daher die Verteilung an Informationsständen auch von Parteien, wenn diese auf kurze Dauer eingerichtet sind und sich mit konkreten Sachthemen befassen, zu denen Publikationen der Bundesregierung neben dem übrigen angebotenen Informationsmaterial einen Beitrag für sachbezogene Unterrichtung leisten.

## › Verbote

Informationsmaterial darf nicht zu einer nach 1. oder 2. unzulässigen Verwendung weitergegeben werden. Es darf zu keiner Zeit verändert oder mit Aufdrucken, Aufklebern oder Begleittexten versehen werden, die Hinweise auf Partei oder Mandat enthalten, und auch nicht in anderer Weise zu Werbezwecken verteilt werden.

Diese Regelungen sind unabhängig davon, wann und auf welchem Weg der Empfänger das Informationsmaterial erhalten hat, und auch unabhängig von dessen Inhalt, Aufmachung und Anzahl. Es wird auch darauf hingewiesen, dass das Publikationsmaterial nicht zum Verkauf bestimmt ist.

## 8. Bestellungen von kommerziellen Unternehmen

Die mit öffentlichen Mitteln hergestellten Medien und Materialien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung dürfen grundsätzlich nicht für Werbezwecke eingesetzt werden, weder direkt noch indirekt. Das bedeutet, dass Sie die Broschüren weder in Verkaufsgesprächen verwenden, noch mit Stempel oder einem Aufkleber versehen oder Beilagen einlegen dürfen, sondern nur zur neutralen Information Ihrer Kunden an geeigneter Stelle zur kostenlosen Mitnahme auslegen dürfen.

## 9. Datenschutz

Ihre Adresse wird elektronisch erfasst und bis zur vollständigen Abwicklung der Bestellung gespeichert. Die BZgA hat mit der Durchführung der Bestell- und Versandabwicklung ein externes Versandunternehmen beauftragt. Ihre Daten werden zum Zwecke der Bestellabwicklung an dieses Unternehmen weitergegeben. Es erfolgt weder von Seiten der BZgA noch von Seiten des beauftragten Versandunternehmens eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte.

## 10. Mit einer Bestellung von Materialien erkennen Sie diese Bestell- und Versandbedingungen an.

BZgA-Versandbedingungen  
Stand: April 2011

## Impressum

### Herausgegeben

von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit.

**Text und Redaktion:** Christiane Liebald und Ute Fillinger, BZgA

BZgA, Köln

Alle Rechte vorbehalten.

---

**Gestaltung:** Elisabeth Petzinka, Christian Haarmann

[www.bg-medienwerkstatt.de](http://www.bg-medienwerkstatt.de)

---

**Fotonachweis:** Titel und Rückseite fotolia.com © Fotolia V, © Andres Rodriguez, © Wista45, © cédric chabel • © Brigitta Petershagen Fotografie • © Photodisc • © Image Source • © Digital Vision • © Comstock • S. 3 © Design Pics Images • S. 4 © fotolia.com © nyul • S. 7 © Photo Alto • S. 8 © Eye Wire • S. 11 © Stockbyte • S. 13 © BananaStock • S. 15 © BananaStock • S. 17 fotolia.com © Prod. Numérik • S. 19 fotolia.com © anna karwoska • S. 21 © Image Source • S. 5, 9, 16, 18 fotolia.com © Alexander Sokol

---

**Druck:** Kunst- und Werbedruck, Bad Oeynhausen

**Auflage:** 3.30.11.15

**Stand:** September 2015

---

Der Text wird von der Herausgeberin laufend aktualisiert.

Diese Broschüre wird von der BZgA kostenlos abgegeben. Sie ist nicht zum Weiterverkauf durch die Empfängerin/den Empfänger oder Dritte bestimmt.

**Bestellnummer:** 11000000



Bundeszentrale für  
gesundheitliche Aufklärung  
50819 Köln