

# Abnehmen in Kindheit und Jugend schützt das Herz ein Leben lang

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Wer als Kind übergewichtig ist, kann sein späteres Herzrisiko wieder „auf null“ bringen: In einer schwedischen Kohortenstudie mit über 103.000 Menschen hatten Betroffene mit Normalgewicht im jungen Erwachsenenalter das gleiche Risiko für koronare Herzkrankheit wie dauerhaft Normalgewichtige.

---

# 2026 muss zum Jahr der Kinderrechte nicht nur in Deutschland werden

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Das Deutsche Kinderhilfswerk fordert, 2026 gezielt den Kinderrechten zu widmen. Der aktuelle Kinderrechte-Index zeigt: Beteiligung, Schutz und Chancengerechtigkeit für Kinder werden in Deutschland noch immer nicht konsequent umgesetzt – in Bildung, Politik und Recht braucht es dringend Reformen.

---

# Die Weihnachtsgeschichte für Kinder erzählt

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Die Geschichte von der Geburt Jesus kleinen Kindern zu erzählen, ist gar nicht so einfach. Wir haben für Sie hier eine Version, die sich eng an die Evangelien der Bibel anlehnt.

---

# Kinder wollen mitreden – warum Mitbestimmung in der Medizin so wichtig ist

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Kinder wollen beim Arzt verstehen, was mit ihnen geschieht, und sie möchten mitreden. Der Kindergesundheitsbericht 2025 zeigt, wie Kinder medizinische Gespräche erleben – und warum echte Mitbestimmung ihre Gesundheit und ihr Selbstvertrauen stärkt.

---

# Eltern unter Druck: Warum Bildungswettbewerb Geburten senkt

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Nicht fehlender Kinderwunsch, sondern sozialer Vergleich und Bildungswettbewerb beeinflussen laut einer Studie der Universität Mannheim die Familienplanung. Der Druck, stark in jedes einzelne Kind zu investieren, führt dazu, dass Eltern sich häufiger gegen weitere Kinder entscheiden.

---

## Begeisterung wecken, Wissen wachsen lassen – wir verlosen 8 Bücher

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Wir verlosen acht wunderschöne Tierbücher mit ausdrucksstarken Illustrationen von Loes Botman. Die Bücher setzen auf Begeisterung durch Bilder – und laden Kinder dazu ein, Tiere, Natur und ihre Umwelt mit offenen Augen zu entdecken. Jetzt mitmachen und gewinnen!

---

# Ausgezeichnet von spiel gut: die Wachsmalstifte von Stockmar

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Malen ist für Kinder weit mehr als Gestalten: Es verbindet Bewegung, Sinneserfahrung und Kreativität. Hochwertige Wachsmalstifte unterstützen diese Entwicklung, ermöglichen vielfältige Techniken und begleiten Kinder vom freien Experimentieren bis zum bewussten künstlerischen Ausdruck.

---

# Autismus in der Kita verstehen und professionell begleiten

geschrieben von Redakteur | Januar 3, 2026



Ein praxisnahes Fachbuch von Wienke Bracht unterstützt Erzieher\*innen im professionellen Umgang mit autistischen Kindern. Verständlich erklärt es Grundlagen zu Autismus, zeigt typische Alltagssituationen in der Kita auf und bietet konkrete Handlungsempfehlungen für eine entwicklungsförderliche Begleitung.