




Familie sein im Kanton Aargau



Inhalt

	Einleitung	04
	1.1 Relevanz von Familien in der Gesellschaft	04
	1.2 Vielfalt der Familien	04
	1.3 Adoptivfamilien und Pflegefamilien	05
	1.4 Rechte für Kinder	06
	Schwangerschaft und Geburt	07
	2.1 Rechte der Eltern und der Kinder	08
	2.2 Zweifel oder Krisen rund um die Schwangerschaft	09
	2.3 Gesundheit	10
	2.4 Reproduktionsmedizin	11
	2.5 Unterstützung bei Behinderungen oder schweren Erkrankungen	12
	2.6 Angebote in verschiedenen Sprachen	13
	Eltern sein	14
	3.1 Neue Rollen	15
	3.2 Rechte und Pflichten als Eltern	16
	3.3 Finanzen	17
	Geld und Unterstützung	17
	Armut	18
	3.4 Trennung und Scheidung	19
	Trennung	20
	Scheidung und Unterhalt	20
	3.5 Angehörige betreuen	21
	3.6 Schwierige Lebenslagen	21
	(Häusliche) Gewalt	22
	Eure Rechte als Kinder und Jugendliche	24
	3.7 Tod eines Kindes, eines Elternteils	25
	3.8 Angebote in verschiedenen Sprachen	25
	Kleinkinder 0–2 Jahre	26
	4.1 Entwicklungspsychologische Hinweise	27
	Das erste Lebensjahr – Ein neues Familienmitglied	27
	Das zweite Lebensjahr – Gehen und erste Worte	28
	4.2 Gesundheit	29
	4.3 Familienberatung und Elternbildung	30
	4.4 Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung	32
	4.5 Heilpädagogische Angebote für Kinder mit Entwicklungsauffälligkeiten	32
	4.6 Angebote in verschiedenen Sprachen	33
	4.7 Frühkindliche Bildung und Betreuung	34
	4.8 Freizeit und Kultur	35



Kleinkinder 2–5 Jahre	36
5.1 Entwicklungspsychologische Hinweise	37
Mit etwa zwei Jahren – Laufen, reden, die Welt entdecken	37
Mit etwa drei Jahren – Umherspringen, gemeinsam spielen	37
Mit etwa vier bis fünf Jahren – Der Kindergarten startet	38
5.2 Gesundheit	39
Zwei bis fünf Jahre – Eine gesunde Entwicklung fördern	39
5.3 Familienberatung und Elternbildung	40
5.4 Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung	42
5.5 Angebote in verschiedenen Sprachen	43
5.6 Kindergarten	43
Weiterführende Unterstützungsangebote an den Schulen	45
5.7 Schulergänzende Kinderbetreuung	45
5.8 Freizeit und Kultur	46



Kinder 6–11 Jahre	47
6.1 Entwicklungspsychologische Hinweise	48
Sechs bis sieben Jahre – Eintritt in die Schule, Freunde finden	48
Acht bis neun Jahre – Die Welt besser verstehen, mit Konflikten umgehen	48
Zehn bis elf Jahre – Eigene Identität und Freundschaften	49
6.2 Gesundheit	49
6.3 Familienberatung und Elternbildung	51
6.4 Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung	53
6.5 Angebote in verschiedenen Sprachen	54
6.6 Schule	54
6.7 Schulergänzende Betreuung	55
6.8 Freizeit und Kultur	56



Jugendliche ab 12 Jahren	57
7.1 Entwicklungspsychologische Hinweise	58
7.2 Gesundheit	60
7.3 Familienberatung und Elternbildung	61
7.4 Für Eltern von Jugendlichen mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung	63
7.5 Wohn- und Entlastungsangebote für Jugendliche mit Behinderung	64
7.6 Angebote in verschiedenen Sprachen	64
7.7 Schule	65
7.8 Schulergänzende Betreuung	66
7.9 Schulsystem und Berufswahl	67
7.10 Freizeit und Kultur	67



Grosseltern/Verwandte/Bezugspersonen	68
---	-----------

Einleitung

1.1

Relevanz von Familien in der Gesellschaft

Familien haben eine grosse Bedeutung für die Gesellschaft. Die Familie kann ein Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit vermitteln, wenn sich die Familienmitglieder gegenseitig unterstützen. Familien bewahren kulturelle Traditionen und geben diese weiter. Sie helfen dabei, die eigenen Wurzeln und die eigene Identität zu verstehen und zu schätzen.

Familien erbringen wichtige Leistungen für die Gemeinschaft. Sie erziehen und sozialisieren, vermitteln Werte und Wissen und schaffen so eine wichtige Voraussetzung für die Zukunft unserer Gesellschaft. Das Gemeinwesen hat grosses Interesse daran, dass Familien diese Leistungen für ihre Mitglieder und für die Gesellschaft erbringen können.

Sie als Eltern und andere Erziehungsberechtigte tragen eine grosse Verantwortung. Viele von Ihnen nehmen diese sehr gut wahr. Manchmal aber fehlt es an Wissen, Energie oder anderen Ressourcen. Vielleicht kennen Sie Ihre Rechte und Pflichten als Eltern und als Familie nicht. Vielleicht brauchen Sie Unterstützung, damit Ihre Familie auch in Zeiten grosser Belastung gut zurechtkommt.

Der Kanton Aargau und die Aargauer Gemeinden anerkennen die grosse Bedeutung von Familien. Es gibt vielfältige Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten für Familien in den verschiedenen Entwicklungsphasen der Kinder und in den unterschiedlichsten Lebenssituationen. In dieser Broschüre finden Sie Informationen für die verschiedenen Altersgruppen der Kinder und für verschiedene Lebenssituationen (z. B. Trennung der Eltern) in eigenen Kapiteln für Sie zusammengefasst.

1.2

Vielfalt der Familien

Familien sind vielfältig. Patchworkfamilien, Familien mit mehreren Wohnorten oder gleichgeschlechtliche Eltern bereichern die Lebensformen. Häufig vereinen sich in Familien auch diverse Orte und Kulturen dieser Welt. Es gibt auch Familienformen ohne biologische Verwandtschaft wie bei Adoptiv- oder Pflegefamilien oder Fälle, in denen medizinische Reproduktionsformen eingesetzt wurden. Trotzdem gilt die Kernfamilie – Mutter, Vater und Kind(er) in einem Haushalt – in der Gesellschaft immer noch als Norm. Dies kann zu Stress oder Vorurteilen führen.

Entscheidend ist, dass die elterliche Sorge und die Verantwortung für die Kinder geklärt sind – unabhängig davon, wer sich wie und wo um sie kümmert. Denn jedes Kind hat ein Recht auf Schutz, Förderung und Beteiligung. Für die Gewährleistung dieser Rechte stehen zahlreiche Beratungs- und Unterstützungsangebote zur Verfügung.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder Angebote in der Nähe zur gelebten Vielfalt von Familien suchen:

i

- Informationen und entsprechende Beratungsangebote zu verschiedenen Themen in verschiedenen Sprachen > www.hallo-aargau.ch
- Informationen und Beratung für Stief- und Patchworkfamilien Schweiz > www.patchworkfamilien.ch
- Informationen und Beratung für Alleinerziehende Schweiz > www.svamv.ch
- Informationen und Vernetzungsmöglichkeiten für Regenbogenfamilien > www.profamilia.ch
- Dachverband Regenbogenfamilien Schweiz > www.regenbogenfamilien.ch

1.3

Adoptivfamilien und Pflegefamilien

Pflegefamilien nehmen Kinder oder Jugendliche bei sich auf, die nicht bei ihren leiblichen Eltern aufwachsen können – sei es vorübergehend oder auf Dauer. Adoptivfamilien unterscheiden sich in rechtlicher Hinsicht nicht von biologisch verwandten Familien.

In beiden Familienformen stehen das Kind und sein Wohl im Zentrum. Gemeinsam wird ein sicherer und stabiler Ort geschaffen, an dem sich das Kind gesund entwickeln und Perspektiven entfalten kann. Dazu gehört der offene Umgang mit der Biografie des Kindes sowie seinem sozialen und kulturellen Hintergrund.

Falls ein Kind einen zweiten Lebensort braucht oder ein Paar/eine Familie sich dazu entschliesst, einem Kind einen solchen Lebensort anzubieten, gibt es viele Möglichkeiten der Beratung und Begleitung:

i

- Alles Wichtige rund um Adoption im Kanton Aargau > www.ag.ch
- Vertrauliche Geburt und Adoption im Aargau > www.seges.ch
- Internationale Adoptionen auf nationaler Ebene (Bund) > www.bj.admin.ch
- Kostenpflichtige Beratung bei internationalen Adoptionen beim Internationalen Sozialdienst Schweiz > www.ssi-suisse.org
- Schweizerischer Adoptivelternverein > www.saev.ch
- Dienstleistungsanbieter in der Familienpflege > www.ag.ch
- Informationen zu Rechten von Eltern und Kindern in Pflegefamilien Quality4Children – Integras, Fachverband Sozial- und Sonderpädagogik > www.integras.ch
- Pflegefamilie werden > www.familienleben.ch
- Pflege- und Adoptivkinder Schweiz > www.pa-ch.ch

1.4

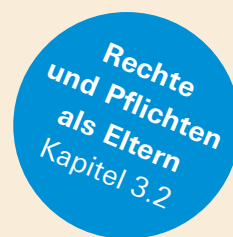
Rechte für Kinder

Als Kinder habt ihr das Recht, mit eurer Mutter und eurem Vater zusammenzuleben, auch wenn sie nicht zusammenwohnen. Ihr habt auch das Recht, eure Eltern zu kennen und zu wissen, woher ihr kommt. Ihr braucht aber auch ein sicheres Zuhause, Gesundheit, Spiel und Erholung. Und es ist wichtig, dass ihr an Entscheidungen beteiligt werdet.

**Falls eure Familie euch das nicht immer geben kann,
können euch andere weiterhelfen:**



- Eure Rechte als Kinder – einfach erklärt
Kinderrechte > www.unicef.ch
Kinderrechtsplakat > www.unicef.ch



Schwangerschaft und Geburt



- Seite 08 2.1 Rechte der Eltern und der Kinder

- Seite 09 2.2 Zweifel oder Krisen rund um die Schwangerschaft

- Seite 10 2.3 Gesundheit

- Seite 11 2.4 Reproduktionsmedizin

- Seite 12 2.5 Unterstützung bei Behinderungen
oder schweren Erkrankungen

- Seite 13 2.6 Angebote in verschiedenen Sprachen

Schwangerschaft und Geburt

2.1

Rechte der Eltern und der Kinder

Eine Schwangerschaft ist meistens ein freudiges Ereignis. Sie kann jedoch auch plötzlich, ungeplant oder ungewollt eintreten. Ein positiver Schwangerschaftstest kann deshalb je nach Lebenssituation mit zusätzlichen Herausforderungen verbunden sein. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass Sie sich mit den Rechten und Pflichten der Eltern und den Rechten des Kindes auseinandersetzen.

Generelle rechtliche Informationen finden Sie im Internet:



- Beratungsstellen für Familienberatung > www.jefb.ch
- Charta der Rechte des Kindes vor, während und nach seiner Geburt > www.isppm.ngo
- Unentgeltliche Rechtsauskunft Aargauischer Anwaltsverband > www.anwaltsverband-ag.ch
- Unentgeltliche Rechtsauskunft Aargauischer Gewerkschaftsbund > www.agb.ch

Auch rund um die Geburt gibt es rechtliche Fragen zu beachten, zum Beispiel die Meldung der Geburt. Der Kanton Aargau hat dazu Informationen für Sie zusammengestellt:

- Geburt – Kanton Aargau > www.ag.ch

Sind Sie als Eltern nicht (mehr) verheiratet, stellen sich zudem rechtliche Fragen zum Unterhalt und Sorge- bzw. Besuchsrecht:

- Beratungen und Formulare zum Unterhalt Kanton Aargau > www.ag.ch
- Regelung der gemeinsamen elterlichen Sorge nicht miteinander verheirateter Eltern Merkblatt > www.ag.ch

Die Geburt eines Kindes kann Sie in eine finanzielle Notlage bringen. Informieren Sie sich darüber, welche Unterstützungsmöglichkeiten es im Kanton Aargau gibt:

- Informationen zur Elternschaftsbeihilfe, Aargau > www.ag.ch
- Informationen zu Ergänzungsleistungen IV > www.sva-aargau.ch
- Stiftung Hilfe für Mutter und Kinder der Reformierten Kirche Aargau > www.ref-ag.ch
- Solidaritätsfonds für Mutter und Kind des Schweizerischen Katholischen Frauenbundes SKF > www.frauenbund.ch
- Sozialdienste der Gemeinden, Mütter- und Väterberatung Aargau, lokale Stiftungen > www.mvb-aargau.ch

2.2

Zweifel oder Krisen rund um die Schwangerschaft

Ein positiver Schwangerschaftstest kann auch grosse Sorgen oder Ängste bei werdenden Eltern auslösen. Vielleicht fühlen Sie sich noch zu jung, Sie befürchten Drohungen aus dem sozialen Umfeld oder es gibt gesundheitliche Komplikationen. Viele Informationen und Anlaufstellen mit ausgebildeten Fachleuten sorgen dafür, dass Sie sich in dieser Zeit mit diesen Sorgen nicht allein gelassen fühlen.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder Angebote in der Nähe zur Schwangerschaft suchen:

i

- Information und Beratung bei ungewollter Schwangerschaft > www.seges.ch
- Information und Beratung zur vertraulichen Geburt > www.seges.ch
- Information und Beratung zum Schwangerschaftsabbruch > www.seges.ch
- Kind-Eltern-Institutionen im Kanton Aargau > www.kindeltern.ch

Wenn Sie überregionale Angebote und Vernetzungsmöglichkeiten suchen:

- Rechtliche Angaben zum Schwangerschaftsabbruch > www.bj.admin.ch
- Beratung zum Aufwachsen in Pflegefamilie oder Adoptivfamilie > www.pa-ch.ch
- Charta der Rechte des Kindes vor, während und nach seiner Geburt > www.isppm.ngo



2.3

Gesundheit

Als werdende Mutter durchlaufen Sie verschiedene Entwicklungsstadien und erleben körperliche und emotionale Veränderungen. Sie werden durch Ihre Frauenärztin, Ihren Frauenarzt oder Ihre Hebamme durch die Schwangerschaft begleitet. Sie haben Anspruch auf sieben Kontrolluntersuchungen und zwei Ultraschalluntersuchungen.

Weitere Informationen finden Sie hier:



- Krankenversicherung und Leistungen bei Mutterschaft | Bundesamt für Gesundheit > www.bag.admin.ch

Wenn Sie mehr wissen wollen oder Angebote in der Nähe zur Schwangerschaft suchen:

- Informationen und Beratungen zu vorgeburtlichen Untersuchungen Kanton Aargau > www.seges.ch
- Swissmom | Allgemeine Informationen > www.swissmom.ch

In der Vorsorge für Schwangere gibt es viele Angebote. Sie können sich bei Frauenärztinnen und Frauenärzten, an Geburtsorten und bei Hebammen über diese informieren. Bei der Frauenärztin oder dem Frauenarzt können sich Frauen medizinisch untersuchen lassen. Sie können Fragen zum Verlauf von Schwangerschaft und Geburt stellen. An Geburtsorten werden Frauen von Fachpersonen rund um die Geburt begleitet, in einem Spital, einem Geburtshaus oder zu Hause. Hebammen unterstützen Sie bei der Vorbereitung auf die Geburt oder begleiten Sie auf Wunsch während der Geburt.

- Wenn Sie noch auf der Suche nach einem Frauenarzt, einer Frauenärztin, einer Hebamme oder einem Geburtsort (Spital oder Geburtshaus) sind, finden Sie Informationen beim Fachnetzwerk Familienstart Aargau > www.familienstart-aargau.ch

Eine gesunde Ernährung trägt zu Ihrem Wohlbefinden und zur Gesundheit Ihres Kindes bei. Bestimmte Nährstoffe wie Folsäure oder Vitamin D brauchen Sie in ausreichender Menge. Bei einigen Lebensmitteln ist Vorsicht geboten, zum Beispiel bei rohem Fisch.

Der Kanton Aargau hat einige Informationen zum Thema der gesunden Schwangerschaft zusammengestellt > www.ag.ch

Das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV hat eine Broschüre zusammengestellt, in der Sie viele Tipps und Informationen finden > www.blv.admin.ch

Bewegung während der Schwangerschaft tut Ihnen gut. Was möglich ist, sollten Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt besprechen. Einige nützliche Tipps finden Sie hier:

Bewegungsempfehlungen > www.gesundheitsfoerderung.ch

Gesunde Schwangerschaft > www.ag.ch

Für die Gesundheit Ihres Kindes und seine gute Entwicklung nach der Geburt ist es wichtig, dass Sie auf Zigaretten, Alkohol und Drogen verzichten. Auch Passivrauchen ist für das Kind schädlich. Bitten Sie Personen, mit denen Sie häufig zusammen sind, in Ihrer Gegenwart nicht zu rauchen. Auch Medikamente können Ihrem ungeborenen Kind schaden. Wenn Sie regelmässig verschriebene Medikamente einnehmen, besprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, was während der Schwangerschaft zu tun ist. Bevor Sie Medikamente selbst einnehmen, fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.

Manchmal kann es schwierig sein, sofort mit dem Alkohol- oder Drogenkonsum aufzuhören. Hier finden Sie Hilfe > www.schwangerschaft-ohne-alkohol.ch

Schwangerschaft, Geburt und die ersten Wochen mit dem Kind können eine grosse Herausforderung sein. Es kann vorkommen, dass Sie sich als Mutter niedergeschlagen und traurig fühlen, sich nicht auf das Kind freuen können oder grosse Ängste entwickeln. Hier finden Sie Unterstützung > www.pdag.ch

Eine Schwangerschaft dauert bei normalem Verlauf etwa 38 Wochen. Kommt das Kind früher auf die Welt, spricht man von einer Frühgeburt. Je nachdem, wie früh das Kind geboren wird, sind intensivmedizinische Massnahmen notwendig. Für die Eltern ist dies eine belastende Zeit. Das Kantonsspital Baden hat einige Informationen zusammengestellt, die Ihnen helfen können > www.kantonsspitalbaden.ch ebenso wie das Kantonsspital Aarau > www.ksa.ch

Sie finden zudem hier Informationen zu Impfungen in der Schwangerschaft > www.bag.admin.ch

2.4

Reproduktionsmedizin

Die Gründe für ungewollte Kinderlosigkeit sind vielfältig. Für die Erfüllung eines Kinderwunsches können reproduktionsmedizinische Angebote in Anspruch genommen werden.

Es gilt dabei viele ethische, medizinische, rechtliche oder auch partnerschaftliche Fragen zu klären:

i

- Informationen und Fragen zur Kinderlosigkeit Kanton Aargau > www.seges.ch
- Informationen rund um die künstliche Befruchtung, Samenspender und Spenderkinder > www.ch.ch
- Ethische und rechtliche Rahmung der Fortpflanzungsmedizin Schweiz > www.bag.admin.ch

2.5

Unterstützung bei Behinderungen oder schweren Erkrankungen

Wenn sich während der Schwangerschaft herausstellt, dass sich Ihr Kind anders entwickelt als erwartet, haben Eltern oft viele Fragen. Deshalb ist es wichtig, dass Sie als Eltern wissen, welche Unterstützung Sie in Anspruch nehmen können und welche Angebote für Sie infrage kommen.

Das beginnt bei der Frage nach vorgeburtlichen Tests und der Beratung über deren Ergebnisse:



- Informationen zu vorgeburtlichen Tests > www.insieme.ch
- Beratung, ergänzend zur medizinischen Betreuung vor oder nach einem vorgeburtlichen Test > www.seges.ch
- Krankenversicherung und Leistungen bei Mutterschaft | Bundesamt für Gesundheit > www.bag.admin.ch

Es gibt Hebammen und weitere Fachpersonen, die mit Schwangerschaften und Geburten von Kindern mit Behinderungen oder schweren Krankheiten vertraut sind und Sie auch im Wochenbett betreuen können. Informationen dazu finden Sie auf spezialisierten Websites und in gynäkologischen Praxen und Geburtsorten.

- Schweizerischer Hebammenverband | Hebammensuche > www.hebammensuche.ch
- Kantonsspital Aarau | Frauenklinik > www.ksa.ch
- Klinik Hirslanden Aarau | Geburtenabteilung > www.hirslanden.ch

Nach der Geburt müssen Sie als Eltern Ihren Alltag neu organisieren. Dies kann besonders schwierig sein, wenn bei Ihrem Kind eine Behinderung oder eine schwere Krankheit vorliegt. Unter anderem, weil man häufiger zum Arzt oder zur Ärztin muss oder für eine Zeit im Spital bleiben muss.

Es gibt Angebote, die Sie in diesen Zeiten entlasten, zum Beispiel im Haushalt, bei der Pflege oder bei Anfahrten:



- Pro Infirmis Aargau, Basel-Stadt, Solothurn | Beratung für Eltern und Kinder > www.proinfirmis.ch
- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.entlastungsdienst.ch

- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.srk-aargau.ch
- Kinderspitex | Bedarfsgerechte Pflege von Kindern in ihrem Zuhause > www.spitexkinder.ch
- Stiftung Kifa | Gemeinnützige Stiftung zur Pflege von Kindern mit Behinderung zu Hause > www.stiftung-kifa.ch

Eltern eines beeinträchtigten Kindes brauchen nicht nur Rat und Unterstützung von Fachpersonen. Viele Eltern finden den Austausch mit anderen Müttern und Vätern in einer Selbsthilfegruppe wertvoll:

- Selbsthilfe Aargau > www.selbsthilfe-ag.ch
- Insieme | Elternsofa: Ein Angebot von Eltern für Eltern > www.elternsofa.ch

2.6

Angebote in verschiedenen Sprachen

- Informationen rund ums Leben im Aargau gibt es in 17 verschiedenen Sprachen auf Hallo Aargau > www.hallo-aargau.ch
- Für Geburtsvorbereitungskurse sehen Sie sich die Informationen vom Kantonsspital Aarau an unter Geburtsvorbereitungen für Migrantinnen > www.ag.ch
- Informationen zu den wichtigsten Lebensbedingungen und Integrationsförderung: Regionale Integrationsfachstellen > www.ag.ch
- Gesprächsrunden für Männer und Frauen werden in 22 verschiedenen Sprachen auf Femmes-Tische angeboten > www.femmestische.ch
- Ebenso finden Sie Treffpunkte und Aktivitäten für Personen mit Migrationshintergrund von Caritas > www.caritas-regio.ch
- Integrationsangebote im Kanton Aargau mit Deutschangeboten, sozialen Integrationstreffpunkten und allgemeinen Informationen > www.integrationaargau.ch
- Mit psyfinder finden Sie mehrsprachige Psychologinnen und Psychologen sowie Psychiaterinnen und Psychiater > www.psychologie.ch

Eltern sein



- Seite 15 3.1 Neue Rollen

- Seite 16 3.2 Rechte und Pflichten als Eltern

- Seite 17 3.3 Finanzen

- Seite 19 3.4 Trennung und Scheidung

- Seite 21 3.5 Angehörige betreuen

- Seite 21 3.6 Schwierige Lebenslagen

- Seite 25 3.7 Tod eines Kindes, eines Elternteils

- Seite 25 3.8 Angebote in verschiedenen Sprachen

Eltern sein

3.1

Neue Rollen

Die Geburt des ersten Kindes ist für Elternteile mit vielen Veränderungen verbunden. Bisher waren Sie ein Paar, jetzt sind Sie Eltern. Nach der Geburt beginnt eine intensive Zeit, die gleichzeitig schön und herausfordernd sein kann.

- Neu stehen die Bedürfnisse des Kindes im Mittelpunkt.
- Der Tagesablauf verändert sich stark. Vieles ist nicht mehr planbar.
- In den ersten Monaten kann Sie der Schlafmangel belasten.
- Sie müssen sich um das Kind kümmern.
- Wenn das Kind älter wird, sind Sie in der Erziehung gefordert.

Auch Ihr soziales Leben wird sich verändern:

- Vielleicht können Sie Freundschaften nicht mehr so gut pflegen.
- Vielleicht kommen neue Freundschaften mit anderen jungen Eltern hinzu.
- Vielleicht wollen die Grosseltern oder andere Verwandte eine Rolle im Leben des Kindes spielen und Sie entscheiden, wie und ob Sie diese in den Alltag einbinden können.
- Die Beziehung als Paar kann in den Hintergrund treten, wenn man sich nicht bewusst Zeit nimmt, um als Paar zusammenzusein.

Bei der Geburt des zweiten Kindes kennen Sie die Herausforderungen bereits – auch wenn jedes Kind anders ist. Eine wichtige neue Aufgabe von Ihnen als Eltern ist es, die Verbundenheit der Geschwisterkinder zu fördern.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder ein Informations- und Beratungsangebot in Ihrer Nähe suchen:



- Elternbildung im Kanton Aargau > www.elternbildung-aargau.ch
- Die Caritas bietet Treffpunkte und Aktivitäten > www.caritas-regio.ch
und Elternbildungskurse «Mein Kind in der Schweiz erziehen» für Personen mit Migrationshintergrund > www.elternbildung-aargau.ch
- Mütter- und Väterberatung Aargau | kostenfrei, unverbindlich, niederschwellig beraten > www.mvb-aargau.ch
- Familienberatungsstellen (JEFB) | niederschwellige Beratung von Einzelpersonen, Familien, Kindern und Jugendlichen > www.jefb.ch
- Familieninfo-Aargau | eine Orientierungshilfe in Familienfragen > www.familieninfo-aargau.ch

3.2

Rechte und Pflichten als Eltern

Eltern haben das Recht, die Eltern ihrer Kinder zu sein. Dieses Recht beinhaltet gleichzeitig die Pflicht, für die Pflege und das Wohl ihrer Kinder zu sorgen und sie zu schützen. Diese Sorge umfasst unter anderem den emotionalen, körperlichen, erzieherischen und finanziellen Bereich. Diese elterlichen Rechte und Pflichten sind bei verheirateten Paaren automatisch geregelt. Unverheiratete Paare sollten – am besten vor der Geburt des Kindes – die Anerkennung der Vaterschaft und die gemeinsame elterliche Sorge zusätzlich regeln. Bei Trennung oder Scheidung bleibt die Sorgspflicht bestehen. In diesem Fall müssen Sie die Aufteilung des finanziellen Unterhalts und das Besuchsrecht regeln.

Die gesetzlichen Grundlagen finden Sie im Zivilgesetzbuch: ZGB Art. 296 ff. (elterliche Sorge), 301 (Wohl und Pflege), 302 (Erziehung), 307 (Kinderschutz):

i

- Rechte und Pflichten der Eltern im Kanton Aargau > www.hallo-aargau.ch



3.3

Finanzen

Als Familie müssen Sie sich finanziell mehr absprechen und mit höheren Fixkosten rechnen. Sie sind nun auch finanziell für das Kind und seine Zukunft verantwortlich. Gleichzeitig ist eine Vollzeitbeschäftigung für manche Elternteile oft nicht mehr möglich.

Dazu kommen zusätzliche Kosten für das Kind wie Ausgaben für Gesundheit, Hygiene, Wohnen (grössere Wohnung), Schule, Freizeit und Hobbys. Zudem haben Sie als Eltern, solange Ihnen die elterliche Sorge zusteht, das Recht und die Pflicht, das Vermögen Ihrer Kinder zu verwalten (Art. 318 ff. ZGB).

Der Staat ist sich der wichtigen Erziehungs- und Betreuungsarbeit, die Eltern tagtäglich leisten, und der damit verbundenen Herausforderungen bewusst. Deshalb bietet er Entlastungen an: Es gibt Kinderzulagen, Steuerabzüge, Vergünstigungen bei den Krankenkassen-Prämien und in anderen Lebensbereichen.

Geld und Unterstützung

Als Familie haben Sie Anspruch auf verschiedene finanzielle Leistungen. Während der ersten 14 Wochen nach der Geburt erhalten Sie eine Mutterschaftsentschädigung und während 2 Wochen eine Vaterschaftsentschädigung. Dazu kommen Familienzulagen, Kinderzulagen und Steuerabzüge, Ausbildungszulagen und Möglichkeiten für ein Stipendium. Weil Fragen zu Geld und Finanzierung mit Information und Organisation verbunden sind und den Familienalltag belasten können, gibt es für viele Themen rund um Familie und Geld spezielle Beratungsangebote.

Hier finden Sie einige wichtige Links zum Thema:



- Unentgeltliche Rechtsauskunft Aargauischer Anwaltsverband > www.anwaltsverband-ag.ch
- Unentgeltliche Rechtsauskunft Aargauischer Gewerkschaftsbund > www.agb.ch
- Kirchlicher Regionaler Sozialdienst (KRSD) > www.caritas-regio.ch
- Mutterschaft- und Vaterschaftsentschädigungen, Aargau > www.ag.ch
- Anspruch auf Leistungen als Familie, Aargau | SVA Aargau > www.sva-ag.ch
- Instrumente und Unterstützungsleistungen im Bereich Familie, Kanton Aargau > www.ag.ch
- Beratungen zu Familie und Beruf > www.familieninfo-aargau.ch
- Beratungen zu Geld > www.familieninfo-aargau.ch
- Übersicht zu finanziellen Leistungen > www.profamilia.ch
- Übersicht zu finanziellen Unterstützungen > www.profamilia.ch

Armut

Familien haben ein höheres Armutsrisiko als ledige Personen. Kinder leiden am meisten unter Armut, auch dann, wenn diese nicht sichtbar ist. In der Schweiz beziehen über 270'000 Personen Leistungen der Sozialhilfe, ein Drittel davon sind Kinder. Für Familien in finanziellen Schwierigkeiten gibt es verschiedene Möglichkeiten und Institutionen, um Unterstützung zu erhalten.

Hier können Sie sich informieren, beraten lassen oder Unterstützungsmöglichkeiten bei Schuldenfragen oder Wohnungssuche finden:



Finanzielle Unterstützung, Aargau:

- Finanzielle Unterstützung, Aargau > www.sva-ag.ch
- Prämienverbilligung > www.sva-ag.ch/pv
- Familienzulagen > www.sva-ag.ch

Sozialhilfe, Aargau:

- Sozialhilfe, Aargau > www.ag.ch
- Soziale Sicherheit | Sozialhilfe | Hallo Aargau > www.hallo-aargau.ch
- Bevorschussung von Unterhaltsbeiträgen für Kinder | Inkassohilfe > www.ag.ch

Rechtsgrundlagen für finanzielle Unterstützung und Sozialhilfe, Schweiz:

- Rechtsgrundlagen für finanzielle Unterstützung und Sozialhilfe, Schweiz > www.skos.ch
- Bedarfsleistungen für Familien > www.admin.ch
- Finanzielle Hilfen > www.plusminus.ch

Weitere Unterstützung und Beratung (Caritas, Das Rote Kreuz, Winterhilfe):

- Angebote > www.caritas-regio.ch
- Kontakt > www.caritas-regio.ch
- «mit mir»-Patenschaften > www.caritas-regio.ch
- Bildung | Das Rote Kreuz im Kanton Aargau > www.srk-aargau.ch
- Eltern und Familie | Das Rote Kreuz im Kanton Aargau > www.srk-aargau.ch
- Weil Armut im Kanton Aargau oft unsichtbar ist > www.winterhilfe.ch

Schuldenprävention und -beratung, Aargau:

- Schuldenprävention und -beratung, Aargau > www.schulden-ag-so.ch
- Schuldenberatung > www.caritas-regio.ch

Migration und Finanzen:

- Migration und Finanzen > www.familieninfo-aargau.ch
- Sozialhilfe & Nothilfe, Kanton Aargau > www.ag.ch

3.4

Trennung und Scheidung

Die Gründe für Trennung und Scheidung sind vielfältig. Oft gehen diesen Ereignissen längere Konflikte zwischen den Eltern voraus. Deshalb kann eine Trennung für alle, auch für die Kinder, neben der Trauer auch eine Erleichterung bedeuten. Dazu muss sie behutsam durchgeführt werden.

Wichtigstes Ziel ist es, dass es Kindern auch mit getrennten Eltern gut geht. Dies ist nicht der Fall, wenn die Eltern weiter streiten. Besonders schädlich ist es, wenn das Kind zwischen die Fronten gerät, die andere Seite «ausspionieren» soll oder sich mit einem Elternteil gegen den anderen verbünden soll. Um das Wohl des Kindes auch in Konflikt- und Streitfällen vor einer möglichen Trennung zu sichern, kann eine Paarberatung helfen. Unter dem eigenen Trennungsstress fällt es Eltern manchmal schwer, sich um ihr Kind zu kümmern, seine Bedürfnisse zu erkennen und es gut zu erziehen. Auch hier kann Familien- und Erziehungsberatung helfen.

Informationen im Internet:

i

- Eltern-, Familien- und Eheberatung, Aargau > www.jefb.ch
- Eltern und Erziehungsberechtigte / Mütter- und Väterberatung Kanton Aargau > www.mvb-aargau.ch
- Regelung der gemeinsamen elterlichen Sorge nicht miteinander verheirateter Eltern Merkblatt > www.ag.ch



Trennung

Der erste Schritt einer Trennung ist in der Regel der Auszug eines Ehepartners. Immer häufiger bleiben auch die Kinder an einem Ort wohnen und die Eltern wechseln sich ab. Die rechtlichen Folgen dieser räumlichen Trennung können entweder gerichtlich oder aussergerichtlich geregelt werden. Aussergerichtlich kann eine Trennungsvereinbarung erstellt werden.

Informationen im Internet:



- Wichtige Informationen zur Trennung > www.profamilia.ch
- Rechte und Pflichten der Eltern bei Trennung > www.familienleben.ch
- Mögliche Wohnmodelle für Familien nach Trennung > www.svamv.ch
- Wohnmodelle nach der Trennung > www.familienleben.ch
- Wichtige Informationen zur elterlichen Sorge > www.ch.ch

Scheidung und Unterhalt

Lassen sich die Eltern scheiden, gilt in der Regel die gemeinsame elterliche Sorge. Überträgt das Gericht einem Elternteil das alleinige Sorgerecht, muss dies nachweislich zum Wohl des Kindes sein.

Alimente oder Unterhaltszahlungen sind nötig, um nach der Trennung der Eltern das Wohl des Kindes zu sichern. Ob, wie und in welcher Höhe nachehelicher Unterhalt ausfällt, hängt von den Umständen im Einzelfall ab. Grundsätzlich sind die ehemaligen Ehegatten ab dem Zeitpunkt der Scheidung verpflichtet, selbst für ihren Unterhalt zu sorgen.

Informationen im Internet:



Wichtige Informationen und Beratung zur Scheidung und zum Scheidungsrecht:

- Wie sich scheiden lassen in der Schweiz > www.ch.ch
- Berufliche Vorsorge bei Scheidung > www.backend.ebg.admin.ch
- Scheidungsrecht > www.bj.admin.ch
- Zentrum für Scheidungsberatung > www.divortis.ch

Unterhaltsrecht:

- Inkassohilfe, Kanton Aargau > www.ag.ch
- Unterhaltsrecht > www.profamilia.ch
- Kindesunterhalt in der Schweiz berechnen und einfordern > www.familienleben.ch

Rechte des Kindes in der Scheidung:

- Kinderrechte in der Schweiz: die Rechte der Scheidungskinder > www.onlinescheidung.ch
- Kinderschutz in der Schweiz > www.kesb-kurz-erklaert.ch

3.5

Angehörige betreuen

Manchmal häufen sich die Aufgaben: Ihre Kinder müssen versorgt werden. Sie möchten ihnen eine gute Entwicklung ermöglichen. Gleichzeitig werden Ihre Eltern, Schwiegereltern oder andere nahe Verwandte pflegebedürftig. Und Sie übernehmen auch diese Aufgabe. Dies kann zu einer Überlastung führen.

- [Unterstützungsangebote für betreuende Angehörige > www.ag.ch](#)

3.6

Schwierige Lebenslagen

Dass man in einer Familie füreinander da ist und sich umeinander kümmert, ist für viele selbstverständlich. Doch auch Sie können in Ihrer Familie vor Herausforderungen stehen, die Ihre Kräfte übersteigen. Ob es sich um finanzielle Sorgen, Erziehungsfragen oder gesundheitliche Probleme handelt – manchmal reichen die eigenen Kräfte nicht aus, um diese Schwierigkeiten zu bewältigen.

Professionelle Unterstützung kann viel bewirken. Fachpersonen wie beispielweise Sozialarbeitende, Psychologinnen und Psychologen, Ärztinnen und Ärzte sowie Beratungsstellen bieten nicht nur Hilfe, sondern können auch neue Perspektiven eröffnen oder neue Wege aufzeigen.

Wenn Sie nicht mehr weiterwissen, Rat suchen oder einfach mit jemandem reden möchten:



- [Jugend-, Ehe- & Familienberatung Kanton Aargau | niederschwellige Beratung von Einzelpersonen, Familien, Kindern und Jugendlichen > www.jefb.ch](#)
- [Schulsozialarbeit, Kanton Aargau > www.ag.ch](#)
- [Schulsozialarbeit > www.schulen-aargau.ch](#)
- [Kinder- und Jugendarbeit \(kostenlos, niederschwellig\) > www.agja.ch](#)
- [Die Dargebotene Hand | 143.ch | Unterstützung rund um die Uhr > www.143.ch](#)
- [Elternnotruf | Beratung für Eltern, Familien und Bezugspersonen rund um die Uhr > www.elternnotruf.ch](#)
- [Elternberatung Pro Juventute 7/24 > www.projuventute.ch](#)
- [Berufsverband der Schweizer Psychologinnen und Psychologen FSP > www.psychologie.ch](#)

Wenn Sie mit psychischen Problemen oder Sucht von Angehörigen zu tun haben:

- Apika – Angebote für psychisch Kranke im Kanton Aargau > www.apika.ch
- Fachstelle für Angehörige PDAG | Für Erwachsene, Jugendliche und Kinder > www.pdag.ch
- VASK, Vereinigung der Angehörigen von psychisch Kranken > www.vaskaargau.ch
- Stand by You | Für Angehörige und Vertrauenspersonen von psychisch erkrankten Menschen > www.stand-by-you.ch
- Verein Ambulante Psychiatrische Pflege | Beratung und Begleitung von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen in ihrem Lebensumfeld > www.vapp.ch
- Suchtberatung Aargau | Beratung für Kinder und Jugendliche, wenn Eltern süchtig sind > www.suchtberatung-ags.ch
- Suchtberatung und Suchttherapie Aargau | Beratung zu Konsum und Abhängigkeiten für Betroffene und Angehörige > www.ag.ch
- Blaues Kreuz Aargau–Luzern | Familienberatung zu Konsum und Abhängigkeiten > www.aglu.blaueskreuz.ch
- Suchtprävention Aargau | Veranstaltungen und Information zu Sucht und Abhängigkeiten > www.suchtpraevention-aargau.ch

Wenn Sie Fragen zur Radikalisierung von Jugendlichen haben:

- Kanton Aargau | Anlaufstelle Radikalisierung > www.ag.ch

(Häusliche) Gewalt

Kinder brauchen eine sichere, liebevolle und unterstützende Umgebung. Dort lernen sie, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Wenn eine Person in der Familie oder im Haushalt eine andere Person absichtlich verletzt oder bedroht, spricht man von häuslicher Gewalt. Dabei kann es sich um körperliche Gewalt wie Schlagen oder Stossen handeln, aber auch um psychische Gewalt wie Beschimpfungen, Drohungen oder ein stark kontrollierendes Verhalten. Niemand hat das Recht, sich gegenüber Ihnen oder Ihren Kindern so zu verhalten. Alle Menschen haben das Recht, sicher und ohne Angst aufzuwachsen und zu leben.

Wenn Sie oder Ihre Kinder häusliche Gewalt erlebt haben oder erleben, ist es sehr wichtig, dass Sie sich Unterstützung holen. Es gibt viele Organisationen, die Beratung und Schutz anbieten und Ihnen helfen können, sich und Ihre Kinder in Sicherheit zu bringen. Dazu gehört auch rechtliche oder psychosoziale Beratung.

Ebenso wichtig ist es, sich frühzeitig Hilfe zu holen, wenn Sie sich als Eltern oder Angehörige überfordert fühlen. Denn Gewalt in der Erziehung entsteht oft in Situationen, denen man sich nicht mehr gewachsen fühlt. Gewalt, auch vereinzelt, kann Kindern nachhaltig körperlich und psychisch schaden.

Jede Form von Gewalt verstösst gegen die in der Schweiz geltenden gesetzlichen Bestimmungen (Art. 11 Abs. 1 Bundesverfassung). Kinder und Jugendliche haben Anspruch auf besonderen Schutz ihrer Unversehrtheit und auf Förderung ihrer Entwicklung:

i

- Kinderrechtskonvention > www.kinderschutz.ch
- Istanbul-Konvention > www.ebg.admin.ch

Alles auf einen Blick:

- Kanton Aargau | Stopp Gewalt > www.ag.ch

Wenn Sie Schutz suchen:

- Frauenhaus Aargau-Solothurn | Schutz für Frauen mit und ohne Kinder > www.frauenhaus-ag-so.ch
- ZwüscheHalt | Väter- und Familienschutzhaus > www.zwueschehalt.ch

Wenn Sie Beratung brauchen:

- AHG-Aargau | Anlaufstelle gegen häusliche Gewalt > www.ahg-aargau.ch
- Opferberatung Aargau | Beratung für Opfer von Gewalt > www.opferberatung-ag.ch
- Die Fachstelle www.zwangsheirat.ch ist auch ausserhalb der Bürozeiten erreichbar > www.zwangsheirat.ch

Bei Vorfällen häuslicher Gewalt können sich auch Eltern durch die Kinderschutzgruppen beraten lassen:

- Kinderschutzgruppen Baden > www.kantonsspitalbaden.ch
- Kinderschutzgruppen Aarau > www.ksa.ch

Weitere Informationen:

- LIMITA, Schutz vor sexueller Ausbeutung von Kindern, Jugendlichen und Menschen mit Beeinträchtigungen > www.limita.ch
- Kanton Aargau | Opferhilfe > www.ag.ch

Eure Rechte als Kinder und Jugendliche

Als Kinder und Jugendliche habt ihr das Recht auf ein sicheres Zuhause, auf eine Erziehung im Sinne der Gleichberechtigung und Gewaltfreiheit sowie das Recht auf Gesundheit, Spiel und Erholung. Es kann sein, dass eure Familie euch das nicht immer geben kann. Dann können euch andere Menschen weiterhelfen.

Wenn ihr nicht mehr weiterwisst, Rat sucht oder ihr einfach mit jemandem reden möchtet:



- Pro Juventute 147 | Sorgen und Fragen am Telefon oder per Chat anderen mitteilen > www.147.ch
- Tschau.ch | Beratung und Jugendinformation per E-Mail oder online > www.tschau.ch

Wenn du Beratung wünschst:

- AGJA | Offene Jugendarbeit Aargau > www.agja.ch
- Kanton Aargau | Soziale Arbeit in der Schule > www.ag.ch
- Fachteam Häusliche Gewalt | ab 13 Jahren ohne Anmeldung der Eltern möglich > www.ag.ch
- ask! | Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf Aargau, ab Sekundarstufe II > www.beratungsdienste.ch
- Castagna | Beratungs- und Informationsstelle für sexuell ausgebeutete Jugendliche > www.castagna-zh.ch
- JEFB | Jugend-, Ehe- & Familienberatungsstellen > www.jefb.ch

Wenn du Schutz suchst:

- Schlupfhuus, Zürich | Beratung rund um die Uhr für Kinder und Jugendliche und Notfallaufnahme für 13- bis 18-jährige > www.schlupfhuus.ch
- Mädchenhaus Zürich | Beratung rund um die Uhr für Mädchen und Notfallaufnahme für 14- bis 20-jährige Mädchen > www.maedchenhaus.ch
- Notschlafstelle | Für 16- bis 23-Jährige, Zürich > www.swsieber.ch

3.7

Tod eines Kindes, eines Elternteils

Das schlimmste Ereignis für Eltern ist der Tod eines Kindes. Es ist eine dramatische Situation, die grosse Trauer auslöst. Jede Person geht anders mit dieser Trauer um. Dennoch ist dieses Ereignis für alle Familienmitglieder belastend. Vielleicht können Sie einander Trost spenden, vielleicht sind Sie verständlicherweise aber auch überfordert.

Im Krisenfall können Sie sich an nachfolgende Beratungsdienste wenden:



- Kostenloser Beratungsdienst Kindsverlust > www.kindsverlust.ch
- Himmelskind, Akuthilfe und Trauerbegleitung > www.himmelskind.ch

Auch der Tod eines Elternteils ist für die Familie sehr belastend.

Eine grosse Frage kann sein, wie man mit den Kindern darüber spricht:

- Pro Juventute gibt Hinweise, wie man mit Kindern über den Tod sprechen kann > www.projuventute.ch
- Trauerbegleitung für Menschen mit Todesfall > www.familientrauerbegleitung.ch

3.8

Angebote in verschiedenen Sprachen

- Informationen rund ums Leben im Aargau gibt es in 17 verschiedenen Sprachen auf Hallo Aargau > www.hallo-aargau.ch
- Mütter- und Väterberatung in verschiedenen Sprachen erklärt > www.mvb-aargau.ch
- In 15 verschiedenen Sprachen gibt es die App Parentu > www.parentu.ch
- Informationen zu den wichtigsten Lebensbedingungen und Integrationsförderung: Regionale Integrationsfachstellen > www.ag.ch
- Gesprächsrunden für Männer und Frauen werden in 22 verschiedenen Sprachen auf Femmes-Tische angeboten > www.femmestische.ch
- Ebenso finden Sie Treffpunkte und Aktivitäten für Personen mit Migrationshintergrund von Caritas > www.caritas-regio.ch
- Integrationsangebote im Kanton Aargau mit Deutschangeboten, sozialen Integrations-treffpunkten und allgemeinen Informationen > www.integrationaargau.ch
- Mit psyfinder finden Sie mehrsprachige Psychologinnen und Psychologen sowie Psychiaterinnen und Psychiater > www.psychologie.ch

Kleinkinder 0–2 Jahre



- Seite 27 4.1 Entwicklungspsychologische Hinweise

- Seite 29 4.2 Gesundheit

- Seite 30 4.3 Familienberatung und Elternbildung

- Seite 32 4.4 Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung
oder schweren Erkrankung

- Seite 32 4.5 Heilpädagogische Angebote für Kinder
mit Entwicklungsauffälligkeiten

- Seite 33 4.6 Angebote in verschiedenen Sprachen

- Seite 34 4.7 Frühkindliche Bildung und Betreuung

- Seite 35 4.8 Freizeit und Kultur

Kleinkinder 0–2 Jahre

Jedes Kind ist einzigartig und entwickelt sich in seinem eigenen Tempo. Manches kann Ihr Kind vielleicht schon besser, anderes vielleicht noch nicht oder weniger gut als hier beschrieben. Das ist in der Regel normal und kein Grund zur Sorge. Eine anregende Umgebung, in der Ihr Baby Neues entdecken und lernen kann, fördert seine Entwicklung. Wenn Sie sich dennoch Sorgen machen, ob sich Ihr Baby gesund entwickelt, fragen Sie Ihre Mütter- und Väterberatungsstelle, Ihre Kinderärztin oder Ihren Kinderarzt oder eine andere Fachperson. Schauen Sie sich auch die vielen hilfreichen Angebote an, die wir weiter unten aufführen.

4.1

Entwicklungspsychologische Hinweise

Das erste Lebensjahr – Ein neues Familienmitglied

Alles ist neu für Sie und Ihr Baby:

- eine Bindung aufzubauen,
- tagsüber wach zu sein und nachts zu schlafen und
- die Welt zu entdecken.

Das sind grosse Aufgaben für Sie und Ihr Baby. Nach einigen Wochen werden Sie merken, dass Sie immer besser erkennen, was Ihr Baby gerade braucht. Ihr Baby wird zunehmend anders auf Sie reagieren als auf fremde Personen. Es lässt sich von Bindungspersonen leichter beruhigen als von anderen.

Ihr Baby schläft zwar viel, aber nie lange am Stück und es ist auch nachts viel wach. Mit der Zeit lernt Ihr Baby, tagsüber immer länger wach zu bleiben und nachts immer länger zu schlafen. Das kann einige Monate dauern. Sie können Ihrem Baby dabei helfen, indem Sie zum Beispiel tagsüber mit ihm an die frische Luft gehen. Das Tageslicht hilft Ihrem Baby zu lernen, dass es Tag ist. Achten Sie darauf, dass Ihr Baby gut vor der Sonne geschützt ist. Nachts dagegen sollte es in einem abgedunkelten Raum schlafen. Künstliches Licht von Lampen stört den Schlaf. Achten Sie auf Anzeichen von Müdigkeit und führen Sie ein Abendritual durch, damit Ihr Baby zur Ruhe kommt.

Sie können die Entwicklung Ihres Babys fördern, indem Sie versuchen, ein Gleichgewicht zwischen Ruhe und Anregung herzustellen. Eine anregende Umgebung für Babys braucht nicht viel. Es gibt so viel Neues für Babys zu entdecken. Eine Handpuppe, zu der Sie einen Reim oder ein Lied singen, bietet einem Baby schon viel zu entdecken. Oder ein Glöckchen, das Sie Ihrem Baby an den Arm oder den Fuss binden, kann ihm viel Freude bereiten. So kann ein Baby zum Beispiel lernen, dass es das Glöckchen durch eine Bewegung selbst zum Klingen bringen kann.

Weinen gehört zum Leben eines Babys. Es ist seine Möglichkeit, Ihnen mitzuteilen, dass es sich unwohl fühlt, dass es müde ist, dass es Ihre Nähe braucht, dass es Hunger hat oder dass es gewickelt werden muss. Das Baby baut eine Bindung zu Ihnen auf und lernt mit Ihrer Hilfe immer besser, zur Ruhe zu kommen. Je nach Temperament und Empfindsamkeit des Babys kann es sein, dass es viel Unterstützung braucht.

Wenn Babys sehr häufig und lange weinen, kann das auch ein Zeichen dafür sein, dass etwas nicht in Ordnung ist. Weint Ihr Baby viel, ohne dass Sie den Grund erkennen? Und es lässt sich kaum beruhigen? Wenn Sie sich dadurch sehr belastet fühlen, wenden Sie sich an Ihre Mütter- und Väterberaterin oder Ihren Kinderarzt oder Ihre Kinderärztin. Dort erfahren Sie, wie Sie die Regulationsentwicklung Ihres Babys unterstützen können.

Weitere Unterstützungsangebote:



In Basel gibt es eine Spezialsprechstunde für Säuglinge, die Ihnen helfen kann, wenn Ihr Baby sehr viel weint:

> www.upk.ch

Wenn Sie andere Fragen rund um Ihr Baby haben oder Hilfe benötigen, gibt es auch im Kanton Aargau eine Vielzahl von Angeboten:

- Stillförderung Schweiz > www.stillfoerderung.ch
- Familienstart des Kantons Aargau > www.familienstart-aargau.ch

Das zweite Lebensjahr – Gehen und erste Worte

Aus Ihrem Baby ist ein Kleinkind geworden, das schon viel Kontakt mit seiner Umwelt aufnimmt.

Sicher kann Ihr Kind schon einiges:

- Aufrecht sitzen, sich an Stühlen oder Möbeln hochziehen, vielleicht auch schon laufen.
- Es kann auf Gegenstände zeigen, wenn Sie zum Beispiel fragen, wo der Hund ist.
- Vielleicht sagt es auch schon ein paar Worte.

Weitere Informationen finden Sie bei stiftungNETZ > www.stiftungnetz.ch

Im zweiten Lebensjahr hat sich zwischen Ihnen und Ihrem Kind eine sichere Bindung aufgebaut. Sie werden zu einer der wichtigsten Personen im Leben Ihres Kindes. Bei vielen Kindern kommt irgendwann die Phase, in der sie mit Protest oder Weinen reagieren, wenn Sie sie einer anderen Person anvertrauen. Das gehört zur Entwicklung vieler Kinder dazu und ist kein Grund zur Sorge. Kinder entdecken in dieser Phase ihr eigenes «Ich» und entwickeln ihren eigenen Willen. Dies kann häufiger zu Unstimmigkeiten und Auseinandersetzungen zwischen Ihnen und Ihrem Kind führen. In dieser wichtigen Phase lernt Ihr Kind, dass es verschiedene Vorgehensweisen gibt, dass es Gefühle hat und diese gemeinsam mit Ihnen regulieren kann.

Sobald Ihr Kind aufsteht und zu laufen beginnt, haben Sie alle Hände voll zu tun. Kinder in diesem Alter sind schnell, können aber Gefahren noch nicht so gut einschätzen. Auch wenn Sie Ihr Kind nicht vor allem schützen können, sollten Sie es in dieser Phase gut im Auge behalten.

Möchten Sie mehr über die Entwicklung Ihres Babys oder Kindes erfahren?



Wenden Sie sich für eine individuelle Beratung an Ihre Mütter- und Väterberaterin
> www.mvb-aargau.ch

In der Mütter- und Väterberatung erfahren Sie alles über die Elternbriefe der Pro Juventute und erhalten Gutscheine für deren Bestellung. In den Elternbriefen erhalten Sie viele spannende Einblicke in die Entwicklung von der Geburt bis zum 6. Lebensjahr > www.projuventute.ch

4.2

Gesundheit

Die Abwehrkräfte Ihres Babys sind noch im Aufbau. Deshalb kann es vorkommen, dass Ihr Baby krank wird. Grundsätzlich wird bei Babys empfohlen, eher frühzeitig zur Kinderärztin oder zum Kinderarzt zu gehen: Wenn Ihr Baby zum Beispiel Schnupfen oder Husten hat, schlecht atmet, schlecht trinkt oder länger als zwei Tage erhöhte Temperatur hat (bei hohem Fieber sofort), ist ein Besuch bei der Kinderärztin oder dem Kinderarzt sinnvoll. Wenn Ihr Baby nachts krank wird und Sie nicht wissen, was Sie tun sollen, können Sie die Beratungshotline des Kinderspitals des Kantons Aargau anrufen > www.ksa.ch

Bei weiteren Fragen können Sie zunächst die Hebamme oder auch die Kinderärztin oder den Kinderarzt bei den regelmässigen Untersuchungen um Rat fragen. Generell wird empfohlen, sich früh eine Kinderärztin oder einen Kinderarzt zu suchen, die oder den Sie bei Bedarf aufsuchen können.



Informationen im Internet:



- Familienstart Aargau | Gesundheitsbezogene Angebote im Kanton Aargau
> www.familienstart-aargau.ch
- Impfplan BAG > www.bag.admin.ch
- Kinderspitex | Bedarfsgerechte Pflege von Kindern in ihrem Zuhause > www.spitexkinder.ch
- AHV IV | Merkblatt Betreuungsentschädigung – Wenn Kinder krank sind > www.ahv-iv.ch
- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.entlastungsdienst.ch
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.srk-aargau.ch
- Stiftung Kifa | Gemeinnützige Stiftung zur Pflege von Kindern mit Behinderung zu Hause
> www.stiftung-kifa.ch
- Pro Pallium | Schweizer Palliativstiftung für Kinder und junge Erwachsene
> www.pro-pallium.ch
- Bei Fragen rund ums Stillen finden Sie Informationen bei der Stillförderung Schweiz
> www.stillfoerderung.ch
- Bewegungsförderung PAPRICA enthält Bewegungstipps für Kinder bis 6 Jahre
in 13 Sprachen > www.gesundheitsfoerderung.ch

4.3

Familienberatung und Elternbildung

Alle Eltern haben das Recht auf Information, Beratung, Unterstützung und Entlastung. Das gilt nicht nur, wenn Sie sich überfordert fühlen oder sich in einer Krise befinden. Manchmal kann es auch guttun, etwas zu klären, sich auszutauschen oder eine zweite Meinung zu einer Frage einzuholen.

Kinder haben Rechte, zum Beispiel, dass sie gefördert, beteiligt und auch geschützt werden. Dafür sind hauptsächlich Sie als Eltern verantwortlich. Sie haben das Recht und die Pflicht, Ihre Kinder zu erziehen und wichtige Entscheidungen für sie zu treffen. Dazu gehört auch, ihre Entwicklung zu fördern oder über finanzielle Angelegenheiten der Kinder zu entscheiden. Sie müssen als Eltern die Meinung Ihrer Kinder altersentsprechend berücksichtigen und versuchen, diese zu verstehen.

Deshalb ist es wichtig, zu wissen, was Kinder brauchen, um sich gut entwickeln zu können, und wie man sie altersgerecht einbeziehen kann. Ebenso ist es wichtig, die eigenen Rechte und Pflichten als Eltern zu kennen und sich bei Unsicherheiten oder Schwierigkeiten Hilfe zu suchen. Mögliche Anlaufstellen sind die Mütter- und Väterberatung sowie die Familienberatungsstellen.

Denn die wichtigsten Schutzfaktoren für Kinder sind, dass Eltern

- keine Form von Gewalt anwenden, weder psychische noch physische,
- frühzeitig erkennen, dass sie zusätzliche Informationen, Beratung oder Unterstützung benötigen, anstatt lange zu warten,
- wissen, dass sie ein Recht auf professionelle Beratung haben,
- Hilfe suchen nicht als Versagen, sondern als Fürsorge für ihr Kind verstehen und
- bereit sind, sich weiterzuentwickeln und Verantwortung für ihr Kind zu übernehmen.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder ein Informations- und Beratungsangebot in der Nähe suchen:

i

- Mütter- und Väterberatung Aargau | kostenfrei, unverbindlich, niederschwellig beraten > www.mvb-aargau.ch
- Familienberatungsstellen (JEFB) | niederschwellige Beratung von Einzelpersonen, Familien, Kindern und Jugendlichen > www.jefb.ch
- Einfache Antworten zum Leben in der Schweiz | Informationen zu Familie und Familienleben > www.ch.ch
- Kanton Aargau | Elternbildung > www.elternbildung-aargau.ch
- Pro Familia | Kontaktadressen rund um Fragen zu Familien im Kanton Aargau > www.profamilia.ch
- Kinderschutz Schweiz | Informationen zu den Rechten der Kinder > www.kinderschutz.ch

Wenn Sie Entlastung oder Unterstützung brauchen:

- Schweizerisches Rotes Kreuz | Professionelle Kinderbetreuung auf die Schnelle > www.caritas-regio.ch

4.4

Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung

Jedes Kind hat ein Recht auf ein gutes Leben. Kinder mit einer Beeinträchtigung und ihre Eltern haben deshalb das Recht auf passende Unterstützung. Es gibt viele Angebote, die Sie unterstützen können: Sie entlasten, klären Versicherungsfragen, machen Hilfsmittel zugänglich, sichern medizinische Versorgung und soziale Unterstützung und helfen bei Finanzierungs- und Rechtsfragen.

Wenn Sie umfassende Beratungsangebote und Vernetzungsmöglichkeiten suchen:



- Pro Infirmis | Beratungsstelle für Eltern und Kinder mit Behinderung > www.proinfirmis.ch
- Insieme | Unterstützung, Beratung und Interessenvertretung von Menschen mit Behinderung > www.insieme.ch
- Procap | Treffpunkte, Veranstaltungen und Kontakt- und Begegnungsmöglichkeiten > www.procap-nws.ch

Wenn Sie gesundheitsbezogene Dienste in Ihrer Nähe suchen:

- Familienstart Aargau | Gesundheitsbezogene Angebote im Kanton Aargau > www.familienstart-aargau.ch

4.5

Heilpädagogische Angebote für Kinder mit Entwicklungsauffälligkeiten

Heilpädagogische Angebote und Dienste helfen Familien mit Kindern, die Entwicklungsauffälligkeiten haben oder bei denen die Möglichkeit einer Entwicklungsverzögerung besteht. Sie unterstützen von der Geburt bis zum Kindergarten und fördern die Fähigkeiten der Kinder, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Die Angebote reichen von der Frühberatung und Früherziehung bis hin zur Logopädie im Frühbereich, um die kognitive, sprachliche, motorische, soziale und emotionale Entwicklung der Kinder zu unterstützen. Auch Sie als Eltern erhalten Beratung und Unterstützung, um die Entwicklung Ihres Kindes zu begleiten und zu fördern.

- Auf der Website des Kantons Aargau finden Sie verschiedene Angebote wie Aufsuchende Familienarbeit, Heilpädagogische Früherziehung, Logopädie im Frühbereich oder Beratung und Unterstützung bei Autismus > www.ag.ch

4.6

Angebote in verschiedenen Sprachen

Alle Kinder in allen Familien in der Schweiz haben ein Recht auf Gleichbehandlung und Schutz vor Diskriminierung. Dieses Recht gilt unabhängig von Rasse, Religion, Herkunft und Geschlecht. Gerade wenn man die Sprache noch nicht gut kann oder erst seit Kurzem in der Schweiz lebt, ist es schwierig, sich zurechtzufinden.

Deshalb gibt es auch verschiedene Angebote für zugezogene Familien:



- Angebote Integration im Kanton Aargau > www.integrationaargau.ch
- Psychische Gesundheit für Fremdsprachige im Kanton Aargau
Tipps, Ideen und Angebote für Fremdsprachige > www.ag.ch
- Rechtsberatung für Asylsuchende > www.heks.ch
- Psychische Gesundheit und Flucht/Asyl > www.psy4asyl.ch
- Deutschkurse – speziell auch für Frauen und Mütter: Mutter-Kind-Deutschkurs
und weitere Integrationsangebote im Kanton Aargau > www.mbb.ch
- In 15 verschiedenen Sprachen gibt es die App Parentu > www.parentu.ch
- Informationen rund ums Leben im Aargau gibt es in 17 verschiedenen Sprachen
> www.hallo-aargau.ch
- Mütter- und Väterberatung in verschiedenen Sprachen erklärt > www.mvb-aargau.ch
- Gesprächsrunden für Männer und Frauen werden in 22 verschiedenen Sprachen
auf Femmes-Tische angeboten > www.femmestische.ch
- Informationen zu den wichtigsten Lebensbedingungen und Integrationsförderung:
Regionale Integrationsfachstellen > www.ag.ch
- Integrationsangebote im Kanton Aargau > www.integrationaargau.ch
und Mutter-Kind-Deutschkurs mit Deutschangeboten, sozialen Integrationstreffpunkten
und allgemeinen Informationen > www.mbb.ch
- Sprachförderung und Anregungen zum Lesen für Eltern und Kinder in verschiedenen
Fremdsprachen: Family Literacy – Geschichtestunde in der Herkunftssprache
> www.sikjm.ch
- Die Caritas bietet Treffpunkte und Aktivitäten und Elternbildungskurse «Mein Kind in der
Schweiz erziehen» für Personen mit Migrationshintergrund an > www.caritas-regio.ch
- Mit psyfinder finden Sie mehrsprachige Psychologinnen und Psychologen
sowie Psychiaterinnen und Psychiater > www.psychologie.ch

4.7

Frühkindliche Bildung und Betreuung

Erfahrungen ausserhalb der Familie eröffnen Kleinkindern vielfältige Entwicklungsmöglichkeiten. In Kindertagesstätten können Kleinkinder ihre sozialen Fähigkeiten entwickeln, indem sie mit anderen Kindern in Kontakt kommen und eine vertrauensvolle Beziehung zu den Betreuungspersonen aufbauen. Dadurch gewinnt das Kind an Sicherheit in Übergangssituationen und es wird in einem altersentsprechenden Rahmen in seiner Anpassungsfähigkeit unterstützt.

Kindertagesstätten sind familienergänzende Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder im Alter von null Jahren bis zum Eintritt in den Kindergarten. In einer Kindertagesstätte werden Kinder ganztägig von Fachpersonen in unterschiedlichen Gruppenstrukturen betreut. Hier finden wichtige Lernerfahrungen für Kleinkinder statt: soziale Kontakte, Sprachförderung, Kreativität oder der Umgang mit Medien.

Familienergänzende Bildungs- und Betreuungsangebote können eine wichtige Rolle für die frühkindliche Entwicklung spielen, wenn sie professionell gestaltet und begleitet werden.

Auch ausserhalb von familienergänzenden Bildungs- und Betreuungsangeboten machen Kleinkinder in Eltern-Kind-Gruppen vielfältige Lernerfahrungen.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder Angebote in der Nähe zur frühkindlichen Bildung und Betreuung suchen:



- Kinderbetreuung | Informationen zu Betreuungsplätzen für Ihr Kind
> www.kinderbetreuung-schweiz.ch
- Kinderbetreuung zu Hause, Aargau | Das Rote Kreuz im Kanton Aargau
> www.srk-aargau.ch
- Kinderbetreuungsformen | Qualitativ gute Betreuung > www.kibesuisse.ch
- Lerngelegenheiten für Kinder bis 4 | Videofilme in 13 Sprachen zur frühkindlichen Bildung
> www.kinder-4.ch
- Buchstart – Gratis Buchstart-Paket und Veranstaltungen für Kleinkinder und ihre Bezugspersonen in der Bibliothek
> www.buchstart.ch
> www.intranet.nepourlire.ch

4.8

Freizeit und Kultur

Spielen macht Spass und fördert die soziale Kompetenz.

Finden Sie Inspiration und Ideen für eine aktive und spannende Freizeitgestaltung mit Ihren Kindern bei den vielen verschiedenen Angeboten in Ihrer Gemeinde:

i

- Ausflüge mit der Familie > www.aargautourismus.ch
- Spielplatz Aargau > www.spielplatzaargau.ch
- Bibliotheken Aargau > www.ag.ch
- Übersicht der Museen im ganzen Kanton Aargau (Verband Aargauer Museen und Sammlungen VAMUS) > www.aargauermuseen.ch
- Ludothek > www.ludo.ch
- Theater > www.aarthe.ch
- Aargauer Kulturmagazin > www.aaku.ch
- Krabbelgruppen
- Familienzentren und andere Begegnungsorte für Familien, Quartierzentren > www.bildungundfamilie.ch
- Eltern-Kind/Elki-Treffen (Singen, Turnen, Kreativangebote ...)
- Sportinfrastruktur, Pärke, Grünflächen, Schulhöfe, Tempo-20-Zonen
- Naherholungsräume rund um das Siedlungsgebiet, wie Grillstellen, Waldhütten, Waldspielplätze
- «offene Turnhallen» (Ä Halle wo's fägt, von Oktober bis April, Stiftung Idée Sport) > www.chindaktiv.ch
- Elternvereine
- Quartiervereine

Kleinkinder 2–5 Jahre



- Seite 37 5.1 Entwicklungspsychologische Hinweise

- Seite 39 5.2 Gesundheit

- Seite 40 5.3 Familienberatung und Elternbildung

- Seite 42 5.4 Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung
oder schweren Erkrankung

- Seite 43 5.5 Angebote in verschiedenen Sprachen

- Seite 43 5.6 Kindergarten

- Seite 45 5.7 Schulergänzende Kinderbetreuung

- Seite 46 5.8 Freizeit und Kultur

Kleinkinder 2–5 Jahre

5.1

Entwicklungspsychologische Hinweise

Mit etwa zwei Jahren – Laufen, reden, die Welt entdecken

Was viele Zweijährige schon können:

- Laufen, Stifte halten, malen, teilweise mit Besteck essen und aus Bechern trinken.
- Sie verstehen einige Wörter und können einfachen Gesprächen folgen.
- Sie können mit einfachen Worten oder Gesten auf Gesagtes antworten
- und vieles mehr...

Weitere Informationen finden Sie bei stiftungNETZ > www.stiftungnetz.ch

Reden lernen ist ein komplexer Vorgang. Helfen Sie Ihrem Kind, indem Sie auf Gesagtes eingehen. Wiederholen Sie Wörter und Sätze richtig. Singen und Fingerverse fördern die Freude am Reden.

Ihr Kind wird noch Schwierigkeiten haben, seine Gefühle zu kontrollieren. Das ist eine schwierige Aufgabe, die noch einige Jahre in Anspruch nehmen wird. Nehmen Sie die Gefühle Ihres Kindes ernst und zeigen Sie ihm, wie man gut mit Gefühlen umgeht.

Die Zeit vor dem Bildschirm, sei es Fernseher, Tablet, Handy oder Computer, sollte – wenn überhaupt – nur sehr kurz sein. Begleiten Sie Ihr Kind bei diesen Aktivitäten. Sie fördern die Sprache am besten, wenn Sie sich gemeinsam mit Ihrem Kind Bücher anschauen und darüber sprechen.

Mit etwa drei Jahren – Umherspringen, gemeinsam spielen

Was viele Dreijährige können:

- Gehen, rennen, springen, ohne Hilfe Treppen steigen, auf einem Bein stehen, einen Ball werfen, vielleicht auch Dreirad fahren.
- Sie haben einen grösseren Wortschatz und können einfache Sätze richtig sagen. Fehler passieren aber noch ganz häufig.
- Und vieles mehr...

Weitere Informationen finden Sie bei stiftungNETZ > www.stiftungnetz.ch

In diesem Alter hat Ihr Kind zunehmend Interesse, mit Gleichaltrigen zu spielen. Dies ist ein guter Zeitpunkt, um eine Spielgruppe zu besuchen. Eigene Gefühle zu benennen und damit umzugehen, ist für Kinder in diesem Alter noch eine Herausforderung, ebenso wie auf die Gefühle anderer einzugehen. Diese Entwicklung braucht Zeit und die Begleitung durch Bindungs- und Bezugspersonen.

Die Zeit vor dem Bildschirm, sei es Fernseher, Tablet, Handy oder Computer, sollte – wenn überhaupt – noch sehr kurz sein. Begleiten Sie Ihr Kind bei diesen Aktivitäten. Kleinkinder lernen nicht viel vor dem Bildschirm, aber viel in einer Umgebung, in der alle Sinne angesprochen werden. Die Sprache fördern Sie besser, wenn Sie zusammen mit Ihrem Kind Bücher anschauen und darüber sprechen. Besuchen Sie gemeinsam die Bibliothek oder die Ludothek.

Möchten Sie noch mehr über die Entwicklung Ihres Kindes erfahren?
Wenden Sie sich für eine individuelle Beratung an Ihre Mütter- und Väterberaterin oder Ihren Mütter- und Väterberater.

Bei der Pro Juventute gibt es sogenannte Elternbriefe. In der Mütter- und Väterberatung erfahren Sie alles über die Elternbriefe der Pro Juventute und erhalten Gutscheine für deren Bestellung. In den Elternbriefen erhalten Sie viele spannende Einblicke in die Entwicklung Ihres Kindes von der Geburt bis zum 6. Lebensjahr. > www.projuventute.ch

- [Spielgruppen im Kanton Aargau](http://www.spielgruppen-aargau.ch) > www.spielgruppen-aargau.ch

Mit etwa vier bis fünf Jahren – Der Kindergarten startet

Was viele Vier- bis Fünfjährige können:

- Fussball spielen, einen Ball fangen, Velo fahren gelingt immer besser. Übung macht den Meister. Je länger Ihr Kind etwas übt, desto besser wird es. Bewegung ist zudem gesund. Auf der Website des Kantons Aargau finden Sie weitere Informationen zum Thema Bewegung > www.ag.ch
- an einfachen Gesprächen teilnehmen, erzählen, was es in der Spielgruppe oder bei den Grosseltern erlebt und gemacht hat.

Bald beginnt wahrscheinlich der Kindergarten. Ihr Kind lernt andere Kinder kennen, lernt mit ihnen oder allein zu spielen, zu zeichnen oder zu basteln.

Diese Zeit ist aufregend und bringt viel Neues mit sich. Ist Ihr Kind am Anfang noch schüchtern und spielt im Kindergarten lieber für sich? Oder kann es gar nicht genug davon bekommen, mit anderen Kindern zu spielen? Manchmal ist der Übergang in den Kindergarten mit Unsicherheiten verbunden, denn es braucht Zeit, sich in die Gruppe einzufügen und die Menschen besser kennzulernen. Kinder entwickeln sich sehr unterschiedlich. Geben Sie Ihrem Kind Zeit, sich an die neue Situation zu gewöhnen. In einem Gespräch mit der Kindergartenlehrperson erfahren Sie, wie es Ihrem Kind im Kindergarten geht. Wenn Sie oder die Kindergartenlehrperson vermuten, dass Ihr Kind Probleme mit der Sprachentwicklung hat, finden Sie hier weitere Informationen > www.ag.ch

Medienkonsum ist Teil unserer Gesellschaft. Ihre Kinder müssen den Umgang mit Medien erst noch lernen. Als Richtwert für die Bildschirmzeit (Fernseher, Computer, Tablet, Handy) gelten 30 bis 60 Minuten pro Tag. Hier können Sie sie unterstützen: Achten Sie darauf, was Ihr Kind in dieser Zeit macht und ob die Inhalte altersgerecht sind. Auf der Website der Pro Juventute finden Sie weitere Informationen zu altersgerechten Inhalten für Kinder > www.projuventute.ch

Weitere Informationen zum Thema Medienkonsum bei Kindern finden Sie hier > www.ag.ch

Es ist wichtig, gemeinsam am Bildschirm aktiv zu sein oder sich erzählen zu lassen, was das Kind dort macht. Ein gemeinsamer Besuch in der Bibliothek Ihrer Gemeinde, wo Sie altersgerechte Bücher finden, fördert die Begeisterung Ihres Kindes für gedruckte Medien.

Für eine individuelle Beratung wenden Sie sich an Ihre Mütter- und Väterberatung. Möchten Sie mehr über die Entwicklungsschritte Ihres Kindes erfahren? Pro Juventute bietet Ihnen die sogenannten Elternbriefe an. Darin erhalten Sie viele spannende Einblicke in die Entwicklung Ihres Kindes von der Geburt bis zum 6. Lebensjahr.

> www.projuventute.ch

5.2

Gesundheit

Zwei bis fünf Jahre – Eine gesunde Entwicklung fördern

Der Körper von Kindern im Vorschulalter entwickelt sich sehr schnell. Kinder im Alter von drei Jahren scheinen beispielsweise in die Länge zu wachsen. Die Arme und Beine werden dünner, der Oberkörper wirkt schmaler und schlanker, und die Gesichtszüge werden markanter.

Bewegung tut Ihrem Kind gut. Es kann das Laufen üben, hüpfen, mit Bällen spielen oder im Schwimmbad unter Aufsicht im Wasser spielen. Bewegung fördert die gesunde körperliche und geistige Entwicklung Ihres Kindes. Sie ist ein Grundbedürfnis des Kindes und hilft, die Koordination zu perfektionieren und das innere Gleichgewicht zu finden. Auf der Website des Kantons Aargau finden Sie weitere Informationen zum Thema Bewegung

> www.ag.ch

Ihr Kind ist in dieser Zeit wahrscheinlich öfters krank. Sein Körper muss erst lernen, sich wirksam gegen Krankheitserreger zu wehren.

Mit Impfungen können Sie Ihr Kind vor bestimmten Krankheiten schützen. In der Schweiz gibt es einen empfohlenen Impfplan. Welche Impfungen für Ihr Kind sinnvoll sind, besprechen Sie am besten mit Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Kinderarzt. Grundsätzlich schützen Impfungen vor ansteckenden Krankheiten. Sie werden in der Regel gut vertragen. Weitere Informationen zu Impfungen finden Sie auf der Website des Kantons Aargau

> www.ag.ch

Zu den obligatorischen medizinischen Untersuchungen in dieser Lebensphase gehören die Zweijahres- und die Vierjahresuntersuchung. Verpassen Sie diese nicht. Seh- und Hörprobleme können die Entwicklung des Kindes beeinträchtigen. Deshalb ist es gut, sie frühzeitig zu erkennen. Die Kinder haben nun alle Milchzähne, der erste Besuch beim Zahnarzt oder der Zahnärztin sollte geplant werden. Dort erhalten Sie auch Tipps zur richtigen Zahnpflege.

Weitere Informationen zu den Themen Sehen, Hören und gesunde Zähne finden Sie hier:



- Gutes Hören > www.ag.ch
- Gutes Sehen > www.ag.ch
- Gesunde Zähne > www.ag.ch

5.3

Familienberatung und Elternbildung

Mit dem Eintritt in die Schule werden Kinder selbstständiger und nehmen ihre Rechte stärker wahr. Es ist wichtig, dass sie ihre Rechte kennen und ihren Alltag mit Erwachsenen und Gleichaltrigen so gestalten können, dass sie gut und gesund aufwachsen. Dazu gehört, sie ihrem Alter entsprechend zu fördern, sie einzubeziehen, ihnen schrittweise Verantwortung zu übertragen und sie gleichzeitig zu schützen. Auch im Schulalter liegt die Hauptverantwortung bei den Eltern, in guter Zusammenarbeit mit den Lehr- oder Betreuungspersonen.

Sie haben als Eltern das Recht und die Pflicht, Ihre Kinder zu erziehen und für sie wichtige Entscheidungen zu treffen, wenn sie deren Tragweite noch nicht überblicken können. Die Entwicklung Ihrer Kinder ist so zu fördern, dass sie mit zunehmendem Alter selbstständiger und selbstbewusster werden. Sie müssen auch die Meinung Ihrer Kinder altersgerecht berücksichtigen und versuchen, sie zu verstehen.

Deshalb ist es wichtig, zu wissen, was Kinder brauchen, um sich im Schulalter gut entwickeln zu können. Ebenso zentral ist es, wie sie altersgemäss in Fragen und Entscheidungen, die sie und ihre Lebenssituation betreffen, einbezogen werden können. Auch ist es wichtig, die eigenen Rechte und Pflichten als Eltern zu kennen und sich bei Unsicherheiten oder Schwierigkeiten Hilfe zu holen. Eine mögliche Anlaufstelle vor dem Kindergarteneintritt ist die Mütter- und Väterberatung.



Denn die wichtigsten Schutzfaktoren für Kinder sind, dass Eltern:

- keine Form von Gewalt anwenden, weder psychische noch physische,
- frühzeitig erkennen, dass sie zusätzliche Informationen, Beratung oder Unterstützung benötigen, anstatt lange zu warten,
- wissen, dass es ihr Recht ist, professionell beraten zu werden,
- Hilfe suchen nicht als Versagen, sondern als Fürsorge für ihr Kind verstehen und
- bereit sind, sich weiterzuentwickeln und die Verantwortung für ihr Kind zu übernehmen.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder ein Informations- und Beratungsangebot in der Nähe suchen:



- Mütter- und Väterberatung Aargau | kostenfrei, unverbindlich, niederschwellig beraten > www.mvb-aargau.ch
- Familienberatungsstellen (JEFB) | Menschen bei der Bewältigung von aktuellen Herausforderungen unterstützen > www.jefb.ch
- Elternbildung Aargau | Plattform zu Elternkursen, Workshops und Referaten > www.elternbildung-aargau.ch
- Informationen zu den Rechten der Kinder > www.kinderschutz.ch

Wenn Kinder ein Informations- und Beratungsangebot benötigen:

- Pro Juventute 147 | Sorgen und Fragen am Telefon oder per Chat anderen mitteilen > www.147.ch
- Tschau.ch | Beratung und Jugendinformation per E-Mail oder online > www.tschau.ch

Wenn Eltern und Kinder Entlastung brauchen:

- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.entlastungsdienst.ch
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.srk-aargau.ch

5.4

Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung

Jedes Kind hat ein Recht auf ein gutes Leben. Auch Kinder mit einer Beeinträchtigung und ihre Eltern haben ein Recht auf passende Unterstützung. Es gibt viele Angebote, die dabei helfen können: Sie entlasten, klären Versicherungsfragen, machen Hilfsmittel zugänglich, sichern medizinische Versorgung und soziale Unterstützung und helfen bei Finanzierungs- und Rechtsfragen.

Hier finden Sie umfassende Beratungsangebote und Vernetzungsmöglichkeiten:



- Pro Infirmis | Beratungsstelle für Eltern und Kinder mit Behinderung
> www.proinfirmis.ch
- Insieme | Unterstützung, Beratung und Interessenvertretung von Menschen mit Behinderung > www.insieme.ch
- Procap | Treffpunkte, Veranstaltungen und Kontakt- und Begegnungsmöglichkeiten
> www.procap-nws.ch
- Auf der Website des Kantons Aargau finden Sie verschiedene Angebote wie Aufsuchende Familienarbeit, Heilpädagogische Früherziehung, Logopädie im Frühbereich oder Beratung und Unterstützung bei Autismus > www.ag.ch

Wenn Ihr Kind langfristig oder dauerhaft erkrankt ist, können spezialisierte Angebote der Pflege und Betreuung helfen:

- AHV IV | Merkblatt Betreuungsentschädigung – Wenn Kinder krank sind > www.ahv-iv.ch
- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.entlastungsdienst.ch
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.srk-aargau.ch
- Kinderspitex | Bedarfsgerechte Pflege von Kindern in ihrem Zuhause > www.spitexkinder.ch
- Stiftung Kifa | Gemeinnützige Stiftung zur Pflege von Kindern mit Behinderung zu Hause
> www.stiftung-kifa.ch
- Pro Pallium | Schweizer Palliativstiftung für Kinder und junge Erwachsene
> www.pro-pallium.ch

5.5

Angebote in verschiedenen Sprachen

Es gibt Angebote für Eltern in verschiedenen Sprachen:



- In 15 verschiedenen Sprachen gibt es die App Parentu > www.parentu.ch
- Informationen rund ums Leben im Aargau gibt es in 17 verschiedenen Sprachen Hallo Aargau > www.hallo-aargau.ch
- Mütter- und Väterberatung in verschiedenen Sprachen erklärt > www.mvb-aargau.ch
- Gesprächsrunden für Männer und Frauen werden in 22 verschiedenen Sprachen auf Femmes-Tische angeboten > www.femmestische.ch
- Die Caritas bietet Treffpunkte und Aktivitäten und Elternbildungskurse «Mein Kind in der Schweiz erziehen» für Personen mit Migrationshintergrund > www.caritas-regio.ch
- Sprachförderung und Anregungen zum Lesen für Eltern und Kinder in verschiedenen Fremdsprachen: Family Literacy – Geschichtenstunde in der Herkunftssprache > www.sikjm.ch
- Deutsch für den Alltag in der Schweiz lernen, gemeinsam mit dem Kind: Mutter-Kind-Deutschkurs > www.mbb.ch
- Informationen zu den wichtigsten Lebensbedingungen und Integrationsförderung: Regionale Integrationsfachstellen > www.ag.ch
- Integrationsangebote im Kanton Aargau mit Deutschangeboten, sozialen Integrations-treffpunkten und allgemeinen Informationen > www.integrationaargau.ch

5.6

Kindergarten

In der Schweiz besteht für alle Kinder und Jugendliche eine allgemeine Schulpflicht. Diese gliedert sich in zwei Jahre Kindergarten, sechs Jahre Primarschule und drei Jahre Oberstufe. Beim Eintritt in den Kindergarten sind die meisten Kinder zwischen vier und fünf Jahre alt.

Der Stichtag für die Einschulung ist im Kanton Aargau der 31. Juli. Das bedeutet: Wenn das Kind bis Ende Juli vier Jahre alt geworden ist, wird es in der Regel nach den Sommerferien in den Kindergarten eingeschult. Haben Sie Bedenken, dass der Einschulungstermin für Ihr Kind zu früh ist? Dann müssen Sie einen Antrag bei der Schulbehörde stellen.

Wenn Ihr Kind eine öffentliche Schule besucht, ist der Besuch während der obligatorischen Schulzeit kostenlos. Die Gemeinde teilt Ihr Kind dem Kindergarten und der Schule zu. Sie achtet darauf, dass der Schulweg für Ihr Kind zumutbar ist und die Klassen gut zusammengesetzt sind. Sind Sie mit den Entscheidungen Ihrer Gemeinde nicht einverstanden, können Sie beim Schulrat Ihres Bezirks eine Beschwerde einlegen. Wenn Ihr Kind eine Privatschule oder eine private Schulung besucht, müssen Sie als Eltern für die Kosten aufkommen.

Wenn Sie Fragen zum Schuleintritt, zur Kindergarten- und Schulzuteilung und zum Schulsystem haben, finden Sie hier weitere Informationen:

i

Überblick Kindergarten- und Schulsystem, Kanton Aargau

- Volksschule inklusive Kindergarten > www.ag.ch
- Projektbeschreibung «Mein Kind kommt in die Schule» > www.ag.ch

Kindergarten und Schulpflicht, Schweiz

- Schule und Kindergarten > www.ch.ch

Stichtag/verschobene Einschulung

- EDK > www.edk.ch

Überblick Schulkreise, Kanton Aargau

- Onlinekarten > www.ag.ch

Information zu Zuständigkeiten der Schulstandorte

- Kanton Aargau Schulportal – Schulstandorte > www.schulen-aargau.ch

Schulgesetz Kanton Aargau

- SAR 401.100 – Erlass-Sammlung > www.gesetzessammlungen.ag.ch

Fact Sheet zum Schulweg (Zumutbarkeiten und Transport)

- BKSVS Merkblatt Schulweg > www.schulen-aargau.ch



Weiterführende Unterstützungsangebote an den Schulen

Vielen Kindern gelingt der Eintritt in die Schule problemlos. Tritt während der Schulzeit eine schwierige Situation auf (Probleme mit anderen Kindern, mit der Lehrperson, in einem Schulfach), sollten Sie umgehend mit der Schule Kontakt aufnehmen, um die aktuelle Situation und die Handlungsmöglichkeiten zu besprechen > www.schulen-aargau.ch

Die Schulen bieten je nach Bedürfnis und Anliegen verschiedene Angebote:



- Deutsch als Zweitsprache, Aargau > www.schulen-aargau.ch
- Schulsozialarbeit, Aargau > www.ag.ch | > www.schulen-aargau.ch
- Schulpsychologischer Dienst, Aargau > www.ag.ch
- Schulische Heilpädagogik und logopädische Therapie, Aargau > www.schulen-aargau.ch
- Kinder mit gesundheitlichen Einschränkungen > www.sva-ag.ch

5.7

Schulergänzende Kinderbetreuung

Heutzutage werden viele Kinder auch ausserhalb der Familie betreut. Berufstätigen Eltern ist es nicht immer möglich, ihre Arbeitszeiten an den Tagesablauf ihrer Kinder anzupassen. Die schul- und familienergänzende Kinderbetreuung im Kanton Aargau bietet eine Vielzahl von Angeboten wie Betreuung, Hausaufgabenunterstützung, betreutes Spielen. Es wird unterschieden zwischen Blockzeiten, Betreuungsangeboten und gebundenen schulergänzenden Tagesstrukturen, also Tagesschulen.

Informationen im Internet:



- Blockzeiten und Betreuung, Aargau > www.ag.ch
- Ausserschulische Entlastungsangebote für Familien im Alltag > www.stiftung-kifa.ch
- «mit mir»-Patenschaften > www.caritas-regio.ch
- Kinderbetreuung in der Schweiz: Tagesstrukturen suchen > www.kinderbetreuung-schweiz.ch

5.8

Freizeit und Kultur

Spielen macht Spass und fördert die soziale Kompetenz.

Wenn Sie Ideen für eine aktive und spannende Freizeitgestaltung mit Ihren Kindern brauchen, gibt es in Ihrer Gemeinde viele verschiedene Angebote:

i

- Ausflüge mit der Familie > www.aargautourismus.ch
- Spielplatz Aargau > www.spielplatzaargau.ch
- Bibliotheken Aargau > www.ag.ch
- Übersicht der Museen im ganzen Kanton Aargau (Verband Aargauer Museen und Sammlungen VAMUS) > www.aargauermuseen.ch
- Ludothek > www.ludo.ch
- Theater > www.aarthe.ch
- Aargauer Kulturmagazin > www.aaku.ch | Museen Aargau > www.aargauermuseen.ch
- Krabbelgruppen
- Familienzentren und andere Begegnungsorte für Familien, Quartierzentren > www.bildungundfamilie.ch
- Eltern-Kind/Elki-Treffen (Singen, Turnen, Kreativangebote...)
- Naherholungsräume rund um das Siedlungsgebiet, wie Grillstellen, Waldhütten, Waldspielplätze
- Sportinfrastruktur, Pärke, Grünflächen, Schulhöfe, Tempo-20-Zonen
- «offene Turnhallen» (Ä Halle wo's fägt, von Oktober bis April, Stiftung Idée Sport) > www.chindaktiv.ch
- Elternvereine
- Quartiervereine

Kinder 6 – 11 Jahre



- Seite 48 6.1 Entwicklungspsychologische Hinweise

- Seite 49 6.2 Gesundheit

- Seite 51 6.3 Familienberatung und Elternbildung

- Seite 53 6.4 Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung
oder schweren Erkrankung

- Seite 54 6.5 Angebote in verschiedenen Sprachen

- Seite 54 6.6 Schule

- Seite 55 6.7 Schulergänzende Betreuung

- Seite 56 6.8 Freizeit und Kultur

Kinder 6–11 Jahre

6.1

Entwicklungspsychologische Hinweise

Sechs bis sieben Jahre – Eintritt in die Schule, Freunde finden

Was Ihr Kind in diesem Alter kann:

- Bewegungen wie Laufen, Hüpfen, Ballspielen, Radfahren, Zeichnen, erste Buchstaben und Zahlen schreiben werden immer besser.
- Ihr Kind fängt an, logisch zu denken, kann Zahlen aufzählen und vielleicht schon einfache Rechenaufgaben lösen.

In der Schule lernt Ihr Kind neben vielen anderen spannenden Dingen Lesen, Schreiben und Rechnen. Für Ihr Kind wird es auch wichtig sein, Freunde zu finden und zu lernen, wie man sich in einer Gruppe verhält. Für manche Kinder ist diese Zeit mit grosser Aufregung und Vorfreude verbunden. Andere verbinden sie vielleicht mit Ängsten, ob sie Freunde finden und verstehen werden, was sie in der Schule lernen. Vielen Kindern gelingt der Einstieg in die Schule gut und sie haben Spass daran.

Manchmal gibt es Schwierigkeiten in der Klasse, in einem Schulfach oder mit einer Lehrperson. Wenn Sie vermuten, dass es Probleme in der Schule gibt und Sie diese nicht selbst mit Ihrem Kind lösen können, suchen Sie zuerst das Gespräch mit Ihrer Klassenlehrperson und danach mit der Schulleitung. Wenn diese Ihnen nicht weiterhelfen können, hilft vielleicht ein Gespräch mit der Schulsozialarbeiterin/dem Schulsozialarbeiter oder der Schulpsychologin/dem Schulpsychologen.

Haben andere Kinder in der Klasse schon ein eigenes Handy? Generell wird empfohlen, damit bis zum Alter von etwa 12 bis 13 Jahren zu warten. Es gibt aber auch Situationen, in denen es früher sinnvoll sein kann. Wenn Ihr Kind zum Beispiel einen längeren Schulweg hat, kann es sinnvoll sein, dass es Sie erreichen kann. Es gibt Handys mit sehr eingeschränkten Funktionen (zum Beispiel nur zum Telefonieren und SMS-Schreiben). Wenn Ihr Kind Sie erreichen können soll, reicht ein solches Gerät anstelle eines Smartphones aus. Hilfreiche Ratschläge zu diesem Thema finden Sie bei Pro Juventute > www.projuventute.ch

Acht bis neun Jahre – Die Welt besser verstehen, mit Konflikten umgehen

Je länger Ihr Kind in der Schule ist, desto mehr werden Sie merken, dass es die Welt um sich herum besser versteht. Schwierigere Rechenaufgaben zu lösen oder längere Texte zu lesen, wird Ihrem Kind immer leichter fallen. Nach und nach kann Ihr Kind auch besser mit Konflikten umgehen. Es kann sich in andere Personen hineinversetzen und besser verstehen, wie es zu einem Streit kommt. Das kann Ihrem Kind helfen, eine Lösung für den Streit zu finden.

Je älter Ihr Kind wird, desto mehr stellt sich die Frage nach Medienkonsum und Handy. Ihr Kind kommt langsam in ein Alter, in dem Sie gemeinsam die Regeln für die Mediennutzung aufstellen sollten. Es braucht klare Regeln und eine Anleitung für den Umgang mit Medien und Handy. Von einem eigenen Handy ist in diesem Alter abzuraten. Der Medien- und Handykonsum beschäftigt die meisten Eltern. Es könnte ein gutes Thema für ein Elterngespräch mit der Lehrperson oder für einen Elternabend sein. Dort können Sie Erfahrungen und Ideen mit anderen Eltern austauschen.

Hilfreiche Tipps und Online-Veranstaltungen zum Thema Handykonsum finden Sie bei Pro Juventute > www.projuventute.ch

Zehn bis elf Jahre – Eigene Identität und Freundschaften

Je älter Ihr Kind wird, desto mehr lernt es über sich selbst. Durch viele Erfahrungen mit Eltern, Geschwistern, Freundinnen und Freunden, in der Schule, durch Rückmeldungen über Schulleistungen und so weiter, entwickelt Ihr Kind nach und nach ein Bild von sich selbst. In dieser Zeit werden auch andere Kinder immer wichtiger. Es wird immer wichtiger, was die anderen Kinder in der Klasse sagen und denken. Freundschaften sind sehr wichtig und gut für die Entwicklung Ihres Kindes. Es ist jedoch zentral, dass Sie darüber informiert sind, mit wem Ihr Kind Zeit verbringt und was es macht.

Wissen Sie schon, welche Sekundarstufe Ihr Kind besuchen wird? Hat Ihr Kind schon einen Berufswunsch oder möchte es einmal mit Ihnen, der Gotte oder dem Götti zur Arbeit gehen? Um Kindern einen Seitenwechsel zu ermöglichen und ihnen einen Einblick in die Vielfalt der Berufe zu geben, gibt es den Nationalen Zukunftstag. Am Nationalen Zukunftstag können Kinder Erwachsene bei der Arbeit begleiten. Weitere Informationen gibt es in der Regel in der Schule oder auf der Website des Zukunftstags > www.nationalerzukunftstag.ch

Kinder entwickeln sich sehr unterschiedlich. Manchmal wirken zehn- bis elfjährige Kinder schon wie Jugendliche. Andere Kinder brauchen mehr Zeit. Wenn Sie gerne mehr über die Entwicklung von Jugendlichen wissen möchten, lesen Sie auch das nächste Kapitel. Falls Sie denken, dass Ihr Kind etwas mehr Zeit braucht, finden Sie vielleicht spannende Informationen bei den früheren Altersabschnitten.

6.2

Gesundheit

Im Laufe der Schulzeit fallen Ihrem Kind die Milchzähne langsam aus und werden durch die bleibenden Zähne ersetzt. Ein regelmässiger Besuch beim Zahnarzt oder bei der Zahnärztin ist sinnvoll. Es wird immer wichtiger, dass Ihr Kind lernt, seine Zähne selbst gründlich zu putzen und eine gute Mundhygiene zu betreiben. Informationen zum Thema gesunde Zähne finden Sie auf der Website des Kantons Aargau > www.ag.ch

Bewegung ist ebenfalls sehr wichtig für eine gesunde Entwicklung. Versuchen Sie, Ihr Kind für Bewegung zu begeistern. Sei es mit gemeinsamen Spaziergängen, Wanderungen oder einem Freizeitsport. Beim Gruppensport hat Ihr Kind auch die Möglichkeit, Freundschaften ausserhalb der Schule zu knüpfen. Bewegung fördert die Gesundheit und hilft Stress abzubauen oder mit Ärger umzugehen. Kinder lernen von ihren Eltern. Wenn Sie als Eltern sich regelmässig bewegen oder Sport treiben, ist es wahrscheinlich, dass Ihre Kinder sich auch gerne bewegen. Gehen Sie mit gutem Beispiel voran. Weitere Informationen zum Thema Bewegung finden Sie auch auf der Website des Kantons > www.ag.ch

Impfungen schützen die Gesundheit Ihres Kindes. Grundsätzlich schützen Impfungen vor Infektionskrankheiten. Impfungen sind in den meisten Fällen gut verträglich. In der Schweiz gibt es einen Impfplan, der alle empfohlenen Impfungen auflistet. Manche Impfungen müssen mehrmals durchgeführt werden, damit sie wirksam vor einer Krankheit schützen. Einige Impfungen sind nur unter bestimmten Umständen sinnvoll (zum Beispiel, wenn Sie mit Ihrem Kind verreisen). Welche Impfungen notwendig sind, lässt sich am besten in einem Gespräch mit der Hausärztin oder dem Hausarzt, dem Kinderarzt oder der Kinderärztin klären. Weitere Informationen zu Impfungen finden Sie auf der Website des Kantons Aargau > www.ag.ch

Informationen im Internet:

i

- Ärztliche Vorsorgeuntersuchung, Aargau > www.ag.ch
- Bewegungsförderung: niederschwellige und lokale Angebote zu den Themen Bewegung und Ernährung > www.ag.ch
- Schulgesundheit: Informationen und Tipps rund um das Thema «Gesund durch die Schulzeit» > www.ag.ch
- Familienstart Aargau | Gesundheitsbezogene Angebote im Kanton Aargau > www.familienstart-aargau.ch
- Kinderspitex | Bedarfsgerechte Pflege von Kindern in ihrem Zuhause > www.spitexkinder.ch
- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.entlastungsdienst.ch
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.srk-aargau.ch
- Informationen zu Suizidprävention und weiteren Beratungsangeboten finden Sie hier > www.projuventute.ch
- Suchtberatung und Suchtprävention: für Unterstützung in suchtblasteten Familien > www.suchtberatung-ags.ch
- Psychische Gesundheit: Auf der Website des Kantons Aargau finden Sie nützliche Hinweise zum Thema psychische Gesundheit. Wenn Sie sich Sorgen machen, ob es Ihrem Kind gut geht, kann ein Gespräch mit der Klassenlehrperson oder dem Schulpsychologischen Dienst klären, ob diese Ihren Eindruck teilen > www.ag.ch

6.3

Familienberatung und Elternbildung

Mit dem Eintritt in die Schule werden Kinder selbstständiger und nehmen ihre Rechte stärker wahr. Es ist wichtig, dass sie ihre Rechte kennen und ihren Alltag mit Erwachsenen und Gleichaltrigen so gestalten können, dass sie gut und gesund aufwachsen. Dazu gehört, sie ihrem Alter entsprechend zu fördern, sie einzubeziehen, ihnen schrittweise Verantwortung zu übertragen und sie gleichzeitig zu schützen. Auch im Schulalter liegt die Hauptverantwortung bei den Eltern, in guter Zusammenarbeit mit den Lehr- oder anderen Bezugspersonen.

Sie haben als Eltern das Recht und die Pflicht, Ihre Kinder zu erziehen und für sie wichtige Entscheidungen zu treffen, wenn sie deren Tragweite noch nicht überblicken können. Die Entwicklung Ihrer Kinder ist so zu fördern, dass sie mit zunehmendem Alter selbstständiger und selbstbewusster werden. Sie müssen die Meinung Ihrer Kinder altersgerecht berücksichtigen und versuchen, sie zu verstehen.

Deshalb ist es wichtig, zu wissen, was Kinder brauchen, um sich im Schulalter gut entwickeln zu können. Ebenso ist es zentral, wie sie altersgemäss in Fragen und Entscheidungen, die sie und ihre Lebenssituation betreffen, einbezogen werden können. Auch ist es wichtig, die eigenen Rechte und Pflichten als Eltern zu kennen und sich bei Unsicherheiten oder Schwierigkeiten Hilfe zu holen. Eine mögliche Anlaufstelle vor dem Kindergarteneintritt ist die Mütter- und Väterberatung.



Denn die wichtigsten Schutzfaktoren für Kinder sind, dass Eltern:

- keine Form von Gewalt anwenden, weder psychische noch physische,
- frühzeitig erkennen, dass sie zusätzliche Informationen, Beratung oder Unterstützung benötigen, anstatt lange zu warten,
- wissen, dass es ihr Recht ist, professionell beraten zu werden,
- Hilfe suchen nicht als Versagen, sondern als Fürsorge für ihr Kind verstehen und
- bereit sind, sich weiterzuentwickeln und die Verantwortung für ihr Kind zu übernehmen.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder ein Informations- und Beratungsangebot in der Nähe suchen:



- Familienberatungsstellen (JEFB) | niederschwellige Beratung von Einzelpersonen, Familien, Kindern und Jugendlichen > www.jefb.ch
- Elternbildung Aargau | Plattform zu Elternkursen, Workshops und Referaten > www.elternbildung-aargau.ch
- Informationen zu den Rechten der Kinder > www.kinderschutz.ch

Wenn Kinder ein Informations- und Beratungsangebot benötigen:

- Pro Juventute 147 | Sorgen und Fragen am Telefon oder per Chat anderen mitteilen > www.147.ch
- Feel-ok.ch | Unterstützung für Jugendliche > www.ag.feel-ok.ch
- Tschau.ch | Beratung und Jugendinformation per E-Mail oder online > www.tschau.ch

Wenn Eltern und Kinder Entlastung brauchen:

- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.entlastungsdienst.ch
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger > www.srk-aargau.ch

6.4

Für Eltern von Kindern mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung

Jedes Kind hat ein Recht auf ein gutes Leben. Auch Kinder mit einer Beeinträchtigung und ihre Eltern haben ein Recht auf passende Unterstützung. Es gibt viele Angebote, die helfen können: Sie entlasten, klären Versicherungsfragen, machen Hilfsmittel zugänglich, sichern medizinische Versorgung und soziale Unterstützung und helfen bei Finanzierungs- und Rechtsfragen.

Hier finden Sie umfassende Beratungsangebote und Vernetzungsmöglichkeiten:



- Pro Infirmis | Beratungsstelle für Eltern und Kinder mit Behinderung
> www.proinfirmis.ch
- Insieme | Unterstützung, Beratung und Interessenvertretung von Menschen mit Behinderung > www.insieme.ch
- Procap | Treffpunkte, Veranstaltungen und Kontakt- und Begegnungsmöglichkeiten
> www.procap-nws.ch

Wenn Ihr Kind langfristig oder dauerhaft erkrankt ist, können spezialisierte Angebote der Pflege und Betreuung helfen:

- AHV IV | Merkblatt Betreuungsentschädigung – Wenn Kinder krank sind > www.ahv-iv.ch
- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.entlastungsdienst.ch
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.srk-aargau.ch
- Kinderspitem | Bedarfsgerechte Pflege von Kindern in ihrem Zuhause > www.spitexkinder.ch
- Stiftung Kifa | Gemeinnützige Stiftung zur Pflege von Kindern mit Behinderung zu Hause
> www.stiftung-kifa.ch
- Stiftung Joël | Unterstützung für zu Hause, im Heim und in der Schule
> www.joel-kinderspitem.ch
- Pro Pallium | Schweizer Palliativstiftung für Kinder und junge Erwachsene
> www.pro-pallium.ch

6.5

Angebote in verschiedenen Sprachen

Es gibt Angebote für Eltern in verschiedenen Sprachen:



- In 15 verschiedenen Sprachen gibt es die App Parentu > www.parentu.ch
- Informationen rund ums Leben im Aargau gibt es in 17 verschiedenen Sprachen Hallo Aargau > www.hallo-aargau.ch
- Gesprächsrunden für Männer und Frauen werden in 22 verschiedenen Sprachen auf Femmes-Tische angeboten > www.femmestische.ch
- Die Caritas bietet Treffpunkte und Aktivitäten und Elternbildungskurse «Mein Kind in der Schweiz erziehen» für Personen mit Migrationshintergrund > www.caritas-regio.ch
- Informationen zu den wichtigsten Lebensbedingungen und zur Integrationsförderung: Regionale Integrationsfachstellen > www.ag.ch
- Integrationsangebote im Kanton Aargau mit Deutschangeboten, sozialen Integrations-treffpunkten und allgemeinen Informationen > www.integrationaargau.ch

6.6

Schule

Die Schulpflicht beginnt in der Regel mit vier Jahren. Kinder, die bis zum 31. Juli ihren vierten Geburtstag feiern, treten im folgenden Schuljahr in den Kindergarten ein.

Die obligatorische Schulzeit umfasst den zweijährigen Kindergarten, die Primarschule und die Sekundarstufe I. Die Primarschule dauert sechs Jahre, gefolgt von drei Jahren Oberstufe. Darüber hinaus gibt es spezielle Bildungsangebote für Kinder mit besonderen Bedürfnissen, wie die Kleinklasse und die Einschulungsklasse.

Während der obligatorischen Schulzeit erhalten Kinder und Jugendliche eine Grundausbildung, die ihnen den Weg zu einer beruflichen Ausbildung oder zu weiterführenden Schulen ebnet. Der Unterricht an den öffentlichen Schulen ist während der obligatorischen Schulzeit kostenlos. Die Gemeinden stellen den Schülerinnen und Schülern Lehrmittel und Schulmaterialien kostenlos zur Verfügung.

Wenn Sie Fragen zum Schulsystem haben, finden Sie hier weitere Informationen:



- Überblick Kindergarten- und Schulsystem, Kanton Aargau > www.ag.ch
- Schulstufen des Kantons Aargau > www.ag.ch
- Information zu den Schulstufen (inkl. Broschüre für Eltern in vielen Sprachen) > www.ag.ch

Vielen Kindern gelingt der Eintritt in die Schule problemlos. Tritt während der Schulzeit eine schwierige Situation auf (Probleme mit anderen Kindern, mit der Lehrperson, in einem Schulfach), sollten Sie als Eltern umgehend Kontakt mit der Schule aufnehmen, um die aktuelle Situation und Handlungsmöglichkeiten zu besprechen > www.schulen-aargau.ch

Rechte und Pflichten der Eltern

Sie sind dafür verantwortlich, dass Ihr schulpflichtiges Kind die Schule besucht. Die Klassenlehrperson Ihres Kindes steht in regelmässigem Kontakt mit Ihnen und informiert Sie über das Schulgeschehen. Auch Sie als Eltern müssen die Schule informieren, wenn sich das Verhalten Ihres Kindes ändert oder wichtige Ereignisse eintreten. Sie haben das Recht, den Unterricht Ihres Kindes zu besuchen.

- Schulgesetz Kanton Aargau | SAR 401.100 Erlass-Sammlung
> www.gesetzessammlungen.ag.ch

Die Schulen bieten je nach Bedürfnis und Anliegen verschiedene Angebote:



- Deutsch als Zweitsprache, Kanton Aargau Schulportal > www.schulen-aargau.ch
- Schulsozialarbeit, Aargau > www.ag.ch | www.schulen-aargau.ch
- Schulpsychologischer Dienst, Aargau > www.ag.ch
- Schulische Heilpädagogik und logopädische Therapie, Aargau > www.schulen-aargau.ch
- Kinder mit gesundheitlichen Einschränkungen > www.sva-ag.ch

6.7

Schulergänzende Betreuung

Heutzutage werden viele Kinder auch ausserhalb der Familie betreut. Berufstätigen Eltern ist es nicht immer möglich, ihre Arbeitszeiten an den Tagesablauf ihrer Kinder anzupassen. Die schul- und familienergänzende Kinderbetreuung im Kanton Aargau bietet eine Vielzahl von Angeboten wie Betreuung, Hausaufgabenunterstützung, betreutes Spielen. Es wird unterschieden zwischen Blockzeiten, Betreuungsangeboten und gebundenen schulergänzenden Tagesstrukturen, also Tagesschulen.

Informationen im Internet:



- Blockzeiten und Betreuung, Aargau > www.ag.ch
- Kinderbetreuung Schweiz > www.kinderbetreuung-schweiz.ch
- Ausserschulische Entlastungsangebote für Familien im Alltag > www.stiftung-kifa.ch
- «mit mir»-Patenschaften > www.caritas-regio.ch

6.8

Freizeit und Kultur

Spielen macht Spass und fördert soziale Fähigkeiten.

Wenn Sie Ideen brauchen für eine aktive und spannende Freizeitgestaltung mit Ihren Kindern, gibt es in Ihrer Gemeinde viele verschiedene Angebote:

i

- Offene Kinder- und Jugendarbeit > www.agja.ch
- Ausflüge mit der Familie > www.aargautourismus.ch
- Spielplatz Aargau > www.spielplatzaaargau.ch
- Bibliotheken Aargau > www.ag.ch
- Übersicht der Museen im ganzen Kanton Aargau (Verband Aargauer Museen und Sammlungen VAMUS) > www.aargauermuseen.ch
- Ludothek > www.ludo.ch
- Theater > www.aarthe.ch
- Aargauer Kulturmagazin > www.aaku.ch | Museen Aargau > www.aargauermuseen.ch
- Familienzentren und andere Begegnungsorte für Familien, Quartierzentren > www.bildungundfamilie.ch
- Sportinfrastruktur, Pärke, Grünflächen, Schulhöfe, Tempo-20-Zonen
- Naherholungsräume rund um das Siedlungsgebiet, wie Grillstellen, Waldhütten, Waldspielplätze
- «offene Turnhallen» (Ä Halle wo's fägt, von Oktober bis April, Stiftung Idée Sport) > www.chindaktiv.ch
- Elternvereine
- Quartiervereine

Jugendliche ab 12 Jahren



- Seite 58 7.1 Entwicklungspsychologische Hinweise

- Seite 60 7.2 Gesundheit

- Seite 61 7.3 Familienberatung und Elternbildung

- Seite 63 7.4 Für Eltern von Jugendlichen mit einer Behinderung
oder schweren Erkrankung

- Seite 64 7.5 Wohn- und Entlastungsangebote für Jugendliche
mit Behinderung

- Seite 64 7.6 Angebote in verschiedenen Sprachen

- Seite 65 7.7 Schule

- Seite 66 7.8 Schulergänzende Betreuung

- Seite 67 7.9 Schulsystem und Berufswahl

- Seite 67 7.10 Freizeit und Kultur

Jugendliche ab 12 Jahren

7.1

Entwicklungspsychologische Hinweise

Jugendliche und ihre Eltern erleben grosse Veränderungen

- im Körper der Jugendlichen,
- in der Beziehung zwischen Eltern und Jugendlichen,
- in den Freundschaften der Jugendlichen,
- im Selbstbild und
- in der Freizeitgestaltung.

Auf all dies müssen Eltern und Jugendliche sich einstellen.

Das Jugendalter ist geprägt von körperlichen Veränderungen, zum Beispiel dem Wachstumsschub oder der Entwicklung der Geschlechtsmerkmale. Im Durchschnitt beginnen diese Veränderungen bei Mädchen mit etwa elf Jahren, bei Jungen mit etwa dreizehn Jahren, wobei es grosse Unterschiede gibt. Bei manchen Mädchen beginnen sie schon mit sieben oder acht Jahren, bei manchen Jungen mit neun oder zehn. Andere sind sehr spät dran. Ihre Veränderungen setzen erst ein, wenn ihre Altersgenossen körperlich schon sehr weit sind. Für Mädchen ist es häufig problematisch, wenn sie sich früher als andere entwickeln. Für Jungen hingegen ist schwieriger, wenn sie später dran sind als die anderen. Auf diese Weise kann sich ein negatives Körperbild entwickeln.

Jugendliche brauchen Zeit, um sich an die körperlichen Veränderungen anzupassen. Manche sind vielleicht erwünscht. Andere sind schwerer zu akzeptieren, weil sie nicht dem gängigen Schönheitsideal entsprechen oder schambesetzt sind. Eine verständnisvolle Begleitung durch die Eltern und, falls gewünscht, auch Ratschläge und Tipps können eine Unterstützung sein.

Die Beziehung zwischen Eltern und Jugendlichen verändert sich. Die Jugendlichen fordern mehr Autonomie ein. Sie sind nicht mehr so abhängig von ihren Eltern wie in ihrer Kindheit. Die Eltern müssen sich auf diese neue Situation einstellen. Gerade früh im Jugendalter kann es daher zu vielen Konflikten kommen. Trotzdem bleiben die Eltern für ihre jugendlichen Kinder sehr wichtig. Es besteht eine enge Verbundenheit und die Unterstützung der Eltern wird gebraucht. Wichtig ist auch, dass Sie darüber informiert sind, mit wem Ihr Kind Zeit verbringt und was es macht.

Auf der Plattform [feel-ok](http://www.feel-ok.ch) finden Sie viele nützliche Tipps, wie Sie Ihr Kind unterstützen können, und viele Informationen zu Themen rund um das Jugendalter > www.feel-ok.ch

Auch Pro Juventute bietet auf ihrer Homepage wichtige Themen rund um das Jugendalter an > www.projuventute.ch

Viele Informationen auf unterhaltsame Weise finden Jugendliche bei [feel-ok](http://www.feel-ok.ch) > www.feel-ok.ch

Freunde werden für Jugendliche immer wichtiger. Sie verbringen viel Zeit mit ihnen. Von ihnen lernen sie viel, fühlen sich verstanden und unterstützt. Jugendliche setzen sich mit den Fragen «Wer bin ich?» und «Wer will ich in Zukunft sein?» auseinander. Freunde helfen dabei, sich auszuprobieren. Aber auch die Eltern sind wichtig, wenn es um grössere Fragen wie den zukünftigen Beruf geht.

Sich mit Freunden zu treffen ist eine der häufigsten und beliebtesten Freizeitbeschäftigungen der Jugendlichen. Auch das Internet und soziale Medien werden häufig genutzt. Auch im Jugendalter gilt noch: Interessieren Sie sich für das, was Ihre Kinder im Internet machen, besprechen Sie gemeinsam Regeln für die Nutzung. Eltern, die ihre Kinder unterstützen, schützen sie vor den Gefahren des Internets.

Der Kanton Aargau informiert über digitale Medien und zu Hilfsangeboten bei Verdacht auf Onlinesucht > www.ag.ch

Mit dem Trinken von Alkohol und Rauchen wird meist in der Jugend begonnen. Die Anregung kommt einerseits vom Freundeskreis der Jugendlichen. Aber auch Sie als Eltern sind oft Vorbilder, die nachgeahmt werden. Aufgrund ihrer Unerfahrenheit übertreiben es Jugendliche manchmal. Wie viel Alkohol man verträgt, muss erst noch gelernt werden. Besonders problematisch ist der frühe Einstieg ins Rauchen, Trinken oder Kiffen. Harte Drogen probieren nur sehr wenige Jugendliche aus.

Hier finden Sie Informationen und Tipps zum Thema Sucht:



- Informationen und Tipps des Kantons Aargau > www.ag.ch
- Sucht Schweiz hat für Sie und Ihre Kinder Informationen und Tipps zum Thema Sucht zusammengestellt: Informationen zu Sucht für Eltern und Jugendliche > www.suchtschweiz.ch

Machen Sie sich Sorgen über den Konsum Ihrer Kinder?

Wenden Sie sich an die Suchtberatung des Kantons: Suchtberatung und Suchtprävention für suchtbelastete Familien > www.suchtberatung-ags.ch

Der Umgang mit Stress ist für Jugendliche oft schwer. Manchmal geht es so weit, dass Depressionen oder Essstörungen auftreten.

Der Kanton Aargau hat für Eltern und Kinder Tipps und Unterstützungsangebote zusammengestellt > www.ag.ch

Wenn Sie sich grosse Sorgen um das Befinden Ihres Kindes machen, wenden Sie sich an die Kinder- und Jugendpsychiatrie oder deren ambulante Dienste in Windisch, Aarau, Baden, Fricktal und Freiamt > www.pdag.ch

Selbstmordversuche und Selbstmorde kommen bei Jugendlichen im Zusammenhang mit Depressionen und in Krisensituationen vor.

- Wenden Sie sich in einer solchen Krise an den Elternnotruf > www.elternnotruf.ch
- Für Kinder und Eltern gibt es auch die Dargebotene Hand > www.143.ch
- Hilfe in der Krise | Suizid-Netz Aargau > www.suizid-netz-aargau.ch

7.2

Gesundheit

Im Vergleich zu den Kindern sind Jugendliche etwas weniger sportlich aktiv, es sind aber immer noch gut 80 Prozent, die sich regelmässig bewegen. Auch die gesunde Ernährung wird von den Jugendlichen – vor allem von den Jungen – vernachlässigt. Deshalb sollte zu Hause weiterhin auf eine ausgewogene Ernährung geachtet werden.

Der Kanton Aargau hat sportliche Angebote, die sich speziell an Jugendliche richten:

i

- MidnightSports > www.ideesport.ch
- Viermal im Jahr gibt es Jugendsportcamps > www.ag.ch
- Andere Lager und Angebote finden Sie hier > www.ag.ch
- Und wenn Sie mehr Informationen zu gesunder Ernährung brauchen, dann finden Sie hier hilfreiche Tipps > www.ag.ch



Mit den körperlichen Veränderungen beginnt die Auseinandersetzung der Jugendlichen mit den Themen Liebesbeziehungen und Sexualität. Erste Verliebtheit und Liebesbeziehungen können schon früh im Jugendalter auftreten. Heutige Jugendliche machen ihre ersten sexuellen Erfahrungen jedoch früher als ihre Elterngeneration. Viele erleben ihr erstes Mal mit etwa 16 Jahren. Das Thema sexuelle Gesundheit ist schon früh wichtig.

Sexuelle Gesundheit bedeutet, dass man

- sich mit der eigenen Sexualität wohl fühlt,
- eine positive Einstellung zum eigenen Körper und zur eigenen Sexualität hat,
- eine gewaltfreie und nicht schädliche Sexualität erlebt.

Auch wenn das Thema sexuelle Gesundheit in der Schule behandelt wird, sind Sie als Eltern wichtige Gesprächspartner. Bieten Sie das Gespräch an, seien Sie offen und verständnisvoll.

Wenn Sie sich unsicher sind oder mehr Informationen brauchen, hat der Kanton Aargau wichtige Hilfen zusammengestellt:



- **Gesund durch die Schulzeit, Sexuelle Gesundheit** > www.ag.ch
- **Auch für Fragen rund um Sexualität, Schwangerschaft, sexuell übertragbare Krankheiten und Sexualaufklärung** > www.seges.ch
- **Jugendliche finden viele Informationen zum Thema bei feel-ok: Liebe, Sexualität** > www.ag.feel-ok.ch
Feuer und Flamme für deine Gesundheit > www.ag.feel-ok.ch

7.3

Familienberatung und Elternbildung

Jugendliche befinden sich auf dem Weg zum Erwachsenwerden. Sie als Eltern sollten sie ihrem Alter entsprechend fördern, sie einbeziehen, ihnen schrittweise Verantwortung übertragen und sie gleichzeitig schützen.

Eltern haben das Recht und die Pflicht, ihre jugendlichen Kinder erzieherisch zu begleiten und mit ihnen gemeinsam Entscheidungen zu treffen, deren Tragweite sie noch nicht ganz erfassen können. Dabei müssen Sie als Eltern die Meinung Ihrer jugendlichen Kinder altersgemäss berücksichtigen und sich bemühen, sie zu verstehen.

Deshalb ist es wichtig, sich bei Unsicherheiten oder Schwierigkeiten im Umgang mit Jugendlichen Hilfe zu holen. Mögliche Anlaufstellen sind die Jugend-, Ehe- und Familienberatungsstellen.

Denn die wichtigsten Schutzfaktoren für jugendliche Kinder sind, dass die Eltern

- keine Form von Gewalt anwenden, weder psychische noch physische,
- frühzeitig erkennen, dass sie zusätzliche Informationen, Beratung oder Unterstützung benötigen, anstatt lange zu warten,
- wissen, dass es ihr Recht ist, professionell beraten zu werden,
- Hilfe suchen nicht als Versagen, sondern als Fürsorge für ihr Kind verstehen und
- bereit sind, sich weiterzuentwickeln und die Verantwortung für ihr Kind zu übernehmen.

Wenn Sie mehr wissen wollen oder ein Informations- und Beratungsangebot in der Nähe suchen:

i

- Jugend-, Ehe- & Familienberatungsstellen (JEFB) | niederschwellige Beratung von Einzelpersonen, Familien, Kindern und Jugendlichen > www.jefb.ch
- Elternbildung Aargau | Plattform zu Elternkursen, Workshops und Referaten www.elternbildung-aargau.ch
- Informationen zu den Rechten der Kinder > www.kinderschutz.ch

Wenn man Fragen zur Radikalisierung von Jugendlichen hat:

- Kanton Aargau | Anlaufstelle Radikalisierung > www.ag.ch

Wenn Jugendliche ein Informations- und Beratungsangebot benötigen:

- Feel-ok.ch | Information zu vielfältigen Lebensthemen im Internet > www.ag.feel-ok.ch
- Pro Juventute 147 | Sorgen und Fragen am Telefon oder per Chat anderen mitteilen > www.147.ch
- Tschau.ch | Beratung und Jugendinformation per E-Mail oder online > www.tschau.ch
- Kanton Aargau | Jugendprojekt LIFT > www.ag.ch

7.4

Für Eltern von Jugendlichen mit einer Behinderung oder schweren Erkrankung

Jeder Mensch hat ein Recht auf ein gutes Leben. Deshalb haben auch junge Menschen mit Beeinträchtigungen und ihre Eltern ein Recht auf passende und altersgerechte Unterstützung. Es gibt viele Angebote, die helfen können. Gerade bei Jugendlichen ist es wichtig, sie frühzeitig auf den Einstieg in die Arbeitswelt und das Erwachsenenleben vorzubereiten. Diese Angebote können zur Entlastung beitragen, Versicherungsfragen klären, Hilfsmittel zugänglich machen, medizinische Versorgung und soziale Betreuung sicherstellen sowie bei Finanzierungs- und Rechtsfragen unterstützen.

Wenn Sie umfassende Beratungsangebote und Vernetzungsmöglichkeiten suchen:



- Pro Infirmis | Beratungsstelle für Eltern und Jugendliche mit Behinderung
> www.proinfirmis.ch
- Insieme | Unterstützung, Beratung und Interessenvertretung von Menschen mit Behinderung > www.insieme.ch

Wenn Sie gesundheitsbezogene Dienste in Ihrer Nähe suchen:

- Ärzte im Kanton Aargau | Medizinische Grundversorgung > www.aargauer-aerzte.ch
- Spitäler im Kanton Aargau | Medizinische Grundversorgung > www.ag.ch

Wenn Sie Freizeitangebote in Ihrer Nähe suchen:

- Insieme | Ferien- und Freizeitangebote > www.insieme.ch

Wenn Jugendliche langfristig oder dauerhaft erkranken, können spezialisierte Angebote der Pflege und Betreuung helfen:

- Entlastungsdienst Aargau-Solothurn | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.entlastungsdienst.ch
- Entlastungsdienst Schweizerisches Rotes Kreuz | Unterstützung betreuender Angehöriger
> www.srk-aargau.ch
- Pro Pallium | Schweizer Palliativstiftung für Kinder und junge Erwachsene
> www.pro-pallium.ch

7.5

Wohn- und Entlastungsangebote für Jugendliche mit Behinderung

Für Jugendliche und junge Erwachsene mit Behinderungen oder in sozialen und familiären Notlagen stehen verschiedene Angebote zur Verfügung:

i

- Sozialberatung für Eltern und Jugendliche | Eltern von Jugendlichen mit einer Beeinträchtigung oder gefährdeter Gesamtentwicklung
Sonderschulen & Behindertenbetreuung > www.ag.ch
Sozialberatung für Eltern und Kinder (BFEK) > www.ag.ch
- Procap | Treffpunkte, Veranstaltungen und Kontakt- und Begegnungsmöglichkeiten
> www.procap-nws.ch
- SVA Aargau | Hilfsmittel der Invalidenversicherung > www.sva-ag.ch
- Kanton Aargau | Wohn- und Entlastungsangebote für Jugendliche > www.ag.ch

7.6

Angebote in verschiedenen Sprachen

Es gibt Angebote in verschiedenen Sprachen:

i

- Informationen rund ums Leben im Aargau gibt es in 17 verschiedenen Sprachen
Hallo Aargau > www.hallo-aargau.ch
- In 15 verschiedenen Sprachen gibt es die App Parentu > www.parentu.ch
- Informationen zu den wichtigsten Lebensbedingungen und Integrationsförderung:
Regionale Integrationsfachstellen > www.ag.ch
- Integrationsangebote im Kanton Aargau mit Deutschangeboten, sozialen Integrations-
treffpunkten und allgemeinen Informationen > www.integrationaargau.ch
- Die Caritas bietet Treffpunkte und Aktivitäten und Elternbildungskurse «Mein Kind in der
Schweiz erziehen» für Personen mit Migrationshintergrund an > www.caritas-regio.ch
- Gesprächsrunden für Männer und Frauen werden in 22 verschiedenen Sprachen
auf Femmes-Tische angeboten > www.femmestische.ch

7.7

Schule

Die obligatorische Schulzeit umfasst den zweijährigen Kindergarten, die Primarschule und die Sekundarstufe I. Die Primarschule dauert sechs Jahre, gefolgt von drei Jahren Oberstufe. Die Oberstufe ist in drei Schultypen unterteilt: Realschule, Sekundarschule und Bezirksschule.

Während der obligatorischen Schulzeit erhalten Kinder und Jugendliche eine Grundausbildung, die ihnen den Weg zu einer beruflichen Ausbildung oder zu weiterführenden Schulen ebnet. Der Unterricht an den öffentlichen Schulen ist während der obligatorischen Schulzeit kostenlos. Die Gemeinden stellen den Schülerinnen und Schülern Lehrmittel und Schulmaterialien kostenlos zur Verfügung.

Nach der obligatorischen Schulzeit stehen den Jugendlichen verschiedene Möglichkeiten offen: Sie können eine Berufsausbildung absolvieren (mit oder ohne Berufsmaturität) oder eine weiterführende Schule (Gymnasium, Fachmittelschule, Informatikmittelschule oder Wirtschaftsmittelschule) besuchen. Ein Abschluss auf der Sekundarstufe II bereitet Ihr Kind auf das Berufsleben oder auf ein Studium an einer Hochschule vor.

Wenn Sie Fragen zum Schulsystem haben, finden Sie hier weitere Informationen:

i

- Überblick Schulsystem, Kanton Aargau > www.ag.ch
- Schulstufen des Kantons Aargau > www.ag.ch
- Information zu den Schulstufen (inkl. Broschüre für Eltern in vielen Sprachen) > www.ag.ch
- Bildungsangebote nach der obligatorischen Schulzeit > www.ag.ch



Vielen Kindern gelingt der Übertritt in die nächste Schulstufe problemlos. Tritt während der Schulzeit eine schwierige Situation auf (Probleme mit anderen Kindern, mit der Lehrperson, in einem Schulfach), sollten Sie als Eltern umgehend Kontakt mit der Schule aufnehmen, um die aktuelle Situation und Handlungsmöglichkeiten zu besprechen > www.schulen-aargau.ch

Rechte und Pflichten der Eltern: Sie sind dafür verantwortlich, dass Ihr schulpflichtiges Kind die Schule besucht. Die Klassenlehrperson Ihres Kindes steht in regelmässigem Kontakt mit Ihnen und informiert Sie über das Schulgeschehen. Auch Sie als Eltern müssen die Schule informieren, wenn sich das Verhalten Ihres Kindes ändert oder wichtige Ereignisse eintreten. Sie haben das Recht, den Unterricht Ihres Kindes zu besuchen.

- Schulgesetz Kanton Aargau | SAR 401.100 Erlass-Sammlung
> www.gesetzessammlungen.ag.ch

Die Schulen bieten je nach Bedürfnis und Anliegen verschiedene Angebote:

i

- Deutsch als Zweitsprache, Aargau > www.schulen-aargau.ch
- Schulsozialarbeit, Aargau > www.ag.ch | > www.schulen-aargau.ch
- Schulpsychologischer Dienst, Aargau > www.ag.ch
- Schulische Heilpädagogik und logopädische Therapie, Aargau > www.schulen-aargau.ch
- Kinder mit gesundheitlichen Einschränkungen > www.sva-ag.ch

7.8

Schulergänzende Betreuung

Auch für Jugendliche bieten schul- und familienergänzende Betreuungsangebote oder Tages- schulen neben einem ausgewogenen Mittagessen vor Ort eine Vielzahl von Angeboten. Dazu gehören Tagesstrukturen, Hausaufgabenunterstützung, Freizeitgestaltung mit den Gleich- altrigen und vieles mehr. Sie tragen dazu bei, die Schule zu einem Bildungsort zu machen. Im Kanton Aargau gibt es deshalb verschiedene Angebote. Es wird unterschieden zwischen Blockzeiten, Betreuungsangeboten und gebundenen schulergänzenden Tagesstrukturen, also Tagesschulen.

Informationen im Internet:

i

- Blockzeiten und Betreuung, Aargau > www.ag.ch
- Kinderbetreuung Schweiz > www.kinderbetreuung-schweiz.ch
- Ausserschulische Entlastungsangebote für Familien im Alltag > www.stiftung-kifa.ch
- «mit mir»-Patenschaften > www.caritas-regio.ch

7.9

Schulsystem und Berufswahl

Im Jugendalter stehen Entscheidungen über den weiteren Bildungsweg Ihres Kindes an. Beim Übergang von der Primarschule in die Sekundarstufe I (Oberstufe) stellt sich die Frage, in welchen Schulzug Ihr Kind wechseln soll. Nach der obligatorischen Schulzeit müssen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind entscheiden, ob es eine Berufsausbildung beginnt oder weiter zur Schule geht. Sie kennen Ihr Kind gut und können es daher gut beraten. Hören Sie aber auch zu, was Ihr Kind sich vorstellt. Die Lehrpersonen können Ihnen wichtige Hinweise geben. Nutzen Sie auch die vielfältigen Angebote des Kantons.

Die vielfältigen Bildungsangebote im Kanton Aargau finden Sie hier:
Schulaufsicht – Kanton Aargau > www.ag.ch

Nutzen Sie auch die Beratung des Kantons Aargau zu Fragen der Schul- und Berufswahl. Dort gibt es auch Informationen zu Stipendien > www.beratungsdienste.ch

Spannende Einblicke in viele Berufe bieten auch die Berufsmessen
> www.aargauische-berufsschau.ch

Schulische Probleme können die Entscheidungen bei den Übergängen negativ beeinflussen. Hier bietet der Schulpsychologische Dienst Unterstützung > www.ag.ch

7.10

Freizeit und Kultur

Die ausserschulischen Aktivitäten der Kinder verändern sich mit dem Jugendalter. Nicht mehr das Spielen steht im Vordergrund, sondern die Pflege sozialer Beziehungen.

Wenn Sie Ideen brauchen für eine aktive und spannende Freizeitgestaltung für Ihre Jugendlichen, gibt es in Ihrer Gemeinde viele verschiedene Angebote:

i

- Vereine in den Bereichen Sport, Musik, Kultur und Freizeit
- Offene Kinder- und Jugendarbeit > www.agja.ch
- Jugendverbände (Jubla, Pfadi usw.) > www.ag.ch
- Musikschulen und freiwilliger Schulsport > www.ag.ch
- Sportinfrastruktur, Pärke, Grünflächen, Schulhöfe, Tempo-20-Zonen
- Bibliotheken Aargau > www.ag.ch
- Übersicht der Museen im ganzen Kanton Aargau (Verband Aargauer Museen und Sammlungen VAMUS) > www.aargauermuseen.ch
- Theater > www.aarthe.ch
- Aargauer Kulturmagazin > www.aaku.ch

Grosseltern/Verwandte/ Bezugspersonen



Grosseltern/Verwandte/ Bezugspersonen

Sie sind Grosseltern geworden? Sie möchten als Tante oder Onkel oder als eine andere verwandte Person eine Rolle im Leben eines Kindes übernehmen? Sie haben die Rolle der Gotte oder des Göttis übernommen? Diese neue Aufgabe wird Ihnen viele schöne Momente schenken und Sie enorm bereichern. Sie können die Familie des Kindes entlasten und Gutes für die Entwicklung des Kindes tun.

Sie können

- im Alltag unterstützen (z. B. Babysitten),
- eine emotional wichtige Beziehung aufbauen,
- schöne Momente gestalten,
- Ihr Wissen und Ihre Erfahrungen weitergeben,
- praktische Fähigkeiten vermitteln und
- in Krisen- und Notsituationen da sein.

Denken Sie immer daran, dass Sie Ihre Rolle nur in Absprache mit den Eltern ausüben können. Bieten Sie Ihre Hilfe an, aber drängen Sie sich nicht auf. Die Verantwortung für die Kinder liegt bei den Erziehungsberechtigten. Fragen Sie, was ihnen bei der Erziehung wichtig ist und was nicht. Sprechen Sie immer wieder mit den Eltern darüber, was sie sich wünschen. Achten Sie darauf, dass Sie die Gewohnheiten der Familie respektieren. Achten Sie auf Grenzen. Sie sind nicht die Eltern. Achten Sie auch auf Ihre eigenen Grenzen. Was sind Sie bereit zu geben? Sagen Sie klar, wenn Ihnen etwas zu viel wird.

Die Suchtprävention Aargau bietet einen Kurs zur guten Ausgestaltung der Grosseltern-Enkel-Beziehungen > www.suchtpraevention-aargau.ch

Das SRK Kanton Aargau bietet Babysitter-Kurse an > www.srk-aargau.ch



Impressum

Erarbeitet im Auftrag der Fachstelle Alter und Familie des Kantons Aargau.

Leitung

Saskia Misteli, Fachstelle Alter und Familie

Autorinnen und Autoren

Samuel Keller: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften,
Institut für Kindheit, Jugend und Familie

Pirmin Pfammatter: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften,
Psychologisches Institut

Beate Schwarz: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften,
Psychologisches Institut

Tim Tausendfreud: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften,
Institut für Kindheit, Jugend und Familie

Ein besonderes Dankeschön gilt den verschiedenen Organisationen und Verwaltungsstellen des Kantons Aargau für ihre Beiträge zu dieser Broschüre.

Gestaltung

wirkungsStark, Aarau

Bilder

www.shutterstock.com

Fassung: November 2024