

ELTERNBRIEF BAD NAUHEIM

13 bis 18 Monate

Familie Mustermann
Maja Mustermann
Musterstraße 10
61231 Bad Nauheim



E.v.A. - Elternbegleitung von Anfang an
Johannisstraße 5 | 61231 Bad Nauheim
Telefon: (0 60 32) 938 7442
eva.land@bad-nauheim.de | www.eva-bn.de



KIKS UP
Zanderstraße 26 | 61231 Bad Nauheim
Telefon: (0 60 32) 704 739
info@kiksup.de | www.kiksup.de

Liebe Familie Mustermann,

heute halten Sie wieder einen Elternbrief von E.v.A. und KIKS UP in Händen. Maja ist nun kein Baby mehr und inzwischen ganz schön fit geworden. Sie bewegt sich mittlerweile wohl durch die ganze Wohnung oder das Haus und nichts ist vor ihr sicher. Alles wird erforscht und bespielt. Maja hat zudem erste Regeln gelernt und sich an einen regelmäßigen Tagesablauf gewöhnt. Ein ganz tolles Gefühl ist es, wenn sie "Mama" oder "Papa" sagt oder erste Wörter nachspricht.

Wieder haben wir einige Ideen und Anregungen für Sie zusammengestellt, die Sie mit Ihrer Familie ausprobieren können.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß dabei.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr E.v.A. Team

So stärken Sie Maja

Maja ist mitten in der Sprachentwicklung. Dafür braucht sie gute Vorbilder, von denen sie die Sprache richtig lernt. Nehmen Sie sich Zeit dafür und sprechen Sie viel mit ihr oder schauen Sie Bilderbücher mit ihr an. Lassen Sie sich dabei von Maja Dinge zeigen und benennen.

Zur Sprachentwicklung gehört übrigens auch die Körpersprache. Wenn Sie genau hinsehen, bemerken Sie, dass Maja Ihre Gestik und Mimik nachzuahmen beginnt.

– Fernsehen

Maja muss noch lange nicht fernsehen. Denn die Abfolge der Bilder im Fernsehen ist noch viel zu schnell für Maja, und sie kann die vielen Eindrücke nicht verarbeiten. Das macht ihr eher Angst. Bitte bedenken Sie: Das Fernsehen kann persönliche Zuwendung nicht ersetzen und ist kein Babysitter.

- Singen und Musik
Fingerspiele, Abzählverse, Reime und Lieder machen Maja viel Spaß. Wenn Maja frühzeitig mit Musik und Klängen Erfahrungen sammelt, wird sie auch im weiteren Verlauf ihres Lebens Freude an Musik haben. Maja liebt es z.B., ein Lied oder einen Reim mehrmals zu hören bzw. zu spielen. Durch diese Wiederholungen lernt sie leichter und sie machen ihr zudem Freude.
- Vorbild
Kinder lernen durch Nachahmung und orientieren sich an ihren Bezugspersonen. Und vorbildliches Verhalten und Handeln wirkt mehr als Worte. Je besser Sie selbst Ihre Werte und Regeln leben bzw. einhalten, desto besser wird es Ihnen gelingen, diese auch bei Maja anzulegen. Ein passender Ausspruch dazu lautet: „Du kannst Dein Kind so viel erziehen, wie Du willst, es macht Dir doch alles nach!“

So lernt Maja zu genießen

Essen ist Genuss, und besteht nicht nur aus Nahrungsaufnahme und Trinken. Es ist ein geschmackliches und familiär gemeinschaftliches Erlebnis. Beim Essen trifft regelmäßig die ganze Familie zusammen, hier werden Neuigkeiten ausgetauscht und es ist Gelegenheit, zur Ruhe zu kommen.

- Auf den guten Geschmack kommen
Die erste Tomate, die erste saure Gurke – diese vielfältigen Esserlebnisse nach der Breizeit sind für Maja neu und aufregend. Noch kennt sie nur wenige Lebensmittel aus eigener Erfahrung. Nur wenn Sie ihr jetzt neue Nahrungsmittel und Speisen anbieten, können Sie den Speiseplan der Familie erweitern. Gut zu wissen: Die Geschmacksentwicklung braucht Zeit, viele Lebensmittel muss Maja fünf- bis zehnmal probieren, bis sie ihr schmecken!
- Hygiene
Maja kann nun ihre erste eigene Zahnbürste bekommen. Richtig putzen kann sie alleine noch nicht, sie kaut nur auf den Borsten herum, aber sie schaut genau zu, wie Sie sich die Zähne putzen und ahmt sie nach. Das findet sie ganz spannend – für Sie eine gute Gelegenheit, das Zähneputzen ganz „nebenbei“ einzuführen.

So bleibt Maja fit

Maja wird auf ihren Beinen immer sicherer und die Strecken, die sie zurücklegt, werden größer. Laufen macht Spaß und unabhängig. Kinder lieben Bewegung und Maja trainiert jeden Tag wie ein Sportler, denn sie möchte stärker und geschickter werden.

- Frische Luft
Versuchen Sie, mit Maja eine Stunde pro Tag an die frische Luft kommen und sich dort zu bewegen. Das tut nicht nur Maja gut.
- Einkaufen
Planen Sie ausreichend Zeit für ihre Einkäufe ein. Wenn Maja zwischendurch Zeit hat, sich zu bewegen und selbst ein Stück zu laufen, macht es der ganzen Familie viel Spaß.
- Gleichaltrige und andere Kinder
Achten Sie darauf, dass Maja auch Kontakt zu Gleichaltrigen oder anderen Kindern hat und mit ihnen spielt. Das macht ihr Spaß und fördert ihre sozialen Fähigkeiten. Gleichaltrige "sprechen" die gleiche Sprache und regen mit ihrer Phantasie zu neuen Erfahrungen an.

Zu den beschriebenen Themen gibt es weitere Kurse, Literatur oder Internetseiten, hier eine kleine Auswahl:

Literatur: Das beste Essen für Kleinkinder; aid; ISBN: 978-3-8308-0904-3
Die pffiffige Marmelade; Kösel-Verlag ISBN: 978-3466305353

Kurse: Unter www.kiksup-familie.net finden Sie viele Angebote für Mama, Papa und Maja.

Internet: Eine tolle Internetseite für Eltern: www.starkeeltern.de