

ELTERNBRIEF BAD NAUHEIM

2,5 bis 3 Jahre

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,

kaum zu glauben, Maja ist jetzt schon 2 ½ Jahre alt und Sie halten bereits den 6. Elternbrief von E.v.A. und KIKS UP in den Händen.

Werfen Sie einen Blick zurück: Welches war im vergangenen halben Jahr das lustigste Erlebnis mit Maja? Woran hat Maja besonders viel Spaß? Was machen Sie gerne gemeinsam? Vielleicht notieren Sie sich ja schon einige Dinge aus Ihrem immer wieder spannenden Alltag mit Maja. Wie wäre es also mit einem „Das-kann-Maja-schon-Buch?“

Maja hat nun auch ihre ersten „Freundschaften“ zu anderen Kindern geschlossen und spielt gerne mit ihnen. Und wir haben wieder einige spannende Ideen und Anregungen für Ihr Leben mit Maja gesammelt.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Umsetzung.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr E.v.A. Team

So stärken Sie Maja

Maja wird nun immer selbstständiger und unabhängiger von Ihnen, kann sich selbst beschäftigen und möchte mit anderen Kindern spielen. Das Schöne daran: Durch die Spielkameraden von Maja lernen auch Sie neue Menschen und vielleicht Freunde kennen. Sie finden neue Gesprächspartner, mit denen Sie sich auch über Erziehungsfragen austauschen können.

– Lassen Sie Langeweile zu

Wenn Maja sich auch mal langweilt, ist das nicht schlimm, denn dann hat sie die Möglichkeit, neue Spielideen zu entwickeln, über etwas nachzudenken oder einfach vor sich hin zu träumen. Außerdem braucht Maja nach so vielen neuen Eindrücken immer auch Phasen der Entspannung.

Setzen Sie sich mit uns in Verbindung, wenn Sie den Bad Nauheimer Elternbrief nicht mehr erhalten möchten.

- Maja muss lernen, Nein zu sagen
Auch Maja hat das Recht, bestimmte Dinge nicht zu mögen. Sie sollte lernen, das klar und deutlich zu sagen. Unterstützen Sie Maja darin.
- Lassen Sie Maja Dinge selber tun
Geben Sie Maja die Möglichkeit, sich auszuprobieren und zu erkennen, wo ihre Stärken und Schwächen liegen. Das fördert Neugierde, Kreativität und das Bewusstsein Dinge durch eigenes Tun beeinflussen zu können.

So lernt Maja zu genießen

Maja kennt jetzt schon viele Lebensmittel, kann alleine essen und hilft Ihnen in der Küche. Beim Einkaufen kennt sie sich schon aus, und weiß, welche Produkte Sie regelmäßig kaufen. Lassen Sie Maja möglichst viel an diesen selbstverständlichen Dingen teilhaben, das stärkt ihre Persönlichkeit. Loben Sie Maja für alles, was sie richtig bzw. gut macht, denn das bestärkt sie darin, dass sie vieles gut kann.

- Der Snack am Nachmittag
Als Pause am Nachmittag sind Obst und Rohkost tolle Energielieferanten. Ein bunter Obst- und Gemüseteller sieht gut aus und schmeckt auch so.
- Trost und Belohnung
Trösten, beruhigen oder belohnen Sie Maja nicht mit Süßigkeiten! Nehmen Sie Maja in schwierigen Situationen in den Arm, bieten Sie ihr ein Spiel an oder bewegen Sie sich gemeinsam.
- Einkaufen
Tipp: Falls sie sich morgens beim Einkaufen in der „Quengelmeile“ vor der Kasse von Maja haben überreden lassen, etwas Süßes zu kaufen, gibt es das erst nach den vereinbarten Regeln (z.B. nach dem Mittagessen).

So bleibt Maja fit

Jetzt mag Maja ihr Lieblingsfahrzeug auch gerne mal in den Park oder zu Freunden mitnehmen. Sie tobt wild mit ihren Freunden. Ihr Bewegungsdrang nimmt immer weiter zu, und das ist gut so. Dadurch wird Maja ausgeglichen, entspannt und nicht zuletzt am Ende des Tages müde.

- Maja als Forscher
Entdecken Sie zusammen mit Maja all die kleinen Tiere unter Steinen, im Laub oder im Wasser. Eine Becherlupe, ein Eimer und ein Netz machen Ausflüge unvergesslich.
- Spielplätze
Kennens Sie eigentlich schon alle Spielplätze in der Umgebung? Besuchen Sie ruhig mal einen neuen Spielplatz und erkunden Sie diesen gemeinsam.
- Tagesplanung
Achten Sie darauf, den Tag von Maja nicht völlig zu verplanen. Von einer Aktivität zur nächsten zu hetzen, schießt über das Ziel hinaus. Maja braucht freie Zeit zum Ausruhen, Spielen und Entspannen! Und auch für Sie als Eltern ist das wichtig.

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

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