



Vor allem im Strassenverkehr ist es manchmal einfacher, sein Kind im Buggy durch die Stadt zu kurven. Es sollte sich aber sonst viel bewegen.

Bild: ky

Jetzt geht es auch ohne Buggy

Die meisten Eltern freuen sich darauf, den **Kinderwagen** loszuwerden. Den Kleinen fällt der Abschied allerdings nicht immer leicht.

SABINE VONTOBEL

Kinder müssen sich immer wieder von geliebten Utensilien trennen. Das gehört zum Grosswerden wie Kinderkrankheiten, Frust und Enttäuschung. Zuerst müssen die Kleinen den gesunden Zähnen wegen des Milch- oder Teeschoppens Ade sagen. Dann kommen Nuggeli, Nuscheli & Co. an die Reihe. Und zwischen dem dritten und vierten Lebensjahr wird meist auch der Kinderwagen definitiv eingemottet. Die Freude der Eltern über diesen neuen Entwicklungsschritt im Leben ihres Kindes währt indes nicht immer lange.

Ganz schön ungemütlich

Viele Drei- bis Vierjährige finden es zwar lustig, einige Meter des Weges in die Spielgruppe oder zum Einkaufen zu Fuss zurückzulegen. Haben sie aber genug vom Springen, Hüpfen und auf Mäuerchen balancieren, set-

zen sie sich gerne wieder hin. Und wenn dann keine Fahrgelegenheit mehr vorhanden ist, können sie ganz schön ungemütlich werden. Man trifft deshalb nicht selten Mütter und Väter, die ihren Nachwuchs auf den Schultern transportieren. Wäre da ein Buggy nicht praktischer und vor allem gesünder für die Rücken der Eltern?

Kommentare überhören

«Zweifellos», bestätigt die Neuenburger Kleinkinderzieherin Esther Sauter. «Schon bei den Kindern gibt es Bewegungsmuffel und kleine Energiebündel. Die einen haben genügend Ausdauer, lange zu gehen. Die anderen brauchen immer mal wieder eine Pause.» Diesen Individualitäten müssten die Eltern Rechnung tragen, wenn sie keine Lust hätten, ihre Kleinkinder durch die Gegend zu schleppen. «Natürlich sieht es für Aussenstehende komisch aus, wenn ein Vierjähriges noch im Wägelchen herumkutschert wird», so Sauter weiter. Die möglichen Kommentare von Passanten sollten Eltern indes ruhig überhören. Oft seien es die «Buggy-Potatoes» selber, die sich bei Hänseleien von Kleineren plötzlich schämen würden, noch

Die Tipps

- Das Kind **nicht zwingen**, im Wagen sitzen zu bleiben, wenn es Bewegungsdrang verspürt.
- Gehstrecken **dem Alter des Kindes anpassen** und langsam steigern.
- Kinder leben das **Vorbild** der Eltern nach. Also kleinere Besorgungen zu Fuss und nicht mit dem Auto erledigen.
- Auf längeren Wegen ohne Buggy das Kind mit Spielen, Laufen oder Hüpfen **ablenken**. Kinder vergessen auf diese Weise rasch den langen Nachhauseweg.
- Wenn es mal schneller gehen muss, das **Dreirad**, das «Like a bike» oder ein Trottnett mitnehmen. (svb)

im Kinderwagen zu sitzen. «Dann ist ohne Zweifel der Moment gekommen, endgültig auszusteigen.»

Ideal fürs Nickerchen

Trotzdem gilt: Wer mit Kindern zwischen drei und höchstens vier Jahren einen längeren Spaziergang oder einen Ausflug, zum

Beispiel in den Zoo oder in der Freizeitpark, unternimmt, tut gut daran, den zusammenklappbaren Buggy griffbereit zu haben. Frühaufsteher zudem, die noch regelmässig ein Mittags- oder Nachmittagsschlafchen brauchen, halten dieses gerne im ratternden Gefährt ab. Das ist für die Eltern praktisch. Damit entfällt nämlich die «verlorene Zeit» daheim, während der das Kind im Bett schläft. Und gesund ist es auch noch – für Vater, Mutter und Kind.

Defizite treten auf

Es gibt derweil zunehmend Stimmen, die vor überschwänglichem Einsatz der Kinderwagen warnen. Kinder, die zu lange und zu häufig im Wägelchen saßen, würden unter Koordinationsstörungen und Defiziten in der Motorik leiden, heisst es. Ein Indiz, das bei den Kleinen darauf hinweist, dass sie sich zu wenig bewegen, ist ihr Unvermögen, auf einem Bein zu stehen oder zu hüpfen.

Die Negativentwicklung beginnt häufig bereits im Babyalter. «Es ist ungesund, Babys zu oft in Sitzposition im Maxicosi oder eng zugedeckt im Kinderwagen zu lagern», sagt Sauter. Es werde ihnen

so die Möglichkeit geraubt, wichtige Dreh- und Strampelbewegungen einzuüben. Auch Kleinkinder brauchen so viel Bewegungsfreiheit und «Auslauf» wie möglich. Mit den unterschiedlichsten Formen der Fortbewegung – Krabbeln, auf den Knien oder auf dem Hosenboden Rutschen – trainieren sie nämlich ausdauernd wie ein Spitzensportler für ihre ersten Schritte.

Individuell entscheiden

Wie bei fast allen Erziehungsfragen gibt es auch in Sachen «Kinderwagen-Entwöhnung» kein Patentrezept. Laut Sauter sollten die Eltern in jedem Fall auf Ausgewogenheit achten. «Genauso wie man versuchen muss, Kleinkinder gesund zu ernähren, sollte man schon bei Babys aufpassen, dass sie sich genügend bewegen», umschreibt Sauter das Leitmotiv. Weil man die Kleinen indessen nicht gegen ihren Willen mit Gegendem vollstopfen könne, gelinge es einem eben auch nicht, sie auf Biegen und Brechen zum Gehen zu bewegen. «Wer den Entwicklungsstand, das Naturell und die Tagesform seines Kindes beachtet, befindet sich auf dem richtigen Weg.»

BUCHTIPP

Die Macht des Wissens

kw. Schaf Berthold lebt auf einer kleinen Nordseeinsel. Weil seine Mama sehr auf ihn aufpasst, steht für alle fest: Berthold ist ein Muttersöhnchen. Aber da er viel weiss – über den Wind, das Meer und das Schafleben im Allgemeinen –, schafft er es schliesslich doch, ein Held zu werden.



INFO: Schaf ahoi. Dorothee Haentjens und Philip Waechter. Ab 3 Jahren, Beltz-Verlag, 9,90 Fr., ISBN 978-3-407-76087-6.

Kleinkinderkurs

Kind genau beobachten

mt. Sie suchen eine Gruppe von Müttern oder Vätern mit ihren Kleinkindern, um zu spielen, sich auszutauschen und Erziehungsfragen zu diskutieren? Im Kleinkinderkurs darf das Kleinkind zwischen einem und drei Jahren spielen, sich bewegen, entdecken, kreativ sein und vieles mehr – ganz nach seinen Bedürfnissen. Sinnes- und Spielanregungen sollen das Repertoire auch für zu Hause erweitern. Mit Herbst- und Winterthemen wird der Jahreskreis erlebt. Die Kleinkinder kommen mit anderen Kindern in Kontakt und können sich in ersten sozialen Beziehungen erleben.

Die Eltern entdecken im gezielten Beobachten der Kleinkinder wie diese lernen und was sie für ihre individuelle Entwicklung benötigen. Der Austausch mit den anderen Eltern gibt Unterstützung in Alltagsfragen und Eva Maurer, Elternbildnerin und Kleinkinderkurs-Leiterin, gibt Inputs zu Entwicklungs- und Erziehungsthemen.

INFO: Kurs ab Montag, 25. Okt., 9.30-12 Uhr, 8 x am Montag, im Famipus, Biel. Anmelden bis 11.10., Volkshochschule Region Biel-Lyss, 032 323 13 43, info@vhs-biel-lyss.ch

Ausflugstipp

Radelnd durchs Grosse Moos

mt. Solange der Herbst sich noch von seiner besten Seite zeigt, sollte man sich noch aufs Veloschwingen. Eine Möglichkeit bietet eine Tour durchs Grosse Moos. Sie durchquert den grössten Gemüsegarten der Schweiz, führt vorbei an hübschen Städtchen, über Wiesen, entlang der Aare und über das hügelige Golaten-Plateaugebiet. Die Route ist ab Aarberg durchgehend signalisiert und folgt der Veloroute 44 bis Kerzers und dann der Route 94 bis Golaten. Von dort geht's weiter auf der Route 8 Richtung Aarberg und die Route 44 führt zurück ins Städtchen.

Die 30 Kilometer lange Tour ist leicht und führt auf verkehrssamen, asphaltierten Nebenstrassen und Naturstrassen meistens durch flaches Gebiet, einzig kurz nach Golaten muss eine leichte Steigung bewältigt werden.

INFO: Der Ausflugstipp stammt aus «Veloland Bern» von Pro Velo.



Niederried: Stausee. Bild: BT/a

Vom Familienleben in den Berufsalltag zurück

Vierorts mangelt es an qualifiziertem und erfahrenem Personal.

Wiedereinsteigerinnen stellen eine noch kaum beachtete Ressource von Arbeitskraft dar.

PIA WEGMÜLLER UND ANDREA FROMMHERZ

Einige gut ausgebildete Familienfrauen sind nicht mehr erwerbstätig. Hinzu kommt ein weiterer beträchtlicher Teil von Familienfrauen, die in kleinen Pensen Tätigkeiten ausüben, welche unter ihren Qualifikationen liegen. Die heutigen Familienstrukturen geben einerseits einer Frau nicht mehr die Sicherheit, für den Rest des Lebens «versorgt» zu sein. Trennung, Krankheit oder Arbeitslosigkeit des Partners können den Wiedereinstieg in die Erwerbsarbeit unumgänglich ma-

chen. Andererseits wird die Arbeit ausserhalb der Familie nicht nur aus finanziellen Gründen gesucht. Sie kann einem persönlichen Bedürfnis entsprechen.

Frauen, die ihren Beruf zugunsten der Familie während mehrerer Jahre zurückstellen oder ganz aufgeben, stehen bei ihrem Wiedereinstieg vor grossen Herausforderungen. Mangelndes Selbstbewusstsein und eine unrealistische Einschätzung der eigenen Kompetenzen sind häufige Barrieren. Gleichzeitig fehlt oft der Glaube daran, dass Stellen für Wiedereinsteigerinnen überhaupt vorhanden sind. Eine umfassende Standortbestimmung und Neuorientierung kann nützlich sein, um neue und angemessene berufliche Perspektiven zu entwickeln. Bei der Analyse der eigenen Kompetenzen und Erarbeitung der beruflichen Ziele setzen denn auch die spezifischen Weiterbildungsprogramme oder Beratungsangebote an.

Schritt für Schritt

- Der Wiedereinstieg ins Berufsleben erfordert ein **persönliches Konzept**, um Schritt für Schritt dem gesteckten Ziel näher zu kommen.
- Familie und **Partner** in die Planung **einbeziehen**.
- **Kontakt suchen** mit Gleichgesinnten.
- Sich über Kinderbetreuungs-möglichkeiten informieren.
- Einen persönlichen **Zeitplan erarbeiten** und Etappenziele festlegen.
- **Sich orientieren** über mögliche Einstiegs- und Weiterbildungschancen.
- Kontakt mit einer Beratungsstelle aufnehmen und sich bei der Standortbestimmung und Aktualisierung des **Bewerbungsdossiers** unterstützen lassen. (af)

Der heutige Arbeitsmarkt beginnt die vielseitigen Qualitäten der Wiedereinsteigerinnen neu zu entdecken. Die ursprüngliche Fachausbildung, der Nachweis der erworbenen Kompetenzen in der Freiwilligenarbeit und in der Familienzeit, allenfalls ergänzt mit einer Weiterbildung, machen Wiedereinsteigerinnen attraktiv.

Als Arbeitnehmerinnen bieten sie Vorteile, die nicht allen Unternehmen bewusst sind: Die Familienplanung ist abgeschlossen, die Frauen sind motiviert und engagiert und sie bleiben der Unternehmung – anders als junge Berufsleute – in den meisten Fällen treu. Zudem haben gerade diese Frauen viele Kompetenzen, welche die Unternehmen schätzen, wie etwa Kommunikations- und Konfliktfähigkeit, Organisationstalent, Belastbarkeit, etc. Neben ihrer oft guten Ausbildung und den Schlüsselqualifikationen, welche Mütter während der Familienphase erwerben, sind sie häu-

fig in verantwortungsvollen Positionen ehrenamtlich tätig – eine Qualifikation, die oft nicht explizit als solche angesehen wird.

Wiedereinsteigerinnen sind wichtig für die Wirtschaft. Da unsere Gesellschaft immer älter wird und es immer weniger jungen qualifizierten Nachwuchs gibt, können es sich die Unternehmen nicht mehr leisten, die Potenziale der immer besser ausgebildeten Frauen links liegen zu lassen. Die Unternehmen sind gefordert, sich an die Bedürfnisse der Mitarbeitenden mit Familienpflichten anzupassen. Die wenigsten der Wiedereinsteigerinnen suchen eine Vollzeitstelle. Die Leistungsbereitschaft und das Engagement sind aber mindestens gleich gross, wenn nicht höher im Vergleich zu anderen Arbeitnehmenden.

INFO: Die Autorinnen arbeiten beim Frac – der Informations- und Beratungsstelle zum Thema Frau und Arbeit. www.frac.ch