

Liebe Eltern,

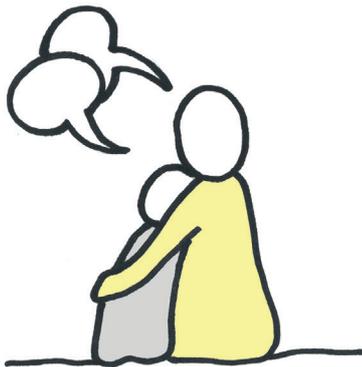
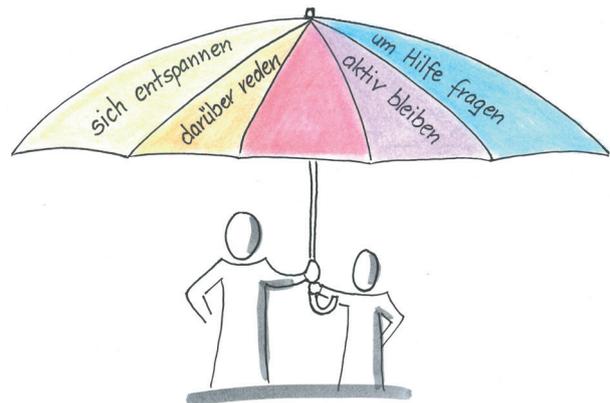
um gesund aufwachsen zu können, müssen sich Kinder in der **Gemeinschaft** wohlfühlen.

Worum geht es dabei?



Alle Gefühle dürfen sein.

Liebevolle Beziehungen
schützen Ihr Kind!



Es ist wichtig, mit Ihrem Kind
über Sorgen und Ängste
zu sprechen.

Bitte machen Sie bei den
Übungen für zuhause mit!



Infos für Eltern

Ihr Kind ist, wie auch Erwachsene, nicht jeden Tag zufrieden und sorgenfrei. Das ist normal! Psychisch gesund zu sein und zu bleiben bedeutet, mit Problemen und Krisen umgehen zu können.

Damit das gelingt, braucht Ihr Kind ...

- Ihre bedingungslose Liebe und Zuwendung
- Ihre Aufmerksamkeit und Zuverlässigkeit
- Ihre Fürsorge und Ihren Schutz

*Stabile und liebevolle
Beziehungen
schützen Ihr Kind!*

Auch im Kindergarten wird Ihr Kind dabei unterstützt, seine Fähigkeiten zu entwickeln, Gefühle auszudrücken, sich zu behaupten. **Im Umgang mit anderen Kindern, PädagogInnen und BetreuerInnen lernt Ihr Kind ...**

- wie man Gefühle wie Traurigkeit, Fröhlichkeit und Angst benennt und einordnet,
- was ihm gut tut und was es schützt,
- an wen es sich wenden kann, wenn es ihm nicht gut geht,
- wie es sichere und stabile Beziehungen in der Familie, zu FreundInnen, zu PädagogInnen und BetreuerInnen aufbaut.

Manchmal erleben Kinder in ihrem familiären Umfeld psychische Erkrankungen. Sie können die Situation oft nicht einordnen und brauchen Unterstützung. Noch immer wird nicht gerne über eine psychische Erkrankung gesprochen. Auch für Kinder gilt: Darüber reden hilft, und so beschäftigen wir uns im Bedarfsfall auch im Kindergarten mit diesem Thema.

Bei uns im Kindergarten haben alle Gefühle Platz. Wir üben Gefühle zu benennen und lenken unsere Aufmerksamkeit auf die Stärken. Gemeinsam schauen wir uns an, wer uns unterstützen kann wenn es Probleme gibt, oder wir Angst haben.

Dabei werden altersgerechte Informationen zum Thema psychosoziale Gesundheit und Krankheit in Form von Kinderbüchern und Spielen vermittelt. Wir bitten Sie für das Thema offen zu sein. Wir als PädagogInnen haben uns auf das Thema vorbereitet und geben Ihnen gerne Auskunft und weitere Informationen (gerne informieren wir Sie über die Anlaufstellen, an die Sie sich wenden können).

In diesem Sinne: Psychische Gesundheit ist genauso wichtig, wie gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung. Wann auch immer es möglich ist, genießen Sie die Zeit mit Ihrem Kind, denn so stärken Sie es für künftige Herausforderungen!