



## ElternAlltag

### Workshop-Reihe für Eltern mit kleinen Kindern

Kinder sind von Natur aus neugierig. Vieles was sie tun, gehört einfach dazu und ist artgerecht. Kinder machen nicht immer das, was wir wollen! Das ist ganz normal und trotzdem ärgerlich. Es gibt so viele Dinge, die Kinder können sollten oder von uns als Mutter oder Vater erwartet wird.

ElternAlltag ist wie eine Pause vom hektischen Alltag – das sagen andere Eltern über ElternAlltag. Gemeinsam mit anderen Eltern nachdenken, sich informieren, üben und viel austauschen.

ElternAlltag ist ein 3er Paket. Die Workshops bauen aufeinander auf.

#### Für wen?

Eltern von Kindern im Kleinkindern, im Kindergarten-, Primar- oder Oberstufenalter sowie von risikofreudigen Jugendlichen

#### Was soll bewirkt werden?

Wenn Eltern Zuhause die Inhalte der Workshops besprechen und sich anregen lassen Wesentliches in ihren Alltag zu übernehmen, ist das Ziel der Veranstaltung erreicht.

#### Wer kann ElternAlltag buchen?

Alle interessierten Personen können ElternAlltag bei der Suchtprävention Aargau buchen. Wo sind Sie tätig? Kita, Spielgruppe, Kindergarten, Schule, Elternverein, Familienzentrum, Volkshochschule, sozialpädagogische Institution oder Kirche?

#### Wie läuft es ab?

Das Angebot ElternAlltag wird von Mitarbeitenden der Suchtprävention Aargau durchgeführt. Teilnehmende Eltern besuchen im Abstand von 2 bis 4 Wochen 3 verschiedene Workshops. Diese finden jeweils von 19.00 – 21.00 Uhr statt. Es nehmen 16 bis 24 Personen teil.

#### Wieviel kostet es?

Für Non-Profit-Organisationen im Kanton Aargau ist ElternAlltag kostenlos. Für die Durchführung setzen wir eine Mindestteilnehmerzahl von 16 Personen voraus.

#### Suchtprävention Aargau

Rain 41, 5000 Aarau

062 832 40 90, [info@suchtpraevention-aargau.ch](mailto:info@suchtpraevention-aargau.ch)

## Inhalte der Workshops

### Ich – du – wir und die Welt

Nina sitzt quietschfidel in einem Berg Schuhe – sie hat den Schuhschrank ausgeräumt. Kinder spielen und forschen gerne. Wie können Eltern sie dabei unterstützen? Was kann einem kleinen Kind alles zugetraut werden? Wie viele Grenzen und Freiräume brauchen sie?

### Mein kleiner Trotzkopf

Ben liegt am Boden: Schreiend, zappelnd, Socken fliegen. Trotzen ist normal - für Eltern oft eine Geduldsprobe. Wie schaffen wir es als Eltern, das Trotzen in eine gute Bahn zu lenken? Warum trotzen Kinder überhaupt?

### Ab und zu, etwas Ruh...

Keine fünf Minuten, um etwas alleine zu machen? Immer wuselt ein Kind um Sie herum: Mir ist langweilig, ich will auch, selber machen, gib mir. Wie finde ich als Mutter oder Vater Zeit für mich?

Für weitere Fragen sind wir gerne für Sie da.

Suchtprävention Aargau  
Rain 41, 5000 Aarau  
062 832 40 90  
[info@suchtpraevention-aargau.ch](mailto:info@suchtpraevention-aargau.ch)