

Ostschweizer Verein  
für das



## Mütter- und Väterberatung

*Die ersten Lebensjahre  
umfassend begleitet*

## Ämtli für Kleinkinder



Ostschweizer Verein  
für das Kind  
Telefon 071 227 11 70  
info@ovk.ch  
www.ovk.ch

September 2023

## Ich bin gross und kann das schon!

Übertragen Sie Ihrem Kind – natürlich altersgemäss – Verantwortung. Es merkt wenn Sie es ernst nehmen und ihm zutrauen gewisse Aufgaben zu übernehmen. Kleinkinder helfen sehr gerne mit. In diesem Alter brauchen Eltern Geduld dabei, doch langfristig zahlt sich diese aus: Kinder die von klein auf ohne Zwang mithelfen dürfen, finden das Anpacken im Haushalt später selbstverständlich.

Nehmen Sie die Altersangaben als Richtwert – jedes Kind ist einzigartig mit seinen Fähigkeiten.

## Möglichkeiten im 2. und 3. Lebensjahr

- Mithilfe beim Spielzeug aufräumen
- Bücher zurück ins Gestell versorgen
- Dreckige Wäsche in den Wäschekorb legen
- Abfall in den Kübel schmeissen, Papierkorb leeren
- Kleine Dinge tragen
- Tisch decken
- Eigenes Geschirr abräumen
- Windeln und Feuchttücher holen
- Staubwischen
- Mithilfe beim Kochen, z.B. Gemüse und Früchte waschen, Salatsauce rühren...



## Möglichkeiten im 4. und 5. Lebensjahr

- Beim Kochen und Backen mithelfen, z.B. Gemüse- und Früchte schneiden, einfache Formen schälen, kleine Snacks vorbereiten, Belegte Brötchen o.ä. dekorieren
- Wasser in Becher einschenken
- Tisch abräumen
- Tisch mit Lappen abwaschen
- Waschbecken trockenreiben
- Besteck aus Geschirrspülmaschine in der Schublade versorgen
- Waschmaschine ausräumen
- Kleine Wäschestücke auf Wäscheständer hängen
- Haustier füttern
- Spielzeug einsortieren
- Bett machen
- Pflanzen giessen
- Handstaubsauger benutzen
- Türgriffe abwischen



## Möglichkeiten im 6. und 7. Lebensjahr

- Geschirrspülmaschine ausräumen
- Geschirr trocknen und wegräumen
- Socken sortieren
- Handtücher falten
- Unkraut im Garten jäten
- Laub harken
- Gemüse schälen
- Salat machen
- Müll trennen
- Toilettenpapier ersetzen
- Staubsaugen
- Böden mit dem Besen reinigen und Zusammengewischtes aufnehmen





## Mütter- und Väterberatung (inkl. Stillberatung)

*Die ersten Lebensjahre umfassend  
begleitet*

Wir unterstützen Sie von der Schwangerschaft bis zum Kindergartenentritt Ihres Kindes und beantworten all Ihre Fragen. Speziell für Väter steht ein Väterberater zur Verfügung.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website. Dort können Sie sich auch direkt online für einen Beratungstermin anmelden.

Ostschweizer Verein  
für das Kind  
Telefon 071 227 11 70  
info@ovk.ch  
www.ovk.ch

## Familienbegleitung PAT

*Eltern stärken – Kinder Fördern*

Eine zertifizierte PAT-Elterntrainerin begleitet Sie während drei Jahren in regelmässigen Hausbesuchen und Gruppentreffen. Das Programm startet während der Schwangerschaft, spätestens neun Monate nach der Geburt.

PAT-Lizenzpartner



Parents as Teachers  
Mit Eltern Lernen

## Erziehungscoaching Mobile

*Sicherheit in Erziehungsfragen*

Eine persönliche Beraterin unterstützt Sie in allen Erziehungsfragen und hilft Ihnen dabei, das Verhalten Ihres Kindes vom 1. bis zum 6. Lebensjahr einzuordnen.

Jetzt mehr  
erfahren und Termin  
vereinbaren:

