

Leitfaden für Eltern von Kindern und Jugendlichen im Volksschulalter

«Die Jugend von heute liebt den Luxus, hat schlechte Manieren und verachtet die Autorität. Sie widersprechen ihren Eltern, legen die Beine übereinander und tyrannisieren ihre Lehrer. Sokrates, 470–399 v. Chr.

Kinder und Jugendliche brauchen Freiheiten, um sich zu entwickeln, aber auch Grenzen, die ihnen aufzeigen, was erlaubt ist und was nicht. Der Leitfaden soll Sie dabei unterstützen, ihrem Kind Orientierung und Leitplanken zu bieten. Nutzen Sie mit Ihrem Kind! Diskutieren Sie mit Ihrem Kind! Lassen Sie es begreifen und verstehen, warum Sie Verbote und klare Grenzen setzen, wo Sie aber auch bewusst Freiheiten und Freiräume lassen.

«Zwei Dinge sollen Kinder von ihren Eltern bekommen: Wurzeln und Flügel»
nach Johann Wolfgang Goethe



Freizeit

Jedes Kind und jeder Jugendliche braucht eine gewisse «Langeweile», aber auch sinnvolle und kreative Betätigungen. Ermuntern Sie Ihr Kind zum Beispiel:

- zum Spielen in der Spielgruppe
- zur Mitgliedschaft in einem Verein
- zum Lernen eines Musikinstruments
- zum Suchen eines Wochenplatzes
- usw.

Achten Sie aber auch darauf, dass genügend freie Zeit übrig bleibt.

Weitere Informationen:

Jugendarbeit: www.m.jugendwerk.ch
Musikschule: www.musikschule-buchsi.ch

Die Ortsvereine sind auf den Websites der Gemeinden aufgeführt:
www.muenchenbuchsee.ch

Freizeit

Schulweg, Verkehr

Nach den gesetzlichen Bestimmungen liegt die Verantwortung für den Schulweg bei den Eltern. Der Schulweg ist auch ein Erlebnisweg! Gefahren sind niemals völlig auszuschliessen. Unnötige Risiken können jedoch vermieden werden. Mit einfachen Massnahmen (Beispielsweise durch das Tragen von heller Kleidung und Leuchtwesten) helfen Sie mit, dass Ihr Kind sicher in die Schule kommt.

Wir unterstützen es, wenn Schülerinnen und Schüler den Schulweg zu Fuss oder mit dem Fahrrad zurücklegen. Bedenken Sie: Die vielen Bring- und Abholdienste mit Autos erzeugen Mehrverkehr und stellen eine zusätzliche Sicherheitsgefährdung dar.

In unseren Schulanlagen stehen ausreichend Veloständer zur Verfügung. Achten Sie darauf, dass der Schulweg möglichst über Nebenstrassen, Velowegen oder Strassen mit Velostreifen führt. Ein Velohelm zu tragen ist oberstes Gebot! Die Eltern sind für die Fahrtüchtigkeit der Velos ihrer Kinder verantwortlich.

Kontrollieren Sie regelmässig, ob das Fahrrad in verkehrstüchtigem Zustand ist. Dazu sieht der Gesetzgeber vor: Zwei kräftige Bremsen/Lichter vorne und hinten/Rückstrahler vorne, hinten und an den Pedalen/Reifen, deren Gewebe nicht sichtbar sein darf/Glocke/Diebstahlsicherung

Auf dem Schulweg raten wir von Inline Skates, Rollbretern, Trottinettes, usw. ab. Diese Fortbewegungsmittel gehören in den Freizeitbereich!

Tipps für die Eltern von Kindern der Unterstufe:

Begleiten Sie in den ersten Tagen Ihre Kinder auf dem Schulweg. Machen Sie Ihre Kinder auf heikle Stellen und Situationen aufmerksam. Wir empfehlen, sich aus einem gemeinsamen Quartier zur Begleitung abzusprechen. (Siehe auch unter www.pedibus.ch)

Weitere Informationen:

www.bfu.ch

Schulweg, Verkehr

Ausgang

Bevor Sie Ihrem Kind den Ausgang erlauben, lassen Sie sich folgende Fragen beantworten und treffen Sie konkrete Vereinbarungen:

- Wohin gehst du? Was hast du vor?
- Mit wem triffst du dich?
- Wie und mit wem bist du unterwegs (Transportmittel)?
- Wie kommst du wieder nach Hause?
- Uhrzeit vereinbaren, wann das Kind zu Hause sein muss.

Diese Fragen signalisieren Ihrem Kind Interesse und Wertschätzung! Durch konkrete Vereinbarungen treten Sie mit Ihrem Kind in eine verbindliche Beziehung: Wir achten aufeinander!

Empfehlungen für Rückkehrzeiten (Sommerhalbjahr):

Alter	Sonntag bis Donnerstag (Schulzeit)	Freitag, Samstag, während Schulferien
7 bis 10 Jahre	19.00 Uhr	19.00 bis 20.00 Uhr
bis 12 Jahre	20.00 Uhr	21.00 Uhr
bis 14 Jahre	21.00 Uhr	22.00 Uhr
bis 16 Jahre	21.00 bis 22.00 Uhr	23.00 bis 24.00 Uhr

Im Winterhalbjahr jeweils um eine Stunde früher.

- Vereinbaren Sie klare Rückkehrzeiten und kontrollieren Sie, ob die Abmachungen eingehalten werden!
- Interessieren Sie sich für den Freundeskreis Ihres Kindes. Mit wem hat mein Kind Umgang?
- Zeigen Sie echtes Interesse und Anteilnahme: Was hast du im Ausgang erlebt? Hierbei kommt es auf Ihr «Fingerspitzengefühl» an, denn zu viel Kontrolle kann sich auch kontraproduktiv auswirken.

Schlafbedürfnis:

- Kinder benötigen bis zum Alter von 12 Jahren durchschnittlich 10 Stunden Schlaf.
- Jugendliche ab 12 Jahren 8 bis 10 Stunden.

Hinweis:

Die Polizei und von der Gemeinde beauftragte Sicherheitsdienste sind zur Wahrung von Ruhe und Ordnung unterwegs. Die Polizeiorgane des Kantons und der Gemeinde dürfen unmündige Kinder nach Hause bringen oder durch die Erziehungsberechtigten abholen lassen.

Ausgang

Party besuchen

Der Besuch einer Party kann Freude und Spass bedeuten. Überzeugen Sie sich davon, dass es auch Ihrem Kind gut tut! Lassen Sie sich von Ihrem Kind folgende Fragen beantworten:

- Wer organisiert den Anlass? (Name, Adresse, Telefon)
- Welche erwachsene Person trägt die Verantwortung? (Name, Adresse, Telefon, Erreichbarkeit)
- Wo findet der Anlass statt? Ist die Sicherheit gewährleistet (Gewässer, Feuer...)?
- Wie lange dauert der Anlass?
- Welche Kosten entstehen?
- Für welche Altersgruppen ist der Anlass vorgesehen?
- Ist die Heimkehr geklärt? (Zeitpunkt, Weg, Transport, Begleitung)

STOP Wir raten von einer Teilnahme-Erlaubnis ab, wenn ...

- ... die Fragen nicht klar beantwortet werden können.
- ... der Anlass ausserhalb der Region stattfindet.
- ... der Anlass auf über 16-Jährige ausgerichtet ist.
- ... die Gefahr besteht, dass sich die Kinder alkoholisierten oder drogenbeeinflussten Fahrern anvertrauen.

Erklären Sie Ihrem Kind, weshalb es Ihnen wichtig ist, dass diese Fragen beantwortet werden müssen und die Abmachungen eingehalten werden.

Party organisieren

Eine Party kann unser Bedürfnis nach Zugehörigkeit und sozialen Kontakten befriedigen. Unterstützen Sie Ihr Kind dabei! Planen Sie mit Ihrem Kind gemeinsam eine Party oder ein Fest.

Ihr Kind zeigt Wille und Einsatz. Ihr Kind kann selber «etwas auf die Beine stellen» und lernt somit Verantwortung zu übernehmen.

- Erlauben Sie vor Schul- und Arbeitstagen keine Anlässe, die länger als bis 20.00 Uhr dauern.
- Legen Sie mit Ihrem Kind den Kreis der Eingeladenen fest.
- Helfen Sie bei der Abfassung einer schriftlichen Einladung. Sie soll die Angabe von Veranstaltungsort, Zeit, Dauer, Zielpublikum und Telefonnummer enthalten.
- Keine Einladung über soziale Netzwerke (z.B. Tiktok, Instagram, Snapchat, Facebook).
- Klären Sie mit Ihrem Kind, wie der Anlass finanziert wird (Evtl. Budget erstellen lassen).
- Übernehmen Sie die Verantwortung und die nötige Aufsicht.
- Verbieten Sie die Abgabe von Alkohol (auch Alcopops).
- Machen Sie klar, dass Rauchen und Drogen verboten sind.
- Verlangen Sie von Ihrem Kind die Absprache mit den Nachbarn (Lärmbelästigung...)
- Lassen Sie das Aufräumen im Voraus organisieren.
- Erlauben Sie in Ihrer Abwesenheit keine Parties bei Ihnen zu Hause.

Weitere hilfreiche Informationen:

Bei grösseren Anlässen kann auch die örtliche Polizei um Rat gefragt werden.

Party

Betreuung und Aufsicht

Kinder brauchen über Mittag mehr als nur eine (warme) Mahlzeit. Sie bedürfen auch der Betreuung und Aufsicht. Vor und nach der Schule müssen Kinder von Erwachsenen betreut werden. Wenn Eltern dies aus beruflichen oder anderen Gründen nicht übernehmen können, müssen passende Lösungen gefunden werden: Beispielsweise Nachbarn, Tageschulangebot, Tageseltern, ...

Weitere Informationen:

Kindertagesstätten: Übersicht unter: www.muenchenbuchsee.ch
Schule: www.schule-muenchenbuchsee.ch
Tagesschule: www.tagesschule-muenchenbuchsee.ch
Tageselternverein: www.tamue.ch

Betreuung und Aufsicht

Internet, TV und Computer

Wer bestimmt, wann und wie lange Ihr Kind vor dem Bildschirm sitzt und welche Inhalte konsumiert werden dürfen? Sie sollten dies gemeinsam mit Ihrem Kind festlegen!

- Haben Sie in unregelmässigen Abständen Einblick in das Konsumverhalten von Games, Internetforen, usw. Ihrer Kinder? Bestehen Sie darauf!
- Geben Ihre Kinder im Internet persönliche Daten preis? Unterbinden Sie das! Das Internet «vergisst» nie!
- Fotos sollten im Internet mit grosser Zurückhaltung veröffentlicht werden!
- In ein Kinderzimmer gehört kein Fernseher!

«In Ratgebern und auf Onlineplattformen finden sich verschiedene Empfehlungen zu Bildschirmzeiten von Kindern und Jugendlichen. Eine gängige Faustregel heisst beispielsweise: für Kinder unter drei Jahren keine oder nur wenige Minuten tägliche Bildschirmzeit. Drei- bis Fünfjährige sollten sich höchstens eine halbe Stunde pro Tag mit Bildschirmmedien beschäftigen und Sechs- bis Neunjährige maximal eine Stunde täglich. Ab zehn Jahren rechnet man für jedes Lebensjahr eine Stunde pro Woche. Solche Zeitangaben sind Richtwerte und geben Orientierung. Weil Kinder ganz unterschiedlich sind, greifen sie jedoch zu kurz. Was für die einen okay ist, kann für andere bereits zu viel sein» (www.projuventute.ch).

Die täglichen Internet-, TV- und PC-Konsumzeiten können von den reiferen Kindern selbstständig festgelegt und in ihren Tagesablauf integriert werden. Das fördert ihre Selbstverantwortung und entlastet Sie vor übermässiger Kontrolle. Haben Sie einmal darüber nachgedacht: Führen Sie als Familie einen medienfreien Tag pro Woche ein.

Welche digitalen Medien für welches Alter?

Die «3–6–9–12 Faustregel» von Prof. Serge Tisseron lautet: kein Fernsehen vor 3 Jahren, keine eigene Spielkonsole vor 6 Jahren, Internet nach 9 und Soziale Netzwerke nach 12 Jahren.

Weitere Informationen:

www.projuventute.ch
www.jugendundmedien.ch
www.schau-hin.info
www.feelok.ch
www.elternet.ch
www.security4kids.ch

TV und Computer

Alkohol, Tabak, Betäubungsmittel



Wein / Bier

Die Abgabe und der Verkauf von jeglichen alkoholischen Getränken an Jugendliche unter 16 Jahren sowie an volksschulpflichtige Schüler/innen sind verboten.



Alcopops und Spirituosen

Alcopops (wie Smirnoff Ice, Bacardi Breezer, etc.) sind alkoholische Getränke, welche mit Limonade oder andern Süss- und Aromastoffen versetzt sind. Der Alkoholgehalt beträgt 5 bis 6 Volumenprozent.

Die Abgabe und der Verkauf von Alcopops sowie von gebrannten alkoholischen Getränken (Schnaps, Likör, usw.) an Jugendliche unter 18 Jahren sind verboten.



Zigaretten, Raucherwaren

Die Abgabe und der Verkauf von Tabak an Jugendliche unter 18 Jahren sind verboten.



Cannabis / Betäubungsmittel

Der Konsum und der Handel mit Betäubungsmitteln sind verboten und somit strafbar, ebenso der Anbau von Cannabis.

Wer einem Jugendlichen unter 18 Jahren Spirituosen, Tabak oder Betäubungsmittel abgibt...

Wer einem Jugendlichen unter 16 Jahren alkoholische Getränke abgibt...

...macht sich strafbar!

KO-Tropfen / Liquid Ecstasy

- Keine offenen Getränke von Unbekannten annehmen.
- Eigene Getränke nicht unbeaufsichtigt stehen lassen.
- Bei Übelkeit: sich nicht an Unbekannte wenden.

Weitere Informationen:

www.sucht-info.ch
www.contactnetz.ch
www.bag.admin.ch

Alkohol, Tabak, Betäubungsmittel

Taschengeld und Budget

Kann Ihr Kind verantwortlich mit Geld umgehen? Geben Sie Ihrem Kind nach Möglichkeit ab Schuleintritt regelmässig ein Taschengeld.

Folgende Richtwerte werden von Pro Juventute empfohlen:

Alter	Richtwert
ab sechsjährig	Fr. 1.– pro Woche
ab siebenjährig	Fr. 2.– pro Woche
ab achtjährig	Fr. 3.– pro Woche
ab neunjährig	Fr. 4.– pro Woche
zehn und elfjährig	Fr. 25.– bis 30.– pro Monat
zwölf bis vierzehnjährig	Fr. 30.– bis 50.– pro Monat

Regeln

- Unabhängig von Empfehlungen, entscheidend ist, dass das Taschengeld ins Familienbudget passt.
- Festlegen, wofür das Taschengeld eingesetzt werden kann. (Entsprechend muss auch der Betrag festgelegt werden.) Verlangen Sie aber keine Rechenschaft über jede einzelne Ausgabe.
- Regelmässig und unaufgefordert auszahlen.
- Nicht als Druck- oder Erziehungsmittel verwenden.
- Keine Löcher stopfen, keine Kredite gewähren.
- Wenn Ihr Kind die Lehre beginnt, wird kein Taschengeld mehr ausbezahlt. Erstellen Sie zusammen ein Budget, worin auch Ausgaben für die persönlichen Bedürfnisse sowie die Abgabe von Kostgeld berücksichtigt sind.

Handys / Smartphones, usw.

Je nach Art des Abonnements und der Nutzung können Kommunikationsmittel unglaublich viel Geld verschlingen! Beraten Sie Ihr Kind beim Kauf eines neuen Geräts und legen Sie mit ihm Richtlinien zur Nutzung fest.

Weitere Informationen:

www.budgetberatung.ch
www.my-money.ch
www.pro-juventute.ch
www.147.ch

Taschengeld und Budget

Kontaktadressen

Berner Gesundheit

0800 070 070 www.bernergesundheits.ch
Die Kernaufgaben sind Gesundheitsförderung und Prävention, Sexualpädagogik sowie Suchtberatung und -therapie. Mit vier Regionalzentren und zusätzlichen Standorten ist die Berner Gesundheit im ganzen Kanton Bern vertreten
Kantonale Erziehungsberatung: Tel. 031 633 41 41
www.erz.be.ch/erz/index/erzuehungsberatung/erziehungsberatung.html
Beratung von Kindern und Jugendlichen (alleine oder in Gruppen) sowie Eltern

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit ist ein freiwilliges Angebot der Gemeinde für Eltern, SchülerInnen und LehrerInnen. Sie ist eine Anlaufstelle bei sozialen und persönlichen Problemen und unterstützt beim Finden von Lösungen.

Anita Freitag, a.freitag@schulmb.ch, Mobile 076 269 82 12
Silvan Strub, s.strub@schulmb.ch, Mobile 076 270 75 05

Jugendarbeit Münchenbuchsee

Das Jugendwerk hat die Förderung von wirkungsstarker und attraktiver Kinder- und Jugendarbeit zum Ziel. Kindern und Jugendlichen stehen je nach Alter unterschiedliche Freizeitangebote zur Verfügung, in denen sie einander begegnen und gemeinsam Erlebnisse erfahren können. Ein wichtiger Schwerpunkt des Jugendwerks liegt darin, mehr als 50 jugendliche Freiwillige dabei zu unterstützen, attraktive Freizeitangebote für Kinder oder Jugendliche zu gestalten. Gemeinsam werden pro Jahr über 180 Freizeitangebote bereitgestellt. Neben den regulären Angeboten, wie das KIDZZ für die 2.–4. Klasse, das TEEN ROCK für die 5. & 6. Klasse oder dem Jugendtreff ON AIR werden auch Lager, Ferienaktivitäten oder DJ-Schulungen angeboten.

Weitere Informationen:

www.m.jugendwerk.ch oder gerne auch telefonisch unter Tel: 031 869 61 56.

Rechte und Pflichten von Eltern und Kind

Art.296, Abs.1 ZGB «Die Kinder stehen, solange sie unmündig sind, unter elterlicher Sorge.»
Art.301, Abs.1 und 2, ZGB «Die Eltern leiten im Blick auf das Wohl des Kindes seine Pflege und Erziehung und treffen unter Vorbehalt seiner eigenen Handlungsfähigkeit die nötigen Entscheidungen. Das Kind schuldet den Eltern Gehorsam; die Eltern gewähren dem Kind die seiner Reife entsprechende Freiheit der Lebensgestaltung und nehmen in wichtigen Angelegenheiten, soweit tunlich, auf seine Meinung Rücksicht.»

Jugendliche können ab dem vollendeten 10. Altersjahr für ihr Fehlverhalten strafrechtlich zur Verantwortung gezogen werden gemäss **Art.3, Abs.1, Jugendstrafgesetz (JSIG)**

Dieser Leitfaden entstand in der Arbeitsgruppe *Buchsi/laeg/Häse*. Viele verschiedene involvierte Stellen sind in dieser Gruppe vertreten.
www.buchsi-h.ch