

Liebe Familien,

Hand auf's Herz: Der Alltag mit Kindern ist anstrengend und bringt uns immer wieder an unsere Grenzen. Besonders in der aktuellen Situation, in der wir, noch mehr als sonst, das Gefühl haben, wir müssten uns zerreißen um allen Anforderungen an uns gerecht zu werden. Gerne nehmen wir dann mal die Unterstützung der Oma oder der besten Freundin an. Aber Unterstützung von einer fremden Person? Und dann womöglich auch noch vom Jugendamt?!? Das geht dann doch zu weit. Sooo überfordert sind wir ja auch nicht, dass wir von denen Hilfe bräuchten und dann wollen die uns bestimmt auch noch sagen, was wir alles falsch machen. Nein nein, wir kommen schon klar. Irgendwie. Warum wir das nicht müssen und in welchen Situationen uns das Angebot der Familienhilfe und/oder des Jugendamts weiterhelfen kann, klären wir in dieser Woche zum Thema:



Familienhilfe/Jugendamt, Pro und kontra - wie kann es für mich hilfreich sein?

Worauf kommt es im Familienleben wirklich an? Klavierstunden und "English for Kids" gehören nicht dazu, vielmehr das kleine Einmaleins der Nähe, des Umgangs miteinander und der gegenseitigen Unterstützung. Anja trifft Familien, denen es am nötigen Miteinander fehlt und die erst lernen müssen, den Alltag so zu organisieren, dass die Grundbedürfnisse der Kinder und der Eltern erfüllt werden. Hier können wir alle viel lernen:

Link zum Podcast: [Bevor es zu spät ist - Familienhelferin Anja erzählt | ELTERNgespräch](#)

Aber wer redet schon gerne darüber, etwas nicht zu schaffen? Die anderen Mütter erzählen uns von ihrer perfekten Tagesstruktur mit drei Kindern und wir werden dabei immer ruhiger. Weil es bei uns nicht so läuft, weil wir uns überfordert fühlen und müde. Nach wie vor gilt es als Tabu, sich Hilfe zu suchen. Warum eigentlich? Das folgende Video gibt uns einen Einblick in die tägliche Arbeit eines Sozialarbeiters im Jugendamt:

Link zum Video: [Jugendamt Braunschweig: Der Kinderretter](#)

Es ist das Schlimmste, was wir uns als Eltern vorstellen können: Das Jugendamt nimmt uns unser Kind weg. Im folgenden Artikel erzählt eine Mutter ganz offen darüber, dass sie sich selbst Hilfe geholt hat und welche Erfahrungen sie mit dem Jugendamt machte:

Link zum Artikel:

[Interview mit Amelie: Das Jugendamt hat meine Tochter in Obhut genommen | "stadtlandmama"](#)

Das hat mir gut geschmeckt

Ja, im Familienalltag bleibt oft wenig Zeit um sich auch noch über gesunde und gute Ernährung Gedanken zu machen. Diese Woche haben wir aber gelernt: Gesund und lecker geht ganz schnell und günstig dazu! Und zwar mit schnellen Zucchini-puffern und leckerem Schokopudding :) Sehen Sie selbst:

Link zum Rezept: [Schnelle Zucchini-puffer](#)

Link zum Rezept: [Schneller Tassenpudding aus der Lieblingsschokolade](#)

Das hat mir Spaß gemacht

ENDLICH ist der Frühling da und somit die Zeit um wieder Blumen zu pflanzen! Sind Ihre Kinder gerade wieder aus den Gummistiefeln rausgewachsen? Super, dann haben Sie schon ein paar Blumentöpfe. Wie das gehen soll, zeigen wir Ihnen diese Woche und pflanzen Blumen in Schuhen.

Link zum DIY-Blog: [Blumen in Schuhen | geolino](#)

Das hat mich zum Lächeln gebracht

*Kinder sind noch erstaunlicher als Ameisen:
Sie können das Zehnfache ihres Körpergewichts an Spielsachen ins Wohnzimmer tragen
-aber nur in eine Richtung.*

Ja, langweilig wird uns als Eltern sicher nie ;)

Liebe Grüße und bleiben Sie gesund und munter!
Das Team vom Projekt Zukunft