

Liebe Familien,



stellen Sie sich folgende Situation vor: Sie sind in der S-Bahn mit Ihrem Kind im Kinderwagen. Sie erleben, wie der Fahrgast neben Ihnen Ihr Kind anlächelt und sich Ihr Kind darüber freut. Eine nette Atmosphäre entsteht: Sie freuen sich über ihr fröhliches Kind und die freundliche Begegnung. Als der nette Mensch neben Ihnen allerdings die Hand Ihres Kindes in die eigene nimmt, sind Sie überrascht und wissen nicht so genau, wie Sie reagieren sollen. Viele sind hin- und hergerissen zwischen:

“Fass mein Kind nicht an!” und “Hab dich nicht so!”  
- Wenn fremde Menschen in den Kinderwagen fassen

Wie reagiere ich in solch einem Moment? Reagiert man am Besten gar nicht und denkt sich: “Ach, ist doch nicht so schlimm” und lässt es einfach passieren? Oder reagiert man und wird vielleicht komisch angeguckt? Wie ist das bei Ihnen? Haben Sie so eine Situation bereits erlebt? Irgendwie ist da so ein komisches, unwohles Gefühl im Bauch. Bei einigen von uns löst das den direkten Impuls aus, etwas zu der fremden Person zu sagen. Im folgenden Artikel macht eine Mutter sich Luft und schreibt nieder, warum es so wichtig ist, auf dieses Bauchgefühl zu hören.

Link zum Artikel: [Meine Kinder sind kein Streichelzoo!](#)

Wir alle haben eine persönliche Grenze, die wir nicht überschritten haben wollen. Ganz besonders nicht von fremden Menschen. Kinder haben diese Grenze auch. Im Unterschied zu uns Erwachsenen, können besonders jüngere Kinder diese Grenze noch nicht klar setzen und benötigen hierbei den Schutz von uns Erwachsenen. Das folgende Video erklärt auf eine kindgerechte Art und Weise, dass jeder Mensch ein Selbstbestimmungsrecht hat.

Link zum Video: [Mein Körper gehört mir](#)

Übergriffiges Verhalten passiert nicht nur, wenn jemand in den Kinderwagen fasst, ohne vorab gefragt zu haben. Dieses kann genauso beim Einkaufen, auf dem Spielplatz oder im Café nebenan passieren. Wie kann man da als Eltern das eigene Kind vor schützen, wenn man nicht unmittelbar dabei ist? Neben dieser Frage wird in der Podcastfolge auch besprochen, welche Anzeichen ein Kind zeigt, wenn ihm\*ihm\* jemand zu nahe kommt.

Link zum Podcast: [Aufdringlichkeit: Wie soll mein Kind auf unerwünschte Nähe von Fremden reagieren?](#)

## Das hat mir gut geschmeckt

Diese Woche haben wir zwei einfache, aber ausgefallene Kürbisrezeptideen für Sie. Kürbis eignet sich nicht nur gut in Suppen, sondern ist vielseitig einsetzbar. Überraschen Sie am Wochenende Ihre Familie mit dem Kürbisbrot zum Frühstück. Wechseln Sie im Rezept nur ein paar Zutaten aus und lassen Sie sich am Nachmittag den leckeren Kürbiskuchen schmecken.

Link zum Rezept: [Kürbisbrot](#)

Link zum Rezept: [Kürbiskuchen](#)

## Das hat mir gegen Langeweile geholfen

Nichts eignet sich aktuell besser als ein Spaziergang durch die Straßen. Die Blätter fallen fleißig von den Bäumen und eignen sich super als Natur-Bastelmaterial. Nachdem Sie die Blätter gepresst haben, eignen sich diese super für unterschiedliche Bastelideen, die sich auch gut verschenken lassen. Hier finden Sie eine Anleitung für ein selbstgemachtes Windlicht.

Link zur Anleitung: [Herbstlich und schön gemütlich - Selbstgemachte Windlichter](#)

## Das hat mich zum Lächeln gebracht

*Vergessen Sie bitte niemals  
die 3 magischen Worte in der Kindererziehung,  
die ganz wichtig für den Aufbau  
einer innigen Beziehung zum Kind sind:  
"Willst du Eis?"*

Versuchen Sie es doch mal beim nächsten Einkauf ;)

**Liebe Grüße und bleiben Sie gesund und munter,  
das Team Zukunft**