



## Aargauer Familienkongress

Samstag, 16. September 2023

14.00 - 17.00 Uhr im Kultur- und Kongresszentrum Aarau

Finden wir gemeinsam Ideen und Lösungen für naturnahe und kindgerechte Spiel- und Freiräume in der Region.

Eingeladen sind alle Eltern, Babys, Kleinkinder, Kinder, Grosseltern, Tanten, Onkel, Nachbarn, Mitarbeitende von Gemeinden, Fachpersonen und weitere Interessierte.

Seit dabei und gestaltet gemeinsam mit uns eine familienfreundliche Zukunft im Kanton Aargau!

### Programm

**Aufruf!** Schaffen wir es, am Familienkongress 100 Bilder von familienfreundlichen Orten draussen zusammenzubringen?

Sendet Eure Bilder per Mail an [familie@ag.ch](mailto:familie@ag.ch) oder bringt diese am Familienkongress direkt mit.



## Zurück in den Job und ihr stillt noch... keine Panik

Wusstet ihr, dass ihr in der Schweiz ein Recht auf **bezahlte Still- oder Abpumpspausen** habt? Die Stillzeit gilt als bezahlte Arbeitszeit, bis euer Kind 1 Jahr alt ist.

Bei einer täglichen Arbeitszeit von bis zu 4 Stunden: mindestens 30 Minuten.

Bei einer täglichen Arbeitszeit von mehr als 4 Stunden: mindestens 60 Minuten.

Bei einer täglichen Arbeitszeit von mehr als 7 Stunden: mindestens 90 Minuten.

Ihr müsst also nicht abstillen, wenn es wieder zurück an die Arbeit geht! Ihr dürft euch euer Bébé an den Arbeitsplatz bringen lassen um es zu stillen oder an einem geschützten Ort abpumpen. Wichtig ist ein offenes Gespräch mit eurem Vorgesetzten über das Stillen zu führen.

Viele Informationen zum Stillen findet ihr auch bei der [Stillförderung Schweiz](#).

Es lohnt sich, etwa 4 Wochen vor Arbeitsbeginn mit eurer Mütter- und Väterberatung einen [Beratungstermin](#) zu machen!



## Was mache ich bei Regen mit meinem Wirbelwind?

«Hört ihr die Regenwürmer husten?»

Oh nein, es regnet – was mache ich jetzt den ganzen Tag?

Ganz einfach: Ab ins Nass!

Mit der richtigen Kleidung ausgestattet – mit Gspänli raus zum Pfützen springen und Regenwürmer zählen.

Nach dem Austoben gibt es drinnen ein leckeres Zvieri in der Räuberhöhle unterm Küchentisch - das Wohnzimmer wird zum spannenden Hindernisparcours oder die kleinen Kinderhände entdecken Knete und Co. beim kreativen Basteln.

Schon vorab einen Ideenplan für Regentage zu machen ist Gold wert und lässt auch den nassen Herbst spannend, lustig und gemütlich werden!

Braucht ihr noch mehr Ideen oder Anregungen?



**Zufriedene Kinder - entspannte Eltern**  
Info Stand mit Kinderaktivitäten

**Mittwoch, 13. September 2023, 14.00-17.00 Uhr City Märt Aarau**

**Mittwoch, 27. September 2023, 14.00-17.00 Uhr Perry-Center Oftringen**

Es zeigen sich bei Kindern ab Geburt bis hin zur Volljährigkeit unterschiedliche Bedürfnisse.

Kleine Kinder sind in besonderem Masse auf Unterstützung ihrer Eltern angewiesen, ältere Kinder lösen sich nach und nach von ihren Eltern ab. Alle Altersstufen bringen ihre Herausforderungen mit sich.

Viele Eltern wünschen sich Unterstützung im Umgang mit belastenden Erziehungssituationen oder sind auf Unterstützung in der Erziehung angewiesen.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Mütter- und Väterberatung, der Jugend- und Familienberatung und des Kinderschutzes informieren im Rahmen zweier Standaktionen – umrahmt von Kinderaktivitäten, u.a. einer Clownin – über ihre Arbeit resp. ihre Unterstützungsmöglichkeiten.

Braucht ihr weitere Ideen für Regentage? Habt ihr Fragen zum Stillen am Arbeitsplatz? Oder gibt es andere Fragen rund um euer Kind?

**Wir stehen euch gern zur Seite!**

Individuelle, auf eure Anliegen zugeschnittene **Beratung bei eurer Mütter- und Väterberatung**.

## **Schon für unseren Newsletter angemeldet?**

Euch als Aargauer Familie mit Kindern im Alter von 0 bis 5 Jahren möchten wir 1x pro Monat mit Tipps und Tricks rund um Kind und Familie versorgen.

**Dafür benötigen wir eure Einwilligung.**

Meldet euch deshalb jetzt für unseren Newsletter an, um keine Tipps und Tricks zu verpassen.

### **Newsletter Anmeldung**

Seit August 2023 sind wir von der Mütter- und Väterberatung Kanton Aargau auch auf Facebook und Instagram aktiv. Folgt unseren Social Media-Profilen:



## **Kantonalverband Mütter- und Väterberatung Aargau**

Postfach 91, 5042, Hirschthal

Dieser Newsletter wird bis Oktober 2023 im Auftrag des Kantonalverbandes von den Bezirksstellen an die Aargauer Familien mit Kindern von 0-5 Jahren weitergeleitet.