Naun-e-Haal (1 bis 7)
Tarbiyyati Nisab

Abteilung Tarbiyyat Lajna Ima'illah Schweiz

Naun-e-hal (1 bis 7)
Tarbiyyati Nisab

Unter der Aufsicht von:	Dr. Zaitoon Qazi, Präsidentin Lajna Ima'illah Schweiz
Erstellt von:	Shaukat Khokhar, National Sekretärin Tarbiyyat (Erziehung)
Unter Mitarbeit von:	Tayyaba Mushtaq, Attia Mushtaq
Übersetzung:	Tayyaba Mushtaq, Iram Rehman, Arooj Majid, Aafia Chauhdry
Korrekturlesung:	Arooj Majid
Gestaltung:	Ema Khokhar
Endkontrolle:	Herr Abdul Wahhab Tayyab Murrabi Silsila Ahmadiyya Jamaat
Gedruckt von:	Ishaat Abteilung

Mahmud Moschee

Forchstrasse 323

8008 Zürich

Aus dem Heiligen Koran

وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا

„Unser Herr, gewähre uns an unseren Frauen und Kindern Augentrost, und mache uns zu einem Vorbild für die Rechtschaffenen“ (Al Furqan:75)

Hadith-e-Nabwi (saw)

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ يُحَدِّثُ عَنْ رَسُولِ اللهِ

صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ أَكْرِمُوا أَوْلَادَكُمْ

وَأَحْسِنُوا أَدَبَهُمْ (ابن ماجة)

Hadhrat Anas Ibn Malik (Allah sei zufrieden mit Ihm) berichtet, dass der Prophet Allahs (Allahs Frieden und Segnungen seien auf ihm) sagte: „Respektiert und pflegt eure Kinder auf die beste Art und Weise.“

Die Worte des Verheissenen Messias[as]

Oft wird gesehen, dass Menschen sich Kinder wünschen und bekommen, aber sich nicht richtig um ihre Erziehung kümmern, ihnen keine guten Gewohnheiten beibringen und ihnen nicht beibringen, gehorsam gegenüber Gott zu sein. Sie beten nicht für ihre Kinder und beachten die verschiedenen Phasen der Erziehung nicht. Für mich gibt es kein Gebet, in dem ich nicht für meine Freunde, Kinder und für meine Ehefrau bete. (Malfoozat Band 1, S. 563)

Weitere Worte des Verheissenen Messias[as]

Allah erwähnt im heiligen Koran (Surah Al Ahqaf, Vers 16): «Und lass mir meine Nachkommenschaft rechtschaffen sein.» Man sollte nicht nur für sich selber, sondern auch für seine Frau und seine Kinder beten, denn oft gerät man wegen seinen Kindern in Streitigkeiten und Schwierigkeiten. (Malfoozat Band 5, S. 456)

Anweisungen geben und erziehen ist die Aufgabe Allahs. Das ständige Wiederholen und Erwähnen einer Sache und den Kindern das ständige Verbieten von jeglichen Sachen zeigt, dass wir diejenigen sind, die Anweisungen geben können und dass wir die Macht haben. Ausserdem zeigt dies, dass wir unsere Kinder nach unserem Willen aufziehen und ihnen die Anweisungen geben, welche uns gerade zugunsten kommen und sie so auf den Weg leiten, den wir für sie bestimmt haben. Dies ist eine Art versteckter Shirk von dem unsere Jamaat Abstand halten sollte. Hadhrat Masih-e-Maud[as] hat klar gesagt und auch schriftlich dargelegt, dass derjenige Lehrer, der in unseren Schulen unterrichtet und die Gewohnheit pflegt die Kinder zu schlagen und sich nicht von dieser Gewohnheit trennen kann, sofort entlassen werden sollte. Zudem sagte er weiter, dass er für seine Kinder betet und ihnen beiläufig Raschläge gibt und sie nicht etwa zwingt etwas zu tun. Danach überlasse er die Sache Allah, denn jedes Kind wird gemäss seinem Potenzial wachsen. (Malfoozat Band 1, S. 309)

1) Ich bete für mich, dass Gott mich befähigt, die Dinge zu tun, die seine Ehre und seine Grossartigkeit beweisen und seinem Willen entsprechen.
2) Ich bete für meine Frau und meine Kinder, dass sie mein Augentrost werden und sie ihr Leben in vollkommener Übereinstimmung mit dem Willen Gottes leben.
3) Ich bete für meine Kinder, dass sie zu Dienern der Religion werden.
4) Ich bete einzeln für all meine ehrlichen Freunde.
5) Ich bete für all jene, die mit der Jamaat verbunden sind, unabhängig davon, ob ich sie persönlich kenne oder nicht. (Malfoozat Band 1, S. 309)

Betet für die Kinder anstatt sie zu bestrafen

Wenn ein jähzorniger Mensch jemanden bestraft, nimmt er in seiner Wut die Rolle eines Feindes ein und verhängt die Strafe weit über dem Mass, welches für das Verbrechen angemessen wäre. Wenn ein Mensch Kontrolle über sich selbst hat, geduldig, nachsichtig und verständnisvoll ist, hat er das Recht ein Kind bis zu einem angemessenen Grad zu bestrafen oder es rechtzuleiten. Aber einer jähzornigen und hitzköpfigen Person ist es nicht erlaubt als Aufsichtsperson zu agieren. Ich wünsche mir, dass Eltern, statt sich darauf zu konzentrieren die Kinder zu bestrafen, sich mehr darum bemühen für ihre Kinder mit ganzem Herzen zu beten und das Gebet zu einer Gewohnheit machen. Denn besonders die Gebete der Eltern für ihre Kinder werden erhöht. (Malfoozat Band 1, S. 308 - 309)

Worte der Khalifen

Die Worte des ersten Khalifen[rz]

"Versuche deine Kinder so zu erziehen, dass sie Brüderlichkeit entwickeln, vereint bleiben, furchtlos sind, tapfer werden, Selbstachtung haben und anständig sind. Mach aus ihnen einerseits einen Menschen und andererseits ein Muslim." (Khutbat-e-Nur, S. 75)

Die Worte des zweiten Khalifen[rz]:

"Denk daran, dass derjenige, der seinem Kind keine Moral beibringt, nicht nur ein Feind des Kindes, sondern auch ein Feind der Jamaat, ein Feind von Hadhrat Muhammad[saw] und ein Feind Allahs ist." (Kutbat-e-Mahmood, Buch 17, S. 556 - 557)

Die Worte des dritten Khalifen[ra]

"Ich habe viele Kinder gesehen, die nicht gut erzogen worden sind, weil die Beziehung zwischen den Eltern nicht gut war und einen schlechten Einfluss auf die Kinder hatte. Wenn eine Frau erkennt, dass die Verantwortung beider Elternteile äusserst wichtig ist und durch ihre Erfüllung Zufriedenheit Gottes erlangt wird und ihre Kinder von einer guten Erziehung profitieren können, wird sie sich für die Kinder aufopfern. Genauso sollte ein Mann erkennen, dass seine Ehefrau im gleichen Masse für die Erziehung der Kinder verantwortlich ist wie er und wenn er sich gut um sie kümmert, sie in der Lage sein wird ihrer Verantwortung gerecht zu werden. Beide werden somit weltliche, sowie religiöse Vorteile erlangen." (Khutbat-e-Nasir, Buch 10, S. 236 - 237)

Die Worte des vierten Khalifen[ra]

„Eltern sollten ihren Kindern von der Kindheit an erklären was Sünden sind, so dass sie deren Bedeutung verstehen. Dies ist besonders in der westlichen Welt sehr wichtig. Egal wie sehr ihr versucht eure Kinder von dieser westlichen Gesellschaft zu schützen, wenn sie nicht in der Lange sind vernunftgemäss zu handeln, werden sie in vielen Situationen denken, dass sie weder von den Eltern, noch von Gott beobachtet werden und so werden sie von Sünden angezogen und niemand kann sie aufhalten." (Khutbat-e-Tahir, Vol. 7, S. 789)

Der fünfte Khalif[aba]:

Eltern sollten ihre Kinder nicht mit strengen Regeln überwachen, sondern mit ihnen versuchen freundschaftlich umzugehen. Ich habe schon oft erwähnt, dass in der heutigen Zeit der Einfluss der westlichen Gesellschaft und des Satans sich wegen der vereinfachten globalen Kommunikation überall verbreitet hat. Um sich gegen die Angriffe Satans zu wehren, sollten die Eltern mit ihren Kindern ein freundschaftliches Verhältnis aufbauen. Besonders die Eltern, die neu in diese Länder ziehen, wählen am Anfang eine milde Erziehung und werden mit der Zeit immer strenger. Sie wissen nicht, dass eine Eltern-Kind-Beziehung auch freundschaftlich sein kann. Sie sollten solch eine Beziehung aufbauen und den Kindern schon während der Kindheit und in der Jugend erklären was schlecht und was gut ist. Ab einem gewissen Alter zögern die Eltern mit ihren Kindern zu sprechen, dies ist nicht richtig. Um den Kinder die Religion nahezubringen und die Bedeutung der Religion in ihren Herzen zu erwecken, muss eine Beziehung zu Gott entwickeln werden. Um dies zu erreichen, sollten die Eltern sich nebst dem beten auch darum kümmern. Dies kann nicht erreicht werden, solange die Eltern nicht zu den Ehrlichen gehören. (Freitagsansprache 11. Juni 2004)

Vorwort

Dank der Gnade und Segnungen Allah's, setzt die Lajna Ima'illah Schweiz die Entscheidung, die in der Shurah getroffen wurde, bezüglich der Erstellung eines Lehrplans für Mütter, deren Kinder unter 7 Jahre alt sind, um. In diesem Nisab wurde versucht, dass für Neugeborene bis Kinder im Schulalter verschiedene Erziehungstipps aufgezeigt werden. Dies sollte den Kindern helfen um sich den Herausforderungen der Welt zu stellen, wenn sie aus den sicheren Umgebungen ihrer Häuser heraustreten.

Unsere Taten sind abhängig von unseren Absichten. Gebet ist das Mittel, welches wir nutzen sollten. Wir sollten regelmässig Briefe an Hazoor[aba] schreiben und unsere Kinder bitten, dies auch zu tun.

Wenn wir in der Lage sind, das alles mit festem Glauben, guter Absicht und Gebeten umzusetzen, dann können wir fest davon ausgehen, dass unsere Kinder eine sichere Zukunft haben werden. Insh'Allah.

Möge Allah unsere bescheidenen Bemühungen annehmen. Ameen.

Dieser Nisab wurde in der Zusammenarbeit mit der Abteilung Tarbiyyat und Ishaat erstellt. Bitte beten Sie für alle beteiligten Personen.

Wasslam Dr. Zaitoon Qazi
Präsidentin Lajna Ima'illah Schweiz

Inhalt

Erziehungstipps von Hadhrat Musleh Maud[rz] 9
Moralisches Training des Kindes (Minhaj-al-Talibeen) 11
Schweizerischer Impfplan 2016 16
Ernährung bei den Kindern 17
Ernährungspyramide 18
Zahnpflege 19
Vorlesen und Erzählen - ein Schatz für die Entwicklung 20
Bibliothek 21
Ludothek 21
Bilder zeichnen und malen 22
Basteln 22
Schneiden mit der Schere 22
Malen 23
Wichtigkeit von Sport für die geistige und körperliche Gesundheit der Kinder 24
Muki / Elki - Turnen (Gymnastik) für kleine Kinder 25
KITU (Kinder Turnen) 25
Kindergarten 26
Integrationsmöglichkeiten für das Kind und die Eltern 28
Kinderbetreuung 29
Lehrplan nach Alter 32
Schlusswort 34

Erziehungstipps von Hadhrat Musleh Maud[rz]

Mütter sollten den Kindern Moral und Manieren beibringen

Manche Menschen provozieren ihre Kinder indem sie z.B. ihre Hand heben und sagen «Ich werde dich schlagen», mit der Zeit prägen sich die Kinder das ein und tun das Gleiche. Einige Eltern drücken ihre Liebe zu ihren Kindern aus indem sie sie beschimpfen, daraufhin fangen die Kinder auch an dies zu tun. Einige Frauen sprechen in einem harschen Ton mit ihren Kindern. Somit nehmen die Kinder diese Gewohnheit auch an. Im Gegensatz sind Kinder, deren Mütter freundlich sind und einen guten Umgang pflegen, auch freundlich. Mütter sollten immer einen freundlichen Umgang mit ihren Kindern pflegen. Ansonsten werden die Kinder ein schlechtes Benehmen annehmen, für welches sie sich lebenslang schämen müssen. (Orhni waliyon ke liye phool, S. 1);(Alfazal 3. September 1913)

Sei fromm, damit deine Kinder auch fromm sind

Eltern, die ihre Religion vor ihren Kindern verspotten, bringen Kinder dazu, ihre Religion zu hassen und sich von ihr abzuwenden. Wenn die Mutter das Gebet nicht verrichtet und die Gebetszeiten nicht einhält, so wird ihr Sohn dies auch nicht tun. Wenn Eltern regelmässig das Gebet verrichten, versuchen Kleinkinder dies nachzuahmen, obwohl sie nichts verstehen. Diese kostbare Gewohnheit wird das ganze Leben des Kindes positiv beeinflussen.

Am Esstisch sollte die Mutter dem Kind erzählen, mit wie viel Mühe und Vorbereitung sie gekocht hat und das Kind nichts dafür tun musste. Das alles ist Allahs Segen für ihn. Vor dem Einschlafen können die Mütter ihren Kindern etwas über den Himmel, die Sterne, den Mond und die Natur erzählen, um ihnen somit die Grossartigkeit Gottes nahezubringen.

Erzähle den Kindern immer moralische Geschichten und nicht wertlose, albernen Fantasien. Wenn ein Kind etwas gegen den Islam sagt, verbietet es ihm, so etwas nochmals zu sagen. Versucht, Allahs Liebe in ihren Herzen zu wecken. Lässt die Kinder niemals ziellos herumlaufen und Grenzen überschreiten. Beobachtet die Kinder ständig und lässt sie nicht in den Händen einer Angestellten aufwachsen, denn wenn sie vernachlässigt werden, eignen sie sich viele schlechte Gewohnheiten an.

Viele Mütter fühlen sich glücklich, freie Zeit zu haben, wenn Kinder nach draussen gehen; sie wissen nicht, wie viel Schaden dies anrichten könnte, welche Art von Szenen sie sehen könnten, die ihr ganzes Leben beeinflussen könnten. Mehr Zeit in die Erziehung zu investieren, wird später viel Mühle und Leid ersparen. (Orhni waliyon ke liye phool S. 1 - 2);(Alfal 10. September 1913)

Machen Sie Ihre Kinder mutig und tapfer

Mut und Tapferkeit ist eine der wichtigsten Moralen, also versucht eure Kinder tapfer und mutig zu machen. (Orhni waliyon ke liye phool S. 132);(Alfazal 10. Juli 1923 S. 6 - 10)

Eltern machen Kinder feige

"Mutig zu sterben ist besser, als feige zu leben", bis Eltern das nicht verstehen, können sie ihre Kinder nicht mutig machen. Eltern machen Kindern Angst vor der Dunkelheit, indem sie sagen, dass sie nicht im Dunkeln nach draussen gehen sollten. Sie lassen ihre Kinder keine schwere Arbeit machen und lassen sie faul werden. Lässt die Kinder die Dunkelheit sehen, um ihnen Tapferkeit zu lehren. (Orhni waliyon ke liye phool S. 132);(Alfazal 10. Juli 1923 S. 6 - 10)

Lass Deine Kinder schwimmen lernen

Die Kinder die nicht schwimmen können sollten auf keinen Fall alleine ins Wasser gehen. Sie sollten mit einem Schwimmexperten lernen wie man schwimmt. Dies ist eine sehr wichtige Fähigkeit, die den Kindern beigebracht werden sollte. (Orhni waliyon ke liye phool S. 132 - 133);(Alfazal 10. Juli 1923 S. 6 - 10)

Mache Deine Kinder zu Sportlern

Ich möchte, dass unsere Kinder Reiten lernen. Wenn es finanziell möglich ist, sollte man ein Pferd besitzen und die Kinder zu perfekten Reitern machen. Wenn wir nicht die genügenden Ressourcen besitzen, können wir unseren Kindern andere Sportarten beibringen, denn gute Sportler haben gute Sitten. (Orhni waliyon ke liye phool S. 133);(Alfazal 10. Juli 1923 S. 6 - 10)

Moral während des Spiels lehren

Für Kinder ist das Spielen sehr wichtig. Während des Spiels können sie z.B. lernen sich korrekt zu verhalten auch wenn der Gegenspieler sich unfair verhält. Die älteren Kinder sollten lernen den jüngeren zu helfen. Wenn zum Beispiel ein älterer Junge beobachtet, wie ein kleiner Junge dasteht und eine Kuh auf ihn zu kommt, sollte er den Kleinen sofort beschützen. Wenn er es nicht tut, sollte man ihn fragen warum er so gehandelt hat. Ein weiteres Beispiel ist, wenn eine verschleierte Frau von einer Kuh angegriffen wird und ein Junge, der in der Nähe steht die Frau auslacht, anstatt ihr zu helfen. Er sollte dafür bestraft werden und er sollte versprechen, so etwas nie wieder zu tun. (Orhni waliyon ke liye phool S. 134);(Alfazal 10. Juli 1923 S. 6 - 10)

Auf Praktische Art Moral beibringen

Den Kindern zu sagen, sie sollten den Armen helfen, genügt nicht. Erkläre ihnen, wie sie das tun können z.B. in dem ihnen eine Geschichte erzählt wird. Auf diese Weise lernen zum Beispiel Pfadfinder wie sie einen Brand löschen können und Sachen aus einem brennenden Haus retten. Das alles kann nur in einer Gruppe gelehrt werden. Auf dieselbe Weise sollten Kinder lernen, wie sie eine ertrinkende Person retten können. Erwachsene sollten auch an solchen Praktiken teilnehmen, wie es unser Heilige Prophet[saw] getan hat. Eltern sollten auch an solchen Aufgaben teilnehmen und den Kindern beibringen, armen und bedürftigen Personen zu helfen. Es geht nicht nur darum, dass jemand, der Geld besitzt jemandem helfen, kann. Es gibt auch andere Möglichkeiten, wie beispielsweise einem Blinden oder Bedürftigen zu helfen, etwas zu tragen oder einer Person, die umfällt beim Aufstehen helfen.
(Orhni waliyon ke liye phool S.134,135);(Alfazal 10. Juli 1923 S. 6 - 10)

Moralisches Training des Kindes (Minhaj-al-Talibeen)

Nun ein paar Hinweise zur moralischen Erziehung des Kindes:

1. Wenn ein Kind geboren wird, hört es als Erstes, wie jemand das Azaan in seinem Ohr laut vorsagt. Diesen Punkt werde ich aber jetzt nicht genauer erläutern, da ich diesen schon bereits vorher erklärt habe.
2. Das Kind sollte sauber gehalten und stets gereinigt werden, wie auch nach dem Urinieren und der Darmausscheidung.
   Vielleicht werden viele von Ihnen sagen, dass dies die Aufgabe der Mutter sei und das stimmt auch, aber erst wenn der Mann diesen Gedanken pflegt, kann es die Frau. Es ist die Aufgabe der Männer, den Frauen zu erklären, dass ein unreiner Körper keinen reinen Geist beherbergen kann. Leider wird dieses Thema zum grössten Teil ignoriert. Wenn man nicht auf die äussere Sauberkeit des Kindes achtet, wie möchte man dann die innere Sauberkeit erlangen? Denn das Innere und Äussere stehen in einer Verbindung und beeinflussen sich gegenseitig. So bleibt das Kind gegen die Sünden, welche von Unreinheit verursacht werden, gereinigt. Die medizinische Forschung bestätigt, dass ein Kind seine erste Sünde wegen Unreinheit begeht. Schmutz reizt die Analpassagen, die das Kind reibt und manipuliert. Es findet Gefallen an dem Vorgang und wird sich des Geschlechts bewusst. Es kann weitgehend vor sexuellem Eros geschützt werden, wenn es sauber gehalten wird. Dieses Training sollte von der Geburt an beginnen.
3. Ein Kind sollte zu bestimmten Zeiten ernährt werden. Dies wird die Gewohnheit der Selbstbeherrschung lehren und so vor dem Begehen der Sünden bewahren. Mangel an Selbstkontrolle und Selbstbeherrschung leitet zu bösen Taten wie z.B. Stehlen etc. Ein solches Kind lernt nicht, Versuchungen zu widerstehen und sein Verlangen zu unterdrücken. Schuld daran ist auch die Mutter, denn sobald das Kind anfängt zu jammern oder zu weinen, gibt die Mutter ihm ihre Muttermilch. Dies sollte man verhindern und versuchen, dem Säugling, wie auch dem erwachsenen Kind reguläre Essgewohnheiten beizubringen. Dies führt zu folgenden guten Gewohnheiten:

- Pünktlichkeit
- Selbstbeherrschung
- Gute Gesundheit
- Zusammenarbeit. Solche Kinder werden nicht egozentrisch und egoistisch sein, weil sie gelernt haben, mit anderen zusammen zu essen.
- Sparsamkeit. Ein Kind, welches zu ungewöhnlichen und unregelmässigen Zeiten isst, wird unter der schlechten Angewohnheit der Verschwendung und Extravaganz leiden, denn es neigt dazu, weniger zu essen und mehr zu verschwenden. Aber wenn es in einem bestimmten Mass und zu festen Zeiten ernährt wird, wird es das Beste aus dem machen, was es bekommt, und wird damit zufrieden sein.
- Es wird eine Kraft entwickeln, Versuchungen zu widerstehen. Z.B. wenn es auf der Strasse etwas sieht, was es unbedingt haben will, aber nicht bekommt, wird es der Versuchung widerstehen können und auch später im Leben wird es diese Gewohnheit pflegen. Genauso, wenn das Kind etwas essen möchte, dass im Haus herumliegt, sollte man dem Kind sagen, es solle bis zu der Mahlzeit warten. Dies wird ihm erlauben, sich selbst zu beherrschen und sich zurückzuhalten.

4. Ausserdem sollte dem Kind beigebracht werden, einen regelmässigen Stuhlgang zu haben. Dies ist sehr hilfreich für seine Gesundheit. Aber ein noch schwerwiegenderer Vorteil ist, dass seine Glieder ein Gefühl von Pünktlichkeit bekommen. Dadurch wird der Darm trainiert, sich zu festen Zeiten zu bewegen, und die Evakuierung bzw. der Stuhlgang findet zur richtigen Zeit statt. Dies ist sehr wichtig für ein Kind, denn so lernt das Kind, seine natürlichen Funktionen regelmässig zu erfüllen, auch regelmässig zu beten und zu fasten. Ausserdem lernt es, nationale und wichtige Aufgaben nicht aufzuschieben. Zudem leidet ein solches Kind nicht unter Wutanfällen, denn ihre Hauptursache ist die Unregelmässigkeit und Unpünktlichkeit, insbesondere die Unregelmässigkeit in den Essgewohnheiten. Zum Beispiel, wenn ein Kind am Spielen ist, die Mutter zum Essen ruft, aber es gerade so beschäftigt ist und nicht kommt. Doch wenn es dann später Hunger bekommt und dann zur Mutter geht, die aber sagt, sie müsse das Essen zuerst noch aufwärmen. Das Kind ist nun verärgert, weil es hungrig ist und sein Essen zu spät kommt. Es ist schwer, die Qualen des Hungers zu ertragen und es kommt zunehmend zu Wutausbrüchen und Aggressionen.
5. Das Essen sollte in Massen serviert werden. Somit lernt es, mit dem zufrieden zu sein, was es bekommt und neigt nicht zur Gier.
6. Ein Kind sollte abwechslungsreich ernährt werden. Es sollte Fleisch, Gemüse und Obst essen, denn Ernährungsgewohnheiten beeinflussen die Moral. Für eine Vielzahl von Moralen ist eine Vielzahl von Lebensmitteln notwendig. Während der Kindheit sollte mehr Gemüse als Fleisch gegessen werden, weil Fleisch zur Schwäche führt und in der Kindheit kann man Schwäche nicht gebrauchen.
7. Wenn das Kind älter wird, sollte es gebeten werden, spielerisch kleine Aufgaben, wie z.B. Objekte zu holen, diese zu ersetzen oder diese zu bringen etc., zu erledigen. Jedoch sollte ihm auch die Zeit zum Spielen gegeben werden.
8. Einem Kind sollte Selbstvertrauen gegeben werden. Zum Beispiel, wenn es einen bestimmten Gegenstand haben will, soll man ihm sagen, dass er diesen zu einem bestimmten Zeitpunkt bekommt. Man sollte diesen Gegenstand auf keinen Fall verstecken, denn das Kind wird dies kopieren und so wird die Gewohnheit des Diebstahls erweckt.
9. Das Kind sollte nicht übermässig verwöhnt werden. Durch ständiges und zu viel Kuscheln, Küssen und Streicheln kommt es zur Bildung von schlechten Gewohnheiten. Denn wenn ein solches Kind unter Menschen sitzt, erwartet es, gestreichelt und geliebt zu werden. Dies führt zu einer Reihe von moralischen Übeln und zu schlechten Angewohnheiten.
10. Eltern sollten sich selbst aufopfern und zurückhalten können. Lebensmittel, die für ein krankes Kind verboten sind, sollten weder ins Haus gebracht noch von den Eltern verzehrt werden. Dem Kind sollte gesagt werden, wenn du es nicht isst, essen wir es auch nicht. Wir verzichten deinetwegen. Somit lernt es, geduldig zu sein und sich selbst aufzuopfern.
11. Extreme Wachsamkeit ist erforderlich, wenn ein Kind an einer chronischen Krankheit leidet. Feigheit, Selbstsucht, Verdruss, Mangel an emotionaler Kontrolle usw. sind das Ergebnis einer Krankheit. Sogar Erwachsene werden während der Krankheit leicht reizbar. Einige bitten andere, sich zu ihnen zu setzen. Andere schreien Passanten an und sagen: Kannst du nicht sehen? Bist du blind? Der Grund für die Reizbarkeit sind die langandauernden Krankheiten. Denn im Krankheitsfall ist dem Patienten erlaubt völlige Ruhe zu haben und sich wohl zu fühlen, dies wird er langsam als sein Recht wahrnehmen und sich ständig ausruhen wollen.

12. Kindern sollten keine Horrorgeschichten erzählt werden. Dies macht sie zu Feiglingen. Solchen Menschen wird es schwer fallen etwas Mutiges zu tun, wenn sie erwachsen sind. Wenn sich bei einem Kind Anzeichen der Feigheit bemerkbar machen, sollte man ihm Geschichten von mutigen Helden erzählen und ihn mit mutigen Kindern spielen lassen.
13. Einem Kind sollte es nicht erlaubt werden, seine Freunde selbst zu wählen. Diese Wahl sollten die Eltern treffen und gut erzogene Kinder als Freunde für ihr Kind auswählen. Davon werden auch die Eltern profitieren. Denn sie lernen die Eltern der anderen Kinder kennen und so kommt es zu einer Art Zusammenarbeit zwischen den Eltern. Das bedeutet, wenn die Eltern Spielkameraden für ihre Kinder wählen, können sie auch deren Verhalten im Auge behalten und sie rechtleiten.
14. Einem Kind sollten verantwortungsvolle und seinem Alter entsprechende Aufgaben zugewiesen werden. Diese werden ihm helfen, ein Gefühl für Verantwortung zu erwecken. Es wird erzählt, dass ein Vater zwei Söhne hatte. Er gab einem von ihnen einen Apfel und bat ihn, ihn mit seinem Bruder zu teilen. Der Vater fragte, ob er wüsste wie er den Apfel teilen solle. Der Sohn antwortete, dass er es nicht wüsste. Der Vater sagte: Wer den Apfel in zwei Stücke teilt, sollte die kleinere Hälfte nehmen und dem anderen die grössere Hälfte geben. Daraufhin sagte der Junge, dass in diesem Fall der Apfel besser von seinem Bruder geteilt werden sollte. Das zeigt, dass dieser Junge bereits die Gewohnheit des Egoismus erworben hatte, er wusste, wenn die Verantwortung auf ihn fiel, muss er seinem Bruder mehr geben und bekommt selbst weniger. Spiele wie Fussball usw. sind eine nützliche Übung für diesen Zweck. Aber auch im Sport sollten wir immer wachsam sein, damit das Kind keine schlechten Angewohnheiten aufnimmt. Im Falle einer Meinungsverschiedenheit beim Spielen unterstützen die Eltern gewöhnlich ihr Kind und zwingen die anderen, die Meinung ihres Kindes zu akzeptieren. Das führt dazu, dass ihr Kind stur wird und immer möchte, dass er alles bekommt.
15. Man sollte dem Kind sagen, dass es schön und gut ist. Der heilige Prophet-Friede sei mit ihm- sagte einmal: Fluche das Kind nicht an, denn wenn man flucht, ergänzen die Engel diesen Satz mit den folgenden Worten, *es soll so werden* und so wird es dann auch. Dies bedeutet, dass Engel für die Folgen von Handlungen verantwortlich sind. Wenn man einem Kind sagt, dass es schlecht sei, prägt es sich dies ein und wird dann auch schlecht. Deshalb sollte man ein Kind niemals an fluchen oder beleidigen, sondern es belehren, über gute Taten aufklären und loben. Heute Morgen kam mein kleines Mädchen zu mir und bat mich um Geld. Als ich ihr dies geben wollte, streckte sie ihre linke Hand aus, um das Geld zu empfangen. Ich sagte ihr, dass dies nicht in Ordnung sei. Sie gab es zu, dass sie sich geirrt hatte und versprach, ihren Fehler nicht zu wiederholen. Sie wurde sich sofort ihres Fehlers bewusst, als sie darauf hingewiesen wurde.
16. Einem Kind sollte es nicht erlaubt werden, stur zu werden. Wenn es stur ist, sollte seine Aufmerksamkeit auf etwas Anderes gelenkt werden. Später sollte die Ursache für sein hartnäckiges Verhalten aufgespürt und bekämpft werden.
17. Sprechen Sie ein Kind höflich an, denn ein Kind ist ein grossartiger Nachahmer. Z.B. wenn Sie ein Kind duzen, wird es Sie auch duzen.
18. Vor einem Kind sollte man nicht lügen, weder verdrossen, noch arrogant sein. Es wird dies nämlich lernen und Sie sicherlich nachahmen. Normalerweise sind es die Eltern, die einem Kind das Lügen beibringen. Z.B. macht die Mutter etwas in der Gegenwart des Kindes, bestreitet aber, es getan zu haben, wenn sie der Vater fragt. So lernt das Kind zu lügen und gewöhnt sich daran. Ich meine damit nicht, dass es den Eltern erlaubt sei, sich in Abwesenheit des Kindes schlecht zu benehmen. Was ich meine ist, wenn die Eltern es nicht unterdrücken können, solche Dinge zu tun, sollten sie versuchen, zumindest in der Gegenwart von Kindern vorsichtig zu sein, um die kommenden Generationen vor solchen Übeln zu retten.

19. Schützen Sie das Kind gegen jegliche Rauschmittel. Rauschmittel schädigen die Nerven des Kindes. Dies ist auch die Ursache des ständigen Lügens. Ein Süchtiger wird auch zum blinden Imitator und hört auf, einen eigenen Willen zu haben. Einmal nahm ein Verwandter von Hadhrat Khalifatul Masih I., der süchtig nach Rauschmitteln war und sich nicht einmal im Entferntesten für die Pflichten der Religion interessierte und sich nicht um sie kümmerte, einen Jungen nach Hause, mit dem Ziel, ihn genauso zu machen, wie er selber war. Hadhrat Khalifatul Masih I. war vollkommen dagegen und fragte ihn, wieso er dem Jungen Schaden zufügen wolle. Er bat seinen Verwandten, sich von diesem schädlichen Verhalten zu trennen. Aber ihn kümmerte dies nicht. Einmal rief Hadhrat Khalifatul Masih I. den Jungen zu sich und überredete ihn, seinen Freund zu verlassen, eine Berufung zu machen und nicht dumm zu sein. Das brachte ihn zum Nachdenken und er ging. Aber nach kurzer Zeit brachte der Verwandte einen anderen jungen Mann und forderte Hadhrat Khalifatul Masih I. heraus, zu versuchen, ihn zu "verderben". Für seinen verwirrten Verstand bedeutete den jungen Mann zu verderben, ihn von sich zu trennen. Hadhrat Khalifatul Masih I. hat ihm alle Ratschläge gegeben, die er konnte. Er bot ihm sogar Geld an, um ein Geschäft zu gründen und arbeiten zu gehen. Aber er hörte nicht auf Hadhrat Khalifatul Masih I. Das überraschte Hadhrat Khalifatul Masih I., der daraufhin seinen Verwandten fragte, was er mit diesem Jungen getan habe, um ihn zu halten. Er sagte: "Es ist einfach. Ich versorge ihn mit Rauschmitteln. Jetzt hat er keinen Willen, sich von mir zu trennen." Kurz gesagt, die Abhängigkeit von Drogen tötet die Initiative.
    Von allen moralischen Übeln ist Lügen das Schlimmste. Ein Kind sollte besonders dagegen geschützt werden. Lügen hat viele Ursachen, von denen einige sehr abstrus sind. In Anbetracht der Ursachen oder einiger davon ist ein Kind gezwungen, diese Übel als eine Selbstverständlichkeit zu betrachten. Ein Kind ist sehr einfallsreich. Was immer es hört, macht es zu einer Art Realität. Eine Schwester von mir hatte die Gewohnheit, als sie ein Kind war, jeden Tag einen langen Traum zu erzählen. Wir fragten uns, wie sie es schafft, jeden Tag einen Traum zu haben. Später kam die Wahrheit heraus. Sie dachte, dass Träume die Ideen und Bilder sind, die ihr kurz vor dem Einschlafen durch den Kopf gingen. Für ein Kind ist jedes Bild echt. So nimmt es allmählich diese Gewohnheit auf. Man sollte dem Kind beibringen, den Unterschied zwischen Fakten und Fiktionen zu erkennen. Ein Kind kann vor dieser Gewohnheit gerettet werden, wenn ihm die Natur und die Bedeutung des Denkens nahegebracht werden.
20. Halten Sie Kinder davon ab, alleine zu spielen.
21. Lassen Sie es nicht unbekleidet.
22. Bringen Sie dem Kind bei, Fehler zuzugeben. Hierfür wären folgende Methoden hilfreich:
    - Versuchen Sie nicht, Ihre eigenen Fehler vor einem Kind zu verbergen.
    - Seien Sie mitfühlend, wenn es einen Fehler begeht. Lassen Sie das Kind fühlen, dass es durch seinen Fehler einen grossen Schaden angerichtet hat. Lassen Sie es glauben, dass ein bestimmter Fehler zu einem bestimmten Schaden geführt hat.
    - Um sich vor der Wiederholung eines Fehlers zu schützen, sprechen Sie mit dem Kind auf eine Weise, die ihm bewusst macht, in was für Schwierigkeiten es die Eltern durch seinen Fehler gebracht hat. Zum Beispiel mussten Sie für den Verlust bezahlen, den der Fehler des Kindes verursacht hat. Dies wird ihn erkennen lassen, dass das Ergebnis eines Fehlers nicht gut ist. Die Lehre von der Sühne ist nicht zulässig, aber die Methode ist nützlich für das Training eines Kindes.
    - Wenn Sie das Kind kritisieren wollen, tun Sie es nicht vor anderen; klären Sie es unter vier Augen und erledigen Sie dies in der Privatsphäre.

23. Einem Kind sollte etwas Geld gegeben werden. Dies wird drei Tugenden lehren:
    - Güte
    - Sparsamkeit
    - Verwandten helfen

    Zum Beispiel, wenn es drei Münzen hat, lassen Sie es etwas Essbares mit einer Münze kaufen und es mit anderen Kindern teilen; mit der zweiten Münze, soll es ein Spielzeug kaufen und die dritte Münze sollte es spenden.
24. Kinder sollten auch gemeinsam mit anderen zusammen etwas besitzen bzw. mit ihnen teilen. Zum Beispiel sollten sie ein Spielzeug bekommen, sollte ihnen gesagt werden, dass dieses allen gehört, dass alle damit spielen sollten und dass niemand versuchen sollte, es zu beschädigen. Das wird sie lehren, das gemeinsame Eigentum zu beschützen.
25. Einem Kind sollten ständig Benimmregel beigebracht und stets repetiert werden.
26. Die körperlichen Übungen und die Ausdauer eines Kindes sollten beachtet werden. Dies ist hilfreich für die moralische Erziehung und den Fortschritt in der Welt.

In Anbetracht der vorher erwähnten Darstellung von Tugend und Moral, wird nur ein Kind, welches die folgenden Eigenschaften besitzt, als moralisch gebildet angesehen:

1. Es sollte selber moralisch sein und in der Lage, andere moralisch zu machen.
2. Es sollte in der Lage sein, sich so zu verhalten, wie es die Sitten der Gemeinschaft / Jamaat verlangen.
3. Es sollte echte Liebe zu Gott haben und diese Liebe sollte über allen anderen Arten der Liebe stehen.

Wie kann festgestellt werden, ob ein Kind in jedem dieser Merkmale den richtigen Standard hat?

1. Der Test des ersten Merkmals ist:
    - Wenn es aufwächst, sollte es das Gesetz - die Scharia - befolgen und praktizieren - in Wort, Tat und Gedanke.
    - Sein Wille sollte stark genug sein, um ihn gegen künftiges Unheil immun zu machen.
    - Es sollte in der Lage sein, seinen Lebensunterhalt zu verdienen und sein Leben zu schützen.
    - Es sollte versuchen und in der Lage sein, sein Eigentum zu schützen.
2. Der Test des zweiten Merkmals ist:
    - Es sollte mit einem guten Vorbild in der Moral vorangehen.
    - Es sollte an der moralischen Ausbildung und spirituellen Erziehung anderer teilnehmen.
    - Es sollte nicht verschwenderisch sein, sondern sollte seine Ressourcen zum Vorteil von der Ahmadiyyat und dem Islam, insbesondere der Jamaat und der Muslime, nutzen.
3. Das dritte Merkmal kann wie folgt beurteilt werden:
    - Es sollte gut auf seine Gesundheit achten.
    - Es sollte ein Verteidiger des Eigentums und der Rechte der Gemeinschaft sein.
    - Es sollte nichts tun, was anderen schadet.
    - Es sollte bereit sein, alle Belohnungen und Bestrafungen, die von der Gemeinschaft gewährt und auferlegt wurden, freudig anzunehmen und zu akzeptieren.
4. Die Kriterien des vierten Merkmals sind wie folgt:
    - Es sollte einen gebührenden Eifer und Respekt für das Wort Gottes haben - den Heiligen Koran.
    - Die einfache und blosse Erwähnung des Namens von Gott sollte ihn in seinem Lauf aufhalten und ihn eine respektvolle Haltung einnehmen lassen.
    - Es sollte in der Welt sein, aber nicht weltlich.
    - Die Liebe zu Gott sollte es in seiner Person zeigen.

(Minhaj-al-Talibeen, S. 57 - 64)

Schweizerischer Impfplan 2016

	Basisimpfungen									Ergänzende Impfungen		
Alter	Diphtherie Starrkrampf	Keuchhusten	Kinderlähmung	Haemophilus Influenza Type B	Hepatitis B	Masern Mumps Röteln	Humane Papilloma-viren (HPV)	Varizellen (Wilde Blattern)	Grippe	Pneumo-kokken	Meningo-kokken	Humane Papilloma-viren (HPV)
2 Monate					2							
4 Monate					2							
6 Monate					2							
12 Monate												
12–15 Monate					2							
15–24 Monate												
4–7 Jahre												
11–15 Jahre							3	4				3
25–29 Jahre								4				5
45 Jahre												
≧ 65 Jahre	1											

Zur Präzisierung des Alters: 4–7 Jahre bedeutet vom 4. Geburtstag bis zum Tag vor dem 8. Geburtstag.

1. Eine Auffrischimpfung ist alle 10 Jahre empfohlen.
2. Die Hepatitis-B-Impfung kann bereits bei Säuglingen verabreicht werden.
3. Die Impfung gegen HPV ist eine Basisimpfung für Mädchen und eine ergänzende Impfung für Jungen von 11 bis 14 Jahre.
4. Empfohlen für Jugendliche und Erwachsene < 40 Jahre, die die Varizellen anamnetisch nicht durchgemacht haben.
5. Die Impfung gegen HPV ist eine ergänzende Impfung für junge Frauen und Männer bis 26 Jahre (d. h. bis zum Tag vor dem 27. Geburtstag): Nach dem ersten Geschlechtsverkehr muss ein Entscheid für oder gegen eine Impfung individuell gefällt werden.

Wurde eine Impfung nicht im empfohlenen Alter durchgeführt, kann eine Nachholimpfung zu einem späteren Zeitpunkt angezeigt sein. Weitere Impfungen können je nach persönlicher Situation (z. B. Schwangerschaft, chronische Erkrankung, erhöhtes Expositions- oder Übertragungsrisiko) empfohlen werden.

Für Ihre Fragen wenden Sie sich an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder rufen Sie die Impf-Infoline* Telefon 0844 448 448 an. (Beratung gratis, Telefonkosten Fernbereich Schweiz)

*Medizinisches Beratungszentrum Medgate, im Auftrag des BA

Ernährung bei den Kindern

Um gesund und aktiv zu bleiben, ist gesunde und ausgewogene Ernährung sehr wichtig. Sich gesund zu ernähren ist aber heutzutage eines der grössten Probleme. Fast Food und Süssigkeiten sind ein fester Bestandteil unserer täglichen Ernährung geworden. Sobald wir mit den Kindern etwas unternehmen, packen wir Chips, Gummibären, Schokoladen usw. ein. Pakistanische Gerichte enthalten viele und scharfe Gewürze und werden mit viel Öl gekocht. Hinzu kommt, dass das Dessert eine grosse Menge an Zucker enthält, ohne Zucker wird es als geschmacklos empfunden. Das Fleisch und Gemüse wird so lange gekocht, dass es am Schluss gar keine Nährstoffe enthält. Eltern sind oft mit häuslichen, sowie weltlichen Arbeiten so beschäftigt, dass sie ihre und die Gesundheit ihrer Familie vernachlässigen. Wegen Zeitmangel fängt man an, nach Fertiggerichten beziehungsweise Fast Food zu greifen. Dabei geht vergessen, welch einen wichtigen Einfluss die Ernährung auf die körperliche Entwicklung des Kindes hat.

Die ersten drei Lebensjahre sind entscheidend für die Entwicklung. Das Kind entwickelt seinen Geschmack und Vorlieben. Deshalb ist es in dieser Zeit von essenzieller Bedeutung auf gesunde Ernährung des Kindes zu achten. Einmal pro Tag sollte gemeinsam mit der Familie gegessen werden. Dies bietet auch die Möglichkeit, dass die Kinder von ihrem Tagesablauf erzählen können.

Wasser trinken

Es ist wichtig, Wasser in der richtigen Menge zu trinken. Kinder trinken im Winter wenig Wasser und meistens bleibt diese Angewohnheit auch nach dem Winter bestehen. Vielen Krankheiten entstehen aufgrund von Wassermangel. Die Kinder sollten, wenn sie von der Schule zurückkehren, nachdem Spielen, nachdem Fahrrad fahren, wenn sie eine Erkältung, Husten oder Schnupfen haben, ausreichend Wasser zu sich nehmen. Den Kindern sollte beigebracht werden, vor dem Wasser trinken „Bismillah hirrahman nirrahim“ zu sagen, 3 Mal zu atmen und sitzend zu trinken. Wasser ist das beste Getränk. Süssgetränke und Säfte enthalten oft Geschmacksverstärker, welche für den Körper und die Zähne schädlich sind. Es ist wichtig, dass Sie als Bezugsperson für die Kinder, auch vor Ihren Kindern Wasser trinken und keine Süssgetränke, sonst haben Ihre Wörter keine Wirkung.

Früchte und Gemüse essen

Bringen Sie zu jeder Saison die entsprechenden Früchte und Gemüse nach Hause, damit die Kinder die verschiedenen Geschmäcker kennenlernen. Wenn die Kinder diese nicht mögen, nehmen Sie die Kinder mit zum Einkaufen und machen Sie Gemüse und Früchte zu einem Bestandteil Ihrer täglichen Ernährung. In vielen Früchten sind wichtige Vitamine enthalten. Zitrusfrüchte zum Beispiel schützen vor Grippen und Husten.

Regelmässig essen

Regelmässige, über den Tag verteilte Mahlzeiten fördern die Leistungsfähigkeit und die Konzentration. Ein ausgewogenes Frühstück und/oder ein ausgewogenes Znüni sorgen für einen optimalen Start in den Tag. Mit Müsli, Vollkornbrot, Obst, Gemüse, Milch und anderen Milchprodukten wie Käse und Joghurt sind Sie und Ihre Kinder gestärkt für den ganzen Tag. Wichtig ist es, diese Sachen über den ganzen Tag zu verteilen und den Kindern das Essen nicht aufzuzwingen.

Bildschirm aus

Essen sollten die Kinder nicht vor dem Fernseher oder dem Computer. Versuchen Sie einmal täglich gemeinsam mit der ganzen Familie zu essen. Nachdem Essen sollte man mit den Kindern eine Gesprächsrunde führen, den Tagesablauf erfahren und sich über das Wetter austauschen. Durch Reden werden ausserdem Missverständnisse geklärt.

Ernährungspyramide

Da Kinder in ihrer Entwicklungsphase sind, ist es für sie wichtig abwechslungsreiche Nahrung zu sich zunehmen. Die oben aufgeführte Ernährungspyramide verdeutlicht über unterschiedlich grosse Spalten, in welcher Menge die einzelnen Lebensmittelgruppen zur Ernährung beitragen sollten, um eine vollwertige Ernährung zu gewährleisten. Je grösser ein Feld ist, desto höher sollte der Anteil dieser Lebensmittel am täglichen Speiseplan sein. Es ist nicht notwendig, diese Spalten auf Frühstück, Mittagessen und Abendessen zu verteilen. Die Kinder brauchen tagsüber 2-3 Mal Snacks. Sobald die Kinder hungrig sind, sollten ihnen etwas Gesundes wie Obst, Joghurt, ein Glas Milch etc. geben werden. Süssigkeiten sowie salzige Snacks sind als Zwischenmahlzeit nicht geeignet.

Zahnpflege

Sobald die Kinder ihre Zähne bekommen, beginnt schon die Zahnpflege. Am Anfang braucht es wenig Zahnpasta (so gross wie ein Reiskorn). Wenn das Kind drei Jahre alt ist, kann die Menge erhöht werden aber es sollte nicht mehr als die Grösse einer Erbse sein. Fluoride in einer grossen Menge ist nicht gesund. Sie sollten dem Kind beibringen, mindestens zweimal am Tag, morgens und abends, die Zähne zu putzen. Die Mundhygiene sollte auch beachtet werden, damit man rechtzeitig Mundgerüche vorbeugen kann. Wenn Ihr Kind die Zähne geputzt hat, sollten sie die Zähne nochmal nach putzen, weil die Kinder noch nicht gründlich die Zähne putzen können. Sobald Ihr Kind gelernt hat die Zahnpasta nicht zu schlucken, bringen Sie ihm bei, mit Wasser zu spülen.

Der dritte Khalif[ra] sagte folgendes zur Zahnpflege:

Man sollte die Zähne gründlich durch Mundspülung reinigen und wenn es möglich ist, sollte man vor jedem Essen den Mund und die Zähne reinigen, dadurch stärken sich die Zähne. Ihr seid die Kinder vom Heiligen Propheten[saw], die die ganze Welt umarmen werdet. Wir möchten durch Liebe die ganze Welt für den Heiligen Propheten[saw] gewinnen. Und um diese Liebe zu gewinnen müssen wir in ihre Nähe kommen und sie so für uns gewinnen. Und wenn ein Christ oder ein Atheist gepflegter ist als wir, dann werden sie sagen „sie wollten mein Herz gewinnen aber sie hatten Gerüche, die unangenehm waren“. Wenn wir uns nicht pflegen und sauber halten, dann können wir unser Ziel nicht erreichen. (Mashal Rah Jald 2, S. 118-119).

Vorlesen und Erzählen - ein Schatz für die Entwicklung

Laut einer Studie ist es bewiesen, dass wenn Kindern vor dem Schlafen gehen eine Nachtgeschichte erzählt wird, sie später eine Vorliebe für Bücher entwickeln und sich dies sogar positiv auf ihre körperliche und geistige Entwicklung auswirkt.

Im Kindergarten werden Geschichten erzählt, damit die Kinder die Geschichten verstehen und eine Bindung zu ihnen aufbauen. Dies führt dazu, dass ihr Interesse für Bücher geweckt wird. Geschichten sollten kurz und knapp sein. Das Interesse von Kleinkindern wird durch Bildergeschichten und kleinen Gedichten geweckt. Kinder möchten immer wieder die gleichen Geschichten hören, die ihnen gefallen. Diese Eigenschaft führt zum Lernprozess. Ein zweijähriges Kind wiederholt immer wieder die gleichen Wörter, die es von seiner Lieblingsgeschichte aufnimmt. Es wird Sie auch korrigieren, wenn Sie beim Erzählen der Geschichte ein Wort vergessen.

In manchen Bibliotheken gibt es Angebote, bei denen Bücher vorgelesen werden für Kinder, die zwischen 9 Monaten und 5 Jahre alt sind. Dabei werden auch andere Bücher vorgestellt. Solche Angebote finden Sie unter folgenden Begriffen: im Geschichtenzelt, Geschichtenzeiten, Buchstart Treff, Reim und Spiel usw. Sie können sich auch in Bibliotheken in Ihrer Nähe informieren. Solche Treffen gibt es einmal monatlich und werden kostenlos angeboten.

Der fünfte Khalif Hadhrat Mirza Masroor Ahmad, möge Allah seine Hand stärken, erzählt in seiner Freitagsansprache vom 29.01.2016 Folgendes:

Bezüglich der Art und Weise wie der Verheissenen Messias[as] seine Kinder erzog, sagte Hadhrat Musleh Maud[rz], dass das moralische Training von Kindern in einer entspannten Art und Weise durchgeführt werden sollte, zum Beispiel währendem sie spielen. Für kleine Kinder kann dies durch Geschichten geschehen. Diese Geschichten müssen nicht unbedingt erfunden sein. Er sagte, dass ihm der Verheissene Messias[as] während seiner Kindheit Geschichten von Joseph, Noah und Moses (as) erzählte, und für ihn als Kind waren diese Wahrheiten wie Geschichten. Huzoor (Möge Allah sein Helfer sein) sagte weiter: Geschichten sind das beste Mittel zur Erziehung. Sinnlose und vulgäre Geschichten sollten vermieden werden, stattdessen sollten Geschichten erzählt werden, die nützlich sind, und mit guten moralischen Lehren verbunden sind. Geschichten sollten für das zukünftige Leben nützlich sein. Wenn Kinder dann etwas älter werden, werden Spiele zum besten Unterrichts- und Trainingsmittel. Huzoor sagte, dass einige Eltern sich beschwert haben, dass ihr Sohn die ganze Zeit spielt. Solange er nicht vor dem Fernseher sitzt und draussen spielt, ist es in Ordnung, ihn spielen zu lassen. Was in Büchern gelehrt wird, wird praktisch durch Sport beigebracht.

Bibliothek

Bücher können aus der Bibliothek ausgeliehen werden. Ältere Kinder können auch von den Schulbibliotheken Bücher ausleihen. Natürlich können kleine Kinder die Bücher nicht lesen, aber man kann ihnen mithilfe der Bilder die Geschichten erklären.

Die Preise für die Bibliotheken in Zürich sind unten aufgelistet. Bestimmt kennen sich viele von Ihnen mit dem System aus, das soll nur als Information dienen.

- Kinder und Jugendliche bis 16 (max. 25 Artikel): gratis
- «Jahreskarte plus» für Erwachsene (max. 50 Artikel + max. 8 E-Medien): CHF 90
- Jahreskarte für Erwachsene (max. 25 Artikel + max. 8 E-Medien): CHF 65
- Kleine Jahreskarte für Erwachsene (max. 2 Artikel): CHF 40
- Jahreskarte für Lehrlinge, SchülerInnen, StudentInnen, PraktikantInnen, Arbeitslose und IV-BezügerInnen (max. 25 Artikel + max. 8 E-Medien): CHF 40
- Monatskarte (max. 5 Artikel): CHF 15

Ludothek

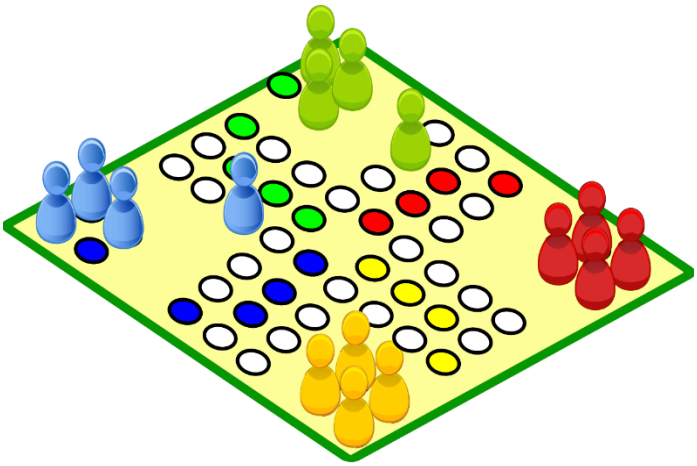
Neben Bibliotheken gibt es auch noch Ludotheken, welche das Ausleihen von Spielen und Spielzeugen für Kinder ab 2 Jahren bis für Kinder im Schulalter anbieten. Man bekommt Spielzeuge wie; Trampolins, Autos, Fahrräder, Puzzles und viele mehr.

Gebühren

- Jahresabonnement: CHF 90.00 5 Spiele inbegriffen
- Halbjahresabonnement: CHF 50.00 5 Spiele inbegriffen
- 1 Woche / Einzelausleihe (für Firmen, Kindergärten, Schulen, Geburtstage): CHF 30.00 8 Spiele inbegriffen

Der Link zur Ludothek in Zürich:

http://www.ludothek-zuerich-nord.ch/de/ludotheken-in-zuerich/



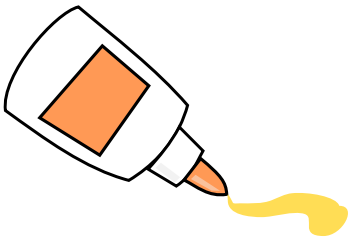
Bilder zeichnen und malen

In der Entwicklungsphase eines Kindes werden einige Sachen vernachlässigt, dabei sind sie von grosser Bedeutung. Durch das Ausmalen von Bildern lernt das Kind feinmotorische Fähigkeiten. Feinmotorik ist die Fertigkeit, mit der die Kinder lernen, wie man schreibt, Gegenstände fasst und Dinge wie Knöpfe an Kleidungsstücken befestigt. Schwache feinmotorische Fähigkeiten beeinträchtigen die Fähigkeit eines Kindes, zu essen, leserlich zu schreiben und bestimmte Aufgaben wie das Ankleiden zu übernehmen.

Feinmotorische Fähigkeiten sollten bereits früh antrainiert werden. Eine gute Methode dafür ist das Malen oder das Bauen eines Puzzles. Dies sollte unter Ihrer Aufsicht stattfinden, ansonsten besteht die Gefahr, dass das Kind die Farbe oder kleine Puzzleteile in den Mund nimmt.

Basteln

Basteln, Färben, Zeichnen, Schneiden - dies alles erfordert, dass Ihr Kind beide Hände zusammen benutzt. Formen zeichnen, etwas ausschneiden und schreiben erfordert Feinfertigkeit. Diese Fertigkeit wird später für die Kinder in anderen Bereichen wichtig sein, wie z. B. beim Schreiben, Schuhe binden und vielem mehr! Durch malen und basteln, wo man nach dem kleben warten muss, bis etwas getrocknet ist, lernt das Kind Geduld und Selbstkontrolle. Ihre Kinder werden es lieben, Zeit mit Ihnen zu verbringen und gemeinsam etwas zu kreieren!



Schneiden mit der Schere

Bringen Sie Ihrem Kind bei, wie man eine Schere richtig hält und mit ihr schneidet. Schneiden Sie Bilder aus verschiedenen Zeitungen aus und kleben Sie diese mit Hilfe von Klebstoff auf ein grosses Papier. Das Kind wird lernen, beide Hände zu benutzen, dabei verbessern sich seine Feinfertigkeiten. Bitte benutzen Sie keine normale Schere, sondern solche, die speziell für Kinder sind. Das Kind sollte stets unter Ihrer Aufsicht sein, wenn es etwas ausschneidet.

In Internet finden Sie zahlreiche Bastelideen. Unten stehen einige Webseiten für Ihre Inspiration:

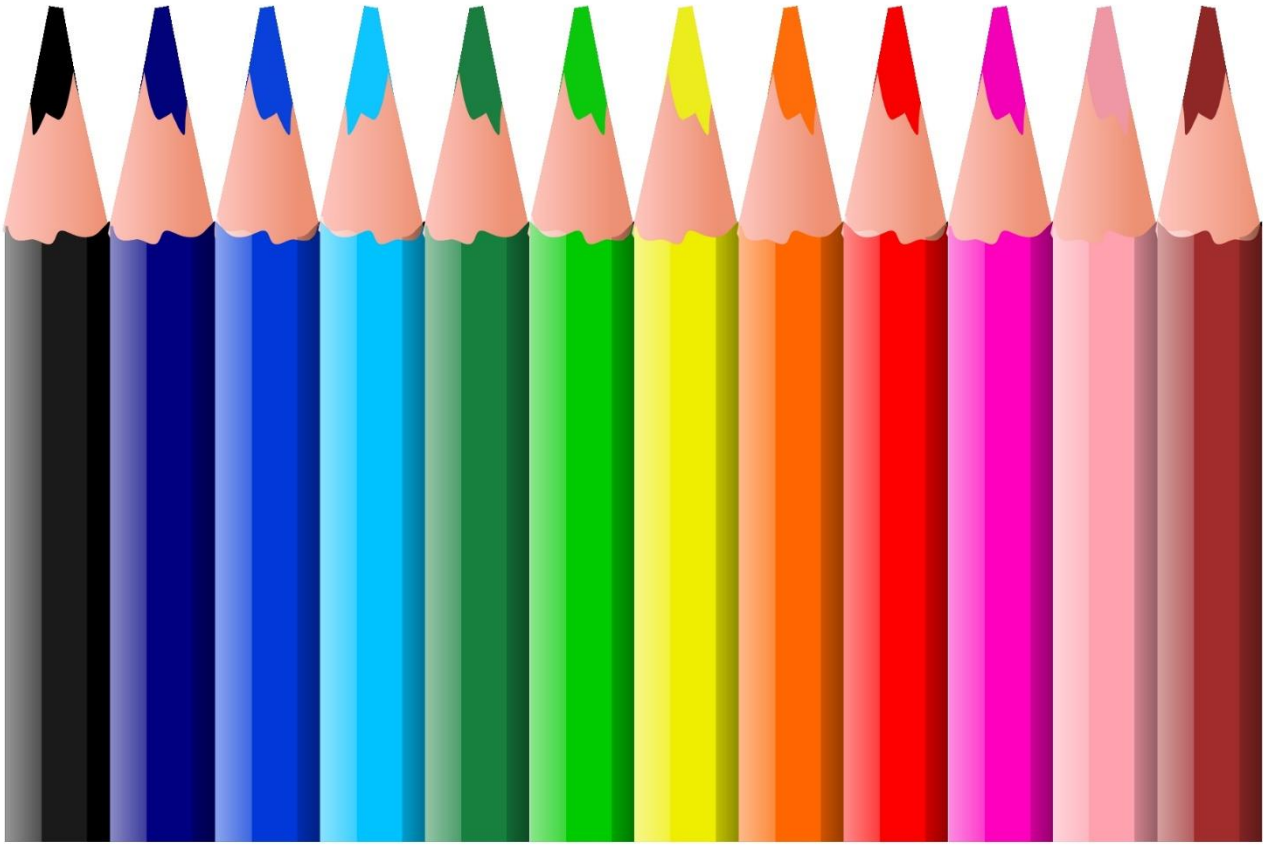
http://www.kidspot.com.au/things-to-do/collection/craft-activities

https://artfulparent.com/kids-arts-crafts-activities-500-fun-artful-things-kids

http://www.origami-fun.com/origami-for-kids.html

Malen

Es gibt Malkurse für Kinder, die aber mit einem Preis von 30 Franken pro Stunde relativ teuer sind. Sie können deshalb Ihrem Kind bereits in frühem Alter ganz einfach zu Hause das Malen beibringen, indem sie 30 Minuten pro Woche zusammen malen. Am liebsten malen die Kinder mit Wasserfarben, ihnen sollte das Malen mit Pinseln beigebracht werden. Wasserfarben und Pinsel sind fast überall erhältlich. Es ist nicht wichtig, dass das Kind etwas Spezifisches malt, es können auch einfach nur Linien sein oder verschiedene Farben auf einem Blatt Papier. Die meisten Kinder beginnen damit Linien zu zeichnen und entwickeln mit der Zeit die Fähigkeit etwas Richtiges zu zeichnen. Dabei können Sie dem Kind helfen, indem Sie etwas vorzeichnen und das Kind es versucht nachzuzeichnen. Es gibt verschiedene Arten von Farben wie z.B. Wasserfarben oder Fingerfarben (diese sind auswaschbar). Am besten ist es natürlich, wenn das Kind beim Malen eine Malschürze oder einfach ein altes Hemd trägt.



Wichtigkeit von Sport für die geistige und körperliche Gesundheit der Kinder

Wenn Kindern keine Gelegenheit zum Spielen und anderen Aktivitäten im Freien gegeben wird, kann ihre angemessene geistige Erziehung nicht erreicht werden. Durch gewinnen und verlieren lernt man wichtige Lektionen. Lernen, glücklich zu sein nach einem Gewinn und Entschlossenheit zu sein nach einem verlorenen Spiel zu gewinnen ist ein wichtiger Aspekt des Spielens. Dabei wird die Persönlichkeitsentwicklung unterstützt, was sehr wichtig ist in diesem Alter.

Physische Erziehung

Ausserhalb des Hauses zu spielen ist sehr wichtig für die körperliche und geistige Entwickelung. Kinder bleiben gesund, wenn sie draussen spielen, dadurch bekommt das Gehirn mehr Nährstoffe.

Konkurrieren lernen

Durch Spiele lernen die Kinder, wie man konkurriert. Indoorspiele sind mehr für die mentale Entwicklung geeignet. Sie sind gut für die Entspannung, jedoch sind sie oft nicht für die körperliche Entwicklung geeignet.

Disziplin

Die wichtigste Lektion, welche die Kinder durch Spiele lernen, ist Disziplin. Auf ihren Zug zu warten, lernen nicht zu betrügen, Regeln der Spiele zu befolgen, das alles sind Eigenschaften, die Kinder durch Spiele lernen und welche für ihr ganzes Leben nützlich sein werden. Kinder lernen voneinander, wenn sie zusammenspielen, drinnen oder draussen. Sie lernen aus den Stärken und Schwächen der anderen.

Wie Sie Ihre Freizeit mit Kindern verbringen können

Machen Sie es sich zur Gewohnheit, draussen an die frische Luft zu gehen. Bringen Sie Ihrem Kind schon im Kindergartenalter das Schwimmen bei. Obwohl in den meisten Schulen Kinder schwimmen lernen, ist es sehr vorteilhaft, wenn sie es schon vorher können. Es gibt Privatlektionen, über diese können Sie sich im Internet informieren.

Lassen Sie die Kinder auch mal im Sand spielen. Durch die Schaffung verschiedener Figuren oder Sandburgen lernen die Kinder viel und ihre Muskeln werden dabei stärker. Sie werden körperlich aktiv und lernen sich zu konzentrieren. Weitere gute Spielzeuge sind Spielküchen. Ermutigen Sie das Kind, so zu tun, als ob es Tee oder Kuchen machen würden, dabei lernt das Kind gleichzeitig zu arbeiten und zu denken.

Allgemein sind alle Spiele gut, bei denen die Kinder springen, rennen oder laufen müssen. Es gibt viele Möglichkeiten, wie und wo Kinder spielen können. Eine davon ist im Gemeinschaftszentrum, dort können verschiedene Sportarten ausgeübt werden. Sie können auch Spielzeug und Spiele aus einer Ludothek ausleihen. Kinder lieben es, im Wasser zu spielen und lernen dabei viel. Lassen Sie sie in Schwimmbädern, drinnen oder draussen spielen.

Muki / Elki - Turnen (Gymnastik) für kleine Kinder

Kinder im Alter von 3 bis 4 Jahren können mit ihrer Mutter, ihrem Vater, ihrer Grossmutter oder ihrem Grossvater ins Turnen gehen. Dort werden Aktivitäten wie Krabbeln, Laufen, Hüpfen, Springen, Klettern, Werfen, Fangen usw. ausgeübt. Dies soll Unabhängigkeit und Selbstvertrauen fördern.

Die Kurskosten betragen in der Regel zwischen 3 und 5 CHF pro Unterrichtsstunde.

KITU (Kinder Turnen)

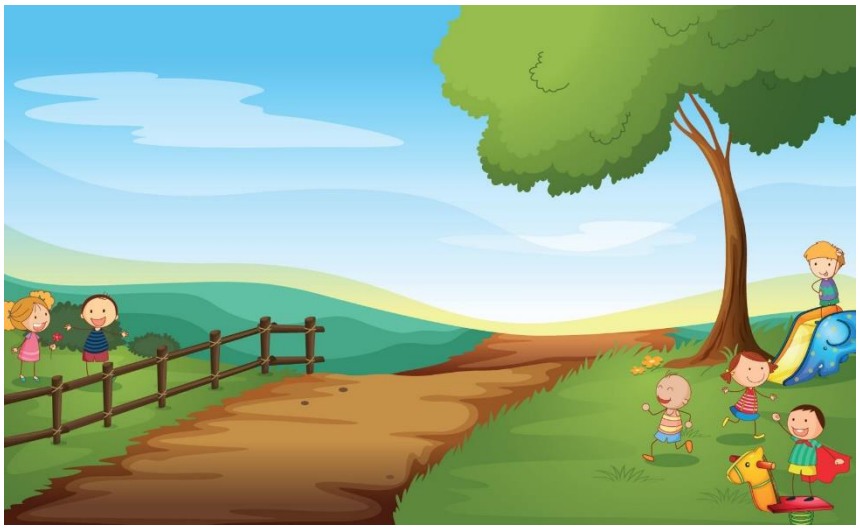
Kinder von 4 bis 6 Jahren können am Kinder Turnen teilnehmen. Die Kosten liegen zwischen 50 und 80 CHF pro Jahr. Es ist einmal in der Woche für eine Stunde. Die Zeiten sind in der Regel zwischen 17 bis 19 Uhr am Abend. Um sich anzumelden, können Sie sich in Ihrer Gemeinde oder in einer Gemeinde in Ihrer Nähe informieren. An manchen Orten kann das Kind gleich nach dem Beginn des Kindergartens aufgenommen werden, aber manchmal sind nur die Kinder eingeschrieben, deren Eltern ihr Kind mindestens 4 bis 6 Monate zuvor angemeldet haben.

Fussball

Kinder können ab dem Alter des Kindergartens trainieren, Fussball zu spielen. Sie können Fussballvereine in Ihrer Nähe über das Internet suchen. Die Gebühr kann von Ort zu Ort variieren.

Verschiedene Beschäftigungsmöglichkeiten

Es ist wichtig für ein gesundes Kind, jeden Tag oder jeden zweiten Tag draussen zu spielen. Frische Luft ist einer der wichtigsten Bestandteile für ein gesundes Gehirn. Wenn Sie mit Kindern im Wald spazieren, lernen sie sehr viel von der Umwelt. Sie lernen auch, sich beim Gehen auf dem unebenen Boden im Gleichgewicht zu halten. Kinder lieben es, mit Baumzweigen zu spielen. Sie können helfen, indem Sie verschiedene Sachen mit diesen Zweigen basteln. Sie können das Holz auch zum Feuer machen benutzen und etwas kochen und ein Picknick machen. Kindern von 3 bis 6 Jahren können Sie beibringen, wie man einen Ball fängt oder einen Ball in eine leere Schachtel oder in einen Korb, der nicht weit entfernt ist, wirft.



Kindergarten

Nun ist so weit, dass Ihr Kind in den Kindergarten gehen wird. Informationen zur Anmeldung Ihres Kindes für den Kindergarten finden sie bei Ihrer Gemeinde. Meistens kriegt jeder automatisch eine Anmeldung per Post zugeschickt, sobald die Kinder Ihr Kindergartenalter erreicht haben. Es wird auch ein Schnuppertag, vor Kindergartenbeginn angeboten – nutzen Sie diese Gelegenheit aus. Üben Sie auch mit Ihrem Kind den Weg, sodass es sich gut auf ein neues Umfeld vorbereiten kann. Zwingen Sie Ihr Kind nicht dazu den Weg alleine zurückzulegen, denn in diesem Alter kennt es die Gefahren (z.B. des Verkehrs) noch nicht.

Diese Punkte werden im Grossen und Ganzen von Ihrem Kind erwartet, wenn es in den Kindergarten eintritt. Abweichungen sind je nach Kanton und Schule möglich:

Physische Vorbereitung

- Geben Sie Ihrem Kind immer ein gesundes Znüni mit. Es ist kein Junk-Food erlaubt.
- Das Kind sollte die Gewohnheit haben, früh, zwischen 19 und 20 Uhr, ins Bett zu gehen. Somit kann das Kind am Tag nach einem guten Schlaf 10 bis 12 Stunden aktiv mitmachen.
- Das Kind sollte in der Lage sein, seine Lunchbox zu öffnen und ohne Hilfe zu essen.
- Nach Möglichkeit sollte es keine Windeln mehr tragen. Ein kleiner Ausrutscher zwischendurch ist jedoch normal.
- Das Kind sollte Grundlagen wie Laufen, Springen, Treppensteigen, Färben, Hände waschen, Nase reinigen, Jacke anziehen usw. weitegehend beherrschen.

Soziale und psychologische Vorbereitung

- Es sollte in der Lage sein, sprechen zu können und Fragen zu stellen bzw. zu beantworten.
- Ihr Kind kann sich ohne Tränen für 2-3 Stunden von Ihnen trennen.
- Das Kind verwendet keinen Schnuller mehr.
- Das Kind sollte versuchen, sich mit Lehrern und anderen Kindern zu unterhalten.
- Es sollte sich während oder nach einem Streit beruhigen können.

Mentale Vorbereitung

- Das Kind sollte in der Lage sein, dem Lehrer zuzuhören und eine halbe Stunde mit Konzentration zu arbeiten.
- Das Kind sollte Freude daran haben, neue Dinge zu lernen.
- Das Kind sollte körperliche Aktivitäten ausführen können.
- Das Kind sollte Sätze bilden können.
- Es sollte kleine Aufgaben verstehen und lösen können.

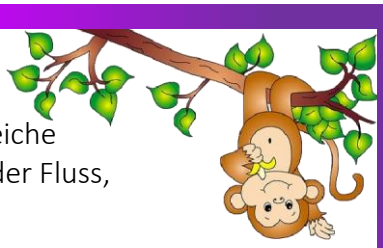
Nun stellt sich die Frage, wie kann ich diese Fertigkeiten meinem Kind beibringen? In der heutigen Zeit, wo wir ständig im Stress sind und beide Elternteile ganz oder teilweise arbeiten, ist es schwierig, sich der Erziehung der Kinder vollumfänglich zu widmen. Ausserdem leben unsere Kinder in zwei unterschiedlichen Kulturen gleichzeitig. Die Erwartungen der Eltern sind sehr gross. Die Kinder sollen gut in der Moschee und in der Schule sein.

Sie müssen Qaeda (Tarteel-ul-quran, arabisch) lesen lernen, die Eltern reden Urdu bzw. Punjabi und in der Aussenwelt hören oder sprechen die Kinder Deutsch. Nach der Schule müssen die Kinder Hausaufgaben machen, dann kommt noch die Mama mit Lehrstoff der Moschee und am Schluss kommen eventuell noch die Freizeitaktivitäten. Mütter, die sich wirklich um ihre Kinder kümmern, sind ständig beschäftigt. Anderen Müttern ist bloss wichtig, dass ihre Kinder in die Schule gehen, ein bisschen für die Moschee lernen und das Essen bekommen. Wie ihr Kind in der Schule ist oder was für Sorgen es hat und ob es die Hausaufgaben gemacht hat oder nicht, fragen sie meistens erst, wenn es zu spät ist. Die Kinder werden nicht für Freizeittätigkeiten angemeldet. Die Zeit wird oft vor dem Fernsehen, Handy oder PC verbracht. Die Erziehung beginnt schon in den ersten Lebensjahren. Im Teenagealter oder gar noch später die Erziehung aufzunehmen, ist sinnlos. Es ist unsere Aufgabe, die Kinder zu einer selbstständigen und verantwortungsbewussten Person zu erziehen.

Wenn wir für unsere Kinder ein gutes Vorbild sind und sie in alltäglichen Tätigkeiten integrieren, dann ist ein grosser Teil der Erziehung abgedeckt. Hier einige Tipps, wie sie Ihr Kind in die Haushaltsarbeiten integrieren können.

- **In der Küche**: Tisch decken, Tisch abräumen, Gemüse wie zum Beispiel Gurken und Karotten schälen lassen, beim Kochen mit dem Löffel rühren lassen, Tisch putzen, beim Geschirrabwasch helfen, mit Kehrgarnitur den Boden wischen lassen
- **Haushalt**: Das Kind soll anfangs mit Ihnen und später allein seine Spielsachen aufräumen. Geben Sie dem Kind auch ein Tuch zum abstauben. Wenn sie das Badezimmer reinigen, soll es das Waschbecken putzen, klar spielt das Kind bloss mit Wasser oder wäscht höchstens die Seifenschale, aber nur so lernen die Kinder. Wenn Sie aus dem Keller etwas holen, lassen Sie Ihr Kind auch etwas Kleines tragen, sei es auch nur eine Rolle Haushaltspapier.
- **Wäsche waschen**: Das Kind hilft Ihnen die Wäsche in die Maschine zu legen und rauszuholen. Geben Sie Ihrem Kind Socken und Unterwäsche zum Aufhängen.
- **Rausgehen**: Geben sie Ihrem Kind die Jacke und Schuhe und es soll diese selber anziehen. Anfangs können Sie Ihrem Kind zeigen, wie es geht. Planen Sie bitte genug Zeit für das Anziehen ein. Kinder brauchen länger als Erwachsene, weil sie noch spielen wollen, keine Lust haben oder mit den Gedanken sonst irgendwo sind. Die Erwachsenen sind oft im Stress und denken «Ach komm ich mache es selber, das Kind wird zu lange brauchen». Sagen Sie Ihrem Kind bereits 10-15 Minuten bevor Sie das Haus verlassen wollen, dass es sich anziehen soll. Kaufen Sie Ihrem Kind einen Rucksack und es soll seine Sachen (Trinkflasche, etwas Kleines zum Essen, evtl. ein Spielzeug) selber tragen.

Wir, asiatische Mütter bzw. Eltern, sind meiner Meinung nach zu vorsichtig, speziell beim ersten Kind. Ich weiss noch, dass ich mit meinem älteren Sohn jeden Tag rausging, aber der arme blieb fast die ganze Zeit im Kinderwagen sitzen. Ich hatte Angst, dass er auf dem Spielplatz Sand essen würde oder auf den holprigen Weg am Fluss fallen und sich verletzen könnte. Er könnte zu nah an das Ufer gehen und vieles mehr. So verankert sich langsam die Angst im Herzen des Kindes und es hat Mühe etwas für ihn Schwieriges zu versuchen. Wenn das Kind sich verletzt, macht es nichts. Unfälle gehören zum Leben. Wir alle haben uns schon unzählige Male verletzt. Anstatt das Kind zu stoppen, sollten wir es motivieren und ihm helfen. Hierzu ein Beispiel: ihr Kind möchte die Sprossenwand auf dem Spielplatz hochklettern. Anstatt zu sagen «Nein Schatz, du kannst es nicht» oder das Kind in die Arme zu nehmen und selber hochzusetzen, helfen Sie Ihrem Kind die Wand hochzusteigen. Stützen Sie es am Gesäss oder an den Beinen. Nach 3-4 Versuchen kann das Kind selber die Wand hochsteigen.



Machen Sie mit Ihrem Kind regelmässig Ausflüge. Es sollte auch nicht immer der gleiche Spielplatz oder die gleiche Gegend sein. Sie können mit ihm in den Wald, am See oder Fluss, ins Museum, an einen neuen Spielplatz, Tierpark, Bauernhof etc. gehen.

Ich weiss, es ist sehr schwierig. Sie haben als Mutter viele Verantwortungen: das Haus soll aufgeräumt sein, das Essen muss pünktlich gekocht sein, die Wäsche muss gewaschen und gebügelt sein, Sie müssen auf die Kinder schauen, Sie sind Verantwortliche eines Amts der Jamaat und müssen dieser Tätigkeit nachgehen, Sie brauchen Zeit für sich selber. Wenn die Kinder krank sind, müssen Sie mit ihnen zum Arzt gehen. Sie müssen verschiedene Termine wahrnehmen und vieles mehr. Setzen Sie sich deshalb Prioritäten! Was ist Ihnen wichtiger? Bedenken Sie nur, dass Ihr Kind Sie jetzt braucht und nicht, wenn es ein Teenager oder bereits volljährig ist.

Integrationsmöglichkeiten für das Kind und die Eltern

Es ist sehr wichtig, dass Eltern sich zuerst selber versuchen, in die fremde Kultur zu integrieren, denn nur so fällt ihnen die Erziehung ihres eigenen Kindes in einem fremden Land einfacher. Es gibt in der Schweiz viele Instituten, die Ihnen bei der Entwicklung und Erziehung Ihres Kindes helfen.

Es gibt verschiedene Arten der Kinderbetreuung, die meistens für Eltern, die berufstätig sind, eine Entlastung ist. Zusätzlich kann ihr Kind dadurch in der Integration und dem Erlernen der Sprache gefördert werden. Arten von Kinderbetreuung:

- Kita (Kindertagesstätte / Kinderkrippe)
- Chinderhüeti / Kinderhütedienst
- Chrabbelgruppe
- Spielgruppe
- Tagesfamilie
- Tauscheltern
- Nanny
- Babysitter
- Au-Pair

Kinderbetreuung

Abdullāh Ibn ‘Umar berichtete, dass er den Gesandten Allahs, Allahs Segen und Friede auf ihm, folgendes sagen hörte: «Ihr seid alle Hirten, und jeder von euch ist verantwortlich für seine Herde: der Imam ist ein Hirte, und er ist verantwortlich für seine Herde. Und der Mann ist in seiner Familie ein Hirte, und er ist verantwortlich für seine Herde. Und die Frau ist im Hause ihres Mannes eine Hirtin, und sie ist verantwortlich für ihre Herde. Und der Diener ist ein Hirte in Bezug auf den Besitz seines Herrn, und er ist verantwortlich für seine Herde.» (Sahih Al-Bukhari)

In diesem Hadith werden vier Personen angesprochen: unteranderem der Ehemann, welcher Beschützer seiner Frau und Kinder ist und die Frau, die das Haus ihres Mannes überwacht und für die richtige Erziehung der Kinder verantwortlich ist. Die Erziehung von Kindern sollte so erfolgen, dass sie eine starke Bindung zur Jamaat haben. Die Erziehung der Kinder liegt in der Verantwortung beider Elternteile. Dies ist eine Wahrheit, die nicht verleugnet werden kann. Eltern, besonders Mütter, sind für die Erziehung von Kindern verantwortlich. Eine Mutter sollte nicht für ihr eigenes Wohlbefinden ihr Kind in die Hände anderer geben. Möge Allah uns befähigen, unsere Verantwortungen bestmöglich zu erfüllen. Die unten stehenden Informationen dienen als Orientierungshilfe.

Arten der Kinderbetreuung

Kita (Kindertagesstätte / Kinderkrippe)

In einer Kita werden Kinder im Vorschulalter regelmässig ganztags an Werktagen betreut. Die meisten Kitas verlangen eine Mindestbetreuungszeit von zwei Tagen. Die Betreuungseinheiten können sich über ganze oder halbe Tage erstrecken. In Einzelfällen kann auch eine regelmässige stundenweise Betreuung vereinbart werden. Die während der Betreuungszeit üblichen Mahlzeiten (Znüni, Zmittag, Zvieri) werden in der Kita eingenommen. Die Betreuung dient meistens der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Chinderhüeti / Kinderhütedienst

Eine Chinderhüeti ist ein stundenweises Angebot, in dem Kinder verschiedenen Alters sporadisch in Gruppen betreut werden. Die Eltern werden während einer kürzeren Zeit entlastet, in der sie Einkäufe erledigen oder Termine wahrnehmen können. Mit der Chinderhüeti können zwar Engpässe überbrückt werden – sie eignet sich jedoch nicht zur Sicherstellung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Chrabbelgruppe

Die Chrabbelgruppe hilft Eltern, Kontakte zu knüpfen und Erfahrungen auszutauschen. Mütter und Väter lernen andere Eltern in ähnlichen Situationen kennen, können voneinander lernen und sich gegenseitig auch über den Treff hinaus unterstützen. Das Kind kommt mit anderen Kindern in Kontakt, macht erste Gruppenerfahrungen und gewöhnt sich an andere Personen und an eine neue Umgebung.

Spielgruppe

In einer Spielgruppe erhalten 6 bis 10 Kinder im Alter von 3 Jahren bis zum Kindergarteneintritt die Möglichkeit zum angeleiteten oder freien Spiel in einer Gruppe. Die Kinder werden in ihren sozialen Fähigkeiten frühzeitig gefördert und lernen in konstanten Gruppen, sich in einem Beziehungsgefüge zurechtzufinden und zu behaupten. Mahlzeiten werden nicht angeboten. Der Schweizer Spielgruppen-LeiterInnen-Verband (SSLV) empfiehlt ein bis drei wöchentliche Besuche für ein bis drei Stunden. Es gibt auch noch Waldspielgruppen. Die Kinder verbringen bei jeder Witterung die Zeit draussen und im Wald.

Tagesfamilie

Tagesfamilien betreuen ein Kind oder mehrere Kinder bis zum Ende der obligatorischen Schulzeit bei sich zu Hause oder im Haus der Eltern. Die Betreuungszeiten werden individuell vereinbart. Die Tageseltern haben Erfahrung in der Kinderbetreuung. Die Vermittlung erfolgt (in Zürich) durch die Stiftung GFZ (Gemeinnützige Frauen Zürich). Dieser wählt Tagesfamilien sorgfältig aus und begleitet sie fachlich. Die Fachstelle Pflegekinder beaufsichtigt Tagesfamilien, in denen die Kinder über 20 Stunden pro Woche betreut werden.

Nanny

Eine Nanny betreut die Kinder bei den Familien zu Hause. Sie ist eine Hausangestellte im vorzugsweise langfristigen Arbeitsverhältnis. Auf Wunsch der Familie lebt eine Nanny auch mit der Familie unter einem Dach. Je nach Vereinbarung übernimmt eine Nanny Erziehungs-, Ausbildungs- und Pflegeaufgaben, bringt und holt die Kinder von Kita, Kindergarten oder Schule, kocht und erledigt anfallende Hausarbeiten. Mit einer Nanny geniesst eine Familie grosse Flexibilität bei der Tagesplanung.

Babysitter

Babysitter betreuen kleine Kinder bei kürzerer Abwesenheit der Eltern (einige Stunden). Die Betreuung findet eher sporadisch statt und beinhaltet keinen Erziehungsauftrag. Entgelt und Betreuungszeiten werden frei vereinbart.

Au-Pair

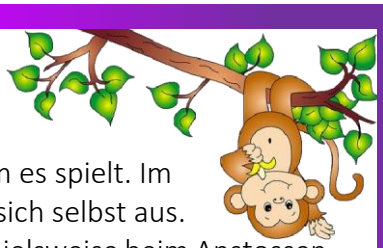
Ein Au-Pair lebt in der Gastfamilie und betreut dort eines oder mehrere Kinder. Zu den Aufgaben können auch leichte Hausarbeiten gehören. Als Gegenleistung erhält das Au-Pair Verpflegung, Unterkunft und ein Taschengeld. In der Regel stammt das Au-Pair aus einem fremden Sprachgebiet und besucht eine Sprachschule. Die Gasteltern übernehmen oft einen grossen Teil des Schulgeldes.

Die meiste Betreuungsform, die von uns genutzt wird, ist Kita oder die Spielgruppe. Aus diesem Grund werde ich mehr auf diese Betreuungsformen eingehen.

Kita, Kinderkrippe, Kindertagesstätte

Tagesablauf: In der Kinderkrippe ist der Tagesablauf geprägt von stabilen und vorhersehbaren Zeitabläufen. Die festen Rituale und überschaubare Regeln erleichtern nicht nur das Zusammenleben, sondern geben Ihrem Kind auch Struktur und Sicherheit. Besonders wichtig im Tagesablauf sind auch die gemeinsamen Schlaf- und Ruhephasen. In vielen Kinderkrippen kann das Einschlafen durch mitgebrachte Kuscheltiere oder Schnuller erleichtert werden.

Mahlzeiten: In der Kinderkrippe erhält Ihr Kind altersgerechte Mahlzeiten. Für gewöhnlich können Sie es aber auch dort stillen. Es besteht auch die Möglichkeit, dass Ihr Nachwuchs Ihre abgepumpte Muttermilch oder Fertigmilchnahrung trinkt.



Beschäftigungsangebote: In der Kinderkrippe besteht ein grosser Teil des Tages aus „Freispielzeit“. In dieser Zeit kann Ihr Kind selbst entscheiden, wo, was und mit wem es spielt. Im freien Spiel setzt sich Ihr Kind mit der Welt auseinander, erkundet sie und probiert sich selbst aus. Das Kind findet heraus, wie und was es mit seinen Kräften alles erreichen kann, beispielsweise beim Anstossen oder Bewegen von Gegenständen. In der Kinderkrippe werden neben dem Freispiel auch gezielte Beschäftigungen zur Förderung und Bildung des Kindes angeboten.

Zusammenarbeit mit den Eltern: Die Kinderkrippe arbeitet eng mit den Eltern zusammen. Die Mitarbeiter der Einrichtung sind jederzeit Ansprechpartner für Ihre Anliegen und Bedürfnisse. Die Mitarbeiter geben Ihnen regelmässig Rückmeldung über die Entwicklung des Kindes. Zudem werden in der Kinderkrippe Elternabende veranstaltet und Sie können an gemeinsamen Aktivitäten teilnehmen.

Sprache: Die Spracherziehung beginnt in der Kinderkrippe mit dem ersten Tag, denn Ihr Kind nimmt die Welt mit allen Sinnen wahr, es hört die Stimmen der Erzieher und alle anderen Geräusche. Neben Rollenspielen unterstützen Lieder, Reimgedichte und Geschichten das Kind dabei, seine Muttersprache zu lernen. Dabei ist die persönliche, verbale Kommunikation genauso wichtig wie die nonverbale Kommunikation mittels Gestik, Mimik und Körperhaltung.

Mütter-Väterberatung

In der ganzen Schweiz wird Mütter-Väterberatung angeboten. Die Anmeldungsunterlagen erhalten Sie automatisch von der Kinderärztin, dem Geburtsspital, der Gemeinde oder dem Jugendamt ihrer Gemeinde. Dieses Angebot ist für Eltern, deren Kinder 0 bis 4 Jahre alt sind. Es ist gratis und unverbindlich, d.h. man muss nicht immer in die Beratung und eine telefonische bzw. schriftliche Absage oder Kündigung ist ebenfalls nicht notwendig. Sie werden zu jeder Problematik in Bezug Ihres Kindes unterstützt wie z.B., wenn Ihr Kind nichts isst, zu viel isst, Schlafprobleme, Blähungen oder andere Krankheiten hat etc. Auch wenn Sie Ihr Kind in einen Verein schicken oder für eine Sportart anmelden möchten, aber wissen nicht wo und wie, wird Ihnen geholfen.

Die Mütterberaterinnen

- beraten und begleiten Sie in Ihrer Aufgabe als Eltern von Säuglingen und Kleinkindern
- beraten Sie beim Stillen und bei Stillproblemen
- beobachten und beurteilen mit Ihnen die Entwicklung Ihres Säuglings und Kleinkindes
- besprechen mit Ihnen die individuell angepasste Ernährung Ihres Kindes
- können Sie in der Pflege des gesunden oder kranken Kindes unterstützen
- besprechen mit Ihnen alltägliche Erziehungsfragen
- weisen auf ärztliche Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen, Unfallverhütung usw. hin
- vermitteln Ihnen Kontaktadressen von weiteren Fach- und Beratungsstellen
- unterstützen Sie in Ihrem Rollenverständnis als Mutter und als Vater

Sie haben folgende weitere Möglichkeiten, Unterstützung und Beratung in Anspruch zu nehmen:

Telefonberatung

Die Mütter - und Väterberatungsstellen stehen Ihnen von Montag bis Freitag für Beratung und Auskünfte zur Verfügung.

Hausbesuche

Nach der Geburt Ihres Kindes wird eine Mütterberaterin mit Ihnen Kontakt aufnehmen, um auf Wunsch einen Hausbesuch zu vereinbaren. In Ihrer vertrauten Umgebung können sie sich gegenseitig kennenlernen und Fragen besprechen. Weitere Hausbesuche für ein längeres Gespräch können auf Wunsch vereinbart werden.

Beratungsstellen

In den meisten Gemeinden finden in regelmässigen Abständen Beratungen statt. Sie können mit oder ohne Voranmeldung in der Beratungsstelle vorbeikommen und werden individuell beraten. Wartezeiten sind nicht immer zu vermeiden, doch finden Sie vielleicht hier Gelegenheit zum Gedankenaustausch und um andere Eltern kennenzulernen. Die Mütter-Väterberatung ist ein freiwilliges Angebot.

Kurse

Es werden verschiedene Kurse angeboten. Auskunft zu Kursangeboten mit Daten und Kosten erhalten Sie bei Ihrer zuständigen Mütterberaterin.

Ihre Mütter-Väterberatungsstelle? Die genaue Adresse und Telefonnummer der für Sie zuständigen Mütter- und Väterberatungsstelle finden Sie unter folgendem Link: http://www.sf-mvb.ch/Uebersicht-Muetter-und-Vaeterberatungsstellen/Beratungsstelle-in-Ihrer-Naehe/PGW9g/

Lehrplan nach Alter

1 bis 2-jährige

- Sagen Sie «Bismillah hiramanirahim» vor dem Kind, bevor Sie mit einer Arbeit beginnen
- Rezitieren Sie den Heiligen Koran vor dem Kind
- Dinge mit der rechten Hand geben und empfangen
- Stellen Sie sicher, dass Ihr Kind die aktuellsten Impfungen erhalten hat
- Massieren Sie Ihr Kind täglich oder mindestens einmal in der Woche
- Lesen Sie täglich ein Fotobuch zusammen mit Ihrem Kind
- Nehmen Sie Ihr Kind täglich zum Spaziergang mit
- Fördern Sie das Kind «Assalam o allaikum» zu sagen

2 bis 3-Jährige

- Erzählen Sie dem Kind, wie das Wetter ist
- Erzählen Sie dem Kind, wer unser Schöpfer ist
- Rezitieren Sie «Bismillah hiramanirahim» vor dem Kind, bevor Sie mit einer Arbeit beginnen
- Erzählen Sie die Ereignisse des Heiligen Propheten[saw] in Form von Geschichten
- Rezitieren Sie das Gebet vor bzw. nach dem Essen
- Gehen Sie täglich spazieren
- Putzen Sie regelmässig die Zähne des Kindes

3 bis 4-Jähriges Kind

- Beginnen Sie mit dem Yassarn al-Qur'an
- Erzählen Sie dem Kind, wer unser Schöpfer ist und was Er alles geschaffen hat
- Putzen Sie regelmässig die Zähne des Kindes
- Gehen Sie täglich spazieren, in einem Park oder gehen Sie in den Zoo
- Kinder können in diesem Alter schwimmen lernen und können auch ins MuKi Turnen gehen

4 bis 5-jährige Kinder

- Versuchen den Yassarn al-Qur'an fertig zu lesen
- Gebetszeiten und Gebetsnamen merken
- Einschlaf- und Aufwachgebet lernen
- Gewöhnen Sie das Kind daran sich regelmässig die Zähne zu putzen
- Lehren Sie Manieren beim Essen und Trinken
- Zeichnen, Malen und die Verwendung von Scheren (in Ihrer Gegenwart) lernen
- Kinder sollten mit Ihnen versuchen, das Gebet zu verrichten

5 bis 6-jährige Kinder

- Mit dem Yassarn al-Quran abschliessen und mit dem Heiligen Quran beginnen
- Sich kleine Hadiths merken
- Gebete für folgende Tätigkeiten lernen: vor dem Einschlafen, beim Aufwachen, in die Moschee hineingehen bzw. herauskommen, um Wissen zu erlangen und für die Eltern
- Kind sollte Bilder von Hadhrat Masih-e-Maud[as] und Khulfa-e-Ahmadiyyat erkennen können
- Lassen Sie das Kind kleine Gedichte auswendig lernen. Beispielsweise:
  - Hum Ahmadi Bachay Hain
  - Kabhi Nusrat nahi Milti
  - Ho fazl tera ya Rabb
- Ermutigen Sie das Kind, während des täglichen Spaziergangs verschiedene Zeichen / Schilder, Dinge und Aktivitäten zu beachten
- Kinder sollten mit Ihnen versuchen das Gebet zu verrichten

6 bis 7-jährige Kinder

- Gewöhnen Sie das Kind daran, den Heiligen Koran zu rezitieren
- Sorgen Sie weiterhin dafür, dass das Kind Bilder von Hadhrat Masihe Maud[as] und Khulfa-e-Ahmadiyyat erkennen kann
- Das Kind sollte die Gewohnheit entwickeln, im Team mit anderen zu arbeiten und zu spielen
- Das Kind sollte sich die Wohnadresse, Namen der Eltern, des Grossvaters und der Grossmutter merken
- Bringen Sie dem Kind bei, mit seinen eigenen Händen zu spenden
- Kinder sollten mit Ihnen versuchen, das Gebet zu verrichten
- Im siebten Lebensjahr sollte das Kind beginnen, Gebete pünktlich zu verrichten

Schlusswort

Um Kindern eine angemessene Erziehung zu ermöglichen, hat die Lajna Ima`illah der Schweiz einen grossen Beitrag geleistet. Die erste Priorität ist aber weiterhin für unsere Kinder zu beten. Achten Sie zu Hause auf einen liebevollen und respektierenden Umgang. Dies ist die Grundlage für die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes. Der Ehemann muss seine Ehefrau respektieren und die Ehefrau muss seinen Ehemann respektieren. Das Namaz sollte stets pünktlich verrichtet werden. Das Kind wird von Ihren Taten viel mehr lernen als von Ihren Worten. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Allah uns alles gegeben hat und wir Allah immer dankbar sein sollten.

Es ist wichtig, dass dem Kind unsere religiösen Werte nahegelegt werden. Es wird empfohlen, folgende Bücher zu lesen:

1 Minhaj ul Talibin
2 Bachon ki tarbiat kar na kar
3 Hadhrat Rasool e kareem or bachay
4 Payaray Rasool ki payari batain
5 Konpal
6 Ghuncha
7 Gul
8 Guldasta
9 Kamyabi ki rahaen part 1
10 Hikayat e Shireen
11 Waqiat e Shireen
12 Hayat Noor ud Din
13 Meray bachpan ke din

Möge Allah uns helfen, unsere Verantwortung bestmöglich zu erfüllen und unsere Kinder gut zu erziehen. Möge Er uns helfen, unsere zukünftigen Generationen so zu erziehen, dass sie mit dem Khilafat verbunden bleiben und den Worten des Khalifen folgen. Ameen.