

#Elternwissen

02

Zweite Lebensphase
2 bis 3 Jahre

Ich
und
du

A stack of colorful children's blocks is shown. The top block is pink with a cartoon bear's face. Below it is a blue block with a pink car. The next block is green with a bear holding a red umbrella. The bottom block is blue with a deer's head. The blocks are arranged in a slightly irregular stack, and the background is a soft, out-of-focus indoor setting.

Ich bin da!

Nach dem ersten Jahr haben wir uns schon ganz gut kennengelernt. Du kennst meine Bedürfnisse und verstehst mein Weinen oder Quengeln immer besser. Ich weiß, dass du immer für mich da bist. Mit dieser Sicherheit will ich jetzt richtig viel erleben.

Seit ich gehen kann, ist die Welt noch interessanter zu entdecken. Ich bewege mich gerne, probiere alles aus und will vieles selber machen. In beginne nun, mich immer mehr mit dir zu unterhalten. Ich mache lustige Sprechübungen und forme meine ersten Wörter und Sätze. Ich bin unendlich neugierig auf die Welt da draußen und freue mich, dass du mich in dieser aufregenden Lebensphase begleitest!



„Kinder sind keine Fässer, die gefüllt, sondern Feuer, die entzündet werden wollen.“

Francois Rabelais

Liebe Eltern,

Ihr Baby wird nun zum Kleinkind, es ist aktiv, neugierig und macht vielleicht schon die ersten Erfahrungen außerhalb der Familie in einer Spielgruppe oder Kleinkindbetreuung.

Auf den nächsten Seiten finden Sie in kleinen Momentaufnahmen wichtige Meilensteine der Entwicklung Ihres Kindes für das kommende Lebensjahr. Je aktiver Ihr Kind ist und je mehr es entdecken und erleben will, desto fordernder kann der Alltag auch für Sie als Eltern sein. Die Stadt Dornbirn möchte Sie in dieser Zeit bestmöglich unterstützen und hat dafür in Kooperation mit Netzwerk Familie ein ganz besonderes Angebot entwickelt – die Familienlotsinnen. Sie kommen auf Wunsch kostenlos zu Ihnen nach Hause und haben ein offenes Ohr für Ihre persönlichen Fragen und Interessen.

Dipl.-Vw. Andrea Kaufmann
Bürgermeisterin

© Mathis Fotografie



Die Familienlotsinnen kennen die vielfältigen Angebote für Familien und Kinder in der Stadt Dornbirn – von Freizeitmöglichkeiten bis hin zur fachlichen Unterstützung in unterschiedlichen Lebenslagen. Sie informieren, vermitteln und begleiten Sie entsprechend Ihrer individuellen Bedürfnisse. Weitere Information zu den Familienlotsinnen erhalten Sie im Familienservice.

Wir laden Sie zudem ganz herzlich in das Familienzentrum Treffpunkt an der Ach sowie zu den vielen Aktivitäten und Angeboten, die es in Dornbirn für Familien und Kinder zu entdecken gibt, ein.

Marie-Louise Hinterauer
Stadträtin

© Mathis Fotografie



Die Welt entdecken

Wörter sind spannend

Fragen über Fragen. Ich möchte alles wissen und viele neue Begriffe kennenlernen. Um meinen zweiten Geburtstag kann ich zwei bis drei Wörter aneinanderreihen, um mich mitzuteilen. Ich verstehe schon vieles und kann einfache Aufträge ausführen.

Mit rund drei Jahren kann ich einen kleinen Satz grammatikalisch richtig sprechen, zum Beispiel: „Die Mama geht einkaufen.“



Lieblingsspiele

Fingerspiele, Reime und Lieder machen mir nun noch mehr Spaß. Bilderbücher eignen sich, um mit mir ins Gespräch zu kommen.

Die Stadtbibliothek sowie die Stadtteilbüchereien bieten ein umfassendes Angebot an spannendem Lesestoff für mein Alter.

STADTBIBLIOTHEK DORNBIRN

Schulgasse 44, Dornbirn
T +43 5572 306 4820
stadtbibliothek.dornbirn.at
f stbibdornbirn



Hoppe, hoppe Reiter
Hoppe, hoppe, Reiter,
wenn er fällt dann schreit er.
Fällt er in den Graben,
fressen ihn die Raben.
Fällt er in die Hecken,
fressen ihn die Schnecken.
Fällt er in den Sumpf,
dann macht der Reiter
plumps!



KINDER LIEBEN LESEN

Alle Informationen zur frühen Sprach- und Leseförderung des Landes Vorarlberg finden Sie auf vorarlberg.at





QUELLE Gnettner, Ingrid (2010): Mit Händen und mit Füßen will ich den Tag begrüßen.
Fingerspiele und Bewegungsverse für Krippenkinder. München, Don Bosco Medien GmbH.

**Fünf Finger sind
an der rechten Hand
und fünf Finger
an der linken.**

Die eine Hand sagt
„hoppsala!“,
die andere
will winken.

**Erst eine Hand –
dann die andere Hand –
jetzt könnt ihr
zwei Hände sehen.**

Und wie viele Finger
sind es wohl?

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10!



Entdeckergeist

Seit dem 12. Monat bin ich zunehmend mobiler geworden. Ich bin sehr neugierig und möchte viel Neues entdecken. Um die Welt zu erkunden, brauche ich viel Ermutigung und Unterstützung von dir. Wenn ich mich aber gerade nicht wohl fühle, brauche ich dich weiterhin als meinen sicheren Hafen.

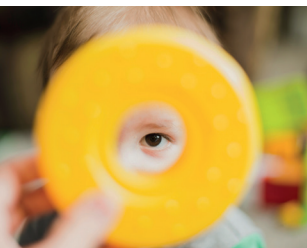


Neue Bezugspersonen

Einer mir „fremden“ Person gegenüber bin ich sehr reserviert, aber auch neugierig. Ich möchte sie kennenlernen, doch nicht ohne dich. Gib mir Zeit und warte, bis ich mit ihr vertraut bin. Bitte geh nie weg, ohne dich vorher von mir zu verabschieden.

Gefühle

Mit zunehmenden Alter beginne ich meine eigenen Geschichten zu erzählen, darüber drücke ich meine Gefühle, Gedanken und auch Ängste aus. Ich muss immer spüren, dass ich mit all meinen Stärken und Schwächen willkommen und angenommen bin. Lob und Anerkennung tun mir gut.



Sicher, geliebt und geborgen



Meine wichtigsten Bezugspersonen sind Mama und Papa. Bei ihnen fühle ich mich geborgen und sicher. Langsam aber erweitert sich der Kreis meiner vertrauten Mitmenschen. Neben Verwandten und Geschwistern werden vor allem Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kinderbetreuungseinrichtungen wichtig für mich. Das ist eine große Veränderung. Zum ersten Mal bin ich längere Zeit von meinen Eltern getrennt und in einem neuen Umfeld. Bitte achte darauf, dass du mich bei diesem Start gut begleitest und mir Zeit gibst, um mich an die neue Umgebung zu gewöhnen.

„Mit einer Kindheit voll Liebe kann man ein ganzes Leben lang aushalten.“

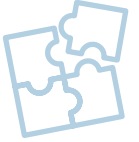
Jean Paul

Meine Meilensteine



12–24 Monate

Ich kann jetzt einfach Gesten nachahmen. Ich spreche erste Wörter wie „Mama“ und „Papa“ und kenne Körperteile wie Mund und Nase. Ich laufe, esse mit der Familie und trinke selbstständig aus einem Becher. Es gibt viele Beschäftigungen, die mir Spaß machen und mich faszinieren. Ich schaue gerne Bilderbücher an, fülle und entleere Behälter, baue Türme aus Holzbausteinen oder kritzle auf einem Papier, wenn du mir einen Stift gibst. Ich brauche viel Bewegung. Dadurch werde ich mit meinen Händen und Füßen immer geschickter und baue meine eigene Kraft auf.



Trocken werden

Ich zeige dir durch mein Verhalten, wann ich bereit bin, trocken zu werden. Warte auf meine Eigeninitiative (Beine zusammenklemmen, Gesicht verziehen, sprachliche Äußerung) und unterstütze mich dann gezielt.

24–36 Monate

Ich kann mich in Zweiwortsätzen ausdrücken, verwende schon Vornamen und die Ichform. Ich habe gelernt, Treppen zu steigen, esse selbstständig mit einem Löffel und kann Kleidungsstücke an- und ausziehen. Ich mag es, mit unterschiedlichen Spielsachen wie zum Beispiel Duplo, Bauklötzen oder Puppen zu spielen. Ich habe mein Gleichgewicht mehr und mehr unter Kontrolle und werde immer mutiger. Klettern macht mir ebenso große Freude wie auf der Stelle hüpfen oder Ballspielen. Da ich mich noch sehr leicht ablenken lasse, wechsle ich schnell meine Interessen und Spielsachen.



Meine Entwicklung ist ganz individuell und verläuft nicht nach genauem Zeitplan. Sei achtsam, beobachte mich und scheue dich nicht, dich bei Fragen an Fachstellen oder die Kinderärztin bzw. den Kinderarzt zu wenden. Die Kontaktdaten dazu findest du ganz hinten.

Was ich brauche ...



Menschen

Es tut mir gut, unterschiedliche Personen zu sehen und Kontakte aufzubauen. Ich freue mich über Besuche bei Oma, Opa, den Nachbarn oder in der Spielgruppe.

Ausprobieren und Lernen

Ich möchte alles selbst versuchen. Zeige mir, wie das geht. Das Spiel mit anderen Kindern tut meiner Entwicklung gut. Ich bin gerne drinnen und draußen und mir reichen einfache und natürliche Spielmaterialien. Sehr gerne mag ich Steckspiele und Puzzles, Bausteine, Knete, Papier falten, malen sowie klettern, Treppen steigen und Fang- und Hüpfspiele.

Richtig essen von Anfang an

Mit deiner Unterstützung entwickle ich Essfertigkeiten und ein gesundes Essverhalten. Wenn wir gemeinsam das Essen zubereiten, anrichten, probieren und in Ruhe genießen lerne ich eine gesunde Lebensmittelauswahl und den Umgang mit Besteck kennen. Ich bin nicht enttäuscht, wenn du mir Wasser anbietest, denn etwas anderes brauche ich gar nicht zum Trinken.

Die ÖGK bietet kostenlose Workshops und Beratungen rund ums Thema „richtig essen“. Weitere Infos dazu findest du hier:



Zutrauen

Vom Krabbeln ins Stehen und Laufen zu kommen, ist spannend. Kleinere Stürze verkrafte ich gut. Bestärke mich und traue mir etwas zu.

Ruhephasen

Schenk mir neben den vielen Spiel- und Lernsequenzen Zeit, das Neue zu verarbeiten. Ich brauche Ruhephasen und ausreichend Erholung, damit ich nicht überfordert bin. Setze digitale Medien selten und bewusst ein und überhäufe mich nicht mit der virtuellen Welt.



Was meine Eltern brauchen ...

Austausch

Dir tut es gut, dich mit anderen Eltern auszutauschen und über mich zu sprechen. Die Erfahrung, dass es andere Menschen in derselben Situation gibt, entlastet dich. So kannst du Unsicherheiten überwinden und dir wichtige Tipps und Tricks holen.

Auszeiten nehmen

Ich nehme deine gesamte Aufmerksamkeit in Anspruch. Aber auch du brauchst immer wieder Zeit für dich. Damit du mir deine volle Zuneigung schenken kannst, wenn du bei mir bist, ist es wichtig, dass du dir immer wieder eine Auszeit gönnst, in der du Energie sammelst und dir etwas Gutes tust.

Unterstützung

Ich bin ein Mensch mit vielen Bedürfnissen. Um diese zu erfüllen, brauchst du manchmal helfende Hände und Unterstützung. Hilfe bieten dir zum Beispiel Fachinstitutionen und Ärzte, aber auch dein persönliches Umfeld. Dabei darfst du diese unterschiedlichen Unterstützungen auch annehmen! So bleibt dir mehr Zeit, um dich um mich und unsere Familie zu kümmern.

Gelassenheit

Manchmal kann ich dich ganz schön fordern. Deshalb solltest du immer wieder zur Ruhe kommen und dich entspannen. Denn Stress und Überforderung übertragen sich auch auf mich. Bist du gelassen und genießt die gemeinsame Zeit mit mir, fühle auch ich mich wohl.



In guten Händen

Die ersten Lebensjahre der eigenen Kinder mitzuerleben ist sehr aufregend. Manchmal stehen Familien dabei vor Herausforderungen. Dabei kann es sich zum Beispiel um die Kinderbetreuung, den Wiedereinstieg in den Job, die Alltagsorganisation oder finanzielle Sorgen handeln. Auch Überforderung, Krankheit, Arbeitslosigkeit oder Ähnliches können das Familienleben belasten.

In Dornbirn gibt es ein breit aufgestelltes Netz von Profis, das Familien in allen Lebenslagen unterstützt. Fragen Sie nach, Sie sind nicht allein!

INFO

Familienservice der Stadt Dornbirn

Hier sind Sie richtig, wenn Sie Fragen zu familiären Angeboten der Stadt Dornbirn, finanzieller Unterstützungen oder Kinderbetreuung haben. Der Familienservice bietet kompetente Beratung in allen Familienangelegenheiten und vermittelt Sie bei Bedarf an die entsprechende Einrichtung. Hier erhalten Sie auch alle Informationen über Betreuungsangebote wie Kleinkindbetreuungseinrichtungen, Spielgruppen oder Babysitterdienste.


Familienservice im Kulturhaus

Rathausplatz 1, Dornbirn • T +43 5572 306 4307 • familien@dornbirn.at
dornbirn.at  dornbirninfo • Mo bis Fr, 08:00–12:00 Uhr und 13:30–16:00 Uhr

Treffpunkt an der Ach

Das Familienzentrum ist ein Begegnungsort für Groß und Klein. Hier erhalten Sie Unterstützung in herausfordernden Lebenssituationen oder können einfach Ihre Zeit mit Ihren Kindern genießen, an einem abwechslungsreichen Programm teilnehmen und Freundschaften knüpfen.

Familienzentrum im Treffpunkt an der Ach

Höchsterstraße 30, Dornbirn • T +43 676 83 306 4301
treffpunktanderach@dornbirn.at • dornbirn.at  treffpunktanderach

Kinderbetreuung

Wenn Sie Fragen zur Kinderbetreuung haben, hilft Ihnen der Familienservice weiter. Sie bekommen hier alle Informationen über Betreuungsangebote wie Kleinkindbetreuungseinrichtungen, Spielgruppen oder Babysitterdienste sowie Betreuung während der Ferien.


Familienservice im Kulturhaus

Rathausplatz 1, Dornbirn • T +43 5572 306 4306 • familien@dornbirn.at
dornbirn.at  dornbirninfo • Mo bis Fr, 08:00–12:00 Uhr und 13:30–16:00 Uhr

Familienlotsin

Familienlotsinnen kennen die vielfältigen Angebote für Familien und Kinder in der Stadt Dornbirn – von Freizeitmöglichkeiten bis hin zur fachlichen Unterstützung in unterschiedlichen Lebenslagen. Die Familienlotsinnen kommen auf Wunsch kostenlos zu Ihnen nach Hause. Bei Interesse wenden Sie sich an das Team im Familienservice.

Familienservice im Kulturhaus

Rathausplatz 1, Dornbirn • T +43 5572 306 4307 • familien@dornbirn.at
dornbirn.at  dornbirninfo • Mo bis Fr, 08:00–12:00 Uhr und 13:30–16:00 Uhr

Netzwerk Familie

Netzwerk Familie hilft Ihnen, die passende Unterstützung für Ihre individuelle Situation zu finden, den Kontakt zu den richtigen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartnern herzustellen und familienunterstützende Angebote in Ihrer Umgebung kennen zu lernen.

Netzwerk Familie

Rathausplatz 4, Dornbirn • T + 43 5572 200 262
info@netzwerk-familie.at • netzwerk-familie.at

Connexia Elternberatung

In der Elternberatungsstelle sind erfahrene Hebammen und diplomierte Pflegefachkräfte für Sie da, hören Ihnen zu und beraten Sie zu Themen wie Ernährung, Entwicklung und Pflege. Die Beratung ist persönlich unter vier Augen oder telefonisch, immer kostenlos, mit oder ohne Terminvereinbarung.

Connexia Elternberatung im Treffpunkt an der Ach

Höchsterstraße 30, Dornbirn • T +43 650 48 787 36 • ruth.puzio@connexia.at
Mo 08:30–11:00 Uhr und 14:00–16:00 Uhr, Mi 09:00–12:00 Uhr

Familienhilfe Caritas

Die Familienhilfe der Caritas unterstützt Familien in Krisenzeiten bei der Kinderbetreuung und im Haushalt.

Familienhilfe Caritas

Wichnergasse 22, 6800 Feldkirch • T +43 5522 200 1043
familienhilfe@caritas.at • caritas-vorarlberg.at

ifs Beratungsstelle Dornbirn

Die Beratungsstelle Dornbirn ist eine Servicestelle für Menschen mit sozialen und psychischen Problemen oder Fragen im Bezirk Dornbirn. Während der Öffnungszeiten steht das ifs - ohne Voranmeldung - für Anfragen, Beratungen und Abklärungen sowie Krisenintervention zur Verfügung.

ifs Beratungsstelle Dornbirn

Kirchgasse 4b, Dornbirn • T +43 5175 5530 • dornbirn@ifs.at
ifs.at/beratungsstelle-dornbirn



„Das Leben der Eltern
ist das Buch, in dem
die Kinder lesen.“

Augustinus Aurelius



Gemeinsam unterwegs

In Dornbirn gibt es neben den zahlreichen schönen Spaziermöglichkeiten und Spielplätzen ein buntes Angebot, um die Freizeit mit Ihrem Kind aktiv zu gestalten.

Treffpunkt an der Ach

Im Familienzentrum ist viel los – vom Familien- und Karenz-Café, über interessante Vorträge bis zum Kasperletheater. Weitere Informationen und das aktuelle Programm des Familienzentrums finden Sie auf dornbirn.at, [f](https://www.facebook.com/treffpunktanderach) treffpunktanderach oder im Gemeindeblatt.

Familienzentrum im Treffpunkt an der Ach

Höchsterstraße 30, Dornbirn • T +43 676 83 306 4301
treffpunktanderach@dornbirn.at • dornbirn.at [f](https://www.facebook.com/treffpunktanderach) treffpunktanderach

Eltern-Kind-Turnen Dornbirn

Beim Schwimmen und im Krabbel-ELKI-Entdeckungsraum können Sie gemeinsam mit Ihrem Kind Spaß an der Bewegung und den Kontakt mit anderen Familien genießen.

Eltern-Kind-Turnen Dornbirn

T +43 664 439 5966
info@elki.at • elki.at

Purzelbaumgruppe

Regelmäßige Treffen mit anderen Eltern und Kindern in der Purzelbaumgruppe sorgen für viel Abwechslung im Alltag mit Liedern, Fingerspielen und allen Themen, die Mamas und Papas bewegen.

Katholisches Bildungswerk

T + 43 676 83240 2139
cornelia.huber@kath-kirche-vorarlberg.at
www.kath-kirche-vorarlberg.at/themen/Eltern-Kind-Gruppen

Stadtbibliothek und Stadtteilbüchereien

Ein umfassendes Angebot an Lesestoff und Veranstaltungen bieten die Stadtbibliothek und die Stadtteilbüchereien.

Stadtbibliothek Dornbirn

Schulgasse 44, Dornbirn • T +43 5572 306 4820,
stadtbibliothek@dornbirn.at [f](https://www.facebook.com/stbibdornbirn) stbibdornbirn

Dornbirn Tourismus

Hier finden Sie Aktuelles und Informationen zu Veranstaltungen und Ausflugszielen in und rund um Dornbirn.

Dornbirn Tourismus und Stadtmarketing

Rathausplatz 1a, Dornbirn • T +43 5572 22188
tourismus@dornbirn.at • dornbirn.info

Freizeitangebote

Dornbirn bietet umfassende Freizeitangebote für Familien. Informationen dazu finden Sie unter anderem im Newsletter des Familienpasses und der Plattform familien freizeit.

Vorarlberger Familienpass

Abteilung Elementarpädagogik,
Schule und Gesellschaft
Fachbereich Jugend und Familie
Landhaus, 6901 Bregenz
T +43 5574 511 22198 • info@familienpass-vorarlberg.at

familien freizeit

Schubertgasse 2, 6850 Dornbirn
info@familien-freizeit.at • familien-freizeit.at

Was tut sich in meiner Stadt? Welche Angebote für Familien gibt es?

Erfahren Sie Neuigkeiten aus der Stadt Dornbirn über den digitalen Newsletter.
Jetzt anmelden unter dornbirn.at/newsletter oder einfach QR-Code scannen.



Notfallnummern

112

Internationaler Notruf

122

Feuerwehr

133

Polizei

144

Rettung

1450

Wenn's weh tut! Gesundheitshotline

01 406 43 43

Vergiftungszentrale

IMPRESSUM

Herausgeber

Amt der Stadt Dornbirn
Rathausplatz 2, 6850 Dornbirn

Fotos

Mathis Fotografie
unsplash.com

pexels.com

Grafik

Sägenvier Design Kommunikation
BZGA.AT

