



## Die perfekten Ferien

**Guide.** Wie die Auszeit unvergesslich wird, warum Kinder Langeweile brauchen – plus Ideen für eine kostengünstigere und sichere Betreuung.



FOTOS: PETRENGOD/ISTOCKPHOTO, BRIGITTE R. WINKLER

Juhu, Ferien! Das Beste an der schulfreien Zeit: Die Kinder müssen nicht pünktlich um acht Uhr in der Klasse sitzen, der Wecker darf endlich pausieren. Schluss mit mühsamen Hausübungen, schweren Schultaschen, strengen Lehrern und Termindruck. Endlich kein Hamsterrad für Kinder und Eltern mehr.

Die Verschnaufpause brauchen viele Kinder dringend, sagt der renommierte Kinderarzt Remo Largo in seinem neuen Buch „Das passende Leben“: „Kinder werden verunsichert und ängstlich, weil sie spüren, dass sie die Erwartungen der Eltern und Lehrer nicht erfüllen können. Das wiederum kann dazu führen, dass sie selbst nicht jene Leistungen er-

bringen, zu denen sie eigentlich fähig wären. Der Druck von Familie und Gesellschaft auf die Kinder ist so groß geworden, dass manche Kinder in ihrer Entwicklung langfristig beeinträchtigt werden.“ Erst diese Woche zeigte eine Studie, dass drei Viertel der Kinder – meist stressbedingt – unter Kopfschmerzen leiden.

Seit seinem Bestseller „Babyjahre“ vor 24 Jahren folgen Eltern dankbar Remo Largos Ratschlägen. Nun hat der 73-Jährige sein letztes Buch geschrieben und analysiert darin, worunter Kinder und Erwachsene leiden: „Wir leben nicht mehr in kleinräumigen, übersichtlichen Lebensgemeinschaften und eingebettet in die Natur, sondern in einer Gesellschaft, die es in

dieser Form erst seit 200 Jahren gibt.“ Was heute fehlt? „Das Großziehen der Kinder war in der Vergangenheit Aufgabe der Familie und der Gemeinschaft. Kinder entwickelten sich, indem sie mit Menschen unterschiedli-

**„Früher entwickelten Kinder sich, indem sie mit Menschen verschiedenen Alters zusammenlebten.“**

**Remo Largo**  
Kinderarzt & Bestseller-Autor

chen Alters zusammenlebten, die ihnen als Vorbilder dienten. So eigneten sie sich die Regeln des sozialen Umgangs an.“ Mit seinen Überlegungen spricht

Largo Ulrike Wöfl vom Kinderschutzzentrum Möwe aus der Seele: „Gemeinsame Zeit ist die Mangelware unseres modernen Arbeits- und Schulalltags – das Einander-Zeit-Schenken wird in den Ferien zum kostbaren Erlebnis- und Erinnerungsgut. Davon profitieren tragfähige Eltern-Kind- sowie Geschwister-Beziehungen“, erklärt sie.

### **Familien-Erinnerungen**

Nur so entsteht das verbindende Wir-Gefühl in einer Familie, betont auch der Präsident der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit, Christoph Hackspiel: „Wenn Kinder von schönen Ferien berichten, und Erwachsene von schönen Erlebnissen aus ihrer Kindheit erzählen, hat das

**Ein Sommer wie damals: Kinder erinnern sich an die einfachen Momente, die sie mit ihrer Familie erlebt haben**

eigentlich immer mit zwei Themen zu tun: unbeaufsichtigte Freiräume für Abenteuer, Spiel und Spaß mit Gleichaltrigen sowie entspannte, vom alltäglichen Leistungsdruck losgelöste Zeiten mit den Eltern. Eine Zeit, frei von gegenseitigem Erwartungsdruck und Nörgeleien, möglichst mit Phasen ohne Fernsehen und Internet.“

Gerade in den Sommerferien sind kreative Konzepte gefragt, denn die Eltern stöhnen unter der finanziellen Belastung der Kinderbetreuung, zeigt eine Umfrage von Akonsult. 68 Prozent der Kinder verbringen Zeit bei Oma und Opa. 60 Prozent der Eltern bleiben selbst zu Hause. Oft schauen

EIN BEAGLE NAMENS DARIA

Happy Birthday, Beagledame!

Danke, Hund. Zu ihrem siebenten Geburtstag schenkte mir Daria eine Lektion in Zufriedenheit.

VON BIRGIT BRAUNRATH

An Darias siebentem Geburtstag habe ich (mit vielen Jahren Verspätung) etwas verstanden. Und zwar die Textzeile eines selbst gemachten Liedes, das mir ein Mann geschenkt hat, als die Jahreszahlen noch mit „1“ begannen. Die Zeile hieß: „Die Schwere hat kein Gewicht.“

Ich hielt das damals für ein Wortspiel ohne Gewicht.

Schon als der Hund drei war, sagte meine Freundin im Urlaub: „Schau dir Daria an, sie sitzt da wie ein Buddha.“ Gemeint war nicht die Leibesfülle, sondern ihre freundliche Gelassenheit mitten im Starkregen emotionaler Gewitter, die sich rund um sie entluden; ihr reines, lockeres Gewahrsein, auf das aufbrausend gestrickte Zweibeiner oft jahrelang erfolglos hinmeditierten.

Darias Fell schluckte die Tränen der Kinder, die einander bekriegten, und zwar die aller Parteien. Rastlosen Erwachsenen legte sie den Kopf in den Schoß, bis völlige Ruhe einkehrte. Dicke Luft schien sie, wie selbstverständlich, einzusaugen und als frische Brise wieder auszuatmen. Sogar dem Allertraurigsten rang sie noch ein Lächeln ab. So ist Daria.

Ende Juni hatte sie Geburtstag. Mir war an dem Tag nicht nach Feiern zumute. Daria auch nicht. Sie hatte Durchfall und stellte das im Keller eindrucksvoll unter Beweis. Beim Putzen dachte ich: „Heute also keine Geburtstagsstulle für den Hund.“ Statt der alljährlichen Fleischorte gab es zum Geburtstag gatschigen Reis mit Karotten.

Und es schien ihr nichts auszumachen, sie kam genauso begeistert dahergelaufen und leerte ihre Schüssel mit großem Appetit. Dann putzte sie jedes einzelne Reiskorn rund herum weg und seufzte zufrieden. Da musste ich zum ersten Mal lachen. Während ich meine seelische Magen-Darm-Grippe zelebrierte, nahm Daria ihre körperliche einfach zur Kenntnis und macht sich einen schönen Tag. Vier Mal führte sie mich zum Gassi-Gehen aus. Jedes Mal spürte ich eine deutliche Besserung. Und am Abend vorm Schlafengehen legte sie ihre Schnauze in meine Hand und schaute mich prüfend an.

„Ja, ja, ich hab's kapiert“, lachte ich, „die Schwere hat gar kein Gewicht“. Dann schliefen wir zufrieden ein.

birgit.braunrath@kurier.at Facebook: BeagleDaria



Gerade geboren und am siebenten Geburtstag: Daria ist die Beste und die Schönste



→ FORTSETZUNG VON SEITE 1

Kindermädchen (19 Prozent) oder Freunde (17 Prozent) auf die Kinder. Teuer werden Hort (14 Prozent) und Sommerlager. Rund 400 bis 600 Euro pro Kind geben Eltern für die Betreuung in den Sommerferien aus. Ein Drittel der Ausgaben geht für Sommercamps drauf, so eine Umfrage der Arbeiterkammer Steiermark. Kein Wunder, dass die Hälfte der Eltern die Ferien laut Akonsult für zu lange hält.

Mehr Bezugspersonen

Im Sinne von Remo Largo sollen Eltern stattdessen den Kreis an Bezugspersonen vergrößern. Die Großeltern sind der Klassiker – und bereits im Einsatz. Sie sind mehr als nur eine Kinderbetreuung, sondern eine wichtige Bereicherung im Leben eines Enkels. Eine Ferienwoche im alten Kinderzimmer der Eltern sorgt für starken Familiensinn und bringt mehr Verständnis der Generationen.

Für kinderlose Tanten, die sich gerne um die Kleinen kümmern, gibt es sogar eine moder-

So wird's ein Super-Sommer

nen Bezeichnung, die dem Zeitgeist mehr entspricht als Patentante: „Professional aunt, no kids“, abgekürzt „Pank“. Auch Onkel und Freunde springen bei diesem Trend ein: Ein Tag mit Kindern im Freibad macht ungebundenen Erwachsenen mehr Spaß, als gestresste Eltern annehmen würden. Und für Buben in der Frühpubertät kann ein Gespräch mit einem anderen Mann als seinem Vater durchaus erhellend sein.

Wer schon Geld für die Betreuung ausgeben muss, kann die Kosten eines Kindermädchens mit anderen Familien teilen. Das macht die Kinder und die Geldbörse glücklich. An den weiteren Tagen kann man sich mit den Eltern abwechseln. Wer einen Freund zu Besuch hat, lässt Papa eher am PC arbeiten.

Kinder in der Arbeit

Auch Arbeitgeber nehmen sich des Ferien-Dilemmas an. So bietet die Bank Austria für Mitarbeiterkinder günstige Ferien camps im eigenen Sportzentrum an, und T-Mobile teilt Tage ein, an denen Mitarbeiter ihre Kinder ins Büro mitbringen dürfen. Da beaufsichtigen Betreuer den Nachwuchs, und zu Mittag treffen Kinder und Eltern einander

in der Kantine. Im Sommer gibt es eine Woche Ausflugsprogramm. Auch kleinere Unternehmen können flexibel sein: Den Vormittag mit einem Buch oder einem anderen Mitarbeiterkind im Büro zu verbringen, ist eine gute Vorbereitung auf die Arbeitswelt.

Meist setzen Eltern sich unter Druck, den Kindern ständig Aktivitäten zu bieten, damit keine Langeweile aufkommt. Nicht nötig, findet möwe-Chefin Wölfl: „Diese Auszeit aus dem Alltag ist eine Chance für Kinder und Jugendliche, sich selbst kennenzulernen. Dabei kann das Gefühl der Langeweile – oder des ziellosen Treibenlassens – zu Kreativität führen.“

Zeit im Grünen tut Kindern besonders gut, betont Largo: „Kaum ein Kind zieht sein Zimmer, auch wenn es mit Spielzeug noch so vollgestopft ist, dem Spiel mit anderen Kindern in der freien Natur vor. Die Natur übt eine starke Anziehungskraft auf Kinder aus. Wahrscheinlich weckt sie in ihnen 100.000 Jahre alte Lernimpulse, die sie für ihre Entwicklung brauchen.“



Für die Freiheit gibt es kaum Altersangaben. Die Eltern müssen das Kind genau einschätzen

Wie viel Freiheit darf ich meinem Kind erlauben?

Gesetz. Die Ferien sind eine gute Gelegenheit, dem Kind die Möglichkeit zur Selbstständigkeit zu geben. Die Leiterin der Kinder- und Jugendanwaltschaft Oberösterreich, Christine Winkler-Kirchberger, erklärt, was die Gesetze sagen.

Was bedeutet Aufsichtspflicht?

Eltern haben die Pflicht, ihre Kinder bis 18 Jahre vor Gefahren zu schützen. Diese Aufsichtspflicht ist sehr abhängig von der Situation und der Reife des Kindes und muss individuell beurteilt werden. Bei uns rufen Eltern an, um die konkrete Situation abzuschätzen. Oft geben wir auch praktische Tipps, etwa dass man den Busfahrer informiert, wenn man das Kind alleine zu den Großeltern fahren lässt. Ein umzäunter Spielplatz ist anders zu bewerten als ein Schwimmbad. Geprüft wird die Aufsichtspflicht vor allem, wenn etwas passiert ist.

Ab wann darf ich mein Kind alleine zu Hause lassen?

Es gibt keine Altersgrenze und es hängt von der Situation ab, etwa ob es eine Nachbarin gibt, die helfen könnte. Nein haben wir gesagt, als jemand sein elfjähriges Kind über das Wochenende alleine lassen wollte.

Wie lange dürfen Jugendliche ausgehen?

Die maximalen Ausgehzeiten sind in jedem Bundesland einzeln geregelt. Ab 16 Jahren gibt es keine Begrenzung mehr. Unter 14 Jahren müssen Kinderspätestens um 21 oder 22 Uhr zu Hause sein. Infos gibt die App U18 auf www.kjja.at.

Wann dürfen Jugendliche ohne Erwachsene wegfahren?

Laut Gesetz dürfen sie bis 18 nicht ohne Aufsichtsperson wegfahren. Manche Hotels nehmen keine Jugendlichen ohne Erwachsene. Abhängig von der Dauer und Reife kann es erlaubt sein, etwa wenn es vor Ort eine Bezugsperson gibt. Wichtig ist eine Einverständniserklärung der Eltern. Die Polizei kontrolliert Jugendliche.

Was muss ich noch beachten, wenn mein Kind alleine auf der Straße unterwegs ist?

Mit dem Rad darf ein Kind erst ab 12 Jahren oder nach der Radfahrprüfung mit zehn Jahren auf der Straße fahren. Mit einem Scooter darf ein Kind am Gehsteig fahren, aber nicht auf der Straße, so das Kuratorium für Verkehrssicherheit.

Handy(frei)zeit mit Kindern

Entspannt. Das Handy birgt ein großes Konfliktpotenzial in den Familien, zeigen Studien. Für entspannte Ferien müssen daher klare Smartphone-Regeln vereinbart werden. Konkrete Uhrzeiten, in denen die Kinder online sein dürfen, oder eine Anzahl an Stunden. Safer Internet-Geschäftsführerin Barbara Buchegger rät, mit dem Kind darüber zu sprechen, mit welchen Inhalten es sich beschäftigt. „Lassen Sie sich von Ihrem Kind zeigen, was es spielt. Sie können ruhig auch mitmachen.“ Lernspiele können ja durchaus im Interesse von Eltern sein oder Sprach-Lern-Apps vor dem Urlaub. Gewarnt wird vor Mehrkosten, die durch intensivere Datennutzung in den Ferien entstehen können.

Jetzt können Eltern leichter erkennen, ob ihr Kind handy-süchtig ist. Ein Merkmal ist, dass es lieber zu Hause online spielt als sich mit anderen Kindern zu treffen. Erwachsene sollen daher als Vorbild ihr Handy weglegen. In einer britischen Studie sagte ein Drittel der Kinder, dass sie ihre Eltern schon dazu auffordern müssten.



Die coolsten Feriencamps

Tipps. Fußball oder Reiten – das ist das typische Feriencamp für Kinder. Für Abwechslung gibt es Angebote mit Abenteuer- oder Coolness-Faktor als gute Gelegenheit, neue Interessen zu probieren und seltene Hobbys auszuprobieren. Manche Kinderschläfen lieber daheim und haben nur tagsüber Programm. Andere genießen die Auszeit von den Eltern – für alle ist das ein Entwicklungsschritt. Wichtig ist, dass die Eltern die Gruppenleiterpersönlich kennenlernen, rät das Kinderschutzzentrum Möwe, und dass das Kind weiß, an wen es sich bei einem Problem oder einer unangenehmen Gruppendynamik wenden kann.

Graffiti & Design

An der Legalitätsgrenze bewegt sich das Sommercamp „Street Art“: Dort entwickeln Kinder ihren eigenen Graffiti-Stil und ihre persönliche Unterschrift an der Wand und sie lernen, welche Mauern sie überhaupt besprayen dürfen. Neben an-

nen kleine Designer eine Woche lang ein Kleidungsstück entwerfen und selbst nähen (www.kids4sport.at).

Tanz & Bewegung

Eine gute Ergänzung für die coolen Großstadt-Kids ist „Street Dance“: HipHop, Breakdance und Streetdance schon ab fünf Jahren (www.bigsmileclub.com/kids).

Ab in die Natur

Eine Woche im Wald ist eine Abwechslung für Stadtkinder: Im „Bunten Dorf“ im Waldviertel verbringen Kinder eine Woche oder zwei Wochen im Zelt (www.dasbuntedorf.at). Das Camp der „Waldläuferbande“, bei dem die Kinder im Burgenland wie ein Naturvolk leben, ist schon ausgebucht (www.waldlaeuferbande.at/sommercamp). Viele Kinder machen ihre Outdoor-Erfahrungen ohne Eltern mit den Pfadfindern.



Zurück zur Natur – und weg von den Eltern: Das macht Spaß!

Coding & Roboter

In Zukunft werden vielleicht Roboter auf die Kleinen aufpassen, jetzt können Kinder schon lernen, wie sie mit den schlauen Maschinen umgehen. Beim DaVinci-Sommercamp in Wien bauen die eigene Roboter und



Im Sommer lernen die Kinder auch etwas Wichtiges: Selbstständigkeit

Die Sommerferien sind die Zeit zum Durchatmen und für all die Familienmomente, die sonst zu kurz kommen

Holli Knolli als Ferienbegleiter

Gratis. Wer Aktivitäten mit seinen Kindern plant, hat im Sommer eine Menge Auswahl. Das Ferienspiel in Wien mit seinem Maskottchen HolliKnolli hat Tradition: Hunderte Angebote gibt es in ganz Wien, viele davon kostenlos. Die Kinder haben in der Schule die Broschüren für 6 bis 10 Jahre oder für 10 bis 13 Jahre erhalten. Wersie nicht hat, kann sich unter www.ferienspiel.at einen Überblick verschaffen und in der wienXtra-kinderinfo im Museumsquartier einen Ferienspielpass holen. Manchmal ist auch eine Anmeldung erforderlich. Restplätze für die KinderUmbi gibt es bis 6. Juli.

Heute, Sonntag, findet von 14 bis 19 Uhr das Ferienstart-Fest im Donaupark Wien mit Bühne und Stationen statt (www.ferienspiel.at). Beim Lesefest im Rathaus (10 bis 18 Uhr) warten 40.000 Gratis-Bücher auf Leser (www.lesefest.at)

Paaradox

Sie Eine der häufigsten Fragen, die mir der Mann nebenan stellt, ist die: Geht das eh so? Dabei wirft er sich in Pose und will von mir wissen, ob er das anziehen kann. Wobei wir nicht von Events an der Cote d'Azur reden, sondern über „Grillen bei Freunden“ (Floridsdorf), „Ausflug an den See“ (Burgenland) oder „Open House bei der Tante“ (stüdlisch von Wien). Und über damit verbundene Aspekte wie: Verletzt er mit diesen Socken den Grillparty-Dresscode?, Schaut er in dem rosa Hemd aus wie der kleine Bruder von Prinzessin Lillifee? oder: Wirkt er im T-Shirt mit der Aufschrift „Nackt sehe ich besser aus!“ wie jemand in der Identitätskrise?

Leider nein.

Egal, weil in den meisten Fällen muss ich seine Geht das eh?-Stillfrage sowieso mit „Bitte nicht!“ abschmettern. Was er gar nicht leiden kann, denn selbstverständlich ist seine Frage nur rhetorisch gemeint. In Wahrheit akzeptiert er nur eine Antwort: „Toll schaut aus, du kleiner Charlie Lagerfeld, du.“ Doch weil ich ehrlich bin und er schon groß ist, sage ich, dass er so kein Kandidat für den „Goldenen Kleiderhaken“ wird. Also landen wir oft in einem Diskurs, den er mit folgendem Satz einleitet: Wieso gefällt dir das nicht? Das schaut super aus! Worauf ich ihn frage, warum er mich überhaupt fragt. Anschließend streiten wir laut, ob dieses vernudelte T-Shirt in Ausgewaschen-Weiß als mutiges Fashion-Understatement (er) oder eher als Reibfetz'n taugt (sie). Und ob diese am Popsch ausgebeulte, kurze Hose in Ausgewaschen-Militärgrün exzentrisches Anti-Establishment-Stilmittel ist (er) oder doch eher eine Metapher für die Regression in die Zeit, als der Mann nebenan noch mit Skateboard in die Schule fuhr (sie). Alles in allem ein Fall für den Altkleidersack.

Lesekabarett: 23. 7. Summerstage Wien; 17. 8. Linz, Rosengarten

gabriele.kuhn@kurier.at Facebook: facebook.com/GabrieleKuhn60



Geht das eh so?

Begutachtung. Die Sache mit dem Ausgehen hat gelegentlich einen (Kleider-)Haken.

VON GABRIELE KUHN & MICHAEL HUFNAGL



Er Es stimmt tatsächlich, was meine Frau schreibt (ja, das kommt vor). Ich frage sie mitunter vor dem gemeinsamen Ausgehen, um was für eine Art Veranstaltung in was für einer Art Lokal mit was für einer Art Menschen es sich handelt, um mich stystemäßig zu orientieren. Sie sagt dann gerne: „Pffft, was weiß ich, ganz normal halt.“ Was so viel heißt wie Frag' nicht so blöd, siehst du nicht, dass ich mit mir selbst beschäftigt bin? Aber natürlich informiere ich mich aus gutem Grund. Ich kenne nämlich nur allzu gut ihren subtilen Spockismus – also das wortlose, im Vorbeigehen inszenierte, milden Argwohn andeutende Hochziehen der Augenbraue, das mir en passant signalisiert: Nun denn, wenn du meinst?! Denn irgendetwas passt immer nicht. Was genau, finde ich jedoch meistens erst nach einem investigativen Furioso heraus, weil mir ihr gemurmertes Hmmdashemdistirgendwiesohnmajazuderhoseweißnicht keinerlei Aufschlüsse bietet. Und nur deshalb stelle ich laut und deutlich rechtzeitig die Frage: „Geht das eh so?“ Um mir das zeitraubende Zwischenspiel zu ersparen.

Outfitfragen

Originell an der Story ist jedenfalls der Mut der Liebsten, sie zum Kolumnenthema zu machen. Denn ich verrate kein Geheimnis, wenn ich offenbare, dass sich 99 Prozent aller Outfitfragen eher nicht um mich drehen. Mein bevorzugter Dialog: Sie: „Wie schaut das aus?“ Ich: „Toll!“ Sie: „Nein, ehrlich jetzt?“ Ich: „Ehrlich toll!“ Sie: „So lieb. Aber du musst sagen, wenn's nicht passt.“ Ich: „Eh, schaut toll aus.“ Sie: „Echt?“ Ich: „Ja.“ Sie: „Sag!“ Ich: „Was?“ Sie: „Weiß nicht.“ Ich: „Schatzi bitte!“ Sie: „Ich geh' mich schnell umziehen.“

Solo-Programm „Abend mit einem Mannsbild“ wieder im Herbst: u. a. 23. 10. Rothneusiedl, 4. 11. Kottlingbrunn, 17. 11. St. Pölten

michael.hufnagl@kurier.at Facebook: facebook.com/michael.hufnagl9

