

Inhalt

Vorwort 11

Wie wir im Alltag die Demokratie verteidigen 18

Familienpolitik: Basis für die Demokratie? 18

Wahlen als Familienfest 22

Mit Kindern über extreme Parteien sprechen 25

Politische Veranstaltungen für uns nutzen 27

Demokratie innerhalb der Familie leben 30

Demokratie-Spiel für Kinder 37

Demokratietraining in Sportvereinen 39

Social Media: Es geht nicht ohne, aber wie geht es mit? 41

Eine Sonnencreme für Social Media 43

Wie verantwortungsvoll nutzen wir selbst Social Media? 49

Social Media als politische Chance 52

Demokratische Mittel zur Einflussnahme 56

Das wichtigste politische Sprachrohr von Familien:

Petitionen 56

Exkurs: Kampagne 68

Demonstrationen –

bitte familienfreundlich 71

Wie wir mit Großeltern und anderen Verbündeten die Demokratie verteidigen 83

Gemeinsam für die Zukunft, mit Erfahrung
aus der Vergangenheit 83

Wenn der Riss durch die Familie geht 89

Zusammenschluss der Generationen:

Pflegenotstand trifft Kita-Krise 93

Mental Load²: politisches Engagement
von Alleinerziehenden 96

Wie wir mit Verbündeten unser Klima retten 104

Mit Kita-Kindern die Demokratie verteidigen 110

Selbstwirksamkeitserfahrung in der Kita 111

Kinderrechte 114

Demokratie-Geschichte für Kita-Kinder 116

Mit Schulkindern die Demokratie verteidigen 123

Demokratie-Gap Grundschule 123

Partizipation bedeutet Inklusion 129

Haltung ist der Schlüssel 131

Wie Eltern Anregungen geben können 132

Wie SchülerInnen sich Demokratie in der Schule wünschen 135

Wie unsere Kinder Diskriminierung erleben 142

Wie wir unseren Töchtern den Weg ebnen 142

Diskriminierung: ein großes Thema für Jugendliche 146

Wie wir unsere Rechte als Familie verteidigen 149

Vereinbarkeit von Familie und Job 149

Schwangerschaften, Kinderwunsch und Co. 153

Wie wir unsere Grundrechte verteidigen 155

Wie wir selbst Politik machen können 161

Der Weg in die Kommunalpolitik für Kinder und Eltern 164

Wie wir Parteien familienfreundlicher machen 172

Sollten unsere Kinder wählen dürfen? 180

Erfolgskonzepte:

Wie Familienpolitik funktionieren kann 189

Die Stadt Hamm: auf dem Weg zur familienfreundlichsten Stadt
Deutschlands 189

Familienpolitische Oase Schweden 192

Kinder- und Jugendrathaus München 196

Familienpolitik in Unternehmen? Aber so was von! 198

Zum guten Schluss 202

Dank 203

Literatur 205

Hinweise zum Online-Material 205

Anmerkungen 206