

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