

BABY

KLEINE
LEUTE

MAGAZIN

SCHÖNES SPIELZEUG

VON FAMILIEN GETESTET

DAS WOCHENBETT

TIPPS EINER HEBAMME

BABYBREI

GANZ EINFACH



GESCHENKE ZUR GEBURT



RASSEL FUCHS UND PINGUIN

Niedliche Spielgefährten aus
Naturkautschuk, nachhaltig
und fair produziert.

Von Tikiri

je 14,90 €



SOPHIE LA GIRAFE

Als Willkommensgruß zur
Geburt ist die Giraffe aus
Naturkautschuk seit über
50 Jahren ein echter Klassiker.

Von elements for kids 19,95 €

TIPP GESCHENKEKORB

Zur Vorfreude auf den Nachwuchs gehört auch das Planen: die Einrichtung des Kinderzimmers, der erste Strampler und all die süßen Spielzeuge. Auch Familie und Freunde wollen dazu beitragen. Dafür gibt es bei uns den praktischen Geschenkkorb. Mit euren Wünschen gefüllt wartet er bei uns im Laden auf Freunde und Verwandte, die sich daraus das passende Geschenk auswählen.



EDITORIAL



„Hallo, Welt!“

LIEBE ELTERN,
LIEBE KUNDEN,



willkommen im ersten Jahr! Egal, ob es euer erstes, zweites oder drittes Kind ist – eins ist sicher: Es ist jedes Mal aufregend und immer wieder neu.

Wir haben in unserem Magazin viele Tipps und Wissenswertes rund um die erste Zeit mit eurem Baby zusammengetragen: angefangen von den wertvollen Tipps einer Hebamme für die Zeit nach der Geburt über Ideen für Babys Ernährung bis hin zum Dauerbrenner-Thema „Einschlafen“.

Und natürlich zeigen wir euch viele schöne Spielzeugideen aus unserem Sortiment, mit denen ihr spielerisch die Entwicklung eures Kindes begleiten und fördern könnt.

Wir wünschen euch ein wunderbares erstes Jahr mit eurem Baby und freuen uns auf all eure Fragen rund ums Spielen.

Bis bald!

INHALT

ENTWICKLUNGSSCHRITTE S. 4–11

Babys Meilensteine

DAS WOCHENBETT S. 12–15

Tipps einer Hebamme

SPIELZEUG-SICHERHEITSTEST S. 16–17

Auf Biegen und Brechen

SCHÖNES SPIELZEUG S. 18–21

Von Familien getestet

BABYBREI S. 22–24

Ganz einfach

SPRECHEN LERNEN S. 26–29

Baby lernt sprechen

ZUR RUHE BRINGEN S. 30–32

Einschlaf tipps für die Kleinen

BABYMASSAGE S. 34–35

Für Nähe und Geborgenheit



IMPRESSUM

© 2021/22 ARS e.G.
Ritter-von-Aldebert-Straße 54

D-90766 Fürth
kontakt@arseg.de · www.arseg.de

Preisirrtümer, Preisänderungen
sowie Lieferbarkeit vorbehalten.

Konzept und Gestaltung:
Die roten Reiter GmbH, Nürnberg



BABY'S

MEILENSTEINE

Die ersten 12 Monate rasen dahin. Permanent lernen Babys dazu, nehmen zunächst sich, dann ihre Umgebung und Mitmenschen wahr und beginnen zu interagieren. Kaum zu glauben, dass nach einem Jahr bereits erste Gehversuche gemacht und die ersten Worte geformt werden.

Doch der Reihe nach ... Was passiert eigentlich wann? Und welches Spielzeug ist in welcher Entwicklungsphase das richtige? So genau kann man das nicht sagen. Jedes Kind ist anders. Und das ist auch gut so. Daher sind die folgenden Zeilen auch nicht dogmatisch zu sehen. Vielmehr als grober Richtwert. Kinder sind individuell. Und genau das macht sie ja aus.



DIE ERSTEN DREI MONATE

Alles ist neu für euer Kind. Sämtliche Sinneseindrücke und Wahrnehmungen – das Unterscheiden des Ich von der Umwelt, das Erfassen der Umgebung.

Neugeborene sehen zu Beginn nur schematisch. Erst nach und nach nehmen sie Kontraste und Formen wahr – und erlernen Stück für Stück, Muster zu erkennen.

Eines der ersten „Spielzeuge“ ist daher ein Mobile. Die Augen folgen den Spielelementen, und das Kind hat Freude daran, sie wahrzunehmen und wiederzuerkennen.

Bald schon kann euer Säugling auch entferntere Dinge fokussieren. Mimik wird erkannt – und aus Reflexen werden langsam gewollte Reaktionen. Diese erlernen Babys durch Nachahmung. Lächelt ihr euer Kind an, lächelt es zurück. Schneidet ihr Grimassen, versucht dies auch euer Kind.

SCHNUFFELTUCH BÄR GOLD EDITION

Dieser ausgebildete Schnuffelspezialist begleitet den Nachwuchs von Anfang an.
Von Sigikid

27,99 €



Tag 35:
Jeder Tag
ist spannend.



MOBILE LE VOYAGE D'OLGA

Die Spieluhr dreht das Mobile im Kreis, und Babys Augen wandern mit.

Von Moulin Roty

79,95 €

Auch das Hören muss sich erst auf die neue Geräuschkulisse einstellen: Waren im Bauch alle Geräusche nur gedämpft und von den Körpergeräuschen der Mutter geprägt, prasseln nun unzählige Wahrnehmungen auf das Kind ein, die erst mal sortiert und bewertet werden wollen. So auch die Stimmen der Bezugspersonen, die schon nach wenigen Wochen den richtigen Gesichtern zugeordnet werden können. Ruhige und wiederkehrende Schemata – also beruhigende Geräusche und vertraute Gesichter – helfen eurem Kind, sich geborgen zu fühlen.

Tag 23:
Du schläfst wie
ein Engel.

Eine Spieluhr ist ein solcher Spender von Geborgenheit: Durch die gewohnten sanften Klänge erkennt euer Kind sie als treuen Begleiter wieder.



SPIELUHR ELEFANT GOLD EDITION

Von Sigikid

37,99 €



Tag 105:
Du beobachtest
alles aufmerksam.

3.-6. MONAT



So schnell sind drei Monate vorbei – und gefühlt vergeht die Zeit mit jedem Tag schneller.

Die anderen Sinne wie das Hören und Fühlen entwickeln sich parallel zum Sehen und Erkennen. Euer Kind beginnt, Geräuschen zu folgen und sie zu orten. Es antwortet mit Brabellauten auf eure Stimme – und es begreift seine Umwelt im Wortsinn: Zunächst greift es reflexhaft zu, wenn es einen Finger in die Händchen gelegt bekommt. Schon bald wird dies jedoch zielgerichteter, und die Hände bewegen sich auf Objekte zu, die von Interesse sind.

Das gezielte Greifen ist ein Schlüssel-erlebnis für euer Kind. Es gibt ihm das Gefühl, Dinge selbst steuern zu können und Objekte zu verwenden und den Zusammenhang zwischen eigenem Handeln und dem resultierenden Effekt zu erlernen.

Zeit für die ersten Greiflinge.
Achtet darauf, dass ihr zu Beginn kleine, leichte Greifspielzeuge anbietet, die euer Baby gut festhalten und heben kann.

Ein Spieltrainer ist in dieser Phase besonders gut einsetzbar. An ihm können immer wieder andere Greiflinge und Hänger angebracht werden, die zum Schauen, Tasten und Greifen animieren und so das erste selbstständige Spielen fördern.

Bis zum sechsten Lebensmonat werden Sinne und Bewegungsapparat ausgiebig geschult. Die Muskulatur kräftigt sich, und Greifbewegungen werden aktiver und gezielter. Auch die Interaktion über Stimme und Bewegung wird aktiver. Euer Kind zeigt „soziale Reaktionen“ und lächelt, wenn es euch erkennt oder ihm etwas gefällt.

Die Augen erkennen mittlerweile auch das ganze Farbspektrum, und kleinere, weniger kontrastreiche Objekte werden fasziniert beobachtet und verfolgt.



HÄNGEFIGUR
PÜNKCHEN

Hängefigur aus Holz,
passend zum Spieltrainer.
Von Haba

16,95 €





Tag 137:
Du hast alles
fest im Griff.



GREIFLING PERLENTANZ

Schön bunt, leicht und gut
zu greifen. Aus Holz.
Von rundum

7,95 €

TIPP

Benenne die Dinge, die dein Baby mit
9 Wochen offensichtlich besonders
interessant findet. Ob Teddy oder Puppe,
ob Auto oder Hund – je häufiger du diese
Worte aussprichst und dein Baby dabei eine
Verbindung herstellt, desto leichter und
schneller wird es sich diese Begriffe merken
können.



Tag 160:
Du begreifst deine
Umwelt immer besser. 



SPIELTRAINER PÜNKTCHEN

Dezentes Design und viel
Platz für immer andere
Spielelemente. Das macht
Eltern und Kind Freude.
Die Hängefigur ist separat
erhältlich.
Von Haba

49,99 €

AB 6 MONATEN

6 M.

6 Monate sind um – Zeit für Comedy.

Euer Säugling entwickelt sich zum perfekten Pantomimen: Andere Menschen werden mimisch nachgeahmt – was nicht selten großen komödiantischen Wert hat.

Der Kopf ist nun schon eine ganze Zeit sicher in der Luft, und die Motorik ist gefestigter und koordinierter. Sogar in Bauchlage können nun Objekte gegriffen werden, auch wenn die als Resultat oft umkippen. Das mag zwar ärgerlich sein, doch der Forschergeist ist meist größer – Neues zu entdecken genießt Priorität.

Eine Wasserspielmatte bereitet eurem Kind nun Freude: Selbst ausgelöste Bewegungen, sensorische Wahrnehmung und neue Spielelemente fordern und fördern die Sinne. Und machen Spaß.

WASSERSPIELMATTE GROSSER WAL

Wenn Baby auf die durchsichtige Oberfläche drückt, schwimmen die Fische hin und her. Stärkt die Muskulatur und fördert die Motorik in Bauchlage.

Von Haba

49,99 €



Tag 201:
Du bist voller
Energie.

STEHAUFG PINGUIN

Hier gibt es was zu sehen und zu hören. Der Pinguin rasselt beim Schaukeln und die Kugeln und Scheiben im Bauch schaukeln munter mit.

Von Djeco

21,95 €



Die Zeit fliegt – neue Lagen und Positionen werden getestet: Was passiert, wenn man sich mit den Ärmchen aufstützt? Was, wenn man sich seitlich abrollt? Langsam wird die Sitzposition entdeckt, und eine dritte Dimension kommt in den Bewegungshorizont des Kindes.

Und wenn man schon mal sitzt und die Arme frei hat, kann man die Hände auch für spannendere Spielzeuge benutzen. Diese dürfen auch mal ein Stück wegrollen und animieren so zum hinterherrobben oder -kullern.

Greiflinge werden anspruchsvoller und haben mehr Funktionen als die einfachen Modelle der ersten Greifphase.



SAUGNAPF RASSELSET

Saugnapfe halten diese drei Rasseltierchen auf glatten Oberflächen fest.

Von Hape

16,90 €

TIPP

Motiviere dein Baby, indem du buntes Spielzeug wie z. B. den Greiflingball etwas außerhalb seiner Reichweite legst.

So wird es ihn mit den Augen fixieren, die Arme danach ausstrecken und versuchen, sich dorthin zu bewegen. Das fördert die Entwicklung der Muskulatur und Koordination auf spielerische Weise.



KREISEL ROTONDO

Der allererste Kreisel! Erst greifen, dann drehen ... und schon tanzen die bunten Kugeln.

Von Selecta

14,95 €



SPACE GREIFLINGBALL

Greifling für Fortgeschrittene. Hier darf nach Herzenslust geknautscht, gedrückt und gerollt werden!

Von Selecta

22,95 €



BABY CAR

Extra für kleine Hände wurde dieses bunte Auto aus nachhaltigem Gummibaumholz hergestellt.

Von PlanToys

17,95 €

Tag 278:
Du lernst immer
mehr dazu.

9 M.

AB 9 MONATEN

Mittlerweile ist ein Dreivierteljahr vergangen.

Aus Brabbeln werden Laute, die der Muttersprache nachempfunden werden. Vorlesen und wiederkehrende Kinderreime helfen eurem Kind, auch darin Muster zu erkennen.

Euer Kind entwickelt sich zur autonomen Persönlichkeit mit eigenem Willen. Dazu gehört auch, die Macht zu haben, Dinge selbst zu verändern. Bauklotztürme umzuwerfen oder Objekte fallen zu lassen und zu prüfen, ob Papa und Mama wirklich jedes Mal wieder alles aufheben. Ganz nebenbei begreift euer Baby so auch, dass Dinge sich beim Runterfallen verschieden verhalten. „Erste Schritte in die Welt der Physik“, so könnte man hochtrabend sagen.

Aber auch die Feinmotorik entwickelt sich weiter. Die kleinen Finger können jetzt schon richtig viel und brauchen neue Herausforderungen.

Spielzeuge wie ein Motorikboard, an dem gedreht, gestupst und gefedert werden kann, entsprechen den neuen Fähigkeiten und werden nicht so schnell langweilig.

Doch nicht nur Action bestimmt diese Zeit. Auch Kuschneln gehört dazu. Rituale und nachvollziehbare Abläufe strukturieren den Alltag und geben nicht nur euch, sondern auch eurem Kind Halt.

Tag 294:
Du versuchst, alles in
deine Finger zu bekommen.



BLÄTTERHÄUSCHEN

Auf jeder Seite gibt es etwas Neues zu bespielen und auszuprobieren.

2 Fingerpuppen begleiten durch das Buch.

Von Haba

29,99 €



SPINTIVITY

Hier gibt's richtig viel zu tun. Drehen, drücken, ziehen. Und nichts geht verloren. Mit Klettverschluss zum Befestigen am Laufstall oder Buggy.

Von Selecta

29,95 €

12 MONATE



Und schon ist ein aufregendes, spannendes, wundervolles Jahr fast vorbei.

Bei jeder Gelegenheit wird sich nun an Armen oder Gegenständen hochgezogen. Es gibt so viele faszinierende Dinge. Erste Schritte bringen den Nachwuchs wieder ein Stück näher in Richtung Autonomie und Eigenständigkeit. Euer Kind kommuniziert mit seinen Mitmenschen, versteht Aufforderungen und Verbote und benennt Dinge. Es ist schon richtig groß. Natürlich schwingt da Wehmut mit. Und ganz viel Stolz.

Die erste Puppe wird jetzt ein toller Begleiter. Zum Kuschneln und Umhertragen während der ersten wackeligen Schritte.

Mit unserem Wissen und der langjährigen Erfahrung stehen wir euch in dieser aufregenden Lebensphase gern zur Seite und bieten sinnvolles und nachhaltiges Spielzeug, das euer Kind in seiner Entwicklung fördert – und so schön ist, dass auch ihr selbst viel Freude daran haben werdet.



Tag 350:
Ihr zwei seid unzertrennlich.

BABY SCHATZI

Die erste Puppe. Tröstender Begleiter im täglich wachsenden Aktionsradius.

Von Käthe Kruse

36,99€



RASSELROLLE

Wie man es auch dreht und wendet oder wegstupst:

Die klappernden Holzkugeln motivieren zum Hinterherkrabbeln.

Von nic

39,95 €



Tag 365:
Wir freuen uns auf die weiteren Jahre mit dir!



NA DANN VIELSPASS

DAS WOCHENBETT
mit Mama Nadine
und Papa Patrick



Tipps
von Franziska, Hebamme

Nadine: „Vor 4 Tagen hat die Krankenschwester nach der Entbindung meinem Mann den süßen Kleinen in den Arm gelegt mit den Worten: „1A Bub, viel Spaß miteinander.“ Wir konnten unser Glück gar nicht fassen. Außerdem wurde ich in der Klinik rundum versorgt und hatte immer das Gefühl der vollkommenen Sicherheit. Jetzt sind wir seit 7 Tagen zu Hause, und der Satz „... viel Spaß miteinander!“ bekommt eine ganz andere Bedeutung. Statt Spaß standen am Anfang erst einmal Unsicherheit und die Angst, etwas falsch zu machen. Es ist unser erstes Kind. Und die Verwandtschaft ist über das ganze Land verstreut. Also nix mit Tipps von der Oma. Ich wüsste auch nicht, ob ich die alle so gut fände ...“

Franziska: „Ich höre so oft: ‚Wir haben Angst, etwas falsch zu machen.‘ Aber wer soll es denn merken? Der kleine Kerl, der erst seit 7 Tagen auf der Welt ist?“

Der denkt bestimmt nicht: Hey, die haben ja keine Ahnung. Das Einzige, was das Baby jetzt braucht, ist erst mal Nähe und Ruhe, um sich an alles zu gewöhnen. Das Gleiche gilt für die Eltern. Ihr seid jetzt zu dritt. Nehmt den Kleinen in eure Mitte und vor allem: Genießt es! Das Wochenbett ist so eine schöne Zeit, um das neue Familienmitglied willkommen zu heißen. Und es heißt nicht umsonst Wochenbett, denn es kann bis zu 8 Wochen dauern.

Man muss Vertrauen in das eigene Bauchgefühl haben, die vielen Tipps von außen sind echt nervtötend. Jeder sagt dir was anderes. Mit den vielen Ratgebern und Social Media sind viele Eltern total überfrachtet und viel zu verkopft.“



Viel Nähe schafft Vertrautheit.

Nadine: „Ich hatte mit dem Stillen von Anfang an überhaupt kein Problem. Die Milch ist sofort eingeschossen. Aber der Kleine ist mir immer eingeschlafen. Ich musste in der Nacht dann manchmal 7–8 Mal stillen, weil er wieder unruhig wurde.“

Franziska: „Jedes Baby ist anders. Das eine ist gierig und trinkt alles leer. Das andere nuckelt vor sich hin, schläft wieder ein. So hat jedes sein eigenes Tempo. Und genau darauf kommt es an! Gebt den Kleinen die Zeit, die sie haben wollen. Und nehmt euch die Zeit, um es zu genießen. Ihr habt jetzt erst mal keine Termine. Außer euch 7–8 Mal pro Nacht umdrehen, wieder mit der anderen Brust stillen und ab und zu neu wickeln. Das kann dann auch mal der Papa machen. Weil der vielleicht auch mal 2 Wochen zum Kennenlernen eingeplant hat und nicht am nächsten Morgen um 7 zur Arbeit muss.“

Nadine: „Wir haben natürlich viel recherchiert. Aber wenn man dann das Baby zum ersten Mal im Arm hält, ist alles ganz anders. Ich hatte fast Angst, etwas kaputt zu machen. Und wenn mein Kleiner neben mir liegt und ich mich auf ihn lege?“

Franziska: „Macht es ohne Hektik. Gewöhnt euch dran, da ist jetzt jemand Neues im Bett. Da passiert schon nichts. Wir Hebammen müssen oft auch nicht viel erzählen. Die Eltern haben das nach ein bis zwei Tagen gut im Griff. Aber alles wissen sie nicht. Woher auch. Zum Beispiel sind viele Wochenbetten am Anfang dunkle Höhlen. Die Babys könnten ja das helle Licht nicht vertragen. Aber nein, die mögen das. Leisetreten muss auch nicht sein, normale Geräusche sind völlig okay. Im Bauch war es laut!“

Neben solchen praktischen Hinweisen haben wir natürlich immer die Gesundheit des Babys, aber auch der Mutter im Blick. Es gibt schon viel, was man da im Auge behalten muss. Das Gewicht des Kindes. Die Haut, die Verdauung der Muttermilch oder vom Muttermilchersatz. Die Nabelschnur, aber vielleicht auch entzündete Brustwarzen ...“

Patrick: „... oder over-protective Dads. Ich habe mich ja am Anfang nicht mal getraut, den Kleinen zu wickeln. Und auf einmal hab ich den Rest der Nabelschnur in der Hand. Ich wäre vor Schreck fast in Ohnmacht gefallen. Dabei hat Franziska uns gesagt, der fällt nach 4–7 Tagen von alleine ab. Mal wieder nicht zugehört.“

Franziska: „Zuhören ist manchmal schwer. Viele sind wirklich aufgeregt. Hier geben wir Starthilfe. Und auch so lebensnahe Tipps wie öfter mal den Windeleimer ausleeren, dann benötigt man nicht so einen Müllerzeuger wie den Windeltwister! Stoffwindeln sind eine echte Alternative. Ein häufiger Grund zur Verwendung von Stoffwindeln ist der Wunsch nach Müllvermeidung. Das ist nicht verwunderlich in Anbetracht der Tatsache, dass pro Tag in Deutschland ca. 8 Millionen Windeln im Müll landen.“

Gut zu wissen

Jede Familie, die ein oder mehrere Wickelkinder hat, gibt im Schnitt pro Kind 800–1000 Euro für Windeln aus, die nach Benutzung einfach weggeworfen werden. Stoffwindeln sparen dagegen 30–50%. Und viele Babys vertragen sie auch noch besser. Sie sind atmungsaktiver, und die Temperatur in Stoffwindeln ist um bis zu zwei Grad niedriger als in Wegwerfwindeln. Viele Kinderärzte raten deshalb auch dazu, bei Fieber Stoffwindeln zu benutzen oder die Wegwerfwindel wegzulassen, weil Letztere die Körpermitte zusätzlich aufheizt.

Franziska: „Als Hebamme begleite ich die Mutter oder die Familie schon vor der Geburt, dann bei der Geburt und natürlich auch danach. Mit meiner Erfahrung und Kompetenz gebe ich Sicherheit beim Start in das neue Leben als Familie. Ich erkenne, wenn was nicht rund- oder sogar fälschläuft, und weise darauf hin, was in nächster Zeit noch alles passieren kann.“

Nadine: „Und so haben wir als Eltern langsam begriffen, was die Schwester mit „... viel Spaß!“ meinte. Den haben wir jetzt auch wirklich. Und der wird uns bestimmt auch erst mit dem ersten Fünfer in Mathe vergehen. Bis dahin wächst unsere Familie aber vielleicht noch ein bisschen weiter.“



Gar nicht so einfach: die Besuchsfrage

Alles neu. Alles anders. Alles aufregend. Was ja eigentlich toll ist, kann Eltern gleichzeitig wahnsinnig unter Druck setzen. Und dann stellt sich auch noch Babybesuch ein.

Schon im Alltag fällt es schwer, bei nahestehenden Menschen um Abstand zu bitten. Im Wochenbett ist das beinahe unmöglich: Alle wollen das Baby sehen und auf den Arm nehmen, und natürlich haben alle Ratschläge parat. Aus eigener Erfahrung. Oder vom Hörensagen. Gerade wenn es das erste Kind in Familie oder im Freundeskreis ist, sind die Erwartungen aller hoch. Um diese nicht zu enttäuschen und sich die eigene Wohlfühlatmosphäre zu bewahren, sollten Eltern vorbeugen und sich schon im Vorfeld Regeln überlegen und diese kommunizieren.

Prinzipiell schlecht ist Besuch ja nicht. Wenn er nicht die eigenen Bedürfnisse, sondern die von Eltern und Baby voranstellt. Vielleicht eine kleine Leckerei für Mama mitbringt (anstatt Bewirtung zu erwarten) oder fix den Einkauf erledigt, zu dem man gerade beim besten Willen nicht fähig ist – und auf jeden Fall all die gut gemeinten Tipps und Erfahrungen ungesagt wieder mit nach Hause nimmt.

Wenn das im Vorfeld schwer zu vermitteln ist – wieso dann nicht ein Baby-Honeymoon? Ganz ohne Besuch. Und wenn man soweit ist, freut man sich umso mehr darüber, sein Glück mit lieben Menschen zu teilen.



hält Babys
Bäuchlein warm



WÄRMEKISSEN HONIBONI BÄR

Wenn das Bäuchlein mal drückt, hilft ein warmes Kirschkernkissen.

Von Sigikid

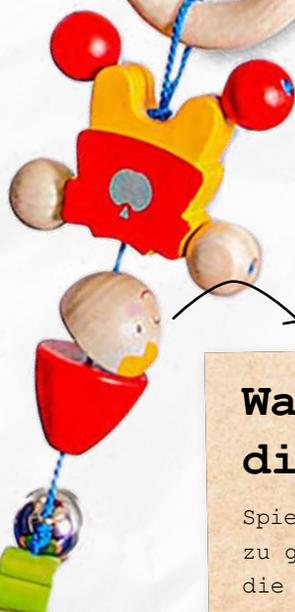
22,99 €



Wir sind
im Wochenbett.
Besuchszeiten nach
Vereinbarung.

AUF
BIEGEN
UND
BRECHEN
SPIELZEUG
HÄRTETEST

goki



ICH HABE
BESTANDEN.

CLIP ZWERG

Babys sicherer Begleiter.
Mit Clip zum Befestigen an
Kinderwagen, Babyschale oder
Spieltrainer.
Von Goki

9,95 €



Was ist eigentlich die EN 71?

Spielzeug muss sicher sein. Um das zu gewährleisten, gilt in Europa die (DIN) EN 71. Diese Norm regelt detailliert und umfangreich von mechanischen und physikalischen Eigenschaften über Entflammbarkeit bis hin zu chemischen Eigenschaften und Grenzwerten bestimmter Stoffe alles rund um die Sicherheit von Spielzeugen. Hersteller bestätigen die Konformität mit dem „CE“-Kennzeichen. Nur damit darf ein Spielzeug in der EU verkauft werden.



Auf Biegen und ... eben NICHT Brechen werden Spielzeuge getestet. Beim Blick ins Prüflabor kann man da teilweise schon an Folterkammern denken – wenn gezogen und geschlagen wird und schwere Gewichte auf Holztiere niedersausen. Doch die Prüfungen kommen nicht von ungefähr: Alles, was Kinder mit Spielwaren tun könnten, wird hier simuliert.

„Röntgenfluoreszenzspektrometer“. Damit gewinnen Sie jedes Galgenmännchen-Spiel. Hersteller wie der norddeutsche Holzspielwarenspezialist goki gewinnen damit vor allem Erkenntnisse. Darüber nämlich, welche Inhaltsstoffe in welcher Konzentration in ihren Produkten stecken.

Denn mindestens so intensiv, wie Greiflinge, Stapeltürme, Fahrzeuge und Co. später gespielt werden, werden sie zunächst auf Herz und Nieren geprüft. Alle Spielzeuge müssen den strengen Richtlinien der DIN EN 71 genügen. Physikalisch und auch chemisch. Nur dann dürfen sie innerhalb der EU verkauft werden und das CE-Zeichen tragen. Die meisten Hersteller unterschreiten die Grenzwerte sogar, um auf der sicheren Seite zu sein.

ZUGPRÜFUNG

Die Norm bestimmt eine genaue Abfolge von Prüfungen. Der Drehmomentprüfung schließt sich beispielsweise eine Zugprüfung an, die feststellt, ob Teile mit einer bestimmten Kraft mittels Klammergriff abgezogen werden können. Mit welcher Kraft gezogen werden muss, hängt von Größe und Material ab. Bei Holzspielzeug sind es in der Regel 90 N Zugkraft über 10 Sekunden, die das Spielzeug unbeschadet überstehen muss.

Auf Herz und Nieren geprüft



SCHLAGPRÜFUNG

Auch die Schlagprüfung stellt die Belastung des Spielzeuges auf die Probe: Eine 1 kg-Scheibe wird aus 10 cm Höhe auf das Spielzeug fallen gelassen – und auch hier muss es unbeschadet bleiben, um die Prüfung zu bestehen.

Gerade bei Spielzeugen für Babys und Kleinkinder sind die Anforderungen besonders hoch: Speichelecht und ohne Klemmstelle, frei von Kleinteilen oder zu langen Kordeln, nicht zu laut und ohne Spitzen müssen sie sein. Aber bitte nicht frei von Spaß und Phantasie!



GREIFLING REGENBOGEN

Gut zu greifen und, dank ungiftiger Farben auf Wasserbasis, auch gut in den Mund zu nehmen.

Von Goki

9,90 €



VON FAMILIEN GETESTET

UND FÜR GUT BEFUNDEN

„Ein Swistachen?!“ Unsere Tochter Paula war völlig aus dem Häuschen, als wir ihr erzählt haben, dass sie bald ein Geschwisterchen bekommt. Sie freute sich riesig, aber wir merkten schnell, dass sie auch verunsichert war. Hilfreiche Tipps kamen von Freunden, die bereits ihr zweites Kind hatten. Ganz vorne dabei: Bilderbücher zum Thema gemeinsam anschauen. Das waren oft sehr schöne und innige Momente zusammen auf dem Sofa.

Und dann kam Luki, die Babypuppe. Die wurde intensiv gefüttert, gewickelt und gebadet. So hat unsere Tochter sich spielend auf die neue Situation vorbereitet. Als unser Sohn dann zur Welt kam, war Paula bereits „Fachkraft“ für alle Fragen rund um die Versorgung des Babys und half mit, wo sie nur konnte. Sie ist jetzt stolze große Schwester.

Üben für das neue Baby



AQUINI MIT TÖPFCHEN

Baden, abtrocknen, füttern. Mit diesen Puppen kann man schon toll fürs Geschwisterchen üben. 7-teiliges Zubehör, Trink- und Töpfchenfunktion, mit Geschlechtsmerkmalen. Von Götz

Badepuppe Mädchen	36,95 €
Badepuppe Junge	36,95 €
Windeln	3,50 €
Flasche	4,95 €
Badewanne	6,99 €

PUPPENWAGEN

Für die Spazierfahrt mit der Puppe. Stabil und reduziert auf das Wesentliche.

Aus Erlenholz, gewachst.

Von Götz

179,00 €

Zum gemeinsamen Vorlesen



EIN GESCHWISTERCHEN FÜR LEONIE

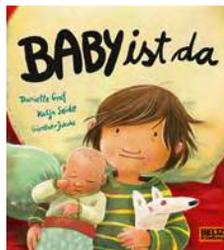
Die vielen Kinderalltagsgeschichten und Tipps verkürzen das Warten aufs Baby. Ab 2 Jahre.

Autorin – Sandra Grimm

Illustratorin – Stéffie Becker

Von Carlsen Verlag

8,00 €



BABY IST DA

Ideales Bilderbuch für kleine, große Geschwister, um das Leben mit dem neuen Erdenbürger alltagsnah und bedürfnisorientiert vorzubereiten.

Autorinnen – Danielle Graf,

Katja Seide

Illustrator – Günther Jakobs

Von Verlagsgruppe Beltz

10,95 €



EIN BABY IN MAMAS BAUCH

Einfühlsam werden Oskars und Mias Fragen zu ihrem kommenden Geschwisterchen beantwortet. Ab 4 Jahre.

Autorin – Anna Herzog

Illustrator – Joëlle Turlonias

Von S. Fischer Verlag

14,99 €



Das Schöne am Elternsein ist, dass man wieder ganz viel spielen darf.

Und so teilt unsere Antonia all die Freude an ihrem Spielzeug mit uns – vom Staunen über die bunten Magnet-Holzflitzer, die mal so und mal so kombiniert werden können, bis hin zum endlosen Spielen mit den lustigen Steck- und Hüpf-tieren, die bei uns immer wieder zu Kicherattacken führen. Die praktischen Swaddles begleiten uns schon seit Antonias Geburt – und sind immer noch klasse zum Guck-Guck-Spielen.



Tolle Muster



SWADDLE RAINBOW SKY UND KOALA

Ob als Spucktuch, praktisches Stilltuch, leichte Decke, Wickel- und Spielunterlage oder Pucktuch – diese weichen Tücher aus doppellagigem Baumwoll-Musselin sind wahre Multitalente.

Von Lulujo

je 14,95 €

LUFTMATZ

Mit dem Luftballon wird aus der Stoffhülle ein leichter und robuster Ball. Durchmesser 20 cm.

Von Matzspiele

9,95 €

BABYPOPI

Lustig, wie die bunten Holzstäbe einem, nach leichtem Druck auf die Tierköpfe, entgegenspringen.

Von Djeco

19,95 €



MAGNETIC RACER

Klackklack – und schon ist das Holzauto dank Magneten zusammengebaut. Mehrere Fahrzeuge lassen sich miteinander verbinden.

Von Tegu

je 19,99 €



MATCHSTICK MONKEY MENTHE

Diesen genialen Greifling können schon die Kleinsten mit ihren Händchen festhalten. Er unterstützt den Greifreflex und ist auch ideal, um die Mundmotorik zu stärken. Kein Wunder, dass er von Logopäden empfohlen wird.

Von French Flair

17,95 €



SEA LIFE BATH SET

Erstes Badespielzeug. Werden die Tiere untergetaucht, gibt es lustige Blubberblasen.

Von PlanToys

24,95 €

Uns ist wichtig, dass unsere Enkel mit vernünftigen Spielsachen aufwachsen. Radau und Geblinke gibt's noch früh genug. Holzspielsachen wie die Bauklötze oder das Memo-Spiel regen die Phantasie an, halten was aus – und sind zeitlos. Dann können sie auch weitergegeben werden, wenn sie nicht mehr interessant sein sollten. Außerdem erinnern sie uns an die Zeit mit unseren Kindern. Schön, dass es noch Spielzeug gibt, das man mit einem guten Gefühl schenken kann.



Zusammen etwas bauen



BAUKLÖTZE

Eins der wichtigsten Kinderspielzeuge überhaupt – der Bauklotz. 27 Teile. Lindenholz, lasiert. Von Glückskäfer/nic

43,95 €



WIEGENHÄNGER MIT CLIP

Eins der ersten Spielzeuge für den Enkel. Kann an Kinderwagen, Babyschale und Co. befestigt werden.

Von rundum

13,95 €



HAMPELMANN

Dieser Klassiker bringt die Kleinen zum Lachen und ist eine schöne Wanddeko im Kinderzimmer. 25 cm.

Von rundum

15,95 €



MOTORIKWÜRFEL

Drehen, sortieren, verschieben – der vielseitige Spielwürfel beschäftigt Kinder stundenlang und fördert die motorischen Fähigkeiten. Größe 20 x 21 x 32 cm.

Von Goki

39,95 €



MEMO KUNTERBUNT

Die wunderschönen Holztäfelchen eignen sich nicht nur zum Memo-Spielen, sondern laden schon vorher zum gemeinsamen Anschauen und Benennen von Tieren und Gegenständen ein.

Von Selecta

29,90 €

JETZT HABEN WIR DEN BREI!



LECKER

Manchmal scheint es, als käme mehr aus dem Mund wieder raus, als man reingesteckt hat. Es ist faszinierend, wie großflächig ein Baby Gemüsepüree verteilen kann. Doch mit der Gewöhnung an Konsistenz und Geschmack wächst auch die Erfolgsquote. Und die Portionsgröße. Aus purer Karotte und ersten Breien wird schnell ein vollwertiges Gericht mit Textur und mehr Geschmack. Abwechslung ist dabei nicht oberste Priorität. Eher die Versorgung mit Energie, Vitaminen und Nährstoffen, die Babys gerade anfangs in großer Menge benötigen.

Schon bald erwachsen aus dem geduldigen Füttern die ersten Schritte zum selbstständigen Löffeln und Probieren. Und auch der Radius, in dem man dann nachher sauber machen muss, wächst. Aber auch das vergeht. Irgendwann. Hoffentlich.



LÄTZCHEN NICHT
VERGESSEN



BABYBREI 1,2,3

Der Anfang könnte einfacher nicht sein: Gemüsepüree plus ein wenig hochwertiges Pflanzenöl. Und auch abends wirkt es für erwachsene Gaumen wohl eher fad: Getreideflocken und Milch. Erst später kommt ein wenig Obst dazu. Aber bitte langsam – sonst führt die Fruchtsäure schnell zu Bauchweh und wunden Po. Schritt für Schritt könnt ihr euch an die Grundrezepte wagen – die genaue Grammzahl ist dabei nicht so wichtig. Und auch wenn Babys meist nicht viel Wert auf Abwechslung legen – es ist sinnvoll, neue Sachen auszuprobieren. Dadurch werden Unverträglichkeiten früh erkannt und Babys Geschmackssinn entwickelt.

BABYBREI GRUNDREZEPTE

VEGGIE VARIANTE



10g
Getreideflocken



100g
Gemüse



2-3 EL
Obstsft
oder -mus

MITTAGS

FLEISCH VARIANTE



30g
Fleisch



50g
Kartoffeln



1 EL
Rapsöl

NACHMITTAGS



100g
Obst



20g
Getreideflocken



1 TL
Rapsöl



100 ml
Wasser

ABENDS



200 ml
Vollmilch



20g
Getreideflocken



20g
Obst

ZU TISCH,

BITTE!



GESCHIRR

Babys erstes Geschirr. Stabil, leicht, rutschfest und aus ressourcenschonendem Material (Zellulose und Polypropylen). Von Lässig

- Little Farmer Schüssel blau, natur je 7,90 €
- Löffel blau, natur je 8,90 €
- Trinklernbecher blau, natur je 8,90 €

FOODJAR LITTLE CHUMS

Ideal für unterwegs! Die Thermobehälter halten den Brei warm.

Von Lässig

je 19,95 €



Hält heiß und kalt



Kein Tropfen geht daneben



BABY
SPRÜCHE

Gut gemeint,
oft gehört.



BINGO

Alle Eltern kennen das:

Man wird mit Ratschlägen und Tipps überhäuft. Natürlich alles gut gemeint. Nächstes Mal einfach „Bingo!“ rufen, wenn jemand schlaue Reden schwingt. Was musstet ihr euch schon alles anhören? Bekommt ihr eine Reihe voll?

„Du kannst dich doch ausruhen, wenn das Kind schläft!“	„Und, schläft ever Baby schon durch?“	„Seitdem ihr Eltern seid, ist nichts mehr mit euch los.“	„Das klingt aber nicht normal!“
„Oje, ihr seht aber müde aus.“	„Ihr verwöhnt ever Kind zu sehr.“	„Es hat bestimmt Hunger!“	„Zieht es nicht so warm an!“
„Wird ihm nicht kalt ohne Mütze?“	„Habt ihr schon den neuen Film im Kino gesehen?“	„Da müsst ihr jetzt durch.“	„Lasst das Baby schreien, das stärkt die Lunge.“
„Was? Ever Kind läuft noch nicht?“	„Er wird noch mit 15 in eurem Bett schlafen!“	„War es ein Unfall?“	„Du hast ja immer noch einen Bauch. Isst du zu viel?“



ACHUTA
ACHUTA
ACHUTA

Wie Babys sprechen lernen

Wir kennen das alle, oder?

„Wauwau?“ – Quatsch, das ist ein Hund. Oder „Dudubäarchibauchibaba“. Wie soll dieses Kind einmal intellektuelle Fähigkeiten entwickeln? So unglaublich das klingt, aber diese Eltern machen doch einiges richtig. Wem das jetzt seltsam vorkommt, dem empfehlen wir mal, die 4 Schritte der Sprachentwicklung zu lesen.

Denn „Dudubäarchibauchibaba“ ergibt nicht nur Sinn, sondern macht vielleicht auch ziemlichen Spaß.

Phase 1 der Sprachentwicklung (von der Geburt bis zum 3. Monat)

Auch genannt die vorsprachliche Entwicklungsphase. Das Baby kann natürlich noch nicht sprechen, erwirbt aber grundlegende Fähigkeiten, um das Sprechen in den folgenden Lebensjahren zu erlernen.

Es macht Erfahrung mit der Sprache, seiner Umgebung und der Funktionsweise der Sprechorgane. Es kann hören und reagiert auf menschliche Laute. Und achtet auf Mundbewegungen. Leider teilt es sich in dieser Phase ausschließlich über das „Schreien“ mit.

Phase 2 der Sprachentwicklung: die erste Lallphase (3. bis 6. Monat)

Die Kinder wenden sich ihrer Umgebung aufmerksamer zu, lächeln jetzt bewusst (das sogenannte „soziale Lächeln“), reagieren also freundlich auf menschliche Gesichter. Sie können sich differenzierter äußern, schreien nicht mehr ausschließlich, sondern teilen sich auch durch Gurren, Quietschen, Lallen, Juchzen und Brabbeln mit. Nun wird auf Ansprache reagiert und eine Antwort abgewartet. Die Babys experimentieren mit Artikulationsorganen, der Stimme und der Atmung. Sie verstehen keine Inhalte, können aber Bedeutung anhand von Stimmklang und Satzmelodie erkennen. Diese Phase durchlaufen weltweit alle Babys – sie ist also international.

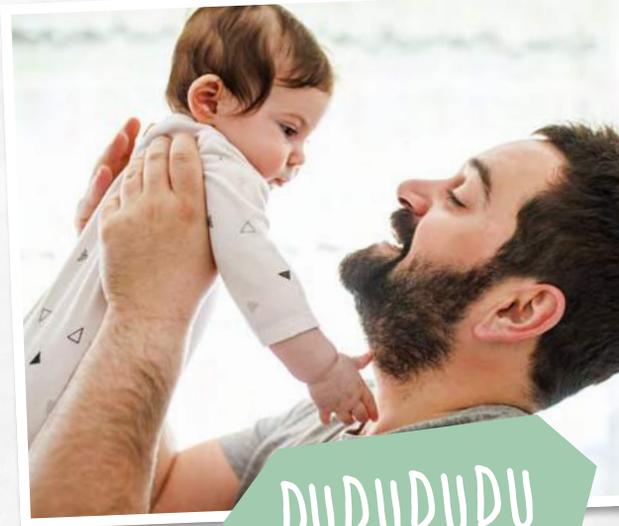
TIPP

Bereits in diesem Alter kann man mit Fingerspielen, Kinderreimen und Liedern beginnen. Indem das Baby Laute und Klänge hört und nachahmt, eignet es sich Sprache an. Den Babys verdeutlicht sich durch die besondere Intonation und die Wiederholung der Sprachrhythmus, was die Sprachentwicklung fördert. Wenn Babys sprechen lernen, orientieren sie sich an den Mundbewegungen der Eltern. Sprecht daher immer direkt mit eurem Kind, sodass es euch dabei sehen kann.

Phase 3 der Sprachentwicklung: die zweite Lallphase (6. bis 10. Monat)

Jetzt sind nicht mehr Berührungsempfindungen im Mund- u. Rachenraum für Lautäußerung vorrangig, sondern sprachliche Anregung der Umwelt. Im Lallen werden ganze Silben und Silbendopplungen gebildet. Die Kleinen haben Spaß an „Brabbelgesprächen“.

Sie üben sich im Nachahmen von Lautäußerungen und ihrer eigenen Lautproduktion. Das Sprachverständnis beginnt, sich zu entwickeln. Babys verstehen einige Namen alltäglicher Gegenstände (wie z. B. Ball).



DUDUDUDU

Phase 4 der Sprachentwicklung (10. bis 12. Monat)

Jetzt fängt es an, richtig lustig zu werden. Aus den intensiven Lallspielchen werden Lallmonologe. Freude kommt bei langen Silbenketten, wie „lalaaa-papa-brrr-attaguu“ auf. In dieser Phase erwarten Eltern das berühmte „erste Wort“.

Tatsächlich weiß das Kind zu diesem Zeitpunkt meist noch nicht, was mit dem Wort gemeint ist, es erkennt aber die Reaktion der Bezugspersonen auf „Laute“ und lernt, dass diese Bedeutung haben. Wenn also der Papa schön mit dem Baby trainiert, hat er es eigentlich selbst in der Hand, ob das erste Wort „Papa“, „Mama“ oder „Wauwau“ wird.

TIPP

Für Babys ist es jetzt besonders erfreulich, wenn ihr Gegenüber sich in ihrer „Brabbelgespräche“ mit ihnen „unterhält“: Einfach mal das Baby nachahmen!

Handlungsbedarf besteht, wenn das Kind in diesem Altersbereich aufhört, Lautäußerungen zu bilden, statt Silben und Silbendopplungen zu lautieren. Es besteht der Verdacht auf Hörprobleme. Bleibt das Lallen also nach dem 7. Monat aus, sollte man sich an einen Fachmann wenden.



TIPP

Wichtig ist es jetzt, die eigene Freude zu zeigen, wenn das Baby etwas äußert, das wie ein Wort klingt. Wenn man das Gesagte wiederholt, das Baby lobt und sich überschwänglich freut, wird es die Laute immer wieder sagen, um die Freude des Erwachsenen zu erleben. Auf diese Weise lernt es in nächster Zeit viele Wörter.

DADADADADA

TOLLE LIEDER
UND REIME
ZUM SPRECHEN
LERNEN

10 KLEINE ZAPPELFINGER

Wie war das noch gleich?

Backe, backe Kuchen ... Texte
und Anleitungen für die ersten
Fingerspiele und Knireiter.

Illustratorin - Antonia Woodward

Von arsEdition

12,00 €

MUH
MUUUHSPIELHANDSCHUH
BAUERNHOF„Muuuh!“, macht die Kuh.
Mamas Hand wird zum
Mitmachtheater und animiert
zum Nachahmen.

Von Haba

17,95 €

BRUMM
BRUMMQUACK
QUACK

GERÄUSCHE, DIE MÜDE MACHEN



LATERNA MAGICA 2.0 LE VOYAGE D'OLGA

Dieses Nachtlicht ist auf dem neuesten Stand der Technik. Neben dem sich drehenden Motiv werden Sterne an die Decke projiziert. 4 Schlaflieder sind gespeichert, weitere können ergänzt werden. Bei Kinderweinen schaltet sich die Lampe automatisch wieder ein und funktioniert auch noch als Babyphone. Von Moulin Roty

79,00 €

Babys zur Ruhe bringen ist ein Kapitel für sich. Jeder entwickelt da seine individuelle Erfolgsmethode. Tagsüber funktioniert das oft ganz gut, weil man selbst die nötige Energie zum In-den-Schlaf-Begleiten hat, doch vor allem die nächtlichen Wachphasen und das schwierige Wieder-in-den-Schlaf-Finden sind kräftezehrend. Mit einem Säugling, der nachts noch ein- oder mehrmals Aufmerksamkeit benötigt, ist der Schlaf ohnehin nicht so tief und entspannt – und ein mitten in der Nacht schreiendes Kind peitscht Eltern gern mal so aus dem Bett, dass man anschließend nicht nur das Kind, sondern auch sich selbst wieder runterbringen muss.

Was Eltern und Kind hilft, ist Monotonie. Gleichförmige Bewegungen, gedämpfte Beleuchtung und eine eintönige Geräuschkulisse. Da auch kleine Kinder beim nächtlichen Umhertragen irgendwann schwer werden, empfiehlt sich für die rhythmische Wippbewegung ein Gymnastikball. Dazu ein sanftes Summen und nicht nur das Kind gleitet schneller wieder in Richtung Traumland.

Es soll Eltern geben, die schwören aufs Um-den-Block-Fahren. Angesichts der Umweltbelastungen aber sicher nicht die Alltagslösung. Auch ein Fön oder das Rauschen eines PC-Lüfters soll Wunder wirken.

Tipp

Babys müssen ihren Rhythmus erst finden. Stück für Stück gleichen sie ihn dem Tagesablauf an. Ihr könnt eurem Kind dabei helfen, indem ihr dem Tag eine feste Struktur gebt. Gewohnheiten und Rituale vermitteln eurem Baby dabei Sicherheit. Leitet die Zu-Bett-geh-Phasen beispielsweise mit Wickeln, Eincremen, Schlafanzuganziehen, Kuscheln und einem Gutenachtlied ein.

Tipp

Ruhe und beruhigende Klänge, Berührungen und Lichtstimmungen helfen beim Entspannen und In-den-Schlaf-Finden. Leises Knistern oder Rauschen, Meeresklänge oder die einfühlbare Stimme vertrauter Personen – Ihr Kind möchte sich zum Einschlafen sicher und geborgen fühlen. Auch sanfte Berührungen wie das Rückenstreicheln oder das Im-Arm-Wiegen unterstützen den Einschlafprozess.

Etwas kindgerechter ist da schon die elterliche Stimme als Geräuschkulisse. Ob als monotones Vorlesen oder Erzählen (und dabei ist es unerheblich, ob es die Tageszeitung oder Gebrauchsanweisungen sind, die man brabbelnd rezitiert) oder als gesummes und gesungenes Schlaflied.

Und wenn man des Singens und Erzählens müde wird, gibt es zum Glück Hilfsmittel, die das beruhigende Hintergrundgeräusch übernehmen und Weißes Rauschen – also white noise – erzeugen. Was sich anhört wie Schiffsgeräusche oder der Sendersuchlauf bei Radiogeräten wirkt Wunder: Das Baby fühlt sich geborgen, kennt es doch die „Unterwassergeräusche“ bereits aus Mamas Bauch. Echte Mamabauchgeräusche gibt es übrigens bei den White-Noise-Kuscheltieren auch. Oder Meeresklänge. Dazu weiche Wärme, gedämpftes Licht und eine möglichst unaufgeregte und vertraute Umgebung, dann sollte dem Hinübergleiten ins Reich der Träume nichts mehr im Wege stehen.



DIE PERFEKTEN SCHLAF PARTNER VON



Macht Geräusche und spielt Lieder.

DOUDOU NATUR

Das Schnuffeltuch hat, bis auf die Schlaflieder, die gleichen Eigenschaften, wie sein großer Freund. An einem seiner Enden kann noch ein Schnuller befestigt werden.
Von myHummy

49,99 €



kuschlig



PREMIUM PLUS LUCAS

Babys sind nicht an Stille gewöhnt. 9 Monate lang waren sie immer von Mamas Herzschlag, dem Rumpeln im Bauch oder dem gedämpften Sound der Außenwelt umgeben. Daher empfinden sie die verschiedenen Geräusche oder Schlaflieder von myHummy als beruhigend und schlafen besser ein und durch. Geht nach 60 Minuten von alleine aus, schaltet sich aber bei einem Geräusch wieder ein.

Von myHummy

59,99 €

GESCHENKE ZUR GEBURT



NAMENSKISSEN

So wie der Anlass! Wählt aus einer Vielzahl von Motiven euer Lieblingskissen. Wir lassen es für euch individuell mit dem Namen des Kindes anfertigen. Von crêpes suzette

Matteo 54,90 €

Eleni 49,99 €



BABY – DAS BESONDERE BABYALBUM

Unser erstes gemeinsames Jahr! Einträge, Fotos und andere Erinnerungsstücke lassen diese wunderbare Zeit auch später wieder lebendig werden.

Übersetzung – Vivien Möslang,
Cara Berg
Von Loewe

26,00 €



GESCHENKSET PÜNKTTCHEN

Das ideale Geschenkset zur Geburt! Greifling und Schnullerkette in harmonischen Grau-Natur-Tönen.

Von Haba

21,90 €



STRICKDECKE ROSA, TAUPE UND MINT

Wie handgestrickt! Wunderbar kuschelige Decken aus weicher Baumwolle mit unterschiedlichen Mustern.

70 x 100 cm.

Von Sigikid

je 34,99 €

BABY MASSAGE



Euer Baby braucht viel Geborgenheit und Zuwendung. Die Babymassage ist eine schöne Art, ihm diese Nähe zu geben. Es lernt durch Berührungen sich selbst und euch besser kennen. Sanfte Berührungen stimulieren die Nerven eures Babys und fördern deren Verästelung. Der ganze Körper wird für euer Kind fühl- und erfahrbar. Zudem senkt eine Babymassage den Stresshormonspiegel und fördert die Entspannung. So können neben körperlicher Anspannung auch Blähungen und Koliken gelindert werden.

Die Zeit, in der Mama und/oder Papa euer Baby massiert, gehört nur euch. Das stärkt das Gefühl der Zusammengehörigkeit und die elterliche Bindung zueinander.



CALENDULA BODY OIL

Zur Massage eignet sich am besten ein mildes Babyöl ohne ätherische Öle.

Vorbereitung

Bereitet euch ein entspanntes Umfeld, das warm genug ist, um einige Minuten nackig zu sein. Achtet darauf, dass ihr gut gewaschene und warme Hände habt. Schmuck und Ringe sollten abgelegt werden – zum einen, damit ihr nicht versehentlich damit hängen bleibt – aber auch, damit sie kein Öl abbekommen. Da eine Massage sehr entspannend sein kann, sollte man mit warmem Wasser und einer frischen Windel in Greifnähe vorbeugen. Und dann kann der entspannten Familienzeit eigentlich nichts mehr im Wege stehen.

Verschiedene Methoden

Babymassage ist nicht gleichzusetzen mit Streicheleinheiten – die natürlich immer toll und wichtig sind. Die Massage folgt einer bestimmten ritualisierten Abfolge und einem Rhythmus. Hierfür gibt es verschiedene Methoden wie zum Beispiel die indische Massage oder die Schmetterlingsmassage. Doch keine Angst: Ihr findet schnell den Weg, der euch und eurem Baby am besten gefällt. Einen speziellen Massagekurs muss man dafür nicht besuchen – im Netz gibt es zahlreiche Anleitungen. Wenn ihr dabei gern den Austausch mit anderen Eltern sucht oder euch unsicher fühlt, findet ihr in eurer Nähe aber bestimmt auch Kurse. Beginnen könnt ihr damit übrigens bereits vom ersten Monat an, solange ihr auf die Signale achtet, die euch euer Kind dabei sendet.

Entspannungshilfe

Möchtet ihr eurem Baby helfen, Koliken oder Blähungen loszuwerden, legt es am besten auf den Rücken und beginnt, mit sanften Kreisen im Uhrzeigersinn das Bäuchlein zu massieren. Als Variante kann man auch mit den Handflächen sanft vom Nabel eures Kindes aus in Richtung Beine streichen. Beide Methoden wirken entkrampfend.



Beginnt damit aber erst, wenn der Nabel richtig verheilt ist. Zur Entspannung hilft es eurem Kind, wenn ihr seinen kleinen Körper diagonal kreuzweise mit der flachen Hand streichelt. Beginnend an der linken Schulter zum rechten Bein und umgekehrt. Beim Handwechsel sollte immer mindestens eine Hand in Kontakt mit eurem Kind sein.

Lockerungsmassage

Auch Babys können schon verspannt sein. Hier hilft eine Lockerungsmassage in Bauchlage. Mit handwarmem Öl könnt ihr den Rücken von oben nach unten mit beiden Händen rechts und links der Wirbelsäule kreisend abwärts massieren. Anschließend kann man das Baby auf den Rücken drehen und seine Vorderseite von oben nach unten massieren. Arme und Beine könnt ihr ebenfalls von oben nach unten ausstreichen. Dabei werdet ihr feststellen: Auch euer Baby genießt bereits eine Fußmassage, und wenn ihr beim Ausstreichen der Arme auch die Händchen berücksichtigt, unterstützt ihr die Körperwahrnehmung zusätzlich. Wenn ihr das Ganze ritualisiert, zum Beispiel beim abendlichen Bettfertig-Machen oder morgens mit dem ersten Windelwechsel, gebt ihr eurem Kind zusätzlich Halt und Struktur. Und euch beiden eine Extraportion Familienzeit.

Und was, wenn das Baby weint? Ganz klar – hier ist aufhören angesagt und herausfinden, was euer Kind gerade bedrückt: Sind es ungewohnte Eindrücke und Gefühle? Oder zwickt der Bauch? Setzt euch nicht unter Druck. Vielleicht klappt es das nächste Mal besser.



HALLO,
BABY



ICH BIN IMMER
FÜR DICH DA.

ICH BIN DEIN FLAUSCHIGES
SCHNUFFELTUCH ZUM
ANSCHMIEGEN, KUSCHELN UND
TRÖSTEN.

MEIN FLACHER KÖRPER
STÖRT DICH NICHT
BEIM SCHLAFEN.

AN MIR GIBT ES VIEL ZU
ENTDECKEN, DENN ICH
HABE VIELE VERSCHIEDENE
STOFFOBERFLÄCHEN.

MEINE KNOTEN KANNST DU
PRIMA GREIFEN UND
AN IHNEN NUCKELN.



SCHNUFFELTUCH
WASCHBÄR 24,99 €