

Leben & erziehen

Von der Schwangerschaft bis zum 4. Jahr

ZU GEWINNEN

10 Autokindersitze ▶ Seite 68



Bitte beachten Sie Seite

59

Endlich ruhige Nächte!

So schläft Ihr Baby durch ▶ Seite 8

Hallo Sonne

Neue Cremes und Kleidung schützen ▶ Seite 40

Sollen Babys zum Zahnarzt?

Was Mediziner raten ▶ Seite 36

Wir feiern Taufe

So wird's ein schönes Fest ▶ Seite 70

Trotz

Probieren Sie es mal mit Humor! ▶ Seite 24

Spielen & fördern

▶ Seite 16

Die besten Spiele nach PEKiP für Kinder ab 1 Jahr:
Ein prima Training für Muskeln und Köpfchen



Spiel und Spaß im Wasser

Babyschwimmen ist eine tolle Förderung,
wenn Eltern auf die
Wünsche der Kleinen achten

Babyschwimmen ist gut für die Muskulatur, trainiert die Motorik und fördert die Wahrnehmung mit allen Sinnen. Gemeinsames Erleben und intensiver Körperkontakt stärken außerdem die Beziehung zwischen Baby und Eltern. Lilli Ahrendt, Expertin für Säuglings- und Kleinkinderschwimmen an der Deutschen Sporthochschule in Köln, beantwortet die wichtigsten Fragen rund ums nasse Vergnügen.

Wann ist der beste Zeitpunkt?

Das Kind sollte mindestens drei Monate alt sein und seinen Kopf kurz anheben können, wenn es auf dem Bauch liegt. Es muss gesund sein, sollte keine wunde Haut und die erste Impfung hinter sich haben.

Tipp: Fragen Sie, ob die Kursleiter vom Deutschen Schwimmverband zertifiziert sind.

Wie lange im Wasser bleiben?

Es reichen maximal 30 Minuten, dann werden Babys müde und können sehr schnell frieren. Ideal ist eine Wassertemperatur von 32 Grad Celsius.

Ist Chlorwasser schädlich?

In Deutschland ist die Chlorierung für Kinder mit

gesunder Haut kein Problem. Außerdem ist Chlor eine Garantie, dass keine Keime im Wasser sind. Nach dem Schwimmen die Kinder gründlich abduschen und eincremen.

Mit Babys ins Freibad oder in Badeseen?

Im ersten Lebensjahr besuchen Sie mit Ihrem Baby am besten nur Hallenbäder, da die Kleinen warmes Wasser, warme Luft und tadellose Wasserqualität brauchen. Lärm, Lichtreflexe oder Massenandrang überfordern die Kinder.

Kinderleicht schwimmen lernen

■ Swimtrainer (ab 3 Monaten) hilft beim Erlernen der richtigen Bewegungen; 19,99 € bei www.swimtrainer.com

■ So geht nichts ins Wasser: Die Bade-Windelhose in Rosa, Gelb und Blau gibt es für je 12,95 € bei www.baby-walz.de



...außer ein wunder Po.

Bepanthen WUND- UND HEILSALBE

- wirkt den ersten Anzeichen einer Rötung entgegen
- unterstützt die Heilung der zarten Babyhaut

Neugierig? Jetzt den Hotspot unter www.bepanthen.de anklicken.

Gefährliche Winzlinge

Knopfzellen sind brandgefährlich, wenn sie im Kindermund verschwinden. Gerade Kinder zwischen einem halben und zwei Jahren verschlucken manchmal solche Gegenstände. Wichtig: sofort in die Klinik fahren. Denn die Batterien können in der Speiseröhre hängenbleiben und durch Entladung zu Schleimhautverbrennungen mit Spätfolgen wie Narben führen.



Bepanthen®. Für eine heile Welt.

Payer HealthCare
Payer Vital

Bepanthen® WUND- UND HEILSALBE, Wirkstoff: Bepanthol, Anwendungsgebiete: Zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen Wunden, Haut- und Schleimhautschädigungen, Zerkleinerung und Beschädigung von Haut. Lesen Sie die Packungsbeilage und folgen Sie Ihren Anweisungen. Apotheker