

# RATGEBER KINDERN **0-1** Jahr

## FRAGE AN DIE EXPERTIN

### Auch bei Frost raus?

Im Januar kommt unser Baby zur Welt. Darf ich mit dem Neugeborenen auch im Kinderwagen spazieren gehen, wenn es mal unter null Grad hat?

**Ute Höfer, Hebamme aus Siegen, antwortet:**

**J**a, natürlich. Es ist sogar gesund fürs Baby, wenn Sie bei klarem Wetter spazieren gehen. Seine Lungen werden durchlüftet und das Immunsystem gestärkt. Die Kinder schlafen danach auch sehr gut. Achten Sie aber darauf, dass Ihr Kinderwagen warm ausgestattet ist (mit einem Kuschelsack oder Ähnlichem), damit Ihr Baby nicht friert. Oben sind die Kinder meist gut eingemummelt, aber auch von unten ist das wichtig. Sie können Ihrem Baby zum Beispiel ein warmes Dinkelkissen an die Füße legen. Noch ein wichtiger

Punkt: Es sollte genügend Luft in den Wagen kommen. Decken Sie Ihr Kind deshalb nicht bis oben hin zu, damit ein ausreichend großer Bereich zwischen Decke und Wagenverdeck frei bleibt. Übrigens: Hat der Kinderwagen eine dunkle Farbe, kann sich im Innenraum die Luft stärker aufheizen. Bei nebligem, feuchtem Wetter verschieben Sie den Spaziergang mit dem Neugeborenen besser. Wenn es regnet, macht es vielleicht nicht so viel Spaß, aber die Luft tut trotzdem gut. Auch bei Schnee dürfen Sie ruhig raus.



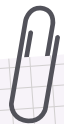
### Mobile mit Erinnerungen

Fotos laminieren, an Fäden hängen und die wiederum an mehreren, übereinander angeordneten Ästen befestigen, sodass alles im Gleichgewicht ist. Mit Muscheln, Federn etc. schmücken.



**Ein Einhorn in die Mikrowelle stecken? Klar, dafür hat dieses eine Lavendel-Hirse Korn-Füllung im Bauch. Warmies; 16,99 Euro**

**5,5**  
**MILLIONEN**  
Tage blieben Eltern 2016 zu Hause, um sich um ihr krankes Kind zu kümmern, so das Bundesgesundheitsministerium. Seit 2007 hat sich die Zahl damit etwa verdoppelt. Insgesamt darf sich jeder zehn Tage im Jahr freinehmen, wenn sein Kind krank ist.



### Oliver und Olivia

sind die beliebtesten Baby-namen in England und Wales. Obwohl es beide Namen auch in Deutschland gibt, sind sie hier weniger verbreitet. In der Statistik von 2016 schafften sie es nicht unter die ersten 35.

QUELLE: OFFICE FOR NATIONAL STATISTICS

Diese Experten stehen unserer Redaktion zur Seite



**Schwangerschaft** Dr. Hiltrud Kessler, Frauenärztin, und Irene Gruber, Hebamme | **Stillen** Brigitte Benkert, Stillberaterin | **Ernährung** Dr. Ute Alexy und Dr. Annett Hilbig, Ernährungsberaterinnen | **Entwicklung** Prof. Dr. Sabina Pauen, Entwicklungspsychologin | **Schlafen** Dr. Daniela Dotzauer, Baby-Coach | **Kindergesundheit** Dr. Herbert Renz-Polster, Kinderarzt | **Homöopathie** Dr. Patrick Kreisberger, Homöopath und Kinderarzt | **Erziehen** Dr. Anita Schächter, Kinderpsychologin | **Fernsehen & Co.** Elisabeth Schallhart, Medienpädagogin | **Kindergarten** Martina Bentenrieder, Erzieherin | **Familienpolitik** Claudia Hagen, Familienbund der Katholiken