



Ein guter Start

Handreichung für eine spannende Reise



Naturladen Braunschweig
Wilhelm-Bode-Straße 33 | 38106 Braunschweig

... warum wir tun, was wir tun.



Eltern werden mag manchem wie eine Abenteuerreise erscheinen.

Bei mir war es definitiv so.

Kaum ein Ratgeber (ob in Form eines Buches oder einer lieben Person, Freundin, Schwiegermutter) konnte mich wirklich auf das vorbereiten, was mich erwartete.

Über die Jahre und drei Kinder weiter hat sich in mir etwas geformt: Der Wunsch, „Reisebegleiter“ auf einem kleinen Teil Eurer unendlich aufregenden, einzigartigen und wunderschönen Reise zu sein.

So möchten wir Euch ein wenig Rüstzeug in Form von „entstressenden“ Tipps & Anregungen mitgeben, damit Ihr diese Zeit – allem Schlafmangel zum Trotz – vor allem genießen könnt.

Fragt uns sehr gerne Löcher in den Bauch -
und seid euch zu jeder Zeit sicher:

Es war für uns alle ein riesiges Abenteuer voller hilfloser Momente und kleinerer und größerer Panikattacken – so just feel free!

Melanie Ruckert
und das Team vom Naturladen Braunschweig

...und wie alles begann? www.naturladen-braunschweig.de/ueber-uns





- 01 Erstausrattung
- 02 Trageberatung
- 03 Geschenkkörbchen
- 04 Wochenbett
- 05 Meilensteine der Entwicklung
- 06 Pflegeempfehlung





Nice to know für den
Mützenkauf:
Das Kopfwachstum beträgt im
1. Lebensjahr ca. 12 cm –
davon 80 % in den ersten 6
Monaten! 🙄
ca. 2,5 cm im 2. Lebensjahr
ca. 1,5 cm im 3. Lebensjahr
ca. 4 mm im 4. Lebensjahr.



Wickelbody vs. normaler Body:
Viele denken, dass normale Bodys
viel zu umständlich sind, da sie
über den Kopf gezogen werden
müssen. Stimmt aber gar nicht!
Unser Tipp: Babys einfach von
unten anziehen. Die Kopföffnung
ist so groß, dass man ganz locker
zuerst Füße und Hüfte 🛠️
durchschlupfen lassen kann.





01 Erstaussstattung



Bevor wir uns eine exotische Zimmerpflanze in das heimische Wohnzimmer stellen, holen wir ganz selbstverständlich Informationen über ihren ursprünglichen Lebensraum ein, um diesem auch zum Beispiel in einem Braunschweiger Altbau möglichst gerecht zu werden. Warum nicht auch bei einem  Neugeborenen daran denken?



Es ist eine der großen Herausforderungen, mit denen Sie sich als werdende Eltern konfrontiert sehen:

Die Flut aus Informationen, gut gemeinten Ratschlägen, Werbung, Internetforen oder dem Angebot der Babyausstatter zu sichten und herauszufiltern, was wirklich wichtig und sinnvoll für die erste Zeit mit dem Baby ist – und was dagegen einfach nur viel Geld kostet, nicht hält was wer auch immer versprochen hat und ständig im Weg herumsteht...

Jeder will alles richtig machen und viele sind doch bisweilen verunsichert. Also, was braucht Ihr Baby wirklich?

Mit der Geburt erlebt auch Ihr Baby (siehe exotische Zimmerpflanze) einen dramatischen Wechsel seines Lebensraumes.

Es verbringt ungefähr 40 Wochen in einer körperwarmen, dunklen sowie in der letzten Zeit sehr engen Umgebung und fühlt sich dort pudelwohl.

Dann plötzlich ist alles anders:

Aus warm wird kalt, aus dem gemütlichen Dunkel wird blendende Helligkeit und die Geborgenheit vermittelnde Enge weicht einer schier unendlichen Weite.

Grund genug, erst einmal tüchtig loszubrüllen!



Wir reagieren instinktiv: Wärmen unser Baby an unseren Körpern und umarmen es, schirmen seine empfindlichen Augen vor dem hellen Licht der Lampen ab. So kann es sich beruhigen.

Nehmen Sie diese Erkenntnis mit in den Alltag mit Ihrem Baby und passen Sie die Umgebung an seine Bedürfnisse resultierend aus dem ursprünglichen Lebensraum in Mamas Bauch an.

Wärme durch geeignete Kleidung, Geborgenheit durch Körperkontakt und Enge durch Pucken und/oder Tragen in einer Tragehilfe. Geben Sie den lichtempfindlichen Augen Zeit, sich an die Helligkeit zu gewöhnen.

Aber was soll das Baby anziehen?

Tagsüber, nachts, draußen – im Sommer, im Winter...?

Babys können in den ersten Lebenswochen ihre Körpertemperatur noch nicht allein regulieren – wir als Eltern müssen also darauf achten, dass sie weder auskühlen noch überhitzen.

Des Weiteren sollte Sommer wie Winter die Haut des Babys bedeckt sein – Kopf inklusive. Im Sommer als Schutz vor aggressiven UV-Strahlen und an kühleren Tagen, um die Körperwärme zu halten.



Und da kommen unsere „Superstoffe“ zum Einsatz: Wolle und Seide.

- Beide Stoffe sind sehr **temperatenausgleichend** – d.h. überschüssige Wärme wird abgegeben.
- **Seide kühlt bei Wärme und wärmt bei Kälte** – das macht Kleidung aus Wolle/Seide-Gemischen zu echten Klimaanlage
...man könnte auch sagen: „**Funktionswäsche made by nature**“.
- Beide bieten auf natürliche Weise einen **guten UV-Schutz** – daher gilt: auch bei warmen Temperaturen besser eine Schicht z.B. Wolle/Seide über der Haut!
- Die Kleidung lässt sich durch die **stoffspezifische Elastizität** sehr gut und einfach anziehen – ein wichtiger Punkt bei zappelnden Miniärmchen...
- Das in der Faser enthaltene Lanolin (Wollfett) schützt die Oberfläche vor Schmutz und Feuchtigkeit und neutralisiert Gerüche – darum muss man diese Kleidung viel **seltener waschen** als zum Beispiel Baumwollprodukte.





Generell gilt: Unsere Outdoorbekleidung (Mützen, Jacken, Overalls, usw.) – aus diesem Material ist wasserabweisend.

Das heißt, herabfallender Regen perlt an der leicht fettigen Oberfläche ab und dringt nicht in die Fasern ein. (Eine Wassersäule haben die Sachen allerdings nicht – damit sich das Kind trotzdem mit dem Wollanzug in den nassen Sand setzen kann, vervollständigt zum Beispiel eine wasserdichte Buddelhose oder ein Regenoverall das Outfit.)

Das heißt im Klartext:

Durch die hervorragenden Eigenschaften dieser Materialien ist Ihr Baby immer warm genug, aber nie zu warm angezogen - egal zu welcher Jahreszeit. Wenn es kühl ist, einfach eine Schicht mehr.

Wenn Baby spuckt: Mit einem Spucktuch abtupfen – und vergessen.

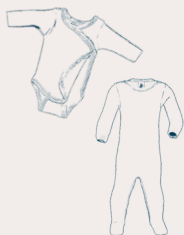
Das Material reinigt sich selbst. Toll, oder?

Und:

Grobe Verschmutzungen durch Windelunfälle können selbstverständlich in der Waschmaschine bereinigt werden (siehe "Pflegeempfehlung").



...und hier kommen unsere Empfehlungen für die ersten Wochen:



2 Bodys aus Wolle/Seide in Größe 50 und/oder 56. Das können "normale", aber auch Wickelbodys oder auch ein Body „mit Bein“ sein. Diese Ganzkörperbodys sind zu allen Jahreszeiten großartig. Babys Haut ist inklusive der Füße einmal komplett bedeckt – und das ganz ohne Bündchen am empfindlichen Bauch.



1-2 Häubchen aus Wolle/Seide mit extra langen Bändern (wir zeigen gern die entsprechende Bindetechnik dazu – oder Sie fragen Ihre Hebamme). Diese Häubchen empfehlen wir als „24-Stunden-Kopfbedeckung“. Für draußen braucht Ihr Baby für längere Ausflüge (je nach Jahreszeit) zusätzlich entweder ein Sonnenhütchen oder eine warme Wollmütze!



1 Paar Wollsöckchen

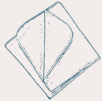


1 Strampler/Overall aus Wolle, unsere Bestseller seit Jahren. Praktisch, denn: „Je kleiner das Kind, desto einteiliger die Bekleidung“, wärmend und mit Baby drin unglaublich süß. 🥰





1 Schlafsack aus Wolle oder Wolle/Seide, mit Ärmeln oder Trägern. Ersterer bedeckt Babys Ärmchen – wächst dafür aber nicht so lange mit. Ohne Ärmel ist er mit variablem "Darunter" ein perfekter Begleiter durch alle Raumtemperaturen UND kann (je nach Modell) sogar die ersten sechs bis zwölf Monate mitwachsen. 😊



1 Babydecke aus Wolle, „die Unentbehrliche“. Zum Zudecken in einer Babyschale, im Kinderwagen, beim Stillen, zum Pucken, zum Durchs-Haus-tragen uvm.



1-2 sog. „Schlüttlis“, seitlich knöpfbare Pullis, die auch gut als Jäckchen genutzt werden können – natürlich auch diese gerne aus Wolle. 😊



1 Overall für draußen, empfehlenswert für alle außer (Hoch-) Sommerbabys. Aus Wollfleece oder gewalkter Wolle.

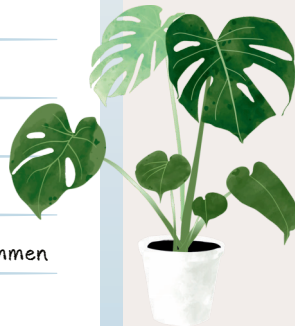
1 Tragehilfe (weitere Informationen siehe “Trageberatung”).



Bei unseren Empfehlungen gehen wir davon aus, dass ein gewisses Grundsortiment im Haushalt vorhanden ist. Ein paar Kleidungsstücke aus Baumwolle – zum Beispiel Erbstücke von anderen Familienkindern, eigene Einkäufe, Geschenke, etc. So müsste im "Notfall", wenn mal das komplette o.g. Equipment in der Waschmaschine ist, kein Baby nackig frieren. 🙄

Checkliste

- ☐ 2 Bodys
- ☐ 1 Paar Wollsockchen
- ☐ 1 Häubchen
- ☐ 2 Schlüttlis
- ☐ 1 Overall
- ☐ 1 Wolldecke
- ☐ 1 Schlafsack
- ☐ 1 Tragehilfe
- ☒ 1 Berg  lich Willkommen
& ganz viel Liebe



Säuglinge haben eine relativ große Körperfläche im Verhältnis zur Körpermasse.

Sie besitzen wenig Unterhautfettgewebe zur Isolierung und können auch noch nicht zittern, um Wärme zu erzeugen. Daher ist es wichtig, dass sie immer temperaturausgleichend bekleidet sind.

...und von der gesamten Körperoberfläche des Babys beansprucht allein das Köpfchen ein Drittel!

Einerseits gut, um überschüssige Wärme abzuleiten – andererseits kühlen sie darüber auch schnell aus.





02 Trageberatung



Unsere Babys sind von Natur aus Traglinge.

Ihr Wunsch nach Nähe und Geborgenheit ist tief in ihnen verwurzelt und stammt noch aus der Steinzeit – also aus einer Zeit, in der es für jeden Säugling den sicheren Tod bedeutet hätte, wäre er unbeaufsichtigt irgendwo abgelegt worden.

Dieses instinktive „Wissen“ um die eigene Hilflosigkeit ist verantwortlich für das sogenannte Kontaktweinen:

Das Baby ist satt, sauber, müde – und fängt doch an zu weinen, sobald es abgelegt wird – also den Körperkontakt verliert, der Sicherheit und Geborgenheit vermittelt.

Manche jungen Eltern kommen irgendwann an ihre Grenzen, weil sie das Weinen ihres Babys vielleicht nicht deuten können und das stundenlange Umhertragen sehr anstrengt.

Wohl gemeinte Ratschläge von Freunden und Verwandten, die vor einem Verwöhnen des Nachwuchses durch ständiges Herumtragen oder "Im-Elternbett-Schlafen" warnen, sind selten hilfreich und verstärken eher das Gefühl, irgendetwas falsch zu machen...



Und meist setzt die Entspannung bei Eltern UND Kind schon ein, wenn solche Zusammenhänge klarwerden:

Unsere Babys sind von Natur aus Traglinge. Das Getragen-Werden entspricht dem Baby in jeder Hinsicht und unterstützt und fördert es in seiner physischen sowie psychischen Entwicklung.

Es gibt aber noch weitere Vorteile:

Für eine **gesunde Hüftentwicklung** ist die sogenannte Anhock-Spreiz-Haltung wichtig. Neugeborene machen es gerne vor – ähneln sie doch häufig kleinen Kugeln – mit angezogenen Beinen und leicht gerundetem Rücken. Jede geeignete Tragehilfe erzeugt genau diese Haltung.

Bauchweh adé: Durch die aufrechte Haltung in der Trage kann aufsteigende Luft (leichter als im Liegen) nach oben entweichen. Dazu wird Babys Bauch während des Tragens leicht massiert – der Bauch des Trägers ist dann wie ein warmes Körnerkissen... . Außerdem entspannt das Baby in der Trage – was sich positiv auf ein verkrampftes Bäuchlein auswirkt. Die Körperwärme des Trägers ist sowieso die schönste Art, Babys warm zu halten.



Geradestehen und Hände frei! 🎪

Für viele junge Eltern ist es eine echte Wohltat, ihr Kind bei gerader Körperhaltung und ZWEI freien Händen tragen zu können. Wochenlange einseitige Belastung (und auch kleine Babys wiegen nach Stunden im Fliegergriff oder auf der Schulter eine Menge), einarmiges Tun im Haushalt oder zur Unbeweglichkeit auf das Sofa gezwungen, weil das Baby nur auf dem elterlichen Bauch schlafen möchte – das ist nun vorbei.

Das Baby in einer geeigneten Tragehilfe zu tragen, steht auf unserer **Empfehlungsliste zum Thema „Entstressung junger Eltern“** ganz, ganz weit oben!

Man merkt es vielleicht:

Das Thema "Tragen" ist uns eine Herzensangelegenheit.

...und deswegen bieten wir euch hierzu verschiedene Angebote an: Während unserer Öffnungszeiten steht euch unser Team mit nützlichen und hilfreichen Informationen zur Seite. Wir erklären verschiedene Tragehilfen und deren Eigenschaften, finden passende Adapter für die Kumja (die **ge-ni-ale** Jackenerweiterung, die aus euren Jacken Umstands- und Tragejacken zaubert), bauen mit euch Komponenten-Tragen zusammen und vieles mehr.



Wir haben feste und elastische Tragetücher, Ringslings sowie Halb- als auch Vollschnallen-Tragen verschiedener Hersteller im Sortiment.

Wenn ihr eine umfassende Beratung ohne eventuelle Wartezeit braucht, bucht bitte einen Termin über das Appointment-Tool im Online-Shop - dann können wir uns personell besser auf euch einstellen.

"Tragehilfencheck": Jeden Mittwoch von 10 bis 12 Uhr könnt ihr mit Baby und vorhandener Trage vorbeikommen und euch Tipps, Tricks und/oder die Antwort auf die Frage "Alles richtig?" abholen.

"Ab auf den Rücken": Jeden Donnerstag von 10 bis 12 Uhr zeigen wir euch, wie ihr euer Kind sicher auf dem Rücken tragen könnt.

Natürlich sind auch Eltern mit "Fremd-Tragen" herzlich Willkommen.

Diese Angebote richten sich an Eltern mit Vorwissen & spezifischen Fragen zum jeweiligen Thema und ersetzen keine Erst- oder Trageberatung

Für Informationen und Buchungen
ruft gern an - oder geht hier entlang:







03 Geschenkkörbchen



Schöner schenken – nützlich, sinnvoll, nachhaltig.

Zur Geburt eines Kindes werden die meisten Eltern reich beschenkt – leider nicht immer mit den Dingen, die wirklich benötigt oder gewünscht sind.

Erzählungen von „fünf Spieluhren“ oder „Bergen von Beiß- und Greiflingen“ (meist aus unklarer Herstellung und Materialbeschaffenheit) als Geschenke zur Geburt haben uns früh dazu gebracht, nach einer besseren Lösung zu suchen.

Der klassische „Hochzeitstisch“ oder die Kiste für den Kindergeburtstag beim örtlichen Spielzeughändler inspirierten uns zu unserem Geschenkkorbchen.

Und so funktioniert's:

Sie suchen sich aus, was Sie sich wünschen und legen es ins Geschenkkorbchen bei uns. Dann sagen Sie Ihren Lieben Bescheid und freuen sich auf ´s Auspacken!

So bekommen Sie nur Dinge, die Sie wirklich brauchen – und denen, die Ihnen eine Freude machen möchten, haben Sie einigen Aufwand und die Unsicherheit erspart, ob Ihnen das Geschenk gefällt, es passt, etc.



Übrigens ist nicht nur die Geburt eines Babys, sondern auch Weihnachten, Ostern, die Taufe oder jede andere Feier ein willkommener Anlass, um ein Geschenkkörbchen zu füllen.

Sprechen Sie uns bitte an – wir beraten Sie sehr gerne.



Immer eine tolle Geschenkidee: GUTSCHEINE

Gibt es bei uns in beliebiger Höhe - sowohl im Laden als auch über den Online-Shop zu erwerben. So können auch die Lieben "von ganz weit weg" sehr einfach sinnvoll schenken.



Wochenbett – Was ist das?

Viele Mamas denken, dass mit der Geburt die größte Arbeit vollbracht ist.

Tatsächlich beginnt die harte Arbeit erst im Wochenbett.

Frisch gebackene Mamas sind erstaunt, wie sich mit der Geburt des Babys ihre ganze Lebenswelt ändert. Angeführt von körperlichen Beschwerden bedingt durch die Geburt, Milcheinschuss, anhaltenden Schlafmangel uvm.

Gefolgt vom z.T. hormonbedingten Gefühlschaos. Überforderung auf der einen Seite und so viel Liebe auf der anderen Seite: das ist das Wochenbett.



04 Das Wochenbett

Dieses Kapitel entstand in enger Zusammenarbeit mit
Stephanie Höfer & Karolin Gaßmann von MOX Wochenbettbox





DIE RICHTIGE VORBEREITUNG AUF DAS WOCHENBETT

Organisation & Planung

Unterstützung und helfende Hände

Die Aufgaben der Mutter nach der Geburt: sich erholen, ihr Baby versorgen und gaaanz viel kuscheln. Um alles andere sollten sich in den ersten Tagen (und Wochen) andere kümmern. Haben Sie sich schon Gedanken gemacht, wer im Wochenbett unterstützen kann?

- Wer macht den Haushalt / geht einkaufen?
- Wer kümmert sich um die älteren Geschwister, bringt sie z.B. in die Kita?
- Wer geht mit dem Hund Gassi?
- Wie kann ggf. eine Mütterpflegerin bei der Krankenkasse beantragt werden?



Stillen & Nachsorge

Möchten Sie Ihr Baby stillen, so ist es empfehlenswert, sich bereits im Voraus zu informieren, wie das Anlegen am besten klappt und an wen Sie sich bei Problemen wenden können.

- Haben Sie eine Nachsorge-Hebamme?
- Kennen Sie die Nummer einer Stillberaterin?
- Haben Sie alle Utensilien, die es fürs Stillen braucht?

Essen

Nicht nur das Baby, auch die Mutter benötigt im Wochenbett ausreichend Essen und Trinken. Gleichzeitig bleibt nur wenig Zeit fürs Kochen. Unsere Tipps:

- Lieblingsgerichte vorkochen und einfrieren
- Snacks vorrätig haben (z. B. Nüsse, Studentenfutter, Stillkugeln, ...)
- Eventuellen Besuch bitten, leckere Mahlzeiten mitzubringen oder einfach vor die Tür zu stellen
- Eine Auswahl guter Lieferservices parat haben



Besuche von Familie & Freunden

Nicht jeder hat die gleichen Vorstellungen von der intensiven Zeit des Wochenbetts. Bestimmt werden Familie und Freunde es kaum abwarten können, den kleinen Neuankömmling zu begrüßen.

Möchten Sie anfangs eher Ruhe? Dann teilen Sie Ihre Wünsche am besten schon vor der Geburt mit.

Richten Sie z.B. eine Gruppe in Ihrem bevorzugten Messenger ein, um Fotos des Babys ohne großen Aufwand mit allen Lieben zu teilen.

Formalitäten

Mit Baby auf dem Arm Papierkram erledigen? Schwierig!

Darum: Kümmern Sie sich am besten schon vor der Geburt um Formalitäten wie z.B. Vaterschaftsanerkennung und bereiten Sie die Anträge auf Eltern- und Kindergeld vor.



Das braucht Mama für den perfekten Start ins Wochenbett

Mit dieser Liste geht es gut vorbereitet ins Wochenbett!

Checkliste

- ☐ Netzunterhosen ☐ Wochenbett-Binden
- ☐ Intimdusche ☐ Rückbildungstee
- ☐ Stilleinlagen

... extra fürs Stillen

- ☐ Still-BHs ☐ Stillkissen
- ☐ Beinwellsalbe
- ☐ Oberteile & Nachthemd mit Knöpfen
- ☐ kühlende Brustgelpads



Das perfekte Geschenk für Schwangere:

Egal ob Sie die werdende Mutter sind und sich für Ihr eigenes Wochenbett ausstatten, ob Sie eine fürsorgliche Freundin oder Großmutter sind, die weiß, was auf die frisch gebackene Mutter zukommt oder der liebevolle, werdende Papa, der sich gut um seine Partnerin im Wochenbett kümmern will:

Lassen Sie uns zusammen eine gute Vorbereitung auf das Wochenbett treffen mit den richtigen Produkten und echtem Hebammen-Wissen im Wochenbett-Guide. Damit die erste Zeit nach der Geburt keine unangenehme Überraschung wird, sondern eine schöne Zeit.



**Alles drin für einen perfekten
Start ins Muttersein –
komfortabel in der MOX
Wochenbett-Box**

www.mymoxbox.de





05 Meilensteine der Entwicklung

Dieses Kapitel entstand in enger Zusammenarbeit mit Petra Walcker,
Osteopathin, D.O. Päd. (Diplom Osteopathin Pädiatrie), Heilpraktikerin
www.naturheilpraxis-walcker.de





Entwicklung der Schädelknochen

Erwachsener: 22 Knochen + je Ohr 3
Gehörknöchelchen = 28 Knochen
Säugling: 45 Knochenanteile, die mit
der Zeit verknöchern.

Bei der Geburt ist es – für den
Durchtritt des Kopfes durch das
mütterliche Becken – extrem wichtig,
dass sich der Kopf des Neugeborenen
verformen kann.

Wenn das Köpfchen des Babys geboren wird, hat der Muttermund, der sich mit Geburtsbeginn kontinuierlich weitet, einen Durchmesser von ca. 10 cm - ein Neugeborenes hat meist einen Kopfumfang, der zwischen 33 und 38 cm liegt.

Wie kann das passen? Ganz einfach erklärt:

Der Umfang entspricht dem Durchmesser multipliziert mit der Zahl Pi (= 3,1415 ...) - also 10 cm Durchmesser Muttermund x 3,1415 = 31,42 cm Umfang. Reicht nicht, denken Sie?

Doch, denn der Schädel des Neugeborenen ist (siehe oben) verformbar und kann sich somit sehr gut an das mütterliche Becken anpassen.



Meilensteine der idealmotorischen Entwicklung in den ersten drei Monaten

1. Monat: Anpassungsmonat

- das Neugeborene schläft, trinkt und kuschelt viel. zZ
- **Moro-Reflex:** Vorübergehender Reflex bei Neugeborenen und Babys. Die Arme werden ruckartig zur Seite ausgebreitet, die Finger sind gespreizt. Ausgelöst wird der Reflex durch äußerliche Reize wie z. B. Erschütterungen, die abrupte Veränderung der Kopfposition (insbesondere nach hinten), laute Geräusche oder grelles Licht. Um den Moro-Reflex nicht permanent auszulösen, legt man zum Beispiel das Baby am besten über die Seite ab.
- **Automatische Reaktion des Kopfes:** Das Baby dreht den Kopf immer zur Seite, damit ein Nasenloch frei ist.
- **HINWEIS:** es ist sehr wichtig, dass der Kopf sowohl nach rechts, als auch nach links gedreht wird -> **Stillproblematik**



2. Monat:

- erstes soziales Lächeln, bewusstes Lächeln ab ca. 6 Wochen
- der Kopf orientiert sich langsam zur Mitte, kann dort aber nur kurzzeitig gehalten werden
- mit ca. 6 Wochen Fingerspitzenkontakt am Sternum (kontrollierte Bewegung beginnt)
- bewusste Reaktion auf optische/akustische Reize ab der 7./8. Lebenswoche
- Extensionsentwicklung (Streckung) der Halswirbelsäule
- beginnender Unterarmstütz in Bauchlage

3. Monat:

(sehr wichtiger Entwicklungsmonat)

- Kopf und Rumpf in Symmetrie -> der Kopf kann in Mittelstellung gehalten und zu beiden Seiten isoliert gegen den Rumpf gedreht werden (der Oberkörper dreht nicht mehr mit)



- mit ca. 12 Wochen stabile Rückenlage, somit auch konstante Hand-Hand-Koordination möglich
- aktive Beugung in Hüft- und Kniegelenk, aktives Anheben der Beine gegen die Schwerkraft ist möglich
- symmetrischer Ellenbogenstütz auf beiden Ellenbogen und der Symphyse)



Ab dem 2. Lebensmonat ist die Bauchlage extrem wichtig! Die Lagerung in Bauchlage sollte ausschließlich „trainiert“ werden, wenn der Säugling wach ist und beobachtet wird! Viele Bewegungsmuster wie Robben, Krabbeln, Laufen entwickeln sich aus der Bauchlage heraus.





Ein Schuss Essig
im letzten
Spülgang zum
Beispiel tut vor
allem Seide
richtig gut.

Wichtig:
Das richtige Waschmittel!
Verwenden Sie nur Produkte,
die ausdrücklich "Für Wolle
und Seide" geeignet sind.
Diese haben einen für das
Material optimalen pH-Wert
und sind daher besonders
faserschonend und die sensible
Textilstruktur bleibt erhalten.

06 Pflegeempfehlung



Wie wasche ich Wollartikel (Schafwolle, Merino, Alpaka, Kaschmir mit und ohne Seide etc.) richtig?

Unsere Wollbekleidung ist chemisch unbehandelt, unbedenklich gefärbt und sollte **vor dem ersten Tragen nicht gewaschen werden.**

Das natürliche Wollwachs (Lanolin) ist ein Faserschutz, der beim Waschen nach und nach weniger wird. Das Lanolin bewirkt ein regelrechtes Abstoßen von Flüssigkeiten und Schmutz, Gerüche werden neutralisiert.

Ein Lüften der Wollkleidung reicht meist vollkommen aus.

Wenn doch eine Wäsche nötig ist, geht das am einfachsten in der Waschmaschine:: Wollprogramm wählen, kalt oder bis 30°C, niedrigste Schleuderdrehzahl. Danach noch feucht in Form ziehen und liegend trocknen.

Wenn die kleinen Teile der Baby-Garderobe für eine Füllung nicht reichen, können feine Pullis, Schals oä von Mama und Papa Volumen beisteuern. 👍

Jede Waschmaschine wäscht anders...

Wer seine Maschine noch nicht so gut kennt, sollte das Wollprogramm nicht mit einem Lieblingsstück testen... 🤔



Handwäsche von Wollartikeln geht am einfachsten im Handwaschbecken mit maximal 30°C warmem Wasser. Damit Wolle nicht verfilzt, darf sie weder lange eingeweicht noch gerieben oder gewrungen werden. Einfach mehrmals leicht mit der Hand ausdrücken.

Je kürzer der Waschvorgang, umso besser für den Wollartikel. Waschwasser ablaufen lassen und den Wollartikel mit klarem Wasser ausspülen. Dabei unbedingt auf die gleiche Waschtemperatur wie beim Waschen achten.

Für alle Materialien aus unserem Sortiment gilt:

- „Nach dem Waschen feucht in Form ziehen“ – Naturtextilien sind nicht chemisch ausgerüstet und ein leichtes „Einschrumpfen“ bei der Wäsche ist normal und kann durch Ziehen in feuchtem Zustand behoben werden.
- Auf links waschen und bei feinen Stöffchen eher mal zu Waschbeuteln greifen. So bleibt die sichtbare Seite der Kleidung länger schön.
- „Weniger tut gut.“ Meistens waschen wir unsere Wäsche zu häufig und zu heiß. Öfter mal auslüften und wenn doch waschen, dann generell mit weniger Temperatur und Schleuderdrehzahl – senkt den Energieverbrauch und schont die Fasern – auch so bleibt die Kleidung länger schön.



Zu guter Letzt: das Pilling

Die Bildung von Knötchen auf dem Gewebe ist ein normaler Effekt z.B. bei naturbelassener Wolle und kann nie ganz vermieden werden. Pilling ist aber auch ein Zeichen, dass es sich um ein Naturtextil handelt und die Wolle nicht chemisch ausgerüstet wurde.

Pilling kann weder durch Waschen, noch durch sonst eine Nassbehandlung rückgängig gemacht werden. Es hilft nur die mechanische Entfernung der Knötchen. Bei leichtem Pilling können die Knötchen von Hand abgezipft werden. Bei mittelstarkem und starkem Pilling können die Knötchen mit einem speziellen Pilling-Rasierer (gibt ´s auch bei uns) oder einem Einweg-Nassrasierer vorsichtig abrasiert (abgeschabt) werden. Dabei sehr vorsichtig vorgehen, um das Gestrick nicht zu verletzen. 

Die „Wunderbürste“ ist eine schonende Alternative zum Rasierer – gibt ´s auch bei uns und macht ihrem Namen alle Ehre...

PS.: Wir haben ausführliche Pflegeempfehlungen für ALLE Materialien zum Mitnehmen und Nachlesen - spricht uns gerne an.







-  viel Platz zum Spielen
-  Still- und Fütterecke
-  Wickelplatz
-  barrierefrei
-  Regenbogen
-  Baum
-  kostenlose Parkplätze



**Wir freuen uns auf
Ihren Besuch.**

-  Mo- Fr 10-18.30 Uhr * Sa 10-15 Uhr
-  Wilhelm-Bode-Straße 33 * 38106 BS
-  0531 35 69 343
-  www.naturladen-braunschweig.de
-  service@naturladen-braunschweig.de



naturladen
faire mode + accessoires