



Inhalt

- 2 — Mit dem Baby unterwegs
 - 3 — Was uns die Evolutionsbiologie lehrt
 - 4 — Reifen und lernen
 - 6 — »Ein Baby will getragen sein«
 - 9 — Den Beckenboden im Blick
 - 10 — Der erste fahrbare Untersatz
 - 12 — Auf große Fahrt
 - 14 — Mobilität auf 2 Rädern
 - 16 — Ein Plätzchen fürs Kind
-

Mit dem Kind unterwegs

Nutzen Sie bereits die Zeit der Schwangerschaft, um sich Gedanken darüber zu machen, wie Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Welt erkunden möchten – und was Sie für Ihre Ausflüge benötigen.

Angesichts zahlreicher Listen und Empfehlungen, was man ab wann für das Leben mit dem Kind braucht, lässt sich leicht der Überblick verlieren. Das gilt für die Einrichtung eines Wickeltisches genauso wie für die verschiedenen Transportmöglichkeiten, die der Markt bietet. Soll es ein Tragetuch sein oder ein Tragesystem? Welcher Kinderwagen eignet sich für die Wohnung im dritten Stock? Und wie sieht es mit einer Autoschale, einer Babywippe, einer Federwiege oder dem Fahrradanhänger aus?

Nicht alle Möglichkeiten und Varianten werden gleich nach der Geburt gebraucht und natürlich spielt auch die individuelle Wohn- und Lebenssituation eine Rolle.

In den ersten Tagen und Wochen werden Sie sich vielleicht noch gar nicht vorstellen können, jemals mit dem Baby unterwegs zu sein – das ist ganz normal! Genießen Sie diese Zeit! Sie werden sich in das Leben mit Baby hoffentlich mit Ruhe einfinden können, zunächst das Handling im Wochenbett üben und dann den ersten Ausflug planen.

Auch wenn es noch theoretisch ist: Überlegen Sie bereits vor der Geburt, wie Sie sich mit dem Baby fortbewegen wollen, lassen Sie sich von Freund:innen mit Kindern praxisnah beraten.

Die meisten Babys sind Traglinge, sodass die Wahl eines Tragesystems fast immer sinnvoll ist. Wenn das Baby im Krankenhaus geboren werden soll, brauchen Sie wahrscheinlich allein schon für die Rückkehr nach Hause eine Autoschale. Darüber hinaus ist weder ein Tragesystem noch der Kinderwagen Pflicht.

Nehmen Sie sich Zeit, Ihr Kind kennenzulernen und herauszufinden, wie Sie es in die Welt tragen wollen. ☺