Babycafé – Newsletter Nr. 2

Liebe Mamas und Papas,

nun halten wir schon so lange durch und im Moment ist es auch noch nicht absehbar, wann wir uns wieder treffen können. Ich hoffe, dass Ihr und Eure Kinder im Großen und Ganzen noch guter Dinge seid und wisst, wie Ihr die nötige Abwechslung bekommt und wie Ihr Eure sozialen Kontakte unter den gegebenen Umständen pflegen könnt.

Wenn Ihr irgendetwas wissen wollt oder braucht (ein Buch oder Infos zu Stillen, Beikost, Schlafen, Tragen …): Ich bin immer mittwochs von 14.00 – 16.00 Uhr im Familienzentrum. Ihr könnt gerne vorbeikommen. Außerdem bin ich über die WA-Gruppe oder per Mail immer zu erreichen (e.nied@caritas-tbb.de).

Liebe Grüße
Elke

Aktuelles

- ☺ Eigentlich ist ja jetzt Faschingszeit! Dieses Jahr werden wir wohl nicht in Gruppen als Forschebutze durchs Ort laufen, kein Umzug, nur virtuelle Partys, …
  ABER: Unsere Hexe und unser Forschebutz im Hof des Familienzentrums freuen sich riesig über einen Besuch von Euch! Und sie möchten fotografiert werden – zusammen mit Euch und Euren Kindern! Wenn Ihr uns dann das Foto schickt (per Mail: e.nied@caritas-tbb.de oder ausgedruckt in den Briefkasten) hängen wir es von innen an die Fensterscheiben des Familienzentrums, so dass jeder sie von außen betrachten kann. Mit der Zusendung Eurer Fotos erklärt Ihr Euch damit einverstanden. ☺
  Wir sind gespannt und freuen uns auf viele närrische Fotos von großen und kleinen Schlackohren!

- ☺ Außerdem hat der Kindergarten einen kleinen Bewegungsparcours ebenfalls im Hof des Familienzentrums vorbereitet. Auch diese Fotos hängen wir gerne auf!

- ☺ Am 24.02.21 startet eine kostenlose Reihe Online-Kurse rund um die Geburt und das erste Lebensjahr. Angeboten werden 5 Termine, an denen unterschiedliche Themen behandelt werden. Auch zum Thema „Elternzeit und Elterngeld etc.“ gibt es einen Abend. Ihr könnt an allen oder auch nur an einzelnen Terminen teilnehmen. Infos im Schaukasten des Familienzentrums oder auf https://www.caritas-tbb.de/.

Wusstest Du…

… dass das gemeinsame Schlafen von Eltern und Baby unter bestimmten Voraussetzungen und bei Fehlen von Risikofaktoren nicht riskanter ist als andere Schlafpositionen? Es kommt auf das **WIE** an! Weitere Infos findest Du hier: https://www.stillen-institut.com/de/sicherer-babyschlaf.html und hier: https://www.kinder-verstehen.de/thema/meine-themen/schlaf/ploetzlicher-kindstod/

… dass es laut Evolutionsbiologen völlig normal ist, wenn Kinder kein Gemüse mögen? Ein interessanter Artikel über die kindlichen Essvorlieben findest Du hier:
https://www.kinder-verstehen.de/mein-werk/artikel/wie-kinder-essen-lernen/
Wenn Du das gelesen hast, wirst Du vielleicht dem wählerischen Essverhalten Deines Kindes etwas gelassener begegnen können.☺

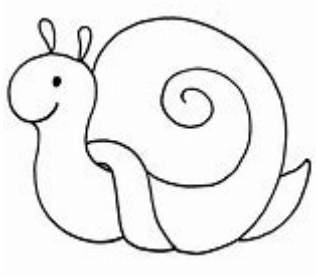
… Niederländische Forscher bereits im Sommer die Idee hatten, pasteurisierte Muttermilch tiefzugefrieren, um dann ein aromatisiertes Eis gegen Corona zu entwickeln?
https://www.stillen.de/2020/08/25/pasteurisierte-muttermilch-als-aromatisiertes-eis-gegen-corona/

Beschäftigungsideen

Kitzelspiel

Kriecht ne Schnecke, kriecht ne Schnecke n´Berg hinauf, Berg hinauf.
Drüben wieder runter, drüben wieder runter,
auf den Bauch, auf den Bauch!

(Auf die Melodie „Bruder Jakob“)



-> Mit zwei Fingern an einen Arm hochkrabbeln, den Kopf entlang und am anderen Arm wieder hinunterkrabbeln. Dann am Bauch kitzeln.

Kniereiterspiel

Schotterfahren
Schotterfahren, Schotterfahren mit dem alten Schotterwagen. *(Kind auf den Knien hoppeln lassen)*
Über die kleinen feinen Steine, *(kleine schnelle Hoppelbewegungen)*
über die großen, die da stoßen, *(größere Hoppelbewegungen)*
und zum Schluss wird abgeladen. *(Kind nach hinten ablegen)*

„Zauberstab“ für Kleinkinder

Diesen Zauberstab kannst Du ganz schnell selber machen.

Bei der Auswahl der Materialien achte darauf, dass sie nicht aufweichen, wenn sie Dein Kind mal in den Mund nimmt, und dass sie ungiftig sind.

Du brauchst: Papprolle (Küchentuchrolle o.ä.)
Folie (DC-Fix, Alufolie)
Versch. Bänder, Stoffe o.ä. (nicht zu lang – Strangulationsgefahr!)
Schnur, Nadel

Mit einer Nadel am einen Ende der Papprolle ein kleines Loch durchstechen. Dort die Bänder oder den Stoff mit der Schnur gut befestigen. Nun kannst Du die Bänder durch die Rolle ziehen, so dass sie auf der anderen Seite ca. 20 cm heraushängen. Die Papprolle mit der Folie bekleben und verzieren.

Du kannst zunächst die Bänder im Inneren der Rolle verstecken, so dass Dein Kind Schütteln diese selbst „herauszaubern“ kann.

VIEL SPASS!

Gutes aus der Küche

Schnelles Dinkelbrot

Dieses Brot ist leicht zu machen und schmeckt echt lecker. Es ist saftig, aber trotzdem locker und schmeckt bei geeigneter Lagerung auch noch nach Tagen gut.

Zutaten:

- 500g Vollkorndinkelmehl
- Je 80g Leinsamen (geschrotet), Sesam, Sonnenblumenkerne (Auch Walnüsse und andere Körner sind möglich. Wenn Kleinkinder mitessen, keine ganzen Nüsse / Körner verwenden - Aspirationsgefahr!)
- 2 TL Salz
- 3 EL Obstessig (auch anderer Essig möglich)
- 25 g Hefe
- 500 ml lauwarmes Wasser

Zubereitung:

Hefe in Tasse zerbröseln, etwas Zucker, etwas warmes Wasser und etwas Mehl dazugeben, einen Vorteig machen. (Diese Zutaten stehen - außer der Hefe - nicht oben dabei.)

Zutaten von oben vermengen. Leicht gegangener Vorteig dazugeben und vermischen. Kastenform ausfetten, mit Haferflocken „auskleiden“, Teig reingeben und 10 min gehen lassen. Mit einem Messer mittig einschneiden und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad 1 Std backen.

Zwischendurch und nach dem Backen gut mit Wasser bepinseln.

Nicht wundern – Teig ist relativ flüssig.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

Trotz allem wünschen wir Euch eine schöne Faschingszeit!
Lasst es Euch gut gehen!