



Veröffentlicht auf Nestlé Babyservice (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Viel Spaß im Winter

Teile diesen Article

X



## Viel Spaß im Winter

Regen, Matsch und Schnee. Na und!

<https://www.babyservice.de/baby-winter> <sup>[1]</sup>

Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

\_ [2] \_ [3] \_ [4]



## Viel Spaß im Winter

Regen, Matsch und Schnee. Na und!

- Teilen

Wie heißt es so schön: Es gibt kein schlechtes Wetter, nur falsche Kleidung. Frische Luft ist immer gut. Und deinem Kleinen schadet ein wenig Kühle keineswegs.

Wirbelnde Blätter, kühle Luft, tanzende Schneeflocken – gut eingepackt kann schon ein kleiner Spaziergang zum großartigen Erlebnis werden. Ist dein Kind schon im Gummistiefel-Alter, sorgt jede noch so kleine Pfütze für Begeisterung. Und eine klitzekleine Schneeballschlacht geht auch schon mit den Kleinen.

### **Einmal täglich raus an die Luft.**

Versuche mit deinem Kind jeden Tag mindestens einmal an die frische Luft zu gehen. Das fördert nicht nur die Durchblutung und stärkt das Immunsystem, es bringt auch reichlich Spaß. Schmuddelwetter muss kein Hinderungsgrund sein. Mit der richtigen Kleidung finden es Kinder oft richtig spannend, wenn es pfeift, stürmt und es der Regen prasselt.

### **Tipps für draußen bei Kälte und Regen**

- Achte auf warme und wasserabweisende Kleidung
- Setze auf die "Zwiebeltechnik": Ziehe deinem Kind mehrere Kleidungsstücke übereinander an. Das bewährt sich gerade bei längeren Ausflügen. Wenn ihr eine kleinen Pause im Warmen macht, z. B. in einem Café, könnt ihr die Kleidung Stück für Stück wieder ausziehen.
- Kalte Luft macht Appetit. Packe bei deinen Herbst- oder Winterausflügen immer ein bisschen gesunden Reiseproviant ein.

### **Frische Luft ist auch drinnen wichtig.**

Lüften im Herbst und Winter regelmäßig. Gegen trockene Heizungsluft helfen Wasserverdunster oder einfach feuchte Tücher, die du über die Heizung hängst. Sie erfüllen den gleichen Zweck. Falls du einen Luftfeuchtigkeitsmesser hast: 50 bis 70 % sind optimal.

Wenn das Wetter einmal so gar nicht zum Rausgehen ist: Ein Familiennachmittag bei Tee oder heißem Saft, Keksen, Winterobst und Vorlesegeschichten ist für alle schön.

Weiterlesen <sup>[6]</sup>

**Quell-URL:** <https://www.babyservice.de/baby-winter>

### **Links**

[1] <https://www.babyservice.de/baby-winter>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/baby-winter&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/200108\\_bs\\_always-on\\_baby-winter\\_0.jpg&description=Viel Spaß im Winter](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/baby-winter&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/200108_bs_always-on_baby-winter_0.jpg&description=Viel%20Spa%C3%9F%20im%20Winter%20&url=https%3A//www.babyservice.de/baby-winter)

[3] <https://twitter.com/share?text=Viel%20Spa%C3%9F%20im%20Winter%20&url=https%3A//www.babyservice.de/baby-winter>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/baby-winter>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147836>

[6] <https://www.babyservice.de/javascript%3A%3B>