

Beikost

Die Einführung von Beikost ist ein bedeutender Meilenstein im Leben eines Babys. Sie markiert den Übergang von reiner Milchernährung hin zu festen Nahrungsmitteln und ist ein spannender Schritt in der Entwicklung des Kindes. Doch wann ist der richtige Zeitpunkt, um mit Beikost zu beginnen? Welche Lebensmittel sind geeignet? Und worauf sollte man besonders achten? Wirklich der Realität entsprechen, sei dahingestellt. Der Schlaf Deines Kindes ist etwas ganz Individuelles und sollte genau so betrachtet werden. Besonders das Durchschlafen steht oft im Mittelpunkt – nicht nur bei Dir, sondern auch bei Außenstehenden. Dabei wird diesem Thema oft mehr Bedeutung zugemessen, als es tatsächlich verdient.

Neben der klassischen Breikost besteht auch die Möglichkeit, dem Baby von Anfang an weiche Stückchen (Fingerfood) anzubieten. Diese Methode, genannt „Baby-led Weaning“, setzt darauf, dass das Baby eigenständig Nahrung aufnimmt und dabei seine motorischen Fähigkeiten trainiert.

"Für Babys ist es spannend Nahrungsmittel mit verschiedenen Farben, Geschmäckern und Konsistenzen auf ganz eigene Art und Weise zu erkunden."

Die Einführung von Beikost ist eine aufregende Phase, die Geduld und Experimentierfreude erfordert. Es ist wichtig, auf das eigene Gefühl und das Feedback des Babys zu vertrauen. Beobachte seine Reaktionen auf neue Lebensmittel und genieße gemeinsam diese Entdeckungsreise in die Welt des Essens!

TANJA GRÖPLER
0178-6368294
INFO@BFB-TANJA.DE
@BFB_TANJA

