

## Das erste Jahr

**N**och bis vor kurzem war es das freundlichste Baby der Welt – plötzlich schreit es wie verrückt, weint und wehrt jede Liebkosung von der Tante ab, die es heute zum ersten Mal sieht. Die Situation kann etwas peinlich für Eltern sein. Doch sollten sie die Reaktion des Babys positiv sehen: Es fremdelt und macht somit einen wichtigen Entwicklungsschritt. Die klare Unterscheidung von bekannten Menschen und Fremden ist ein Zeichen für die geistige Gesundheit des Babys. Und es ist ein wichtiger Überlebensinstinkt, erst mal Fremdes abzuwehren.

Ihr Baby entwickelt sich jeden Tag, vieles bleibt unbemerkt. Wann statistisch die meisten neuen Erdenbürger, welche Entwicklungsschritte im ersten Lebensjahr machen, zeigt Ihnen unser Titelthema „Schritt für Schritt ins eigene Leben“.

Aber keine Angst, auch wenn Ihr Baby einmal nicht genau ins Schema passt, ist das noch kein Grund zur Besorgnis. Nehmen Sie den Kalender als Orientierung – und vertrauen Sie darauf, dass Ihr Kind für sich selbst den besten Zeitplan hat.

### Ihre Redaktion



Keine künstlichen Zusatzstoffe – lieber nur Wasser und Schätze der Natur an die zarte Babyhaut lassen, Seite 18.



Gesunde Ernährung von Anfang an. Was Ihr Baby braucht, was nicht, Seite 14.



Ab nach draußen: Kommt das Baby in den Fahrradsitz oder den Multifunktionswagen? Die Vor- und Nachteile der beiden Varianten, Seite 28.



Fotos: shutterstock, Titelfoto: shutterstock

- 4 Sport:** Schwanger und aktiv? Das sagen die Experten
- 8 Entwicklung:** Schritt für Schritt ins eigene Leben
- 10 Ernährung:** Allergie oder Intoleranz – das ist der feine Unterschied
- 12 Zähne:** Vom ersten bis zum letzten Zahn!
- 14 Ersatzmilch:** Die Verbraucherzentrale hilft durch den Angebotsdschungel
- 18 Zarte Babyhaut:** Jetzt richtig pflegen!
- 20 Durchfall:** Wie Sie Ihrem Baby helfen können
- 22 Online-Handel:** Shoppen für Couch-Potatoes
- 24 Stillen:** Die besten Tipps von der Expertin
- 28 Fahrradfahren:** Babysitz oder Multifunktionswagen?
- Sonstiges:** 16 Glücksrad, 26 Produkt-News, 30 Impressum



Ob Luxus oder Praktisches – heute kann fast alles bequem von zu Hause aus bestellt werden, Seite 22.