WARM GETRAGEN DURCH DEN WINTER

DEIN WINTER-GUIDE FÜRS BABYTRAGEN BEI KÄLTE



von mamalila

Einleitung

Der (erste) Winter mit Baby ist aufregend, er kann aber auch einige Fragen aufwerfen. Die wahrscheinlich wichtigste: “**Wie halte ich mein Baby warm** während wir die kalte Jahreszeit gemeinsam genießen?”

Besonders im Winter hat es **viele Vorteile**, dein Baby zu tragen. Und zwar **für dich UND dein Baby**:

- Wenn dein Baby in der Trage ist, hast du seine Körpertemperatur immer im Blick und merkst sofort, wenn ihm zu warm oder zu kalt sein sollte.
- Durch die körperliche Nähe **wärmt ihr euch gegenseitig**. So seid ihr auch bei kaltem Wetter kuschelig warm unterwegs.
- Für dich ist das Babytragen im Winter eine tolle Art, um **auch bei Kälte aktiv zu sein** und raus an die frische Luft zu kommen.

Wenn ihr im Winter mit der Babytrage unterwegs seid, gibt es ein paar Dinge zu beachten. Deshalb hier unsere Tipps zum Babytragen im Winter!



Lagenlook, aber richtig!



Der Lagenlook ist definitiv **die beste Taktik**, wenn du bei kaltem Wetter mit Babytrage unterwegs bist. Wir empfehlen dir jedoch, die Schichten **über der Babytrage** anzuziehen statt deinem Baby. Hier sind die Gründe dafür:

- Dein Baby wird sich in der Babytrage **eingequetscht** fühlen, wenn seine Kleidung zu dick ist.
- Es ist **schwierig die Tragehilfe richtig anzulegen**, wenn zu viel “Material” darin ist. Dein Baby nimmt mehr Platz in der Trage ein, sie passt nicht mehr richtig und du musst sie neu einstellen.
- Voluminöse Kleidung **erschwert den ergonomischen Sitz** deines Babys. Sie führt außerdem zu weniger Bewegungsfreiheit und je nach Tragehilfe einem höheren Risiko herauszufallen (Trage, Ring Sling).
- Für den Tragenden gilt: Es ist **schwer eine Tragehilfe über einer Jacke anzulegen**. Die Schultergurte verrutschen schnell, außerdem ist deine Bewegungsfreiheit eingeschränkt, sodass du nicht so leicht an sie herankommst.
- Zu viele Schichten zwischen dir und deinem Baby führen dazu, dass ihr euch **nicht mehr gegenseitig wärmt**. Ein wichtiger positiver Aspekt vom Babytragen im Winter.

Finger weg vom Schneeanzug



Ein Schneeanzug ist eine tolle Möglichkeit dein Baby im Kinderwagen oder wenn es im Schnee spielt warm zu halten. Zum Babytragen jedoch völlig ungeeignet.

Was dein Baby im Schneeanzug warm hält ist die **Luft zwischen seinen äußeren beiden Schichten**. Dieser Effekt verschwindet, sobald der Schneeanzug zusammen gepresst wird, da keine Luft mehr zwischen den beiden Schichten ist. Und das ist in der Tragehilfe der Fall, weshalb der **Schneeanzug dein Baby nicht warm halten wird**.

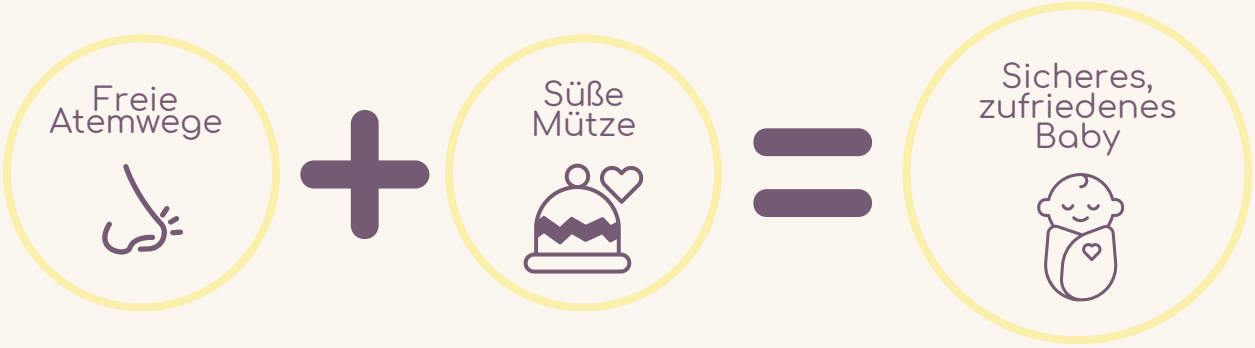
Wähle zum Babytragen besser einen **Wollwalk-Anzug**, er wird dein Baby warm halten, ohne dass er viel Volumen hat.

Nase und Mund immer frei!

Vermeide lange Schals mit viel Volumen, wenn dein Baby in der Trage ist. Sie können die Atemwege deines Babys verdecken.

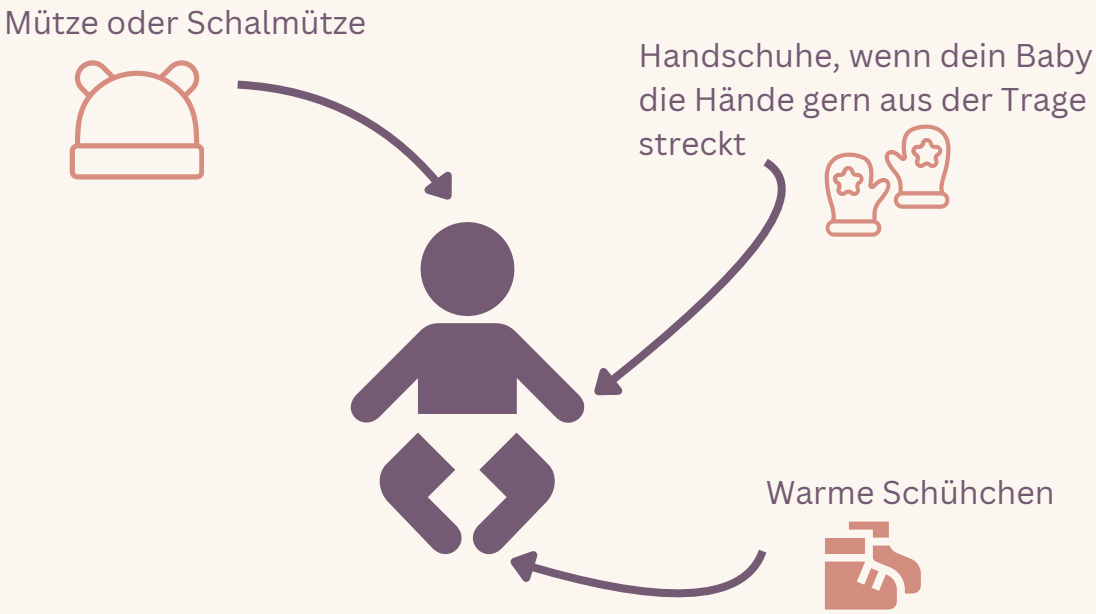
Bedecke Nase und Mund deines Babys niemals vollständig, auch wenn du es damit vor der Kälte schützen möchtest.

Wähle eine Mütze, oder sogar noch besser, eine Schalmütze, die eng am Kopf sitzt und nicht so leicht ausgezogen werden kann.



Gut einpacken!

Jedes Körperteil, das aus der Tragehilfe (oder der Tragejacke, falls du eine trägst) herausschaut, **sollte bedeckt werden**:



Vorsicht vor Überhitzung!



Dein Baby kann, wenn es falsch gekleidet ist, sogar im Winter überhitzen.

<u>Bedenke:</u>

- Die Tragehilfe zählt als **eine Kleidungsschicht** (oder mehrere, wenn du ein elastisches Tuch verwendest)
- **Deine Körperwärme wärmt dein Baby**. Je weniger Schichten zwischen euch sind, desto mehr davon kommt bei deinem Baby an.
- **Öffne deine Tragejacke** oder zieh deinem Baby eine Kleidungsschicht aus, wenn du in einen warm Raum kommst.

Symptome Unterkühlung & Überhitzung



Unterkühlung

- fühlbar kühle Haut am ganzen Körper
- ungewöhnliche Schwäche (Baby wirkt müde, bewegt sich kaum)
- trinkt wenig (Muttermilch oder Flasche)
- reduzierte Interaktion (Baby wirkt lethargisch)



Überhitzung

- Baby ist unzufrieden, weint
- Baby hat rote Wangen
- Möglicherweise dunkle Ringe unter den Augen



Behalte dein Baby im Auge und prüfe seine Körpertemperatur, indem du es im **Nacken und zwischen den Schultern berührst**. So erkennst du, ob es friert oder schwitzt.

Für die Eltern

Benutze deinen **gesunden Menschenverstand**, wenn du mit Baby in der Trage unterwegs bist! (genauso wie im Rest des Jahres)

- Rutschgefahr: Trag **Schuhe mit Profil**, sei vorsichtig und vermeide eisige Wege, um nicht mit Baby in der Trage zu stürzen.

- Geh mit Baby in der Trage nicht Schlittenfahren, Skifahren oder Schlittschuhlaufen!



Die Suche nach einer Tragejacke

Dein Baby im Winter mit Tragejacke zu tragen, wird euch besser wärmen, als du denkst. Und zwar aus diesen Gründen:

- Die Tragehilfe zählt als **extra Kleidungsschicht** (oder sogar mehr, du ein Tuch in mehreren Lagen bindest).

- Alleine können Babys ihre **Körpertemperatur schwer konstant halten**. Angekuschelt an Mama oder Papa haben sie es warm & wärmen wiederum euch!

- Dein Baby zu tragen ist **leichte körperliche Anstrengung**, was wiederum Wärme erzeugt.

So findest du die richtige Jacke für den Winter

Die **richtige Tragejacke** für den Herbst und Winter zu finden ist eigentlich **ganz einfach**. Nimm dir einfach kurz Zeit, die folgenden Fragen zu beantworten. Auf der nächsten Seite findest du dann deine perfekte Tragejacke!

Temperatur:

- **Wie kalt** wird es dort, wo du lebst?
- Gehst du gerne bei Kälte raus?

Niederschlag:

- Lebst du in einem Gebiet mit **nassem oder trockenem Winter**? Und wirst du folglich einien guten Regenschutz benötigen?

Was ist dein Lifestyle?

- Brauchst du eine Jacke für **kurze Aufenthalte** im Freien?
- Musst du jeden Tag, **egal bei welchem Wetter,** mit dem Hund raus?
- Oder seid ihr **Outdoor-Eltern**, die es mehr als alles andere genießen, zu wandern und an der frischen Luft zu sein?

Alle Fragen beantwortet?
Auf der nächsten Seite findest du deine perfekte Tragejacke!



Für Stadt-Mamas



STOCKHOLM

- Super vielseitig, perfekt für den Zwiebellook
- Unisex



BOSTON

- schöne Übergangsjacke
- leichter Oversize-Look



COPENHAGEN

- Unschlagbar warm
- Super kuschelig dank Fleece an Babys Rücken und Mamas Hals

MAMALILA TIPP:

Kombiniere deine mamalila Jacke mit einer von unseren Midlayer-Jacken für extra Wärme an sehr kalten Tagen.



FLEECEJACKE BASEL

- Eine KUSCHELIGE WÄRMESCHICHT FÜR AKTIVE TAGE
- Als Jacke oder Zwischenschicht tragbar - für extra Wärme an kalten Tagen



STEPPJACKE BOLOGNA

- winddicht, hoch atmungsaktiv, federleicht, isolierend - und selbst leichtem Regen hält sie stand
- Schmal geschnitten, warm und nie klobig: Bologna passt problemlos unter unsere Softshell- oder Winterjacke.

Für “raus bei jedem Wetter” - Eltern



SOFTSHELL ALLROUNDER

- atmungsaktiv, winddicht & wasserabweisend
- Tolles Tragegefühl dank weichem Fleece-Futter



WINTER SOFTSHELL ALLROUNDER

- Softshell plus warmes, kuscheliges Teddyfutter
- Perfekt für Herbst & Winter bis ca 0 Grad



SOFTSHELL COVER

- Wächst mit deinem Baby
- Unisex, zum Tragen vor dem Bauch & auf dem Rücken



ALLROUNDER PAPA

- Sportlich & wetterfest
- Weiches Fleece-Futter



ALLROUNDER PAPA WINTER

- sportliches, wetterfestes Softshell plus warmes, kuscheliges Teddyfutter
- Perfekt für Herbst & Winter bis ca 0 Grad

Für Outdoor Eltern



EXPLORER

- 100% wasserdicht & atmungsaktiv, mit Regendach für dein Baby
- Perfekt für aktive, sportliche Naturliebhaberinnen



EXPLORER DAD

- 100% wasserdicht & atmungsaktiv, mit Regendach für dein Baby
- Perfekt für aktive, sportliche Naturliebhaber



GANZJAHRES-TRAGEMANTEL ALL SEASON

- mit herausnehmbaren Innenfutter: An milden Tagen wird er ohne Futter getragen, bei Kälte kommt die warme Isolierung dazu
- Wasserdicht, winddicht, isolierend und atmungsaktiv: gemacht für Familien-abenteuer bei jedem Wetter

Für Wollwalk-Fans



VIENNA

- Warme Wolle gefüttert mit winddichtem Futter
- Große Kapuze für Mama, hoher Kragen & große Taschen

DIE VORTEILE VON WOLLWALK

Leicht & weich: Wollwalk ist trotz seiner Dichte **besonders leicht**. Das macht ihn angenehm zu tragen, ohne dass er aufträgt. Wollfasern sind von Natur aus besonders weich & anschmiegsam.

Langlebig: Der Filzprozess erhöht die Widerstandsfähigkeit des Stoffes. Die Wollfasern werden eng verwebt, so wird der Stoff **robust** gegenüber Reibung und Zug.

Temperaturausgleichend: Wollwalk ist hat exzellente **isolierende Eigenschaften**, da sich zwischen den Fasern Luft sammelt, die die Körperwärme hält und gleichzeitig atmungsaktiv ist. Darum kann man Wolle an wärmeren wie auch kälteren Tagen anziehen

Wasser- & schmutzabweisend: Die dichte Struktur des Materials verhindert, dass Schmutz in den Stoff eindringt. Gleichzeitig können Wollfasern sehr viel **Feuchtigkeit aufnehmen ohne sich feucht anzufühlen**. Dadurch kannst du mit einem Wollmantel auch mal in einen kurzen Schauer kommen.

Einfache Pflege: Wollwalk wirft keine Falten. Statt ihn zu waschen, kannst du durch die schmutzabweisende Eigenschaft Flecken meist einfach ausbürsten.

Pimpe dein Outfit



BOOTIES

❄❄❄(❄❄)

💧💧💧(💧💧)

- Warm & wasserdicht (je nach Modell)
- vom Neugeborenen bis zum Kleinkind
- **elastische Kordel** um sicherzugehen, dass sie am Fuß des Kindes bleiben
- Perfekt für **warme Füße** beim Babytragen, als **Schmutz-Schutz** über dreckigen Schuhen im Auto oder als Überzieher über **Krabbelschuhe** im Sandkasten



LOOPS & SCHALS

❄❄ ❄❄❄

💧

- warmes, **weiches Fleece**
- Einfach anzupassen, wächst mit deinem Kind
- Nase und Mund deines Babys bleiben frei: für **sicheres Babytragen** im Winter
- Passend dazu: Schal für Babys, Loops für Erwachsene und Kleinkinder

Viel Spaß beim Babytragen im Winter!

Wir hoffen, dieser Mini Guide war hilfreich und macht deinen ersten Winter mit Baby zu einer besonderen Zeit! Hast du Fragen oder möchtest mehr über mamalila erfahren? Kein Problem! So kannst du uns erreichen:

Per Mail:
info@mamalila.de

Youtube
@Mamalilababywearing

Instagram/ Facebook /TikTok
@mamalila_official



mamalila
www.mamalila.de/home