

## Pressemitteilung

### Eins, zwei, Brei...

#### Alles über die erste Beikost

- 🕒 **Tolle Tipps rund um den neuen Lebensabschnitt mit halbfester Nahrung**
- 🕒 **Besteck, Teller, Tassen und vieles mehr - gibt es bei tausendkind**

*Berlin, den 18. Juni 2013* – Ab wann ist es Zeit, sein Baby an halbfeste Nahrung zu gewöhnen und es abzustellen? Und was ist besser – Brei aus dem Gläschen oder selbst gekocht? Diese und viele weitere Fragen zum Thema Beikost hat tausendkind (<http://www.tausendkind.de>), der Online-Shop für hochwertige Baby- und Kindermode, Spielzeug und Accessoires, zusammen mit der Expertin Margareta Janz aufbereitet und viele tolle Tipps zusammengestellt.

#### **Löffel für Löffel**

Mit dem Abstillen beginnt ein neuer und spannender Lebensabschnitt für Kinder. Denn frühestens ab dem 5., spätestens aber ab dem 7. Lebensmonat, nimmt der Nährstoff- und Energiebedarf von Babys so zu, dass die reine Muttermilch als Nahrung nicht mehr ausreicht. Wichtig ist, sich für den Prozess des „Abstillens“ Zeit zu nehmen, denn für Kind und Mutter ist dies in der Regel ein sehr emotionaler Prozess.

Die Einführung fester Nahrung sollte langsam erfolgen. In der Regel fängt man damit an, die Mittagsmahlzeit durch den ersten Gemüsebrei zu ersetzen. Dabei rät die Sozialpädagogin und Ernährungsexpertin Margarete Janz, nur ein neues Lebensmittel pro Woche einzuführen. So kann die Verträglichkeit, z.B. in Hinsicht auf Allergien, einfach beobachtet werden. Es folgen der erste Milch-Getreidebrei am Abend und der Obstgetreidebrei am Nachmittag. In der Regel wird das Stillen am Morgen als letztes ersetzt.

Grundsätzlich müssen sich Babys langsam an die Konsistenz und den Geschmack des Breis gewöhnen, daher sollte man viel Geduld beim Füttern mit dem Löffel (<http://www.tausendkind.de/petit-jour-loffel-klein-peter-rabbit-in-hellblau-05691-002000>) mitbringen. Zudem ist zu bedenken, dass Kinder nun mehr Flüssigkeit benötigen als davor. Daher sollte immer ein wenig abgekochtes Wasser in einer Schnabeltasse (<http://www.tausendkind.de/sugar-booger-schnabeltasse-wind-up-toys-in-grau-weiss-170810130>) bereitstehen.

#### **Gläschen vs. selbst gekocht**

Brei aus dem Gläschen ist eine praktische Lösung auf Reisen oder für unterwegs. Jedoch ist es wichtig, auf die Inhaltsstoffe zu achten. Auf Zusatzstoffe wie Salz und Zucker, aber auch Aromen, Farb- und Konservierungsstoffe, sollte verzichtet werden. Oftmals gewöhnen sich Babys schnell an die Brei-Sorten aus dem Glas und nur schwer von diesen ab. Kocht man selbst, hat man den Vorteil, alle Zutaten selbst kontrollieren zu können. Ein praktischer Tipp unserer Expertin ist, sich öfters mal für den Mittelweg zu entscheiden: „Gemüse und Kartoffeln selbst kochen und Fleisch aus dem Gläschen dazu“, verrät unsere Expertin Margareta Janz.

## **Über tausendkind**

www.tausendkind.de ist der Online-Shop für Eltern, Großeltern, Tanten, Onkel, gute Freunde – alle, die ein Baby oder Kind beschenken möchten. Neben liebevoll ausgesuchter Baby- und Kindermode, Spielzeug und Accessoires bietet tausendkind auch schöne Geschenkideen für besondere Anlässe wie Geburt oder Taufe an. Die große Ratgeber-Sektion mit Tipps und Informationen rund um Baby und Kind rundet das Angebot ab.

Dabei umfasst das Sortiment von tausendkind eine besondere Markenvielfalt. Große und bekannte Marken wie Käthe Kruse, finkid und Sanetta findet man hier ebenso wie kleine, charmante Boutique-Labels wie Djou-Djou, Hansekind oder la fraise rouge. Von preiswert bis Premium, bei tausendkind kann jeder fündig werden. Durch die Vielfalt des Sortiments wird dem Käufer die zeitaufwendige Suche unterschiedlicher Artikel in verschiedenen Geschäften erspart und bequem innerhalb von 1 bis 2 Werktagen geliefert.

Gegründet wurde die tausendkind GmbH 2010 durch die langjährigen Freundinnen Anike v. Gagern und Kathrin Weiß. Das Unternehmen wird durch namhafte Investoren wie Gruner + Jahr AG & Co. KG und die IBB Beteiligungsgesellschaft unterstützt.

## **Informationen / Links**

<http://www.tausendkind.de/>

Pressekontakt: Stefanie Thallmeier | [presse@tausendkind.de](mailto:presse@tausendkind.de) | Telefon: +49 (30) 991 916 641