AKTIOUN GESOND FEISS

Bei eiser Aktioun GESOND FEISS moosse mir d'Féiss an d'Schong vun ärem Kand well d'Wuelfillen lait eis um Haerz .

Am Kader vun eisem Projet hu mir eis am Virfeld bei engem Podolog informéiert an eis op di neitst wessenschaftlech Studie aus Wien baséiert.

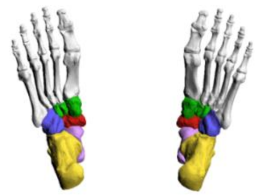
Mir wellen Iech drop opmierksam maachen, wéi wichteg di passend Gréisst vun de Schong as, a firwat et ganz wichteg as, dass Dir regelméisseg kontrolléiert! A firwat di meescht Schong ze kleng sin!

Kannerféiss gin duerch ze kleng Schong geschiedegt. Haltungsschied sin d'Konsequenz.

- ➔ Fatal as, dass d'Kanner **net spieren** wann d'Schong ze kleng sin, well hire Nervesystem nach net ausgeräiftas. D**oduerch soen si och näischt!** Si zéien automatesch d'Zéiwen an!
- ➔ Problematesch as och wann d'Zéiwenneel ze laang sin, well se an d'Haut awuessen kënnen, besonnesch wann d'Schung ze kleng sin.
- ➔ Vill méi spéit kloen d'Kanner iwwer Knéien, di wéi din oder si welle net lafen.

- ➔ D'Féiss wuessen ennerschiddlech schnell, si kënnen schon an den éischte Méint, wou d'Kand nai Schong kritt, nees ganz schnell rem gewuess sin!
- ➔ D'Produzenten hun ennerschiddlech Moossen, an di tatsächlech Bannelängt am Schong as meeschtens méi kuerz wéi drop steet!!.

Wichteg as dass Dir regelméisseg nomoosst!



Bis zum Alter vun 3 Joer all 3 Méint moossen!

Béid Féiss musse gemooss gin, well si sin meeschtens net gläich grouss!

Am Kader vun eisem Projet moosse mir all de Kanner hir Féiss a Schong a soen Iech Bescheed wann se ze kleng (oder vläit vill ze grouss) sin.

Dir kennt och allzäit e RV bei eis Educatrice froen, fir d'Schong vun äre Kanner gemooss ze kréien. Mir stellen Iech gären eisen **Moossapparat 12 plus** zur Verfügung (géint eng Kautioun vun 15 €). Oder Dir kaft een bei eis.

Den 12 plus as e Moossapparat, wou automatesch 12 mm bei d'Gréisst vum Fouss derbäi gerechent gin an een des Gréisst da kann am Schong nomoossen.

Minimum 12mm as ideal. Beim Kaaf vun naie Schong: bis zu 17 mm. Loosst iech am Geschäft d'Bannelängt vum Schong moossen, respektiv huelt d'Suel raus!

Mir maachen Iech drop opmierksam dass mir an der Crèche Waert op gutt Schong a Schlappe leën, wann si bis goe kennen. **All Kand muss hei bei eis Schlappen undoen**!

Mir akzeptéiren och keng Crocs oder Plastikssandalen.

All Kand muss am Wanter **GORE-TEX Schong** hun, fir kenne bei all Wieder rauszegoen! Dir braucht dofir awer keng plastiks Stiwwelen ze kaafen.

PS:

Wann d'Kanner hir **éischt Schrett** maachen, loosse mir se nach eng Zäit buerféiss respektiv a **Strëmp mat Noppen** lafen. Di alleréischt ‚Schlappen' kennen déi sin, déi e Buerféissgefill vermettelen. Mat enger denner Suel an am beschten aus Lieder.

Wann se da bis gutt goe kennen, dann as et wichteg den éischten Schong fir dobaussen ze kafen.

www.kinderfuesse.com

www.kidsfeet.info

www.plus12med.com

Tips:

- Doheem **vill buerféiss** lafe loossen, as gutt fir d'Muskulatur!
- di éischt Schong vum Kand, wann et bis gutt goe kann, sollen hanne **bei der Feescht en Halt** hun
- de Schong soll **keng rigid Suel** hun, d'Suel soll kenne vu riets no lenks gediebelt gin an och am 1. Drettel sech diebelen
- regelméisseg d'Gréisst nokontrolléiren, well a kuerzer Zäit kennen d'Féiss vill wuessen; och **emmer di 2 Féiss moossen**
- am beschten **gutt Material** (Lieder), well otmungsaktiv
- Am Schongbuttek d'Kand ouni Schong bessi laafe loossen éier dir Schong umoosst: Owes sin d'Féiss méi laang!
- Fir dass d'Kand selwer kann d'Schlappen oder Schong un an ausdoen si Ritschratsch ideal, mee bei schmuele Féiss akzeptéire mir och Schong mat Stréckelen