



# Leseprobe

Frauke Ludwig, Diana Schwarz

## Einfach tragen

Der Trage-Guide – für mehr Nähe und eine gute Bindung. Mit einem Vorwort von Herbert Renz-Polster

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 14,00 €



---

Seiten: 160

Erscheinungstermin: 24. August 2022

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

### **Für Nähe, Bindung und freie Hände im Familienalltag**

Tragen kann so wundervoll sein! Es erleichtert das Leben, es ist kuschelig und das Baby wird es lieben! Dieses Buch ermöglicht Eltern mit zahlreichen Fotos, Videos, Tricks und Kniffen, sich im Tragesdschungel zurechtzufinden, die perfekte Tragehilfe oder das richtige Tragetuch zu finden, um eine ganz entspannte und bequeme Tragezeit mit ihrem Kind zu erleben.

Was kaum jemand weiß: Menschenkinder sind Traglinge und tatsächlich tragen bis heute zwei Drittel der Weltbevölkerung ihre Kinder in einem Tragetuch oder einer Tragehilfe. Auch hierzulande sehen wir im Stadtbild immer häufiger, dass viele Babys und Kleinkinder ganz nah am Körper ihrer Eltern eingebunden werden. Der Markt für diese Produkte wächst stetig und die Vielfalt sorgt häufig für eine enorme Verwirrung.

Welche Tragehilfe ist die beste für mich und mein Baby?

Ab wann kann ich mein Baby tragen?

Ist das gut für den Rücken des Babys?

Mei Tai? Ist das nicht ein Getränk?

Ist das Tragetuch wirklich die beste Variante?

Verwöhne ich mein Kind, wenn ich es ständig trage?

Bekommt es im Tuch genug Luft?

Hinzu kommt, dass eine Tragehilfe im besten Falle gut und sicher sitzen sollte, um sich für Kind und die jeweilige Trageperson angenehm anzufühlen. Hier entscheiden manchmal wenige Zentimeter in der Höheneinstellung eines Verbindungsgurtes darüber, ob wir bequem tragen oder unser Kind mit anschließenden Rückenschmerzen durch den anstrengenden Alltag »schleppen«.

Frauke Ludwig & Diana Schwarz

**EINFACH TRAGEN**

