



# Das Baby: 1. Monat

Mama und Baby

Datum: \_\_\_\_\_



## Mein Baby wächst



Jedes Baby ist anders.

Ich schaue dich an.

Du fasst mich zart an: Das mag ich.

Ich erkenne deine Stimme.

Ich erkenne dich am Geruch.

Ich möchte dir nah sein.  
Ich drehe meinen Kopf zu dir.

Das habe ich gelernt:  
\_\_\_\_\_



## Mein Baby und ich



Wir lernen uns kennen.

Mein Baby kann noch nicht reden.  
Es zeigt mir: Das brauche ich.

Ich zeige dir: Ich habe Hunger.

So merke ich: Du hast Hunger.  
\_\_\_\_\_

Ich zeige dir: Ich brauche deine Nähe.

So merke ich: Du brauchst meine Nähe.  
\_\_\_\_\_

Ich zeige dir: Mir geht es gut.

So merke ich: Du bist zufrieden.  
\_\_\_\_\_



Das war in der letzten Woche schön mit meinem Baby:  
\_\_\_\_\_



## Zeit für mich

Meinem Baby geht es gut.  
Nun denke ich an mich.  
Das tut auch meinem Baby gut!

So geht es mir jetzt:



Ich bin Mutter.  
Das finde ich leicht:

---

---

Manches ist auch schwer.  
Wer kann mir helfen:



---

### Tipp:

Das Baby schläft auch am Tag.  
Dann ist Zeit für eine Pause.

Das will ich gerne für mich tun:

---

So werde ich es tun:

---

## Ich passe auf mein Baby auf

Manchmal weint mein Baby viel.  
Manchmal schreit mein Baby lange.



Wenn ich nicht mehr kann:

**Das Baby nicht schütteln!**  
**Das Baby kann davon sterben!**

Wenn ich nicht mehr kann:

Ich lege mein Baby ins Bett.  
Ich denke nach.  
Wer kann mir helfen?



Ich rufe an!



Das hat mir heute gefallen:

---