

Tipps vom Doc | Kleine Alltags-Pädagogik

„Natur enttäuscht nie.“

Diesen Satz habe ich mal in einem Erziehungsbuch gelesen und ich muss sagen: Er stimmt einfach. Auch bei meinen Kindern war es zwar manchmal ein Gedöns, bis sie angezogen waren, sie haben gejammert, dass sie nicht raus wollen und es hat ewig gedauert, bis wir draußen waren. Aber wenn wir dann draußen waren, im Schnee, am Bach, auf der Wiese, irgendwo in der Natur: Dann war es immer schön, die Kinder hatten immer Spaß, etwas zu entdecken, etwas das sie interessiert hat.

Darum mein Impuls für Sie: Egal, wie früh oder spät am Tag es ist. Egal, ob es kalt oder warm ist. Rausgehen mit Kindern geht immer. Und es ist immer gut und wahnsinnig wichtig für die Kinder, dass sie einfach Bewegung in der Natur haben, Dinge erkunden und erforschen können. Und nebenbei: Es ist nachweislich so, dass frische Luft auch das kindliche Immunsystem stärkt.

Um es zum Schluss noch mit Hape Kerkeling zu sagen: „Der Junge muss an die frische Luft.“ Und das Mädchen auch :-).

Kinderarztpraxis Schorndorf

Dr. med. Ralf Brügel, Marina Hahn & Team

Schillerstraße 63, 73614 Schorndorf | Tel.: 07181 9947680

info@kinderarztpraxis-schorndorf.de | www.kinderarztpraxis-schorndorf.de