

STOFFWINDEL

Leitfaden

inkl. Fahrplan für deinen
einfachen Start ins Thema
nachhaltiges Wickeln



miamalina
by Claudia



Stoffwindeln

Was braucht es alles und wo beginne ich?

Du möchtest dein Baby hautfreundlich wickeln, dich überfordern aber die vielen Informationen über Stoffwindeln?

Mir ging es am Anfang genauso!

Daher habe ich dir diesen Leitfaden erstellt. Erfahre, warum Stoffwindeln gut für die zarte Haut deines Baby's sind und was du wirklich brauchst, um mit Stoffwindeln zu wickeln.

Ich gebe dir eine Checkliste an die Hand, damit du keine Fehlkäufe tätigest, welche dich nur unnötig Geld kosten.

Der 3-Schritte-Fahrplan erleichtert dir deinen Start, sodass du entspannt und mit Freude mit Stoffwindeln wickeln kannst.





Willkommen

Hi, ich bin Claudia ...

und wenn ich nicht gerade Nähe, oder mit meinen beiden Kids unterwegs bin, berate ich (werdende) Eltern zu Stoffwindeln.

Heute darf ich **mit Begeisterung** das tun, was ich mir 2017 bei meinem Anfang mit Stoffwindeln gewünscht hätte:

Ich begleite Eltern bei ihrem Start mit Stoffwindeln und erleichtere ihnen so den Einstieg, sodass sie entspannt mit Stoffwindeln wickeln können und **ohne Fragezeichen am Wickeltisch stehen.**

Viel Freude in der bunten Welt der Stoffwindeln,

*Ich freue mich auf dich!
deine Claudia*

Werde Teil meiner Community!

Du möchtest mehr Infos zu Stoffwindeln erhalten?

Dann komm ich meine tolle Instagram-Community.

Dich erwarten hilfreiche Tipps und Anleitungen zur natürlichen Babypflege und Wickeln mit Stoffwindeln!

miamalina
by Claudia

[Folge mir auf Instagram](#)



Was sind Stoffwindeln?

Stoffwindeln sind **waschbare Windeln**.

Sie sind aus **saugfähigem Stoff** und landen nach der Verwendung nicht im Müll, sondern werden **gewaschen und wiederverwendet**.

Stoffwindeln werden in der Waschmaschine **bei 60 Grad gewaschen** und werden mit dem passenden Waschmittel problemlos wieder sauber und rein.



Es gibt verschiedene Stoffwindel-Systeme und Materialien auf dem Markt. Eines haben aber alle Windeln gemeinsam:

Sie bestehen aus einer **Saugschicht** oder saugfähigen Einlage und einer **wasserdichten Aussenhülle** oder Aussenwindel.

Mein Tipp:

Wähle ein **Stoffwindel-System welches zu dir und deinem Alltag passt**.

Ist dein Baby in der Fremdbetreuung, dann ist oftmals ein anderes System sinnvoll als bei dir zu Hause.



gesund für
unsere Babys

weiche &
angenehme
Windeln



liebevolle
Designs

für eine
nachhaltige
Zukunft

dank
atmungsaktiven
Materialien gut
für die Haut



Einmal easy bitte!

So wickelst du mit Stoffwindeln:

1

Vorbereiten

Windeln nach deinen Wünschen ganz einfach vorbereiten und deinem Baby anziehen.

Mein Tipp: Lege als Schutz ein Windelvlies mit rein.

2

Wickeln & Lagern

Windelvlies mit dem Stuhlgang entsorgen. Nasse Windeln & Einlagen gibst du in einen Wetbag bis zur nächsten Wäsche. Täglich Waschen? Nein, natürlich nicht - ich empfehle dir alle 3 - 4 Tage zu Waschen. Easy oder?

3

Waschen & Trocknen

60 Grad inkl. Vorwäsche mit einem geeigneten Waschmittel. Lufttrocknen & schon sind sie wieder ready.

„ Stoffwindeln sind teuer, kompliziert und unhygienisch

Das denken tatsächlich die meisten Eltern die zu mir in die Beratung kommen. Und das sind wohl die Top 3 Vorurteile über Stoffwindeln. Doch ist da wirklich was dran? Es gibt noch mehr Mythen, die sich hartnäckig halten.

Glaubenssätze:

#1 Stoffwindeln sind unhygienisch!

Meine Kundinnen sorgen sich oft, dass die Windeln nicht richtig sauber werden. Aber hey, das ist einfach nicht der Fall: Mit einem geeignetem Waschmittel, einer 60° Grad Wäsche und dem richtigen Programm werden Stoffwindeln und Einlagen problemlos wieder sauber.

#2 Stoffwindeln sind teuer!

In der Anschaffung sind Stoffwindeln teurer als Wegwerfwindeln. Doch diese Kosten sind EINMALIG.

Auf die gesamte Wickelzeit gerechnet, sind Stoffwindeln viel günstiger und du kannst eine Menge Geld sparen. Vor allem kannst du sie für mehrere Kinder brauchen.



Glaubenssätze:

#3

Stoffwindeln sind kompliziert!

Heutzutage gibt es unzählige, unkomplizierte Wickelsysteme. Wenn du dich mit dem System deiner Wahl vertraut gemacht hast, sind Stoffwindeln easy.

Klar dauert das ein wenig länger, als der Griff zur Wegwerfwindel, doch es ist wahrlich kein Hexenwerk. Gerne unterstütze ich dich dabei!

#4

Mein Baby schwitzt viel mehr!

Diese Information ist schlicht falsch. Die Temperatur in einer Wegwerfwindel ist sogar nachweislich höher als in einer Stoffwindel.

Stoffwindeln sind atmungsaktiver, natürlicher und sorgen für ein gesünderes Hautklima.



Deine Erstausrüstung

Das sind deine Must-haves für einen entspannten Start mit Stoffwindeln. Hier am Beispiel mit dem "All-in-two" System - Überhosen mit passenden Einlagen

- #1 Stoffwindeln
- #2 passende Einlagen
- #3 Waschmittel
- #4 Windeleimer
- #5 Wetbag
- #6 Feuchttücher



Deine Erstausrüstung



Stoffwindeln

Meine Empfehlung:

24 Wickelmöglichkeiten von deinem gewünschten Stoffwindelsystem.

→ Aufgeteilt in 20 Wickelmöglichkeiten für am Tag und 4 Windeln nachts. So kannst du jeden dritten Tag waschen (meine Empfehlung) und hast auch mit der Trocknungszeit von etwa einem Tag genügend Windeln.

Wickelst du mit dem Ai2-System kannst du die Überhosen natürlich mehrmals verwenden und nur auslüften, sofern sie nicht schmutzig sind. Daher reichen dir hier 5 -6 Überhosen.

Mein Tipp:

Starte lieber mit weniger Windeln, denn nachgekauft sind sie schnell.



Passende Einlagen oder Mullwindeln

Für deine Überhosen brauchst du auch noch Einlagen, Mullwindeln oder Prefolds aus saugstarkem Material wie Baumwolle oder Bambusviskose. Mit Hanf- oder Zorb-Booster kannst du die Saugkraft zusätzlich verstärken.

Für Nachts empfehle ich dir 4 saugstarke Höschenwindeln und 2 Schlupfüberhosen.

Merke:

Booster brauchst du nicht ab Geburt, sondern erst wenn dein Baby eine grössere Menge Urin ausscheidet.



Deine Erstausrüstung



Wetbag

Unterwegs kannst du die benutzten Windeln und Einlagen bequem in einem Wetbag verstauen. Zu Hause angekommen, gibst du die Windeln dann bis zur nächsten Wäsche in den Windeleimer.

Wetbags sind aus speziellem Stoff, der wasserdicht ist, aber trotzdem atmungsaktiv, geruchshemmend und waschbar.

Mein Tipp:

Wetbags eignen sich auch super für nasse Badesachen, Sportklamotten, deine Monatshygiene-Produkte, Stilleinlagen oder die Milchpumpe.



Windeleimer

Die benutzten Windeln lagerst du zu Hause am besten in einem Windeleimer oder Abfallkorb mit einem Wäschenetz oder einem Pail Liner.

Merke:

Deckel niemals schliessen, sonst kommt zu wenig Luft an die Windeln.



Deine Erstausrüstung



Waschmittel

Mit dem passenden Waschmittel und einer 60 Grad Wäsche werden die Windeln sauber und rein. Aber nicht jedes Material der Windeln und Einlagen verträgt jede Art von Waschmittel. Wähle ein Vollwaschmittelpulver, das enthält bereits Sauerstoffbleiche. Flüssigwaschmittel enthalten oft zuviel Seife.

Ein gutes Waschmittel für Stoffwindeln ist so aufgebaut: Biologisch abbaubare Tenside (waschaktive Substanzen) Wasserenthärter (macht Wasser weich, damit die Tenside wirken können), Sauerstoffbleiche (tötet Bakterien ab)

Merke:

Ein falsches Waschmittel kann zu verminderter Saugkraft oder einem schnelleren Verschleiss führen.



Feuchttücher

Feuchttücher gibst auch aus Stoff - waschbar & wiederverwendbar. Sind die benutzten Feuchttücher mit Wasser in Berührung gekommen, müssen sie zuerst trocknen, bevor sie im Windeleimer gelagert werden können.

Mein Tipp:

Weiche Feuchttücher aus Bio-Baumwolle und Wetbags gibts auch bei mir im Shop. Mit viel Liebe nähe ich verschiedene Produkte für deinen nachhaltigen Familienalltag.





SANFT
sanft

NATÜRLICH
Natürlich



SICHER
sicher

So gehts weiter...

Wie du in diesem Leitfaden gesehen hast, brauchst du kein kompliziertes Zubehör oder teures Equipment um dein Baby hautfreundlich und gesund zu wickeln. Weniger ist dabei oft mehr! Doch, wie kannst du nun Stoffwindeln in deinen Alltag integrieren?

Halte dich dafür an diesen hilfreichen Fahrplan:

Einfacher 3-Schritte Fahrplan für deinen erfolgreichen Start mit Stoffwindeln:



#1

Lerne im ersten Schritt die verschiedenen Stoffwindelsysteme und die jeweiligen Vor- und Nachteile kennen.

#2

Mache dich im zweiten Schritt mit den Materialien vertraut und lerne wie du sie optimal miteinander kombinieren kannst - für maximale Saugkraft bei kleinem Windelpaket, ohne auslaufende Windeln.

#3

An den Wickeltisch - Fertig? -Los! Mit einem Testpaket lernst du die verschiedenen Windeln kennen und während du dein Baby mit Stoff wickelst, findest du deine Favoriten und kannst diese nachkaufen - ganz ohne Fehlkäufe. Genial, oder?



Ich wünsche dir und deinem Baby wundervolle Stoffwindel-Momente. Und du wirst sehen, Stoffwindeln sind nicht nur gut zur Haut deines Baby's, sie sind auch besser für die Umwelt und vor allem viel hübscher.

(Vorsicht: Suchtgefahr :-))

Deine Claudia

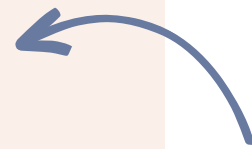


Nimm die Abkürzung!

UND SEI BEIM ONLINE WEBINAR “STOFFWINDEL-START” MIT DABEI

- 2h Live-Webinar via Zoom-Call
- **konkrete Anleitungen** zu Stoffwindeln & Abhalten erleichtern deinen Start
- einfache Erklärungen
- meine **erproten Tipps & Einlagen-Kombis**
- praktische Checklisten & **Videos**
- **persönlicher Support** für deine Fragen
- **Stoffwindel-Guide** zum Nachschlagen

MEHR INFOS ZUM WEBINAR



Wenn du den Weg gemeinsam mit mir gehen möchtest, unterstütze ich dich gerne bei deinem Start!

miamalina
by Claudia