

## Hilfreiche Apps für Eltern

Anbei eine Liste von Apps, die wir empfehlen können.

### **PraxisApp - Mein Kinderarzt**

In der PraxisApp finden Sie aktuelle Informationen zu Öffnungszeiten und Vertretung in Schließzeiten, Impfstoffverfügbarkeit, uvm...

[PraxisApp kostenlos und werbefrei im Google Play oder Apple AppStore](#)

### **„Baby & Essen“ und „Kind & Essen“**

Die Apps „Baby & Essen“ und „Kind & Essen“ des Netzwerks Gesund ins Leben und der Stiftung Kindergesundheit bieten jungen Familien Informationen zu gesunder Ernährung und Bewegung sowie zum gesunden Aufwachsen von Säuglingen und Kleinkindern.

"Baby & Essen" richtet sich an Eltern Kinder unter 1 Jahr, es werden Informationen zu Thema Stillen, Beikost und Breirezepte zur Verfügung gestellt. "Kind & Essen" richtet sich an Eltern von Kleinkindern – in der App findet man Rezepte, außerdem kann man mit einem „Ernährungs-Check“ prüfen was das Kind isst.

[Baby & Essen kostenlos und werbefrei im Google Play oder Apple App Store](#)

[Kind & Essen kostenlos und werbefrei im Google Play oder Apple App Store](#)

### **Babyentwicklung im 1. Jahr**

Diese App (von kigoroas UG Ratgeber rund um Familie und Haushalt) bietet viele Informationen zu den Entwicklungsschritten Ihres Kindes im ersten Jahr. Zusätzlich werden altersentsprechende DIY Spiel-Ideen angeboten.

[Babyentwicklung im 1. Jahr kostenlos \(mit Werbung\) im Google Play oder Apple App Store](#)

## **Kindernotfall-App**

Die Kindernotfall-App (der BARMER in Zusammenarbeit mit der Johanniterunfallhilfe) bietet Ihnen Erste-Hilfe-Maßnahmen, Arztsuche in der Umgebung und Checklisten an.

Die Kindernotfall-App ist ein Ratgeber für junge Eltern und alle, die mit Kindern umgehen, und soll helfen, zuvor in einem Erste-Hilfe-Kurs erlernte Fähigkeiten sicher anzuwenden.

[Kindernotfall App kostenlos im Google Play oder Apple App Store](#)

## **Die Still App - Dein Stillbuch**

Um in turbulenten Zeiten den Überblick über die gefütterte Milch zu behalten. Es könne auch Flaschen Mahlzeiten erfasst werden.

[Das Stillbuch im Apple App Store](#)

## **Geborgen Wachsen**

Eine App, die Blogartikel, Videos, Podcasts von Susanne Mierau (Diplom-Pädagogin und Familienbegleiterin) zum Thema Bedürfnisorientierte Elternschaft bietet.

[Geborgen Wachsen im Google Play oder Apple App Store](#)

## **Kinder Besser Verstehen**

In dieser App von Katia Saalfrank (Diplompädagogin, Therapeutin und Autorin) findet man zahlreiche bindungs- und beziehungsorientierte Inhalte (Hördateien, Meditationen, Podcasts), die helfen können, in guter Beziehung zu sich und den Kindern zu leben.

[Kinder besser Verstehen im Google Play oder Apple App Store](#)