

DER ERSTE SCHUH



WANN?

Ihr Kind kann draussen alleine stehen
Ihr Kind kann frei gehen

WICHTIG!

Lauferschuhe sind unnötig
Barfussgehen ist das Beste
Der Kinderfuss ist weich und biegsam
Der Fuss will nicht eingesperrt werden

WIE?

Fuss ausmessen

Zu Hause: Schablone anfertigen
Kind mit Socken auf Karton stellen und Umriss beider Füsse nachzeichnen
12mm beim kleinsten und längsten Zehen zugeben
Ausschneiden und zum Schuhkauf mitnehmen

Im Schuhladen: Kinderfussmesssystem WMS (weit / mittel / schmal)



SCHUHKAUF

Optimaler Zeitpunkt ist am Nachmittag (mit gut sitzenden Socken)

Auswahlkriterien

- Bewegungsfreiheit für die Zehen, d.h. gross genug, weit genug, hoch genug!
- Leicht biegsam und verdrehbar (für aktives Abrollen)
- Ferse gut eingefasst mit verstärktem hohem Fersenteil für Stabilität
- Wenn nötig leichte, innere Stütze für das Fussgewölbe, auf Empfehlung der Physiotherapeutin

Schuhgrösse regelmässig überprüfen (nach BIMS-System – Messschieber zur Ermittlung der Fusslänge und Schuhinnenlänge, www.bims.ch)

BBKB Beratungs-und **B**ehandlungsstelle für **K**inder mit **B**ewegungsstörungen