

minimag

Alles übers Eltern werden und Eltern sein



Das mag ich

Oskar (6) mag am liebsten Grimassen schneiden mit seinem Bruder Paul (5).

Foto: Holger Salach/Lunax



Abgezählt

Feuerwerk

1044 n. Chr.
schrieben Chinesen schon
von der Erfindung des sagenhaften
Schwarzpulvers.
Die Grundlage fürs Feuerwerk war gelegt.

1276

zündeten sie zur reinen Unterhaltung
sogenannte Feuerpfeile.

1379

nutzte man auch in Europa das
Schwarzpulver erstmals zur Belustigung.
Zu Pfingsten etwa liess man eine Taube
Funken sprühen.

1770

In der Zeit des Barock galt ein Feuerwerk
als das absolute Must-have bei jedem
eleganten Fest. Das grösste zündete
Ludwig der XV. im Park von Versailles:
20000 Raketen,

6000

Feuertöpfe und Vulkane sowie

80

Glüh-Sonnen wurden dabei abgefackelt.

73

Prozent aller Knalltraumata
gehen heutzutage in Europa
auf Silvesterböller zurück.

160

Dezibel erzeugen Knaller.

2012

liess ein österreichisches Ehepaar mit
dem Nachnamen Rakete ihren Sohn auf
den Vornamen Silvester taufen.

1800

Tonnen Feuerwerk werden jährlich in
die Schweiz importiert.

240

Unfälle werden dadurch verursacht.



Rückblende

O Tannenbaum

Der Brauch, zu Weihnachten einen Nadelbaum zu schmücken, verbreitete sich im 19. Jahrhundert von Deutschland her über die ganze Welt. Seither glänzen Kinderaugen - wie hier auf einer Aufnahme für «wir eltern» aus dem Jahre 1962.

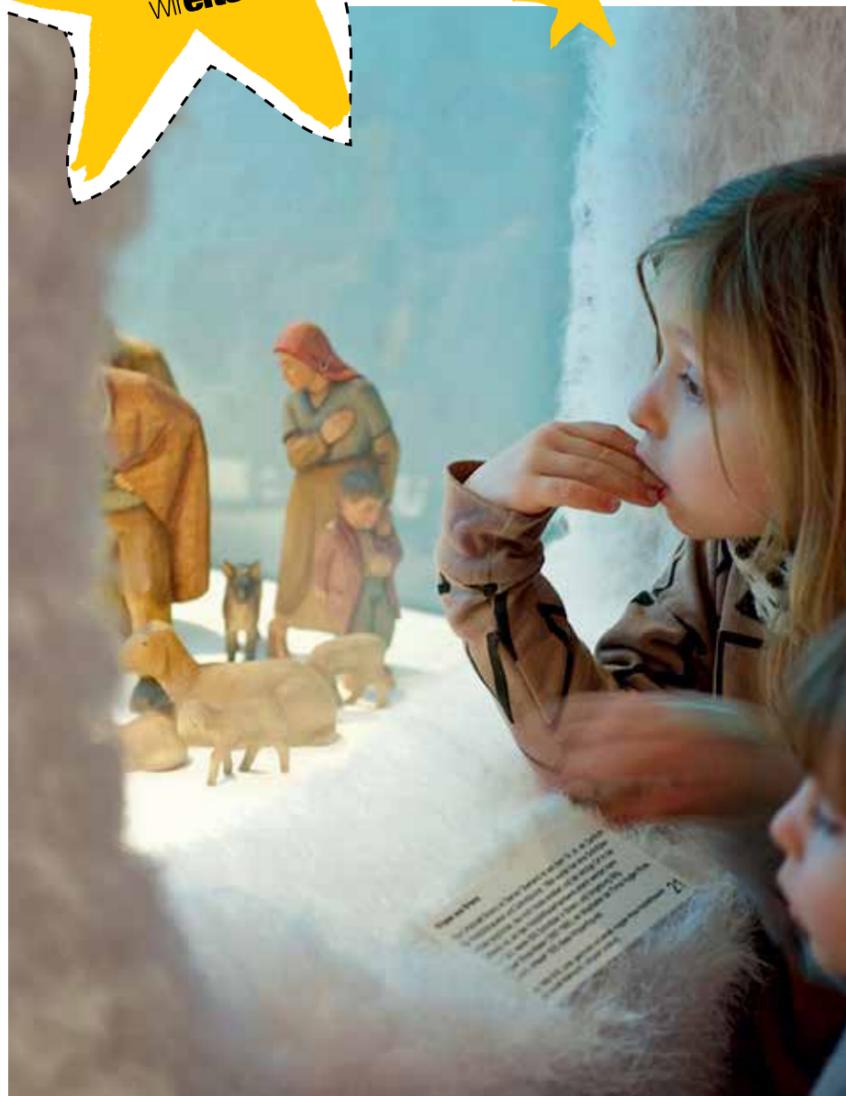
Studie

Juchuu, ein Mummy Brain

Bislang hatte das Gehirn schwangerer Frauen ja eher einen schlechten Ruf. Vergesslich sollten die jungen Mütter angeblich sein. Unkonzentriert. Verhuscht. Doch jetzt haben kanadische Forscher festgestellt: alles Quatsch. Schwangere schnitten bei Denktests mindestens so gut ab, oft sogar deutlich besser, als nicht schwangere Frauen. Einzig bei werdenden Müttern mit depressiven Zügen ist die Denkleistung beeinträchtigt.
Quelle: Wissenschaft aktuell



50% Rabatt
auf Eintritt ins
Landesmuseum
wir eltern



Hingehen

Zu Besuch beim Christkind

Weihnächtliche Idylle im
Landesmuseum Zürich.

Was wäre die Weihnachtszeit ohne Schnee? Ohne verzuckerte Tannen? Ohne Geschenke? Ohne idyllische Krippe? Das Landesmuseum Zürich verwandelt auch dieses Jahr wieder einen Teil der Räumlichkeiten in eine winterliche Märchenlandschaft. Zwischen verschneiten Tannen und weissen Iglus, wo sich Polarfuchs und Schneehase gute Nacht sagen, stehen rund 20 ganz besondere Weihnachtskrippen. Wer sich an den Figuren sattgesehen hat, kann selbstständig oder unter Anleitung Weihnachtsgeschenke basteln, besinnlichen Liedern lauschen oder auf den Samichlaus warten. Dieser kommt nämlich am 5. Dezember auch noch vorbei.

Die Weihnachtsausstellung im Landesmuseum Zürich dauert bis zum 6. Januar 2016.

Bei Vorzeigen des gelben Sterns erhalten «wir eltern»-Abonnentinnen und ihre Familien 50 Prozent Eintrittsermässigung. → www.krippen.landmuseum.ch

Bilder: zVg, istockphoto, Besa art / photobase.com



Uncool ist cool

Erstaunlich, aber wahr: Wer als Teenie zu den Mauerblümchen und Graumäusen zählte, kommt als Erwachsener besser durchs Leben. Eine Studie der Universität Virginia zeigt nämlich, dass die früher benedeten «Coolen» auffallend häufiger Probleme mit Alkohol, Drogen oder dem Gesetz bekommen. Erklärung der Forscher: Wer gewohnt ist, im Mittelpunkt zu stehen, will diesen Status um jeden Preis beibehalten. Noifalls halt durch stets extremeres Verhalten.



Zitat

«Kinder kann
man nicht
erziehen, die
machen uns eh
alles nach.»

Karl Valentin

Interview

«Langsam abstillen»

Der Übergang vom Stillen zu Säuglingsmilch braucht manchmal etwas Geduld. Tipps einer Fachfrau.

wir eltern: Frau Glück, worauf müssen Eltern beim Kauf von Säuglingsmilch achten?

Claudia Glück: Stillen ist die beste Lösung. Muttermilch enthält alle Nähr- und Aufbau- stoffe, die Ihr Kind braucht. Aber manchmal läuft es anders als gedacht. Weil alle Säuglingsmilchen den gleichen strengen Anforderungen genügen müssen, gibt es keine, die grundsätzlich nicht geeignet wäre. Dennoch unterscheiden sich die Produkte durch freiwillige Zutaten wie prebiotische Nahrungsfasern (GOS), mehrfach ungesättigte Fettsäuren (Omega 3 und Omega 6) und Nukleotide. Wichtig bei der Auswahl ist, dass das gewählte Produkt für das entsprechende Alter des Babys geeignet ist.

Was spricht für ein Bioprodukt?

Die grundlegenden Anforderungen an eine Säuglingsmilch sind für alle Produkte gleich – ob Bio oder nicht. Biosäuglingsmilchen unterscheiden sich nur dadurch, dass freiwillige Zutaten nicht erlaubt sind, solange diese nicht in Bioqualität verfügbar sind. Vitamine und Mineralstoffe müssen per Gesetz zugesetzt werden, auch wenn diese nicht in Bioqualität verfügbar sind.

Ist es ratsam, in einer Übergangsphase zwischen Brust und Pulvermilch abzuwechselln? Um ein Baby an die neue Ernährung zu gewöhnen, ist es wichtig, die Anzahl Stillmahl-



zeiten allmählich zu ersetzen. Nach dem Umstellen einer Mahlzeit sollte man fünf Tage warten bis die nächste Mahlzeit ersetzt wird mit Flaschennahrung. Auch für die Mutter ist es wichtig, langsam abzustillen, damit es nicht zu Problemen mit Milchstau oder sogar zu einer Entzündung der Brust kommt. Es ist ratsam, vor dem Umstellen auf Flaschennahrung mit der Kinderärztin oder Mütterberaterin zu sprechen.

Begünstigt das Umstellen von Muttermilch auf Säuglingsnahrung Verdauungsprobleme? Der Verdauungstrakt des Babys muss sich auf die neue Situation einstellen. Deshalb kann eine Umstellung zu vorübergehenden, geringen Veränderungen im Stuhl führen und gelegentlich auch zu leichten, vorübergehenden Verdauungsproblemen wie Koliken.

Zur Person: Claudia Glück ist Leiterin Qualitätsmanagement und F&E der Hero.

silena®

Für einen ruhigen Schlaf
von Kind und Eltern.

Biologische ätherische Duftöle fürs Kinderzimmer.

Bestellen Sie jetzt online unter www.silena.ch



Schnupfen?

Xylo-Mepha®
Befreit in Minuten –
für Stunden

ohne
Konservierungs-
mittel



Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.
Mepha Pharma AG

Die mit dem Regenbogen

mepha



Verlosung «wir eltern» und der AT Verlag verlosen fünf Exemplare der Neuerscheinung «Kinder, an den Herd!». Mitmachen bis am 17.12. via www.wireltern.ch/service/wettbewerbe.



Rezept Flammkuchen mit Tomaten und Erbsen

Für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Minuten, davon 15 Minuten Backzeit

Das braucht's

4 Platten Tiefkühlblättereig, 10 Kirschtomaten, 100 g Crème fraîche, 150 g tiefgekühlte Erbsen, Salz, Pfeffer

So geht's

- 1 Belege ein Backblech mit Backpapier, setze die Blättereigplatten darauf und lasse sie auftauen. Halbiere die Tomaten.
- 2 Steche nun die Blättereigplatten mit einer Gabel ein. Bestreiche sie mit der Crème fraîche, verteile dann die Erbsen und die

Tomaten darauf. Würze die Flammkuchen mit Salz und Pfeffer. **3** Nun schiebst du das Blech bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) in den Ofen und lässt die Flammkuchen zirka 15 Minuten backen.

Danach nimmst du das Blech mit Backhandschuhen (!!!) aus dem Ofen.

Guten Appetit!

→ Claudia Seifert, Gesa Sander, Julia Hoersch, Nelly Mager: «Kinder, an den Herd!», AT Verlag, Fr. 31.90



Adventskalender

Türlein auf!

Haben Sie für Ihr Kind einen Adventskalender gebastelt oder gekauft? Wir haben einen für Sie zusammengestellt.

Lassen Sie sich jeden Tag aufs Neue überraschen: Mal verlosen wir tolle Geschenke, mal gibts spezielle Rabatte und Angebote.

→ www.wireltern.ch/adventskalender



Selbermachen

Was so passiert ist im Leben

«Als ich ein Kind war...»: Geschichten, die so beginnen, fesseln Kinder wie Grosskinder. Wäre es nicht noch toller, Geschichten aus dem eigenen Leben aufzuschreiben und in einem wunderschönen Buch zu publizieren, damit sie für die eigenen Kinder oder Grosskinder festgehalten sind? Möglich macht dies das Kulturprojekt Edition Unik, das nach einem Pilotversuch nun öffentlich lanciert wird. Jeder Mensch hat einen Reichtum an Geschichten zu erzählen – es wäre zu schade, wenn diese verloren gingen. Weitersagen!
→ www.edition-unik.ch



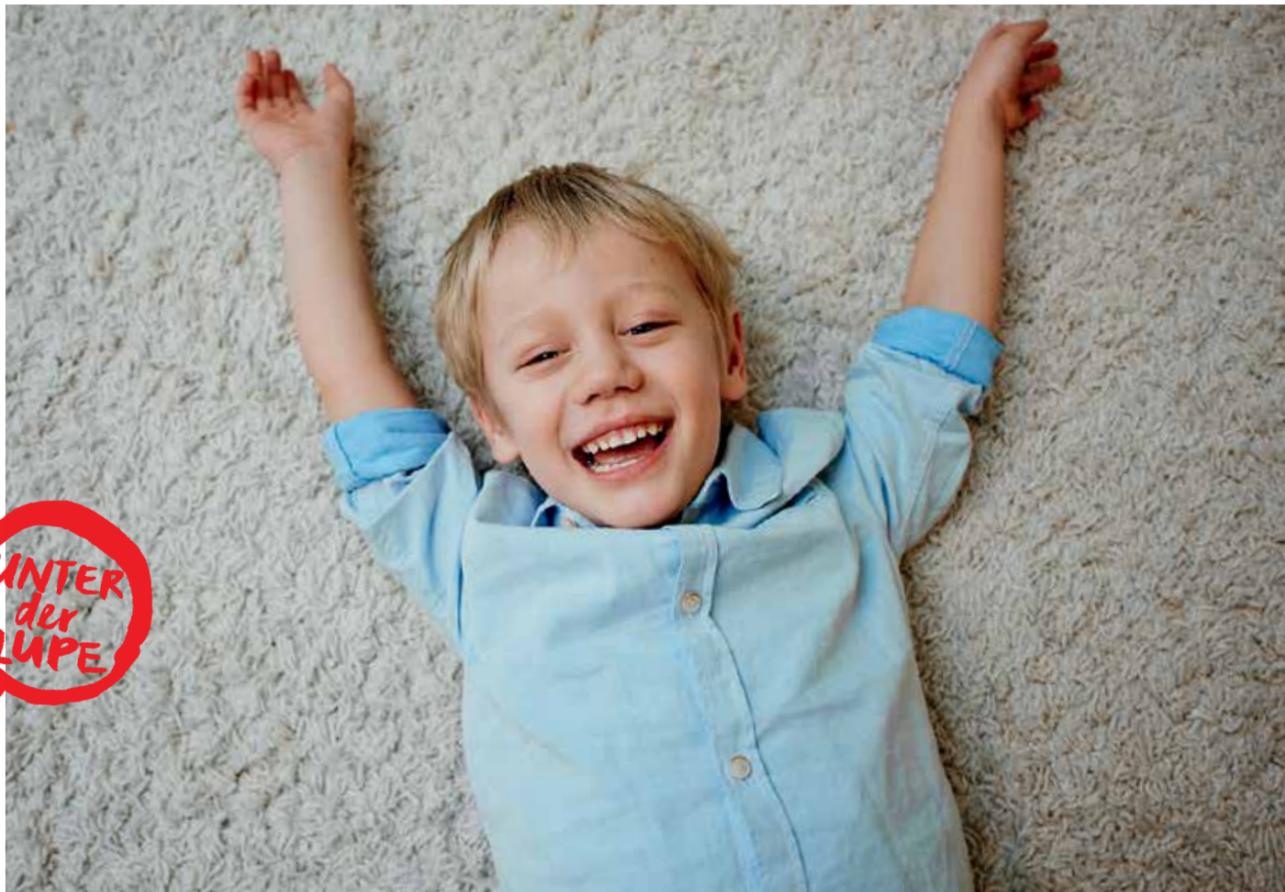
DAS PERFEKTE

Filet.

**JETZT GRATIS
RUNTERLADEN!**



«SCHWEIZER FLEISCH ACADEMY» –
DIE APP FÜR DIE RICHTIGE FLEISCHZUBEREITUNG.
Mit vielen Film- und Fotoanleitungen.



Nie mehr saugen

Roboter-Staubsauger im Test

Für Staubsaugmuffel sind Saugroboter eine attraktive Alternative. Vorausgesetzt, man scheut den Aufwand für die Vorarbeiten nicht.

Von der Arbeit nach Hause kommen, und der Boden ist blitzblank gesaugt? Wer würde da Nein sagen? Hersteller von Saugrobotern versprechen genau das. Doch: Was taugen sie wirklich, diese Automaten? Um das herauszufinden, haben wir fünf Modelle getestet. Dazu wurde so richtig viel Dreck gemacht. Auf rund 28 Quadratmetern Plattenboden inklusive einem 1,5 Zentimeter dicken Wollteppich haben wir mit Vogelsand feinen Dreck imitiert, den Kinder an ihren Schuhen reinbringen. Vom Hund haben wir uns mit langen Haaren bedient und für gröberen Schmutz Brotkrümel, dürre Blätterteilchen und kleine Papierschnipsel bis in die Ecken verstreut. Was man voraus schicken muss: Hat man einen Saugroboter, muss man jegliche Hindernisse wie Kabel, lange Vorhänge, Kleinteile oder Stühle mit Bodenschienen entfernen.

In die Ecken schaffen es nicht alle.

Wem das zu mühsam ist, der saugt lieber von Hand.

Das Testfazit ist grundsätzlich positiv: Alle Roboter putzten den groben Schmutz und die Haare mit links weg. Auch der LG, der sich laut Hersteller gar nicht für Tierhaare eignet. Alle Geräte fanden nach getaner Arbeit wieder problemlos zur Ladestation zurück. Und alle sind mit ein paar Handgriffen einfach zu reinigen. Doch ein paar Unterschiede gibt es. Zwei Geräte taten sich schwer mit dem feinen Sand. Auch in die Ecken schaffte es nicht jeder. Zudem blieben die getestetsten Geräte allesamt an Kabeln hängen oder rissen die Stehlampe gleich mit – auch wenn der Hersteller anderes verspricht.

Die Testgeräte wurden zur Verfügung gestellt von www.miele.ch und www.myrobotcenter.ch. Die Firma myrobotcenter bietet Kunden die Geräte sieben Tage unentgeltlich zum Testen an. *Anita Zulauf*



LG Home Bot Square VR 34408 LV Der Schnelle

Leistung: Der Home Bot wird als leise und effizient angepriesen. Und das ist er auch. Leise flitzt er seine Runden und putzt den groben Schmutz und die Tierhaare selbst in den Ecken, den Kanten entlang und auf dem Teppich gründlich. Mühe hat er jedoch mit dem feinen Sand, was wahrscheinlich an seinem rasanten Tempo liegt. **Zusatzmaterial:** Fernbedienung, Reinigungsbürste. **Preis:** ab Fr. 389.-; → verschiedene Anbieter im Internet. **Leistung:** ●●●○ **Zusatzmaterial:** ●●○○ **Preis:** ●●●●



Neato Botvac D85 Der Trendige

Leistung In gemütlichem Tempo tuckert er daher und nimmt jeglichen Schmutz mit Leichtigkeit, egal ob Ränder, Teppich oder Hartboden. Trotz seiner schicken halbrunden Form kommt er aber nicht richtig in die Ecken. Zudem ist die Reinigung etwas umständlich. **Zusatzmaterial** 2 Filter, extra Tierhaarbürste, Reinigungsbürste, Magnetband als Abspermarke. **Preis** ab Fr. 529.-; → verschiedene Anbieter im Internet. **Leistung:** ●●●○ **Zusatzmaterial:** ●●●● **Preis:** ●●●●



Samsung Navibot VR5000 Der Gründliche

Leistung Speditiv gemütlich könnte man das nennen, was der Samsung macht. Und er ist absolut gründlich. Egal ob Ecken, Ränder, Teppich, er schafft jeden Dreck und jedes Haar. Möchte man unbedingt einen Minuspunkt suchen, könnte man erwähnen, dass er als Einziger die 1,5 Zentimeter hohe Schwelle nicht auf Anhieb schafft. Preis-Leistungs-Verhältnis top. **Zusatzmaterial** Filter, Fernbedienung, Reinigungsbürste, Virtual Guard als Abspermarke. **Preis** ab Fr. 499.-; → verschiedene Anbieter im Internet. **Leistung:** ●●●● **Zusatzmaterial:** ●●●○ **Preis:** ●●●○



Miele Scout RX1 Der Behäbige

Leistung Er ist kein lauter Zeitgenosse und nimmt sehr gemütlich. Was nicht heisst, dass er seinen Job nicht gut macht. Bis in die hinterste Ecke räumt er jeglichen groben Schmutz und die Haare weg. Auch auf dem Hartboden und den Rändern entlang macht er saubere Arbeit. Mühe hat er aber deutlich mit dem feinen Sand. Auch Brotkrümel lässt er auf dem Teppich liegen. **Zusatzmaterial** Filter, Fernbedienung, Reinigungsbürste, Magnetband als Abspermarke. **Preis** ab Fr. 464.-; → verschiedene Anbieter im Internet. **Leistung:** ●●●○ **Zusatzmaterial:** ●●●○ **Preis:** ●●●●



iRobot Roomba 866 Der Unermüdliche

Leistung: Der iRobot gehört zusammen mit dem Samsung zu unseren Testsiegern: In allen Bereichen liefert er Toparbeit. Es gibt leistungsmässig überhaupt nichts zu kritisieren. Der Kerl kann was. Lediglich übertreibt er in der Dauer der Reinigung, er läuft und läuft, obwohl schon lange alles sauber ist. Kritisieren darf man jedoch, dass trotz des eher hohen Preises keinerlei Zubehör dabei ist. Nicht einmal eine Reinigungsbürste, alles ist optional erhältlich. Hier spart der Hersteller am falschen Ort. **Zusatzmaterial** nichts. **Preis** ab Fr. 569.-; → verschiedene Anbieter im Internet. **Leistung:** ●●●● **Zusatzmaterial:** ●○○○ **Preis:** ●●○○



für den optimalen Start ins Leben



1

Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente – vor und während der Schwangerschaft sowie in der Stillzeit



- elevit® Pronatal deckt den erhöhten Bedarf in der Schwangerschaft und Stillzeit.
- elevit® Pronatal kann, wenn frühzeitig eingenommen, das Risiko für schwere Fehlbildungen (z.B. Spina bifida / «offener Rücken») senken.



Bayer (Schweiz) AG
8045 Zürich

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.



Omega-3 Fettsäuren – speziell für Schwangerschaft und Stillzeit

- Die Omega-3 Fettsäuren DHA und EPA leisten einen Beitrag für die Gesundheit der Mutter und des Kindes.
- DHA ist wichtig für die normale Entwicklung und Funktion der Augen und trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion bei.

2

Nahrungsergänzungsmittel
(1 Kapsel pro Tag)



Die positive Wirkung stellt sich ein, wenn zusätzlich zu der empfohlenen Tagesdosis an Omega-3 Fettsäuren (d. h. 250 mg DHA und EPA) täglich 200 mg DHA eingenommen werden. elevit® Omega3 ersetzt nicht die Einnahme eines Multivitaminpräparates, sondern sollte zusätzlich zu diesem eingenommen werden. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind wichtig für die Gesundheit.

Gratismuster elevit® Omega3 bestellen auf:
(nur solange Vorrat)

www.elevit.ch

Luftbefeuchter

Trockene Luft

So wird es Kindern und Erwachsenen im Warmen wohl



Kaum werden die Heizungen hochgedreht, beginnt das Husten und Kratzen im Hals. Menschen empfinden die Luft in Innenräumen während der Heizperiode oft als trocken. Ob sie tatsächlich unter dem vom Bundesamt für Gesundheit empfohlenen Wert von 30 bis 50 Prozent Luftfeuchte liegt, zeigt eine Messung mit einem Hygrometer – ein Messgerät ist ab ca. 15 Franken beim Detailhändler oder Grossisten erhältlich. Auf ein gutes Raumklima zu achten, lohnt sich alleweil: Ein zu tiefer Luftfeuchtwert trocknet die Schleimhäute aus, was die Anfälligkeit für Infekte und Nasenbluten erhöht. Ist die Nase verstopft oder plagt ein Husten, schlafen betroffene Kinder – und ihre Eltern – schlecht.

Tipps gegen trockene Luft:

- ◆ Mehrmals täglich kurz lüften. Das sorgt für frische Luft und verhindert, dass zu viel Feuchtigkeit an die kalte Aussenluft abgegeben wird.
- ◆ Ein feuchtes Tuch oder eine Schale Wasser auf die Heizung stellen.
- ◆ Sind Luftbefeuchter im Einsatz: Regelmässig reinigen und Filter wechseln, um Keimen vorzubeugen.
- ◆ Wäsche im Zimmer trocknen. Kontrollieren, dass die Luftfeuchtigkeit 60 Prozent nicht übersteigt, damit Schimmelbildung nicht begünstigt wird.
- ◆ Nasensalbe hilft, die Schleimhaut geschmeidig zu halten.

Bilder: istockphoto

Apps für Familien



«Wimmel-App Zoo»

Auf dem grossen Bild eines Zoos, das man mit den üblichen Wischgesten erkundet, müssen zwei Kinder und zwei Tiere gefunden werden. Gelungene digitale Umsetzung des Wimmelthemas. Für iPhone und iPad (empfohlen). → Für iOS, Fr. 1.-, ab 4 Jahren



«Schweizer Fleisch Academy»

Am Jahresende versammeln sich Familien gerne um den Esstisch. Gehört Fleisch zum Festmenü, unterstützt die App Unsichere bei allen Fragen um Rezepte und Zubereitung. Schritt-für-Schritt-Anleitungen und Videos machen Lust aufs Kochen und Geniessen. → Für iOS und Android, gratis



«Offtime»

Viele sind heute ständig «On». Mit dem Smartphone immer erreichbar via Telefon, Messengerdiensten, SMS, E-Mail, Facebook. Die App zeichnet diese Aktivitäten auf und sorgt bei Bedarf für eine digitale Auszeit. Komplett. Ruhe. Runterkommen. → Für iOS und Android, Fr. 3.-



Klug gefragt

Geschrumpfte Zeit

Ob Ferien oder Wochenendausflug, warum eigentlich dauert die Hinfahrt gefühlt immer länger als die Rückfahrt? Antwort von Mark Mieras, niederländischer Hirnforscher und Wissenschaftsjournalist: «Es kommt uns nur so vor als würde die Hinfahrt länger als die Rückfahrt dauern, weil das Gehirn auf der Hinfahrt den Weg suchen muss. Es merkt sich dann während der Fahrt ganz viele Einzelheiten. Auf dem Rückweg schalten wir auf Autopilot um. Je mehr Neues man erlebt und sich merkt, desto länger kommt einem die Stunde vor.»

→ Aus: Suzanne Rethans: «Wieso bin ich wer ich bin? ExpertInnen beantworten kluge Kinderfragen», Eden books, Fr. 17.90



NEU

Für unbeschwerte Festtage

Reduforte-Biomed® reduziert die Kalorienaufnahme aus Fetten, Zuckern und Kohlenhydraten.

Medizinprodukt: Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie



BioMed® Biomed AG, 8600 Dübendorf © Biomed AG, 10.2015. All rights reserved.

Nach der Muttermilch das Beste:
Die moderne Folgemilch.
Ohne Palmöl.



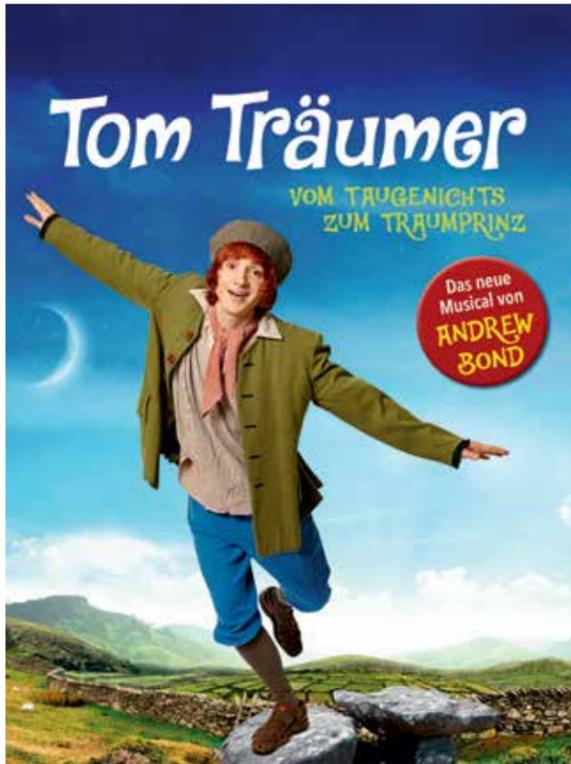
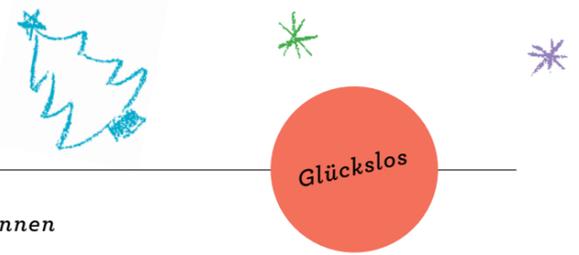
Muttermilch ist fürs Baby das Beste. Gleich danach kommt Bimbosan: Super Premium 2, die erste Folgemilch ohne Palmöl. Neben bester Schweizer Milch enthält sie alle wichtigen und modernen Komponenten, die Ihr Baby für ein gesundes Gedeihen braucht. Erhältlich in der wiederverschliessbaren Dose und im praktischen, umweltfreundlichen Nachfüllbeutel.

Wichtig: Muttermilch ist das Beste für den Säugling. Die WHO empfiehlt 6 Monate ausschliessliches Stillen.

Jetzt Gratismuster bestellen und testen, auf bimbosan.ch oder unter 032 639 14 44



Bimbosan Für jeden Babytag.



Tickets zu gewinnen

Tom Träumer – das neue MärliMusical von Andrew Bond

Andrew Bonds neues MärliMusical tourt bis April 2016 durch die Deutschschweiz. Im neuen Stück geht Tom Träumer auf eine Reise in die Welt vom Anderland, wo er verschiedenen Traumwesen begegnet. Auf seinem Abenteuer wird Tom klar, weshalb er träumt und was seine Träume vermögen. Das MärliMusicalTheater lädt seine kleinen und grossen Zuschauer auf eine Traumreise in die irisch-keltische Welt ein. Weitere Infos zum Musical finden Sie unter → www.maerlimusicaltheater.ch

«wir eltern» und **MärliMusicalTheater** verlosen **5x4 Tickets (gültig für 2 Erwachsene und 2 Kinder) im Gesamtwert von Fr. 600.–** für eine Aufführung an einem Ort nach Wahl ab dem 13. Februar 2016. Das Los entscheidet, wer gewinnt.

Aufführungsort aussuchen, mitmachen und gewinnen!
www.wireltern.ch/glueckslos

Teilnahmeschluss: 31. Januar 2016

Glückslos



Bescherung

Brauch ich nicht, schenk ich dir!

Für Menschen, die zu wenig haben



Für viele Menschen ist Weihnachten ein Fest des Überflusses. Warum also nicht weiterverschenken, wenn es das Christkind einmal mehr zu gut gemeint hat? Diese Organisationen helfen mit, nicht gebrauchte Geschenke an hilfsbedürftige Menschen weiterzuleiten.

◆ Bei «**2 x Weihnachten**» transportiert die Post geschenkte Pakete gratis zum Schweizerischen Roten Kreuz. Die Aktion beginnt am Donnerstag, 24. Dezember 2015 und dauert bis Samstag, 9. Januar 2016. → www.2xweihnachten.ch

◆ «**Weihnachten im Schuhkarton**» findet bereits zum 20. Mal statt! Die Päckchen werden hauptsächlich in osteuropäischen Ländern wie Bulgarien, Polen, der Republik Moldau oder der Slowakei von örtlichen Kirchengemeinden verteilt. → www.geschenke-der-Hoffnung.org

◆ «**Petitsuisse Kinderhilfe**» nimmt gebrauchtes und neues Spielzeug entgegen und verschenkt dieses im Weihnachtsprojekt «Engel verschenken Weihnachtspakete 2015». → www.petitsuisse-kinderhilfe.ch



Bild: istockphoto

MIT MUTTERLIEBE GROSS GEWORDEN



30 Jahre Erfahrung und Vertrauen

Die Natur schenkt uns neues Leben und das überwältigende Gefühl der Mutterliebe. Ein Gefühl, das dafür sorgt, dass Eltern oft ganz intuitiv wissen, was besonders gut für ihr Kind ist – eine natürliche Pflege, ganz ohne synthetische Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe oder Rohstoffe auf Mineralölbasis. Deshalb entscheiden sich Eltern bereits in der zweiten Generation für die Calendula Babycreme von Weleda.

Mehr zur Calendula Babycreme: www.weleda.ch/babycreme

- ✓ schützt vor Nässe im Windelbereich
- ✓ pflegt bei gereizter und geröteter Haut
- ✓ mit Zinkoxid

Seit nun 30 Jahren vertrauen Eltern auf die Natue-zertifizierte Calendula Babycreme von Weleda – sie ist die meistgekaufteste Babycreme der Schweiz*.

* IMS Pharamatrend Schweiz Apotheken & Drogerien, 88b Babypflege, Absatz, MAT März/2015

Wie gangi
richtig mit
Gäld um
?



Mit Wissen, Wille und einer engagierten Partnerin.
Darum unterstützen wir den Nachwuchs im Bereich Bildung.
Ganz einfach.

moneyfit.postfinance.ch

PostFinance
Besser begleitet.





Auf die Scheidung warten

§ Ich bin vor drei Monaten aus unserer gemeinsamen Wohnung ausgezogen. Nun habe ich mich in dieser Zeit definitiv dazu entschieden, dass ich mich scheiden lassen will. Aber meine Frau wehrt sich dagegen. Ich möchte gern vorwärts machen. Muss ich nun aber noch die zweijährige Trennungsfrist abwarten? Ab wann beginnt sie zu laufen? G.M.

Die zweijährige Trennungsfrist müssen Sie abwarten, weil Ihre Ehefrau gegen die Scheidung ist. Erst nach Ablauf der Frist können Sie auch gegen den Willen Ihrer Frau auf Scheidung klagen. Sofortige Scheidungen sind nur möglich, wenn beide Eheleute einverstanden sind, unabhängig davon, ob gemeinsame Kinder da sind oder nicht.

Nur in absoluten Ausnahmefällen kann ein Ehegatte vor Ablauf der zweijährigen Trennungsfrist gegen den Willen des anderen die Scheidung verlangen: Dies ist möglich, wenn einem Ehegatten die Fortsetzung der Ehe aus schwerwiegenden Gründen nicht mehr zugemutet werden kann. Beispielsweise bei häuslicher Gewalt oder schweren Persönlichkeitsverletzungen. Bei Ihnen ist das aber nicht der Fall.

Die Trennungsfrist beginnt ab dem Zeitpunkt, an dem die Eheleute faktisch nicht mehr im selben Haushalt leben, also ab Ihrem Auszug. Als Beleg dafür genügt Ihr neuer Mietvertrag.

Kirsten Jaeggi Oettli, Juristin



Bilder: istockphoto wireltern 12/2015 | 1/2016

Schmerzhaftes Stillen

Ich bin im 8. Monat schwanger und würde später gerne stillen. Jetzt hat mir eine Freundin gesagt, dass bei ihr das Stillen grosse Schmerzen verursacht habe. Woran liegt das? Und – kann man vorbeugen? K.I.

Saugen nicht gewohnt. Dadurch kann es zu Reizungen kommen und in schlimmen Fällen zu Rissen, sogenannten Rhagaden. Meistens verschwinden die Schmerzen nach dem ersten Monat wieder. Mit einer Salbe, wie etwa PureLan 100, kann man ein wenig vorbeugen. Sollte es bei Ihnen zu Stillkomplikationen kommen, hilft Ihnen Ihre Hebamme oder das Spital in dem Sie gebären gerne weiter.

Sonia Pinto, Hebamme in der Hirslanden Klinik Stephanshorn

Wünschen Sie Rat?

Mit dem «wir eltern»-Abo erhalten Sie gratis Beratung zu Schwangerschaft, Geburt, Erziehung, Ernährung, Kinderheilkunde, Partnerschaft, Recht, Schule, Homöopathie, Zahnheilkunde. In den Bereichen Schwangerschaft, Stillen und Baby arbeiten wir mit Fachspezialisten der Hirslandenkliniken zusammen. → redaktion@wireltern.ch, Betreff «Beratung». Bitte Abo-Nummer (ersichtlich auf der «wir eltern»-Family-Card) und Adresse angeben. Oder registrieren Sie sich auf: www.wireltern.ch/beratung-hirslanden **HIRSLANDEN baby**

