

BABY BOOM

MAI 2009

smartmedia

Spielzeug

Welches wirklich sinnvoll ist.

Kindersitze

So sichern Sie Ihr Kind im Auto.

Windelkunde

Sogar Schwimmen ist möglich.

Simone Niggli

Weltmeisterin im Orientierungslauf und
Mami will wieder zurück an die Weltspitze

Aufgepasst! Gefahren in Haus und Garten.

Kinderwagen! Worauf Sie achten müssen.

Anzeige



ZAHNÄRZTE ZÜRICH
GARTENSTRASSE

ZAHNÄRZTE ZÜRICH GARTENSTRASSE 33 CH-8002 ZÜRICH
T +41 44 201 3 0 62 F +41 44 201 24 09 INFO@ZZG.CH

WWW.ZZG.CH

**EIN
STRAHLENDES
LÄCHELN WIRKT
WUNDER!**

Kinder – ein Stück Paradies

«Drei Dinge sind uns aus dem Paradies geblieben: die Sterne der Nacht, die Blumen des Tages und die Augen der Kinder.» Das Sprichwort des italienischen Dichters Dante Alighieri ist 700 Jahre alt – aber keineswegs veraltet!

Wer sich für Kinder entscheidet, entscheidet sich gut, entscheidet sich für Liebe, Leben und Freude. Und er entscheidet sich für viel Verantwortung. In Zeiten des Wandels und der Krise ist es besonders wichtig, dass sich Eltern dieser Verantwortung stellen. Natürlich brauchen werdende und junge Eltern dabei viel Unterstützung und Toleranz von uns allen. Kinder dagegen brauchen vor allem Liebe und Zuneigung. Und sie brauchen Eltern, die zum Wohle der Kinder klare Entscheide treffen können – sei es in Bezug auf Pflege, Ernährung, Erziehung oder Spielmöglichkeiten.

Das Angebot auf dem Markt ist diesbezüglich riesig. Aber nicht alles ist nötig. «Baby Boom» soll Ihnen helfen, sich für das Richtige zu entscheiden. Und im Zweifelsfall vertrauen Sie, liebe Eltern, Ihrem Gefühl!



Ich wünsche Ihnen viele klare Sternennächte, bunte Sommerblumen und unzählige Blicke aus leuchtenden Kinderaugen!

Verena Zürcher
Autorin und swissmom Kolumnistin

Baby Boom
Henriette Reuss Projektleiterin, henriette.reuss@smartmediapublishing.com
Fredrik Lagergren, Produktionsleiter | Katharina Schönwitz, Text | Markus Habegger, Marilin Brun, Grafik
Buchmann Druck, Repro | Eva König, Korrektorat | Ringier Print, Druckerei / Veröffentlicht mit dem Blick Mai 2009.
Für mehr Informationen, Fragen oder Inserate, Fredrik Lagergren, fredrik.lagergren@smartmediapublishing.com, Smart Media Publishing Schweiz GmbH, Tel. 044 287 30 06

Anzeige



04 MIT DIESEN ACCESSOIRES KANN IHR BABY KOMMEN

05 WELCHER KINDERWAGEN-TYP SIND SIE?

06 DER RICHTIGE KINDERSITZ IST ENTSCHEIDEND FÜR DIE SICHERHEIT

08 EINE MUTTER, DIE NIE DIE ORIENTIERUNG VERLIERT

10 WICKELKUNDE – WAS ELTERN ÜBER WINDELN WISSEN SOLLTEN

12 AUGEN AUF BEIM SPIELZEUGKAUF

14 ZUHAUSE IST DIE UNFALL-GEFAHR AM GRÖSSTEN

Über Smart Media
Smart Media entwickelt, produziert und veröffentlicht themenspezifische Zeitungen, die gemeinsam mit führenden Medien auf dem jeweiligen Markt vertrieben werden.
Dank unserer kreativen Medienlösungen helfen wir unseren Kunden Aufmerksamkeit zu erzeugen, Marken zu stärken und Interesse sowie Wissensstand über die Unternehmen in ihrem jeweiligen Geschäftsbereich zu erhöhen. Unsere Veröffentlichungen zeichnen sich durch hohe Qualität und inspirierende redaktionelle Inhalte aus.



Creating media performance



Das starke Team für die kleine Wund-Versorgung



octenisept® Wund-Desinfektion Spray
Schnelle Soforthilfe

- zur Nabelpflege
- brennt nicht beim Auftragen, jodfrei
- für eine optimale Wundversorgung beim Baby

Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage. steinberg pharma AG, Winterthur

octenisept® Wundgel Gel
Wundpflege mit Feuchthalte-Effekt

- versorgt die Wunde optimal mit Feuchtigkeit
- brennt nicht beim Auftragen, jodfrei
- bildet eine Schutzschicht vor Keimen



DER NEUE RENAULT GRAND SCENIC. FÜR IHRE LIEBSTEN VIPs.



Einführungspreis ab Fr. 26 900.–*

- 5 oder 7 Plätze
- Grösstes Ladevolumen seiner Kategorie (2063 dm³ beim 7-Plätzer)
- Bis 92 Liter Ablagevolumen
- Umfassende Sicherheitsausstattung – ESP serienmässig
- Innovatives Navigationssystem Carminat TomTom (Option)
- Neue Motorisierungen: TCE 130 und 2.0 140 CVT

Mehr Infos unter Gratis-Nummer 0800 80 80 77 oder www.renault.ch

Renault empfiehlt

*Katalogpreis Fr. 28 600.– abzüglich Lancierungsprämie Fr. 1 700.– = Fr. 26 900.–. Die Fr. 1 700.– Lancierungsprämie ist gültig für Privatkunden bis 30.06.09 auf dem Neuen Grand Scenic Expression 1.6 16V 110 bei den an der Aktion beteiligten Renault Händlern und kumulierbar mit den weiteren geltenden Aktionen. Für alle anderen Versionen des Neuen Grand Scenic gilt die Lancierungsprämie von Fr. 1 500.–. Garantie und Renault Assistance: 36 Mt./100 000 km (was zuerst eintritt). Abgebildetes Modell: Neuer Grand Scenic 5-Plätzer Privilege TCE 130, 1 397 cm³, Treibstoffverbrauch 7,1 l/100 km, CO₂-Emissionen 168 g/km, Energieeffizienz-Kategorie C, Fr. 37 600.– abzüglich Lancierungsprämie Fr. 1 500.– = Fr. 36 100.–.



Mit diesen Accessoires kann Ihr Baby kommen

Wild gerockt

Die üblichen Herzen- und Bärchenmuster auf Straplern und Schoppen haben Konkurrenz bekommen: Schlangentattoos und Piratenflaggen. Die Idee zu den ausgefallenen Motiven hatte Tico Torres, der Drummer der Band Bon Jovi. Er gründete das Label Rock Star Baby, um den Rockstar-Nachwuchs standesgerecht einkleiden zu können. Inzwischen gibt es eine Vielzahl an Motiven und Produkten. Darunter eine nietenbeschlagene Bikerjacke in Minigrösse oder eine schwarze Ratte als Kuscheltier.



Sicher gehalten

Ihr Baby ist am liebsten auf Ihrem Arm, und der Haushalt bleibt liegen? Die Lösung ist ein Tragetuch oder, wenn das zu kompliziert ist, eine Babytrage. Das Modell von Manduca kann von Geburt an verwendet werden. Für optimalen Tragekomfort sorgen weiche Schultergurte und ein gepolsterter Hüftgurt, der wie bei einem guten Wanderrucksack das Gewicht von den Schultern nimmt und auf die Hüfte ableitet. Alle Babytragen werden aus reinen Naturfasern hergestellt, die schadstoffkontrolliert sind und aus biologischem Anbau stammen. Neben den Standardfarben Braun, Rot, Petrol, Natur und Schwarz gibt es auch noch limitierte Sondermodelle.

Perfekt getroffen

Nach der Geburt möchten Eltern am liebsten der ganzen Welt Bescheid sagen, dass sie nun Mami und Papi sind und ihr Kind das Herzstück von allen ist. Damit sich auch alle Verwandten, Freunde und Kollegen davon überzeugen können, bieten sich Karten mit einem Foto von Ihrem Nachwuchs an bei kartenkaiser.ch. Und für die frischgebackenen Eltern, die sich an ihrem kleinen Fratz einfach nicht sattsehen können, bedruckt posterkoenig.ch auch Leinwände mit Fotos. Dann kommt Ihr Kleines ganz gross raus.

Wohltemperiert

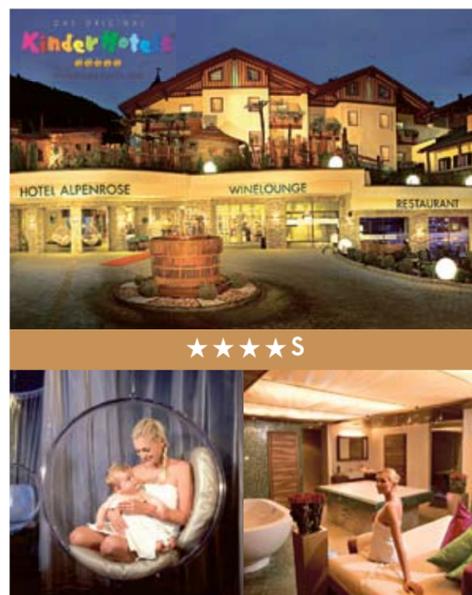
Die richtige Badewassertemperatur ist schwierig zu erfüllen. Doch für Babys ist es wichtig, dass das Wasser nicht zu kalt oder zu heiss ist. Die empfohlene Badetemperatur liegt zwischen 36 und 38 Grad und die Raumtemperatur bei 20 bis 22 Grad. Das blütenförmige Thermometer von Beaba misst dank des integrierten Fühlers im Stängel immer dort, wo das Wasser am heissesten ist. Während des Bades kann das Kind mit dem Thermometer fröhlich spielen. Danach ist der Temperaturmesser auch ein schönes Dekorationsobjekt, und Sie wissen stets die aktuelle Badewassertemperatur. Das Thermometer ist in den Farben Grün oder Pink erhältlich.



Hübsch verpackt

Angelina Jolie, Jessica Alba und Sarah Jessica Parker schwören bereits auf die Still-BHs von Bravado. Für besonders wilde Mamis gibt es sie sogar mit Leopardendruck. Die Cups können komplett von der Brust weggeklappt werden und geben damit dem Baby vollen Zugang zur Brust. Als Verschlüsse wurden verstellbare Druckknöpfe eingearbeitet. Diese liegen flach unter der Kleidung und können mit einer Hand geöffnet oder geschlossen werden. Die BHs sind alle aus besonders weichen Stoffen gearbeitet, sodass nichts drückt.

Anzeige



beste adresse für ferien mit kindern

zum 3. Mal ausgezeichnet - Kinder-Hotel des Jahres!

Das **Leading Family Hotel der Extraklasse** bietet Familien Apartments und Luxus/Wellness-Familiensuiten ● Kinderbetreuung täglich von 8 bis 21 Uhr (16 Kinderpädagoginnen) im Baby, Mini-, Maxi- u. Abenteuerclub ● Design-Wellness- und Beautybereich ● Private Spa Bereich ● Wasser-Wunder-Welt mit In-/Outdoorpool und Solepool ● Piratenland mit echtem Sandstrand ● 1000 m² Indoor-Kinderspielbereich ● Golfgründerhotel mit Greenfee-Ermäßigung ● Golfplatz mit Golf Pro ● Golfcard ● Gratis Schnuppergolf

Das **ultimative Hotel Alpenrose Outdoor-Programm**: Wandern, Biken, Segway fahren, Nordic Walking, Golfen auf dem Golfplatz umgeben von einem atemberaubenden Bergpanorama u.v.m.

Informieren Sie sich über unsere Pauschalangebote:
Familie • Beauty & Wellness
Golfen • Biken



Familie Mayer • A-6631 Lermoos/Tirol
Tel.: +43 (0)5673-2424 • Fax DW 24
reception@hotelalpenrose.at

www.hotelalpenrose.at

Welcher Kinderwagen-Typ sind Sie?

Auto- und Kinderwagenkauf haben so einiges gemeinsam. Denn erst einmal müssen sich die künftigen Lenker des Kinderwagens im Klaren sein, was für ein Modell es sein soll.

TEXT KATHARINA SCHÖNWITZ

Mögen Sie eher ein sportliches Modell, mit dem Sie so richtig Gas geben können? Oder muss der Kinderwagen wendig und leicht sein, damit er in der Stadt gut mit ins Tram genommen werden kann? Oder soll es lieber eine geländegängige Ausführung sein, die besonders gefedert ist? Fünf verschiedene Typen stehen zur Auswahl.



die Kinder entweder sitzen oder liegen. Für Kinder, die schon laufen können, sollte ein Anschnallgurt vorhanden sein. So kann das Kind während der Fahrt nicht herausfallen oder aufstehen.

Teilweise lässt sich hier ebenfalls die Rückenlehne verstellen. Der Buggy ist besonders für Kinder geeignet, die schon etwas grösser sind und nur noch ab und zu einen Kinderwagen brauchen.

BABY-JOGGER

Für sportliche Eltern sind «Jogger» eine gute Variante. Sie ähneln den Sportwagen, haben aber in der Regel

nur drei Räder. Die Jogger sind sehr wendig und aufgrund der meist mit Luft gefüllten Reifen für jedes Gelände geeignet. Sie besitzen eine Bremse, die mit der Hand bedient werden kann, was eine zusätzliche Sicherheit auch bei höheren Geschwindigkeiten bietet.

KOMBIWAGEN

Einen Kombiwagen können Sie bereits von Anfang an benutzen. Er eignet sich für Säuglinge wie auch für Kinder bis drei Jahre. Mit wenigen Handgriffen und mit Hilfe von verschiedenen Aufsätzen können Sie diesen in kurzer Zeit vom Kinderwagen in einen Sportwagen umwandeln. Inzwischen gibt es auch Modelle, die als Kinderwagen, Buggy und Fahrradanhänger einsetzbar sind.



Weitere Tipps für den Kauf:

Am besten ist es, wenn Sie den Kinderwagen vor dem Kauf schon einmal ausprobieren. Schieben Sie ihn einfach ein wenig durch den Laden. So stellen Sie schnell fest, ob sich für Sie die Lenkstange auf einer praktischen Höhe befindet. Viele Lenker sind auch höhenverstellbar. Gepolsterte Griffe können für zusätzlichen Komfort sorgen. Auf jeden Fall sollten Sie versuchen, den Kinderwagen selber zusammen- und wieder aufzuklappen. Dabei können Sie gleich überprüfen, wie schwer er ist und ob der zusammengeklappte Kinderwagen in den

Kofferraum Ihres Autos passt. Fragen Sie nach, ob es Ersatzteile gibt und ob die Stoffteile waschbar sind. So können Sie den Kinderwagen auch noch für ein nachfolgendes Geschwisterchen verwenden.

Anzeige

Twinkle! Der trendy Online Babyshop mit Laden in Bern www.twinkle.ch

Sonnenkind
Natürliche Produkte für Sie und Ihr Kind.

Besuchen Sie uns in unserem Onlineshop www.sonnenkind.ch

BABYBANZ
SONNENBRILLEN
DIE NR.1 IN DER SCHWEIZ

New Designs 2009

BESUCHEN SIE UNS: WWW.BABYBANZ.CH

AUTOSICHERHEIT

Der richtige Kindersitz ist entscheidend für die Sicherheit

Früher haben Kinder einfach auf der Rückbank im Auto Platz genommen. Heute ist ein Kindersitz Pflicht. Anton Keller vom Touring Club Schweiz (TCS) testet seit Jahren Kindersitze und weiss, was Automobilisten beachten müssen.

TEXT KATHARINA SCHÖNWITZ FOTO TCS

Würden Sie im Schwimmbad vom Zehn-Meter-Turm springen, ohne dass Wasser im Becken ist? Vermutlich nicht. Doch genau die gleiche Wucht trifft einen Automobilisten, der mit 50 Stundenkilometern unterwegs ist, keinen Sicherheitsgurt anlegt und einen Frontalzusammenstoss hat. Mindestens genauso wichtig ist es, die Kinder richtig zu sichern. Seit 2002 sind Kindersitze für alle Kinder bis 7 Jahre gesetzlich vorgeschrieben. Anton Keller vom TCS rät jedoch dazu, Kinder bis zu ihrem 12. Lebensjahr oder einer Körpergrösse von 150 Zentimetern so im Auto zu sichern. «Je nachdem, was zuerst eintritt. In unseren Nachbarländern ist das sogar gesetzlich vorgeschrieben. Bei uns wird darüber dieses Jahr noch der Bundesrat entscheiden.»



NEUGEBORENE IM AUTO

Kinder bis 13 Kilogramm Körpergewicht gehören in eine Babyschale, die am besten auf dem Rücksitz befestigt wird. Unsicherer ist die Montage auf dem Beifahrersitz, ausserdem muss dort auf jeden Fall der Airbag ausgeschaltet werden. Bei neueren Autos kann das jeder selber machen, ältere Modelle müssen dafür in die Werkstatt. «Die Kinder schauen dabei nie nach vorne, das ist gesetzlich so festgelegt», sagt Anton Keller. Bei der Position entgegen oder seitlich zur Fahrtrichtung werden bei einer Frontalkollision der Kopf, die Halswirbelsäule und der Rückenbereich besser abgestützt. Deswegen sollten die Kinder auch so lange wie möglich in der Babyschale mitgenommen werden. «Viele Eltern nehmen ihre Kinder heraus, sobald diese ihre Füesse nicht mehr ausstrecken können. Das macht aber nichts. Erst wenn der Kopf über die Schale hinausreicht, gehören die Kinder in den Kindersitz auf der Rückbank», rät der Experte.

KLEINKINDER IM AUTO

Für Kinder bis 18 Kilogramm Körpergewicht gibt es die «Gruppe 1»-Kindersitze. Diese zeichnen sich durch Gurte aus, die denen im Rennsport ähneln. Manchmal müssen diese nachjustiert werden, je nach Körperwachstum. «Gut eingestellt sind die Gurte dann, wenn sie etwa 2 Zentimeter über den Schultern nach hinten verlaufen», erklärt Anton Keller. Immer mehr Kindersitze und Autos verfügen über Isofix. Mit diesem System kann der Kindersitz direkt mit der Karosserie verbunden werden und ist dabei besonders fest verankert.

Generell gilt für die europäischen Länder, dass alle Fahrzeuginsassen gesichert sein müssen. Häufig gilt: Kinder bis 12 Jahre und unter 150 cm Körpergrösse müssen auf der Rückbank in einem ECE-R 44-geprüften Kindersitz gesichert sein. Der Verstoß gegen die Pflicht, Kinder in Kindersitzen oder angeschnallt mitzuführen, wird mit einer Busse von CHF 60.- geahndet.

Der TCS testet seit 1968 jährlich zusammen mit anderen europäischen Automobilclubs Kindersitze. Am 26. Mai 2009 wird der neuste Test veröffentlicht. Die genauen Ergebnisse erhalten Sie bei allen TCS-Geschäftsstellen oder übers Internet www.infotechtcs.ch

KIND BIS 12 JAHRE

Den grösseren Kindern, mit einem Gewicht zwischen 15 und 36 Kilogramm und einer Grösse bis 150 Zentimeter, bietet ein Sitzhöhe mit Rückenstütze die optimale Sicherheit. Die höhenverstellbare Rückenstütze lässt den Gurt bei richtiger Einstellung optimal über die Schulter verlaufen. Ein guter Kindersitz verfügt zudem über seitliche Polster, was die Sicherheit bei einem Seitenaufprall stark erhöht. Massiver Gurtkontakt am Hals kann zu schweren Verletzungen führen. «Auf keinen Fall sollte der Schultergurt unter dem Arm hindurchgeführt werden. Die Brustbelastungen sind im Falle eines Unfalls enorm», erläutert Anton Keller.

und ist im Baby-Fachgeschäft erhältlich. Der Beckengurt muss ganz unten um den Bauch und am Rand über die Hüftknochen straff angelegt sein. Ausserdem sollte die Rückenlehne nicht zu stark nach hinten geneigt sein. «In den letzten drei Schwangerschaftsmonaten sollten die Frauen möglichst wenig mit dem Auto fahren und im neunten Monat gar nicht mehr», rät Anton Keller. In diesem Stadium wird das Kind von immer weniger Fruchtwasser geschützt. Daher steigt die Verletzungsgefahr bei einem Unfall drastisch an.



SCHWANGERE IM AUTO

Schwangere fahren im Auto am besten in Hosen und mit einer BeSafe-Beckengurtführung, rät der TCS. BeSafe Family ist eine geprüfte Vorrichtung, die bei einer Kollision den Druck des Beckengurtes vom Bauch weg zur Hüfte führt. Dadurch kann das Ungeborene bei einer Kollision vor Extrembelastungen geschützt werden. BeSafe Family kann auf jeden Fahrzeugsitz montiert werden

„Kinder sollten so lange wie möglich in der Babyschale mitgenommen werden.“



World Vision

Ermöglichen Sie Kindern eine bessere Welt!

Täglich sterben fast 30'000 Kinder unter fünf Jahren an behandelbaren oder vermeidbaren Krankheiten wie Durchfall oder Malaria.

Sie können helfen!

Mit 50 Franken im Monat ermöglichen Sie einem Kind, seiner Familie und der ganzen Dorfgemeinschaft sauberes Wasser, eine verbesserte Gesundheitsversorgung, ausgewogene Ernährung und den Ausbau des Schulsystems.

Übernehmen Sie eine Patenschaft.

Telefon 044 510 12 12
www.worldvision.ch

Senden Sie jetzt ein SMS an 9889* mit dem Text Kind. *Fr. 0.20 pro SMS

Wir rufen Sie an und informieren Sie.



- Bewegungsfreiheit
- Geborgenheit
- Kein Abdecken

ZEWI-FIX-Decke – Das Original

ZEWI bébé.jou

www.zewiundbebe-jou.ch

Eine Mutter, die nie die Orientierung verliert

Simone Niggli-Luder aus Münsingen BE wurde 14-mal Weltmeisterin im Orientierungslauf und 3-mal Sportlerin des Jahres. Doch am 2. September vergangenen Jahres kam noch ein weiterer Titel hinzu: Mami.

TEXT KATHARINA SCHÖNWITZ FOTO JAN PETTERSSON UND KEYSTONE

Frau Niggli, welches ist das grössere Glücksgefühl, Weltmeisterin oder Mutter zu werden?

Das kann man überhaupt nicht miteinander vergleichen. Die Emotionen der Geburt sind etwas Einmaliges, es war einfach ein enormes Glücksgefühl, als ich Malin das erste Mal im Arm hatte.

Was war denn strapaziöser, einen Marathon zu laufen oder die Geburt?

Die körperliche Anstrengung ist nicht vergleichbar. Ich fand die Geburt noch viel härter, vor allem mental. Ich wusste ja nie, wie lange es noch dauert. Beim Marathon weiss man, dass man nach 42 Kilometern im Ziel ist. Bei der Geburt konnte mir eben niemand sagen, wie lange es noch geht. Insgesamt waren es dann bei mir zwölf Stunden.

Wie war denn die Schwangerschaft für Sie?

Da hatte ich sehr viel Glück, denn ich konnte noch



bis kurz vor der Geburt Sport treiben. Ich war viel laufen, schwimmen oder bin Velo gefahren. Es war natürlich überhaupt nicht

mehr leistungsbezogen, sondern nur noch für mein Wohlbefinden. Ich habe einfach immer auf meinen Körper gehört. Wenn ich

gemerkt habe, jetzt wird es mir zu viel, dann bin ich nur noch marschiert.

Haben Sie denn sonst noch eine Veränderung bei sich bemerkt?

Ja, das Verhältnis zu meiner Mutter ist schon während der Schwangerschaft viel intensiver geworden. Ich musste immer daran denken, dass meine Mutter das ja mit mir damals auch alles durchgemacht hat. Das hat uns noch ein bisschen mehr zusammengeschweisst.

Haben Sie denn die Auszeit auch ein wenig genossen?

Ja schon. Davor war ich einfach zehn Jahre intensiv mit meinem Leistungssport beschäftigt. Jahr für Jahr war eine Weltmeisterschaft. Die Schwangerschaft war für mich so eine Art Zwischenstopp, bei dem ich meine Batterien wieder voll aufgeladen habe. Jetzt bin ich einfach unglaublich motiviert.

Haben Sie nie darüber nachgedacht, mit dem Leistungssport ganz aufzuhören?

Am Beginn der Schwangerschaft wusste ich wirklich



ja noch nicht trainiert. Und das war auch die Zeit, in der Malin uns nachts oft auf Trab gehalten hat. Da habe ich schon gemerkt, dass ich viel weniger Energie als sonst habe. Aber bereits nach sechs oder acht Wochen hat sie durchgeschlafen.

Inwiefern hat sich denn Ihr Training durch die Geburt Ihrer Tochter verändert?

Malin bestimmt jetzt das Programm. Ich muss mein Training jetzt nach ihr ausrichten, aber ich habe glücklicherweise viele Helfer. Mein Mann arbeitet von zu Hause aus, und meine Schwiegereltern wohnen auch ganz in unserer Nähe. Meine Eltern sind zum ersten Mal Grosseltern geworden und helfen ebenfalls gerne mit. Und manchmal nehme ich meine Tochter auch einfach mit.

Wie funktioniert das?

Wir haben uns einen Baby-Jogger als Kinderwagen gekauft. Damit kann ich sehr gut rennen, auch wenn es ziemlich anstrengend ist. Vor allem wenn es bergauf geht. Und natürlich geht das auch nur auf asphaltierten Wegen und nicht quer durch den Wald. Das macht Malin unheimlich viel Spass. Denn seitdem sie sitzen kann, geniesst sie es, sich dabei umzuschauen. Aber meistens schläft sie sowieso nach einer halben Stunde ein.

Wie haben Sie denn die schlaflosen Nächte weggesteckt?

In den ersten vier Wochen nach der Geburt habe ich

nicht so recht, ob ich noch einmal in den Spitzensport zurückkehre. Aber es war eine gute Zeit, darüber nachzudenken, was ich wirklich will. Schon nach sechs Monaten war mir eigentlich klar, dass ich nochmals an die Weltpitze zurück möchte.

als vor der Schwangerschaft. Aber eigentlich gingen vor allem durch das Stillen schnell ein paar Pfunde weg. Ich war froh, endlich wieder mit einigen Kilos weniger herumzulaufen. Ich musste mich eigentlich eher bremsen, damit ich nicht zu schnell wieder in meinen Trainingsalltag zurückkehre.

Wie sind Sie denn nach der Geburt wieder in Form gekommen?

Ich denke zwar immer noch, dass ich ein bisschen mehr Haut am Bauch habe

Merken Sie denn eine körperliche Veränderung?

Ja schon. Ich hatte nach der Geburt Probleme mit dem Rücken und der Hüfte. Das Becken war einfach instabiler als vorher. Auch alle Sehnen, Bänder und Muskeln mussten sich einfach wieder an den Sport gewöhnen. Doch alles war wieder eingermassen in Ordnung, bis ich Anfang März nach einem schnellen Training auf einmal starke Schmerzen im Schambein verspürte. Die Diagnose war ein Schock für mich: Ermüdungsbruch des Schambeinasts. Aber inzwischen ist es schon ganz gut verheilt.

Wann werden Sie denn Ihren ersten internationalen Wettkampf bestreiten?

Anfang Juni finden die nordischen Meisterschaften in Finnland statt. Da möchte ich auf jeden Fall dabei sein. Aber bis dahin werde ich sicherlich schon an einigen kleineren Wettkämpfen



Anzeige



Ihre Geburts- oder Hochzeitskarten

persönlich | einzigartig | kreativ | elegant

kartenkaiser.ch

Hergestellt in der Schweiz bei Oettermli Druck AG, in Eschenbach LU

Ihre persönliche Karte

Gestalten Sie Ihre Geburts- oder Hochzeitskarte direkt online auf www.kartenkaiser.ch



Mein Digital-Foto auf Leinwand gedruckt

- auf Holzkeilrahmen aufgezogen
- echte Baumwoll-Leinwand
- UV-Lichtbeständig
- in fünf Tagen bei Ihnen zuhause

- das ideale Geschenk
- von klein bis riesengross



In fünf Minuten ganz einfach bestellt
www.posterkoenig.ch

posterkoenig.ch

Hergestellt in der Schweiz bei Oettermli Druck AG in Eschenbach, Luzern

Anzeige

Jetzt bestellen für nur 69.- Franken

SKINCOM®
Easy for Two

Sonnenschutz für bis zu 4 Personen

Das handliche Sonnenzelt „EASY for TWO“ ist eine weitere patentierte Weltneuheit der Schweizer Firma SKINCOM AG. Es bietet der ganzen Familie wirksamen Schutz vor den gefährlichen UV-A und UV-B Strahlen. Mit einem geprüften und zertifizierten UV-Schutzfaktor 60 sind die Sonnenzelte der ideale Schattenspender zu Hause im Garten, über dem Sandkasten, in der Badi oder in den Ferien am Meer. Handlich verpackt wiegt das Sonnenzelt lediglich 1,8kg und passt in jede Strandtasche. Es ist in 3 Minuten aufgestellt und kann auf allen Böden befestigt werden. Sonnenschutz für die ganze Familie – mit Schweizer Qualität.

www.skincom.ch - 041 748 10 90

SKINCOM AG
Alte Steinhauserstrasse 35
6330 Cham

ÖKO-TEST
RICHTIG GUT LEBEN

SKINCOM Sonnenschutz / Schattentent
EASY for 2 / LSF 60
Handlich und leicht transportierbar mit praktischem Aufstell- und Abstellmechanismus

sehr gut
excellent

ÖKO-TEST 6/2008

PLUS X AWARD
ausgezeichnet für
High Quality

UV
PROTECT
60
UV STANDARD 801
www.eko-test.com

Wickelkunde – Was Eltern über Windeln wissen sollten

Rund um den Erdball bekommen alle Neugeborenen als erstes Bekleidungsstück das Gleiche: eine Windel. Mitte der siebziger Jahre wurden die ersten Einmalwindeln entwickelt, seitdem hat sich viel getan. Inzwischen gibt es eine Vielzahl unterschiedlicher Modelle.

TEXT KATHARINA SCHÖNWITZ

Linken und rechten Klettverschluss aufreissen, Po abwischen, frisch eincremen oder pudern und wieder eine neue Windel anziehen. Für die meisten Eltern gehen diese Arbeitsschritte nach kürzester Zeit in Fleisch und Blut über. Eine Windelrevolution gab es in den siebziger Jahren, als die Höschen- oder auch Einmalwindel erfunden wurde. Davor wurden die Babys in Baumwolltücher gewickelt, die meist mit einer Sicherheitsnadel zusammengehalten wurden. Vor der Erfindung der Waschmaschine grenzte es an Sisyphusarbeit, die Windeln wieder sauber zu bekommen.

AUF DIE PASSFORM ACHTEN

Heute vertrauen die meisten Eltern auf Einwegwindeln aus Vlies. Aussen sind diese Babywindeln mit Polyester oder Ähnlichem überzogen, um einen Auslaufschutz zu gewährleisten. Säuglinge und Kleinkinder tragen ihre Windeln rund um die Uhr, deswegen sollten sie nirgends drücken oder einschneiden. Am wichtigsten ist die Passform: Windeln werden in verschiedenen Grössen verkauft, die sich nach dem Körpergewicht der Kinder richten. Die Windel sollte weder zu klein noch zu gross sein, um Druckstellen oder ein Auslaufen zu vermeiden. Die Babywindeln werden meist mit Klebestreifen oder Klettverschlüssen zusammengehalten, was besonders praktisch ist,

Säuglinge haben meistens eine sehr geregelte Verdauung. Das Durchschnittsbaby verbraucht in den ersten Monaten grob geschätzt 10 neue Windeln am Tag. Danach werden es weniger. Dennoch werden es etwa 6000 Stück sein, bis die Kinder alleine aufs Töpfchen gehen. Mädchen sind da etwas flotter als Buben.



wenn Eltern einen kurzen Kontrollblick ins Innere werfen möchten. Klebestreifen verlieren dabei oft schnell ihre Haftkraft, sodass die Windel komplett ausgewechselt werden muss.

KIND NIE ALLEINE LASSEN

Selbstverständlich muss die Windel regelmässig gewechselt werden, um Wundsein und schmerzhafte Hautreizungen zu vermeiden. Zunächst müssen alle Körperpartien, die im Kontakt mit der Windel sind, gründlich gereinigt werden – entweder mit Reinigungstüchern oder mit einem nassen Waschlappen. Ist die Windel einmal besonders voll oder sollte sonst irgendein Extremfall eingetreten sein, kann auch ein kurzes Abbrausen mit dem Duschkopf hilfreich sein. Ein zweiter Waschlappen für die eigenen Hände ist ebenfalls empfehlenswert, denn mal kurz weggehen zum Händewaschen ist tabu. Auch kleinste Babys strampeln manchmal so hin und her, dass sie vom Wickeltisch plumpsen und sich ernsthaft verletzen könnten.

Bevor eine neue Windel angelegt wird, kann ruhig auch mal ein bisschen Luft an Babys Haut. Dann wird der Po entweder mit einem Babypuder oder mit einer Wundcreme behandelt. Eine Wundcreme ist besonders vor dem Schlafengehen sinnvoll, da dieselbe Windel dort besonders lange am Stück getragen wird. Ausserdem sind Wundcremes sehr reichhaltig und fettig, sodass sie Wasser abweisen. Am nächsten Morgen muss die Windel dann sofort gewechselt werden.

SCHWIMMWINDELN IM WASSER

Für Kleinkinder, die langsam selber aufs Töpfchen gehen, gibt es spezielle Windeln, die keinen Klettverschluss, sondern einen Gummibund haben: Die Windel kann so praktisch wie eine Unterhose heruntergezogen werden, damit das Kind den Gang zur Toilette oder zum Töpfchen auch noch rechtzeitig schafft. Eine weitere Variante sind Schwimmwindeln – eine solche Windel kann auch im Schwimmbad oder beim «Sändele» am See oder am Meer anbehalten werden. Eine normale Windel würde sich sofort vollsaugen und das Kind nach unten ziehen. Für etwas ältere Kinder gibt es auch Badehosen mit Windeinsatz und Schwimmwindeln zum Mehrfachgebrauch. Diese sind aus weichem, elastischem Material gemacht, aus dem auch Badeanzüge sind. Das Wasser kann aus ihnen ablaufen, alle festeren Inhalte werden zurückgehalten.



Stillen – so klappt es richtig gut

In den ersten sechs Monaten reicht Muttermilch völlig aus. Für viele Mütter ist das Stillen die intensivste Zeit mit ihrem Nachwuchs. Mit den richtigen Tipps geht es noch leichter.

TEXT KATHARINA SCHÖNWITZ

Während das Kind im Bauch der Mutter heranwächst, bereitet sich die Brust schon auf die Stillzeit vor. Die in der Schwangerschaft freigesetzten Hormone sorgen dafür: Jetzt erst wachsen Milchbläschen und -gänge zu funktions-tüchtigem Drüsengewebe heran. Neugeborene wollen etwa zehn- bis vierzehnmal am Tag die Brust, nach ein paar Wochen ist alle zwei Stunden die Regel. Je mehr das Kind trinkt, desto grösser ist auch die Milchproduktion der Mutter.

trinkt es von der Brust nur die leicht zu saugende Anfangsmilch. Das Kind hat dadurch schneller wieder Hunger, und die Brust verringert die Milchproduktion. Deswegen ist es wichtig, dass das Kind die Brust stets leer trinkt.

Die richtige Ausrüstung kann ebenfalls das Stillen erleichtern: Ein Stillkissen

kann sehr nützlich sein, damit Mutter und Kind es bequem haben. Stilleinlagen zum Auffangen auslaufender Milch sollten in den ersten Wochen vorrätig sein. Wenn sich das Stillen erst einmal gut eingespielt hat, sind sie oft nicht mehr nötig. Ein Still-BH, der einseitig geöffnet werden kann und gleichzeitig gut sitzt und nicht einengt, schont Haut

und Bindegewebe. Manche Frauen benutzen aber einfach einen weichen normalen BH, an dem nichts drückt und stört.

Auch Arbeiten und Stillen schliessen sich nicht aus. Die Milch kann tagsüber abgepumpt und im Kühlschrank gelagert werden. Am nächsten Tag kann sie dann dem Kind im Fläschchen von der Tagesmutter oder vom Vater gegeben werden. Im Kühlschrank ist Muttermilch etwa 24 Stunden haltbar, im Tiefkühlfach sogar mehrere Wochen.



„Es ist wichtig, dass das Kind die Brust stets leer trinkt.“

Das Stillen sollte ohne Stress ablaufen. Denn wird das Baby zu kurz angelegt,

Anzeige

Bist du und dein Liebling bereit zum Plantschen?

Mindesteinkauf: Fr. 12.90
Gültig vom 26.5. bis 22.6.09

MIGROS

WERT CHF **3.-** RABATT

Alle Huggies® Little Swimmers®

Wasserspaß ohne Ende

Huggies® Little Swimmers® bieten dir und deinem Baby umfassende Sicherheit. Die Schwimmhöschen lassen nichts ins Wasser und sind extra saugfähig, ohne aufzuquellen. Und mit den lustigen Disney®-Motiven sehen sie wie richtige Badehöschen aus. So macht Plantschen Spass!

Mehr über Babyschwimmen und Little Swimmers®: www.littleswimmers.com

Erhältlich in allen grösseren Migros-Filialen in der Schweiz. Beim Erreichen eines Mehrfachen des Mindesteinkaufs können mehrere Rabattcoupons an Zahlung gegeben werden.

7 617027 850551

Little Swimmers® gibts in Ihrer Migros

Augen auf beim Spielzeugkauf

Spielzeug soll nicht nur Spass machen, sondern auch die Fantasie anregen, die Kreativität ausbilden und die Feinmotorik stärken. Beim Kauf gibt es ein paar wichtige Grundregeln zu beachten.

TEXT KATHARINA SCHÖNWITZ

Anita war keine 24 Stunden auf der Welt, da war sie schon stolze Besitzerin eines Hasen, eines Hundes, von zwei Bären und einem Kätzchen. Natürlich nicht von lebenden Tieren, sondern von solchen zum Kuscheln. Grosspapi, Grossmami, Tante und Freunde hatten es nur gut gemeint, doch wirklich sinnvoll sind so viele Stofftiere nicht, erklärt Ingetraud Palm-Walter vom Verein «spiel gut» aus Ulm in Deutschland. Gegen einen Teddybären hat die Expertin keine Einwände, solange er für einen Säugling geeignet ist. «Der Teddy sollte nicht ein zu langes Fell haben, das fusselt. Im ersten Lebensjahr sind Teddys aus Frottee- oder Nickistoff besser geeignet.» Ausserdem sollten die Tiere nicht zu gross sein, denn sonst können die Kinder sie nur noch schlecht halten.

GESCHENKE FÜR ALLE

Bereits im Laden sollte auf die Qualität geachtet werden. Denn häufig wird der geliebte Bär überallhin mitgenommen und muss so einiges aushalten. Sind dann die Nähte schlecht verarbeitet und ein Bein fällt ab oder das Auge geht verloren, geht für die Kinder ein echter Freund verloren. «Auch Nachkaufen bringt da gar nichts, denn der neue riecht garantiert anders als der Originalliebhaber. Das erkennen die Kinder sofort», sagt Ingetraud Palm-Walter. Doch auch schon im ersten halben Jahr gibt es Alternativgeschenke zum Teddybären, wie zum Beispiel ein Mobile, eine Rassel oder eine Spieluhr. «Oder man schenkt den jungen Eltern ein Liederbuch, davon hat die ganze Familie etwas.»



Buchtipps:

«Vom Spielzeug und vom Spielen», Ratgeber für Kinderspiel und Spielzeug: 18. aktualisierte Ausgabe. 256 Seiten, 147 Fotos. Spiel-gut-Verlag.

Damit das Kind keine Reizüberflutung erleidet, ist auch hier weniger oft mehr. «Zu viele oder zu grelle Farben sind nicht gut, genauso wie zu laute Geräusche. Krabbeldecken können ruhig einfarbig sein, so lassen sich darauf liegende Gegenstände besser erkennen.» Besonders Spielsachen, die Geräusche produzieren, schneiden bei «spiel gut» häufig nicht ganz so gut ab. «Kinder ahmen gerne Laute nach, zum Beispiel Hupen wie ein Auto oder Schnaufen wie ein Zug. Hupt das Auto schon von alleine, wird dem Kind die Möglichkeit genommen, das Hupgeräusch zu imitieren.» Eltern kennen die schwierige

Gratwanderung zwischen zu bunt oder zu langweilig. Denn die meisten Kinder greifen lieber zum bunten Kunststoff- als zum naturbelassenen Holzspielzeug. «Wir empfehlen deswegen lackiertes Holzspielzeug, das ist langlebiger. Man sollte jedoch darauf achten, dass sich der Lack nicht löst, wenn Kinder es in den Mund nehmen.» Auch Kleinteile, die eingatmet oder verschluckt werden könnten, sollten nicht in die Hände von Kleinkindern gelangen.

UMWELTERFAHRUNGEN PRÄGEN

Spielzeug sollte immer die Fantasie anregen und nicht einengen. Für jedes Spielzeug ist das richtige Mass zu finden; mehr Bausteine fördern das Bauen, mehr Schienen machen die Eisenbahn interessanter – und eine Puppe mit vielen Kleidchen, Hüten und Schuhen ist besser als viele Puppen ohne Accessoires. Je vielfältiger die Spielmöglichkeiten, desto anregender ist das Spielzeug und desto länger bleibt es interessant: wie zum Beispiel ein Nachziehwagen für das Kleinkind. Das Spiel folgt den täglichen Umwelterfahrungen und den besonders eindrucksvollen Erlebnissen des Kindes. So regt zum Beispiel die Baustelle vor dem Haus zum Nachspielen an, Ferien auf dem Campingplatz lassen ein Wohnmobil interessant werden.

Zusammenfassend empfiehlt Ingetraud Palm-Walter von «spiel gut» vier Spielzeugarten, die in keinem Kinderzimmer fehlen sollten: Etwas zum Liebhaben, wie eine Puppe oder einen Teddy. Etwas für die Bewegung, ein Ball zum Hinterherkrabbeln oder eine Eisenbahn zum Schieben. Etwas zum Gestalten, wie zum Beispiel Bauklötze. Und als Letztes ein Gesellschafts- oder Rollenspiel.



WENIGER IST MEHR

Aber was nützen alle guten Ratschläge, wenn das eigene Kind monatelang nach einer quietschbunten Puppe oder einer täuschend echten Spielzeugwaffe quengelt? «Manchmal muss man einfach nachgeben», weiss auch Ingetraud Palm-Walter aus eigener Erfahrung als Mutter dreier Söhne. «Wichtig ist allerdings, dass man mit dem Kind darüber spricht, warum man dagegen ist. So lernt es, dass man eine Einstellung im Leben hat, dass man diskutieren kann und dass sich die Eltern mit den Interessen des Kindes

auseinandersetzen.» Der Preis des Spielzeugs sollte immer im Verhältnis zu den Spielmöglichkeiten und zur Lebensdauer beurteilt werden. Lieber weniger und besseres Spielzeug kaufen. Eine gute Lösung: Wertvolles Spielzeug gemeinsam schenken.



Seit über fünfzig Jahren testet der Verein «spiel gut» Spielzeuge unabhängig von Spielwarenindustrie und -handel. Jedes Jahr begutachten Mediziner, Pädagogen und Psychologen etwa 600 neu auf den Markt kommende Spielsachen und erteilen denjenigen, die den Kriterien genügen, das Gütesiegel «spiel gut».

Anzeige

Brand Penaten
PENATEN
SCHUTZ & GEBORGENHEIT FÜR EIN GANZES LEBEN

Milde Pflege für zarte Babyhaut

Seit über einem Jahrhundert steht Penaten Eltern bei der Babypflege mit innovativen Produkten zur Seite. Dafür bietet Penaten ein umfassendes Produktsortiment, das den besonderen Ansprüchen empfindlicher Babyhaut gerecht wird.

Anzeige

Daumenkinos ab Ihren persönlichen Videos www.bookfactory.ch



Geschenk: CHF 10.– an Ihr erstes Daumenkino

Bei der Bestellung den Code "BABYBOOM" eingeben. Aktion gültig bis 31.5.09.

Die Bilder lernen wieder laufen: Im Daumenkino erleben Sie die schönsten Szenen Ihrer Videos ganz neu. Erstellen Sie das Daumenkino mit einem Video von Ihrer Digidig oder Ihrem Handy – kinderleicht auf www.bookfactory.ch.

Familienhit
Ein Kurzurlaub für die ganze Familie.

SWISS HOLIDAY PARK
Immer ein Erlebnis

«Familienplausch»
3 Übernachtungen im Familienzimmer
Package-Spezialpreis CHF 330.– pro Person (So-Mi)
Kind 3–6 Jahre CHF 120.–, Kind 7–11 Jahre CHF 204.–
Kind 12–15 Jahre CHF 261.–

«Hitangebot»
2 Übernachtungen im Mehrbettzimmer
Package-Spezialpreis (So-Do) pro Person CHF 165.–
Kind 3–6 Jahre CHF 60.–, Kind 7–11 Jahre CHF 130.–
Kind 12–15 Jahre CHF 150.–

In beiden Angeboten inklusive:

- Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Fitness, Sport & Spiel à discrétion bis 19.00 Uhr
- Freier Eintritt in das Erlebnisbad mit Innen- und Aussenpool
- Freier Eintritt in die Saunalandschaft

Swiss Holiday Park
CH-6443 Morschach
Telefon 041 825 50 50
Fax 041 825 50 05
info@shp.ch
www.swissholidaypark.ch

Der Ferien- und Freizeitpark in der Zentralschweiz.

«Tom's Kids Club»
mit tollem Programm für alle Kinder ab 2 Jahre.

GEFAHRENQUELLEN

Zu Hause ist die Unfallgefahr am grössten

Kommt ein Baby auf die Welt, ist nichts mehr so wie vorher. Erwachsene kennen die Gefahren in Haus und Garten, Kinder nicht. Doch mit wenigen Handgriffen lassen sich viele Gefahrenquellen entschärfen.

TEXT KATHARINA SCHÖNWITZ

In den eigenen vier Wänden passieren Kindern die meisten Unfälle. Eltern und alle anderen Erwachsenen können die Gefahrensituation am besten entschärfen, indem sie das Haus gründlich nach Gefahrenquellen absuchen und stets ein Auge auf die Kinder haben. Denn sobald ein Baby mobil wird, geht es gerne auf Entdeckungstour: Möbel werden zu Turngeräten, ungeeignete Gegenstände zu Spielzeugen.

SICHERHEIT IM HAUS

Steckdosen, Treppen und Herdplatten üben auf Kinder eine magische Anziehungskraft aus. Nicht benutzte Steckdosen können mit einem Blindstecker abgedeckt werden, für Treppen und Herde gibt es Gitter zu kaufen. Eine weitere Gefahrenquelle sind Reinigungsmittel, Farben oder andere Chemikalien. Diese sollten entweder nur verschlossen aufbewahrt werden oder so weit oben, dass Kinder auch durch Klettern nicht hinkommen. Auch Scheren, Messer und Zündhölzer dür-



fen nicht in Reichweite von Kindern aufbewahrt werden. Kommoden oder Stühle vor Fenstern bergen das Risiko, dass die Kleinen hochklettern, das Fenster öffnen und sogar hinausstürzen könnten. Giftige Zimmerpflanzen verschenkt man am besten oder lagert sie bei Verwandten und Freunden zwischen, bis die Kinder aus dem Gröbsten heraus sind.

HAUSAPOTHEKE

Die Hausapotheke sollte ebenfalls so platziert sein, dass Kinder sie nicht erreichen können. Denn Tabletten werden häufig mit Süßigkeiten verwechselt. Gleichzeitig muss die Hausapotheke für Kinder ergänzt werden: Ein Fieberthermometer (quecksilberfrei), eine Fremdkörperpinzette, Verbandsmaterial (zum Beispiel Heftpflaster), sterile Gazekompressen, Desinfektionsmittel, elastische Binden

und ein fiebersenkendes Schmerzmittel dürfen keinen Fall fehlen. Im Sommer sollte zusätzlich ein Mittel gegen Insektenstiche und gegen Sonnenbrand vorrätig sein.

GEFAHREN IM GARTEN

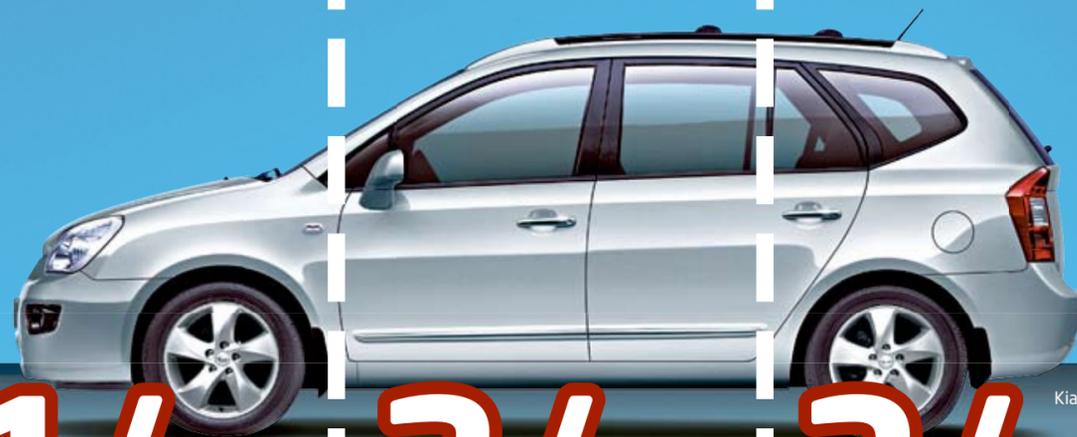
Manche Gartenpflanzen können hochgiftig sein. Deswegen müssen Eltern immer auf der Hut sein, ob sich ihr Kind nicht heimlich etwas in den Mund gesteckt hat. Auch Wasser

zieht Kinder magisch an. Bei ihren Erkundungen können sie ausrutschen oder das Gleichgewicht verlieren und ins Wasser fallen. Kleinkinder sind noch nicht in der Lage, ihren Kopf aus dem Wasser zu heben. Besonders heimtückisch sind Biotope. Bei den künstlich angelegten Gewässern müssen Eltern jederzeit damit rechnen, dass Kinder planschen wollen und hineinfallen. Gitter oder Zäune verhindern dies.

Bis zum 16. Lebensjahr

sind Kinder überdurchschnittlich häufig von Verletzungen betroffen, hat die Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) herausgefunden. Zusätzlich ertrinken pro Jahr rund 10 Kinder im Alter zwischen 1 und 4 Jahren.

Die 7-Plätzer von Kia
3 Raten **2 Jahre** **0% Zins**



Kia Carens

1/3 **2/3** **3/3**

beim Kauf

nach 12 Monaten

nach 24 Monaten



Kia Carnival

MÖBEL FÜR KINDER



Bei uns finden Sie qualitativ die besten Matratzen! Zum Beispiel: **Meta-Superstar PMS**

- ✓ Pilz- und Milbenschutz
- ✓ Schutz vor Allergien
- ✓ Gegen Neurodermitis
- ✓ Bezüge waschbar

KIDS-SHOP **BABY.CH**

Brittnauerstrasse 14 · 4802 Strengelbach · Tel. 062 752 96 55
Montag bis Freitag: 9.00–11.30/13.30–17.30 Uhr, Sa: 10–14 Uhr durchgehend

Schaffhauserstr. 308 · 8050 Zürich-Oerlikon · Tel. 043 211 08 28
Montag bis Freitag: 14–18 Uhr, Samstag: 10–16 Uhr durchgehend

Neubrücke 65 · 3012 Bern · Tel. 031 302 33 88
Montag bis Freitag: 14–18 Uhr, Samstag: 10–16 Uhr durchgehend

GUTSCHEIN

Beim Kauf eines Flexa-Bettes mit Matratze erhalten Sie gegen Abgabe dieses Gutscheins gratis einen Flexa-Nachttisch. Gültig bis 31. 7. 2009

PROMO-OPTION 3 RATEN, 0% ZINS

Bei diesem Angebot bezahlt der Käufer sein neues Fahrzeug in drei gleichen Raten. Die erste Rate bei Vertragsabschluss, die zweite nach 12 Monaten und die letzte 24 Monate nach dem Kauf. Der Preis richtet sich nach der Preisempfehlung inkl. MWSt, die Laufzeit des Vertrages beläuft sich auf 24 Monate und max. 20'000 km/Jahr. Eine Sonderzahlung oder Kaution muss nicht geleistet werden.

Rechnungsbeispiel Carens 2.0 L CVVT Classic man.:

Empfohlener Nettopreis inkl. MWSt. CHF 29'450.–, 3 Raten zu 0% Zins à CHF 9'816.65 = CHF 29'450.–.

Rechnungsbeispiel Carnival 2.7 L V6 Classic man.:

Empfohlener Nettopreis inkl. MWSt. CHF 37'950.–, 3 Raten zu 0% Zins à CHF 12'650.– = CHF 37'950.–.

KIA Motors AG, 5745 Safenwil
Tel. 062 788 88 99, Fax 062 788 84 50, kiamotors@kia.ch

www.kia.ch



KIA MOTORS
The Power to Surprise™

3-Raten-Promo jetzt auch auf alle Kia Modelle!



PICANTO
ab CHF 14'950.–



RIO
ab CHF 16'950.–



CEE'D
ab CHF 20'980.–



ECO_CEE'D SW
ab CHF 22'222.–



PRO_CEE'D
ab CHF 25'450.–



CARENS
ab CHF 29'450.–



CARNIVAL
ab CHF 37'950.–



SPORTAGE GT EDITION
CHF 39'990.–



SORENTO
ab CHF 39'950.–

Die 3-Raten-Promo-Option zu 0% Zins ist gültig beim Kauf eines neuen Kia mit Vertragsabschluss bis 30. Juni 2009 und/oder mit anderen Aktionen nicht kumulierbar und gilt nicht für das Sonderangebot des neuen eco_cee'd Kombi sowie die Nutzfahrzeuge K2900. Eine Vollkasko ist obligatorisch und eine Kreditvergabe verboten, falls sie zur Überschuldung des Konsumenten führt. Für weitere Informationen steht Ihnen Ihr Kia Partner gerne zur Verfügung. Verbrauch gesamt l/100 km (Energieeffizienzklasse, CO₂, g/km manual/aut.) – Durchschnitt aller Neuwagen 204 g/km **Carens 2.0 L CVVT** 145 PS, 8.4 (8.6), D (D), 201 (206) **Carnival 2.7 L V6 Benziner** 189 PS, 10.7/10.9, (6/E, 255/260)

 myphotobook.ch

15,- CHF Gutschein

für Ihr persönliches Fotobuch!



15,- CHF
Gutscheincode*:
bk15mpx

Gestalten Sie Ihr eigenes, individuelles Fotobuch mit bis zu 250 Seiten.

Fotobücher schon ab 13,90 CHF!

myphotobook.ch schenkt Ihnen 15,- CHF für Ihr individuelles Fotobuch! Einfach die kostenlose Software von www.myphotobook.ch herunterladen und installieren. Gestalten Sie mit der selbsterklärenden Software Ihr Fotobuch und geben Sie Ihren Bildern und Texten einen ganz neuen Rahmen. Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte!



Fotografieren



Gestalten



Erhalten

www.myphotobook.ch

* Der Gutschein hat einen Wert von 15 CHF und ist einmalig für Neukunden unter www.myphotobook.ch bis zum 31.8.2009 einlösbar. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Versandkosten werden nicht reduziert.