

Für Mütter und Väter in der Schweiz

# wireltern



12/2012  
Dezember  
Fr. 7.80

**FEST-  
ESSEN**

Drei Gänge für  
ein Halleluja  
S. 82

X-mas  
Special:  
69

Geschenke  
für Gross  
und Klein

S. 70

**ELTERN  
ZUM TEST**

Erziehung  
auf dem  
Prüfstand S. 60

# Das liebe Geld

Sprechen wir doch mal übers Familienbudget S. 26

**FERTIGBREI – BESSER ALS SEIN RUF S. 14 LIEBLINGSBÜCHER DER PROMIS S. 52**

Gesundheit

## Übel schwanger

Ein bisschen übel ist es vielen Frauen im ersten Drittel der Schwangerschaft. Kein Vergleich jedoch zu dem, was etwa 0,3-2 Prozent der Schwangeren durchmachen: Schwerste Übelkeit, Erbrechen bis zu 50 Mal am Tag und bis zur totalen Erschöpfung - während Wochen und Monaten, oft bis zur Geburt. Die Tortur hat einen Namen: **Hyperemesis gravidarum**. Betroffene Frauen berichten, dass sie «durch die Hölle gegangen seien», «am liebsten gestorben wären». Nach wie vor ist relativ unerforscht, weshalb es zu einem derart belastenden Zustand kommt. Klar ist, dass die wirksamste Massnahme ein Spitalaufenthalt ist, da Schwangere mit Hyperemesis zeitweise weder Nahrung noch Flüssigkeit zu sich nehmen können und die Gefahr besteht, dass die Patientin austrocknet, das Ungeborene mangelhaft versorgt wird. Deshalb gibt es im Spital eine Infusion. Aufgepasst: Medikamente nur in Absprache mit dem Arzt einnehmen. → [www.hyperemesis.de](http://www.hyperemesis.de)



Wir sind das ganze  
Jahr für Ihre  
neun Monate da.

*toppharm*  
Apotheken

Ihr persönlicher Gesundheits-Coach.

[www.toppharm.ch](http://www.toppharm.ch)

**www.wireltern.ch**

ISSN-Nr. 0258-3739, 90. Jahrgang

«wir eltern» erscheint monatlich.

Doppelnummer Juli/August.

Druckauflage: 58 000 Ex.

Leserschaft: 313 000 Leser (MACH Basic 2012-1)

**Kontakt** Alle Mitarbeiter erreichen Sie unter  
vorname.name@azmedien.ch

**Verlag und Insetate**

AZ Fachverlage AG

Neumattstrasse 1, 5001 Aarau

Telefon +41 (0)58 200 58 58

Fax +41 (0)58 200 56 44

**Geschäftsführer** Dietrich Berg

**Leiterin Zeitschriften** Ratna Irzan

**Redaktionsadresse**

AZ Fachverlage AG, Redaktion «wir eltern»,

Neumattstrasse 1, 5001 Aarau

Telefon: +41 (0)58 200 56 66

E-Mail: redaktion@wireltern.ch

**Redaktion**

Nicole Althaus (Chefredaktorin)

Manuela von Ah (Stv. Chefredaktorin)

Caren Battaglia (Reporterin/minimag)

Veronica Bonilla Gurzeler (Redaktorin)

Nicole Gutschalk (Leitung Lifestyle)

Monique Brunner (Internet)

Feste freie Mitarbeiterinnen:

Sacha Verna (Buchtipps)

Djennat Derradj (Selbermachen)

Yvonne Bauer (Rezepte)

Steffi Hidber (Schönheit)

**Copyright**

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung durch den Verlag. Für unverlangte Einsendungen wird jegliche Haftung abgelehnt.

**Anzeigenleitung**

Jean-Orphée Reuter, Telefon +41 (0)58 200 54 46

Anzeigentarif unter [www.wireltern.ch](http://www.wireltern.ch)

**Insetateadministration**

Corinne Dätwyler, Telefon +41 (0)58 200 56 16

**Leitung Lesermarkt/Online** Valentin Kälin

**Aboverwaltung**

abo@wireltern.ch, Telefon +41 (0)58 200 55 77

**Preise**

1 Jahr (11 Ausg.) Fr. 82.- inkl. MwSt.

2 Jahre (22 Ausg.) Fr. 146.- inkl. MwSt.

**Gestaltung**

Simone Vogel (Chefin vom Dienst, Layout)

Gabriela Gründler (Art Direction, Layout)

Monique Sutter (Layout)

Adrian Hablützel (Gestaltungskonzept, Beratung)

**Druck** Vogt-Schild Druck AG,

printed in  
switzerland

4552 Derendingen

Ein Produkt der **azmedien**

Verleger: Peter Wanner

CEO: Christoph Bauer

[www.azmedien.ch](http://www.azmedien.ch)

Namhafte Beteiligungen nach Art. 322 Abs. 2 StGB:

AZ Anzeiger AG, AZ Fachverlage AG, AZ Management

Services AG, AZ Regionalfernsehen AG, AZ TV

Productions AG, AZ Verlagsservice AG, AZ Vertriebs AG,

AZ Zeitungen AG, Basellandschaftliche Zeitung AG, Media

Factory AG, Mittelland Zeitungsdruck AG, Solothurner

Zeitung AG, Radio 32 AG, Vogt-Schild Druck AG,

Vogt-Schild Vertriebs GmbH, Weiss Medien AG



## Vom Ende der Unschuld

Brüste mit neun, Schamhaare mit zehn, die erste Menstruation mit elf. – Die Pubertät beginnt bei Mädchen immer früher. Wissenschaftler rätseln: Liegt es an der Ernährung?

Oder an den vielen Scheidungen, die Familien auseinanderreißen und vaterlose Kinder zurücklassen? Und die Eltern fragen sich zu recht, mit welchen Problemen ihre Mädchen im Frauenkörper wohl kämpfen. Eine Indiziensuche.

## Lügen haben lange Beine

Niemand sagt der Chefin die Wahrheit ins Gesicht. Denn weisse Lügen sind überlebenswichtig und zeugen von Sozialkompetenz. Nur: Wenn die eigenen Kinder plötzlich wie gedruckt lügen, verunsichert das Eltern gewaltig. Alles andere wäre gelogen. Wie aber bringt man Kindern die Wahrheit übers Lügen bei?

**Ausserdem:** Wird mein Kind gross genug? Timeline der Entwicklungsschritte.

Das nächste «wir eltern» erscheint am 20. Dezember 2012



## «wir eltern»-Profitiercoupon



Ja, ich bestelle

das Schnupperabo für CHF 20.-

Ich erhalte 4 Ausgaben und spare CHF 11.20

das Jahresabo für CHF 82.-

Ich erhalte 11 Ausgaben «wir eltern» bequem nach Hause geliefert

Vorname / Name \_\_\_\_\_

Strasse / Nr. \_\_\_\_\_

PLZ / Ort \_\_\_\_\_

**Für Mütter  
und Väter  
in der  
Schweiz**

Coupon einsenden an «wir eltern», Leser-Service, Postfach, 5001 Aarau  
oder per Internet [www.wireltern.ch/abo](http://www.wireltern.ch/abo)

Angebot gilt nur in der Schweiz. Alle Preise inkl. MwSt., Preisänderungen vorbehalten