

familie

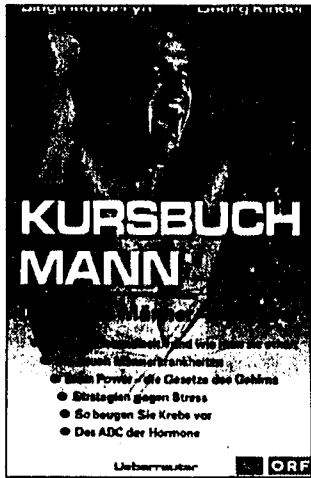
- Präventionsbuch für Kindesmisshandlung
- Buch-Tipp: Kursbuch Mann
- Koch-Tipp: Hirschentrecote auf Hagenbuttensauce
- Vorbeugung für Kindstod

Tipps und News

BUCH-TIPP

Kursbuch Mann

Der grosse Männer-Ratgeber ist das erste umfassende Nachschlagewerk für Männer. Das Standardwerk über Gesundheit und die neue Männermedizin ist Pflichtlektüre für den modernen Mann. Es ist aber auch ein Buch, das die wesentlichen medizinischen Erkenntnisse der Zukunft vorwegnimmt. Wieder verblüffen die Autoren des Nr. 1-Bestsellers



«Der Mann 2000» mit neuen, unglaublichen Fakten: Die Intelligenz wird massiv von Hormonen beeinflusst; durch Gentests können Krankheiten noch lange vor Ausbruch erkannt und behandelt werden; neue Verhütungsmittel für den Mann, die direkt auf das Gehirn wirken, werden das Kondom ersetzen; die Impotenz wird endgültig besiegt. «Kursbuch Mann - Der grosse Männer-Ratgeber» (Bild) von Siegfried Meryn und Georg Kindel ist für 49 Franken im Ueberreuter Verlag erschienen.

KOCHTIPP

Hirschentrecote auf Hagenbuttensauce

Der heutige Kochtipp kommt vom Chefkoch, aus dem Hotel Kulm, Roger Nuss. Zutaten für 4 Personen: 600 gr. Hirschentrecote, 6 dl Olivenöl, etwas gebrochener Pfeffer/ Salz. Für die Sauce: 2 dl Rotwein, 1 Schalotte fein gehackt, 2 dl Wildjus, 1 kleiner Löffel Hagenbuttenmarmelade, 1 Beutel Hagenbuttentee, 20 gr Butter. Zubereitung: Rotwein und Schalotten zusammen reduzieren lassen, den Wildjus dazu geben und um die Hälfte einkochen lassen. Die Hagenbuttenmarmelade und den Inhalt des Teebeutels dazu geben. Am Schluss mit der Butter die Sauce aufmontieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hirschentrecote dressieren, mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Öl bestreichen. Beidseitig grillieren und das Fleisch ein wenig ausruhen lassen so, dass das Fleisch in der Wärme zart wird (das Fleisch sollte noch Rosa sein).

«Die Sonnenschein-Bande»

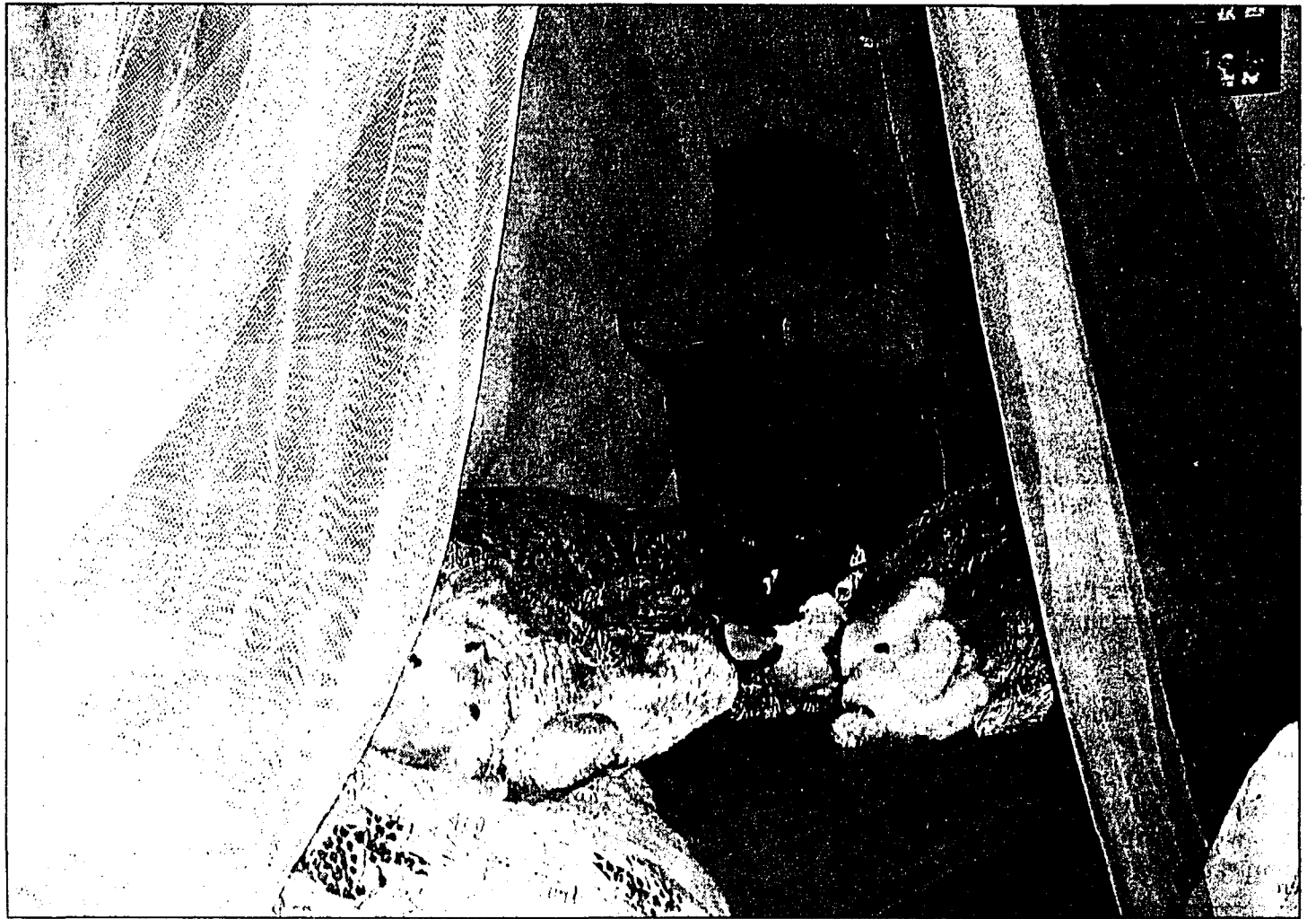
Ein Buch das Kinder über sexuellen Missbrauch informiert

Jeden Tag zu jeder Zeit, werden auf dieser Welt Kinder sexuell misshandelt. Um diesen Taten vorzubeugen schrieben Armin W. Bättig und Gradimir Smudja ein Kinderbuch, das Kinder über sexuelle Ausbeutung informiert. Das Buch heisst «Die Sonnenschein-Bande», und soll den Kindern Mut machen, sich zu wehren und über die Taten zu sprechen.

Manuela Schädler

Die kleine Lina übt mit ihrem Onkel auf dem Klavier. Er streicht ihr über die Haare und fasst sie an unangenehmen Stellen an. Dabei fühlt sich Lina sehr unwohl. Als der Onkel geht, droht er dem kleinen Mädchen niemandem was zu sagen oder er würde sie bestrafen.

So wie Lina geht es vielen Kindern auf dieser Welt. Man nimmt an, dass in den europäischen Ländern jede vierte Frau und jeder achte Mann in der Kindheit sexuell ausgebeutet wurde. Wie aus dem Buch «die Sonnenschein-Bande» zu entnehmen ist, sind in neunzig Prozent aller Fälle die ausbeutenden Personen dem Kind bekannt und stehen meistens zu ihm in einem Vertrauensverhältnis. Oft ist es der eigene Vater, der Stiefvater, der Partner der Mutter, der Bruder, der Grossvater, der Onkel, der Lehrer oder der Nachbar. Meistens werden die Kinder vom Täter unter Druck, durch Androhen von Strafe, gesetzt. Aber auch das «erkaufte Schweigen» mit Geschenken sind typische Strategien der Sexualtäter. Um sol-



Das Kinderbuch «die Sonnenschein-Bande», soll Kinder über sexuellen Missbrauch informieren.

(Bild: manu)

chen Taten vorzubeugen ist es wichtig, dass Kinder durch geeignete Informationen ein gestärktes Selbstwertgefühl kriegen. Aus diesem Grund haben die beiden Familienväter, Armin W. Bättig und Gradimir Smudja ein Kinderbuch über sexuelle Ausbeutung von Kindern erstellt. Es heisst, «Die Sonnenschein-Bande».

Das Kinderbuch

«Onkel Karl spielt weiter am Körper von Lina herum. Seine Hände betasten das Kind auf unangenehme Weise und an

Orten, wo Lina das nicht mag. Lina fühlt sich hilflos. Sie findet keine Worte, um sich zu wehren. «Was macht Onkel Karl mit mir?», denkt Lina und hofft, dass diese komische Art von Spiel bald vorüber ist.

Die Geschichte der kleinen Lina fängt damit an, dass ihr Onkel sie misshandelt. In der Nacht quälen sie Alpträume. Doch dann lernt sie einen kleinen Hund kennen, mit dem sie über alles sprechen kann. Als der Onkel wieder auf Besuch ist und wieder anfängt Lina zu betasten, hat sie den Mut sich zu

wehren. Dann erzählt sie die Geschichte ihrer Mutter und ihren Freunden. Da fassen sich Linas Freunde ebenfalls ein Herz und erzählen ihre schlechten und guten Erfahrungen.

Mit vielen Bildern, die konkret zeigen was geschieht und verständlichem Text wird den Kindern nahegebracht, sich bei Belästigung zu wehren. Die Kinder finden auch Tipps, wie sie sich in einer solchen Situation verhalten sollen.

Wie das Buch entstand

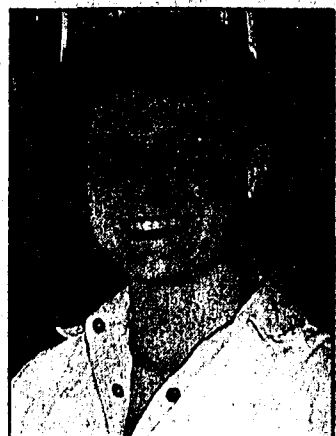
Als Mitglied der Stiftung

«Sonneschiin», die für sexuell misshandelte Kinder gegründet wurde, wollte Armin W. Bättig ein Präventionsbuch zu diesem heiklen Thema schaffen. Mit dem Zeichner Gradimir Smudja verwirklichte er dieses Vorhaben und erstellte das Kinderbuch «Die Sonnenschein-Bande». Dabei unterstützen ihn mehr als zwanzig Fachleuten in den Bereichen Kinderpsychologie und -therapie, Pädagogik, Medizin- und Rechtswissenschaften. Das Ziel des Autors ist, dass sich informierte Kinder zu wehren wissen.

Unser Buchtipp

Museen für ein neues Jahrtausend: Ideen, Projekte, Bauten. Von Vittorio Magnago Lampugnani und Angeli Sachs. Chronologisch geordnete präsentiert dieses Buch einen Querschnitt der wichtigsten und qualitativsten Museumsbauten und -projekte, die in den letzten zehn Jahren entworfen und realisiert worden sind. Oder sich in der Realisierungsphase befinden. Zwei übergreifende Beiträge, die die Entwicklung des Museums bis in die Gegenwart verfolgen, führen in die spezielle Problematik der Bauaufgabe ein. Biographien der beteiligten Architekten und Künstler sowie Angaben zu weiterführender Literatur komplettieren den Überblick. Paris: Architektur der Gegenwart: Von Andrea Gleiniger, Gerhard Matzig und Sebastian Redecke. Dieser Band zur Pariser Architektur stellt die Bauten der achtziger und neunziger Jahre in den Mittelpunkt und bezieht auch Projekte ein, die sich noch im Stadium der Realisierung befinden. Dabei

werden nicht nur die Staatsbauten oder die international gefeierten architektonischen Solitäre berücksichtigt. Es werden auch stark kontaktbezogene Planungen wie die Parkanlagen von Bercy und André Citroën sowie Projekte, die in besonderem Masse auf die Bedürfnisse der in der Stadt lebenden Menschen eingehen, wie soziale Wohnbau-



ten und kommunale Einrichtungen vorgestellt. Diese zwei Bücher stellte Eveline Weigand (Bild) von der Landesbibliothek vor. Die Bücher können dort ausgeliehen werden.

Gewichtskontrolle bei Babys

Zu langsame Zunahme ist ein Risikofaktor für Kindstod

Regelmässige Gewichtskontrolle ist eine einfache und wirksame Gesundheitsvorsorge bei Säuglingen: Sie kann unter anderem mithelfen, den plötzlichen Kindstod zu verhüten.

Babys, die plötzlich ohne äusserlich erkennbare Ursache in ihrem Bettchen sterben, haben sich vor ihrem Tod oft langsamer als normal entwickelt. Das zeigt ein Vergleich von über 240 plötzlich verstorbenen Babys mit über tausend am Leben gebliebenen in England.

Schon bei Geburt sind plötzlich verstorbene Babys in der Regel leichter als solche, die am Leben bleiben. Doch der Gewichtsunterschied ist zum Zeitpunkt des Todes noch ausgeprägter als bei der Geburt. Babys, die zu leicht geboren werden und dann aufholen, haben sogar bessere Überlebenschancen als solche mit einem normalen Geburtsgewicht und schwachem Wachstum nach der Geburt.



Mit Gewichtskontrolle dem Kindstod vorbeugen.

Ausserdem sollten Eltern eines Säuglings in der Wohnung auf Rauchen verzichten und ihr Kind zum Schlafen auf den Rücken legen. Das sind zwei weitere bewährte Verhütungsmassnahmen gegen den plötzlichen Kindstod.