

# Die Zeitschrift für Eltern und Kinder

Heft 05  
Mai 2004  
Deutschland € 3,75  
Schweiz SFR 7,50  
Österreich € 4,30  
BeNeLux € 4,40  
Italien € 4,35

spielen  
und lernen

# spielen und lernen



## Let's make a Baby...

### CD-ROM des Monats

Wissen

Ratgeber für das erste Lebensjahr

Frauen, die zum ersten Mal schwanger sind, haben es oft nicht leicht und fühlen sich verunsichert. Es gibt so viel Dinge zu wissen und zu beachten. Sie würde ja auch ein Buch oder eine Zeitschrift zum Thema nutzen, wenn ihr nur nicht pausenlos die Schwiegermutter die guten Ratschläge literweise überkübeln würde. Sich im Internet zu informieren könnte ja ganz nützlich sein. Aber erstens sehen die Webseiten so aus, als hätte der werdende Papa deswegen keine Zeit gehabt, bei der Geburt dabei zu sein, und zweitens sind die Erfahrungen viel zu unterschiedlich. Während die eine Mutter die Geburt in zwei Stunden wundervoll absolvierte, brauchte die andere 19 Stunden – und es war der reine

Horror. Nun gibt es eine weitere Plattform für Informationen: Nadia Bustami, Ärztin und Autorin der CD-ROM „Willkommen im Leben“ setzte sich das Ziel, Unsicherheiten und Ängste abzubauen und die Freude auf das Neugeborene in den Vorder-



grund zu stellen. Der „Ratgeber für das erste Lebensjahr“ befasst sich in sieben Kapiteln mit Grundsätzlichem wie Babypflege, Stillen, Ernährung oder Ausstattung. Durchs Programm begleitet eine Sprecherin, die Informationstexte lesen die Eltern dann selbst und klicken sich eigenständig durch die einzelnen Themengebiete. Positiv ist zu bewerten, dass zu Beginn die Navigation durchs Programm ausführlich erklärt wird und immer wieder auf Optionsmöglichkeiten wie das Abspielen von Videofilmen hingewiesen wird. Die Tipps sind praktisch – wie zum Beispiel die

Liste mit wichtigen Anschaffungen, die ebenso auf Spucktücher eingeht wie auf die Wahl der richtigen Stramplergröße – und appellieren immer wieder an die eigenen Bedürfnisse der Eltern, die dazu aufgefordert werden, ihren Instinkten zu vertrauen. Die CD-ROM gibt auch Hinweise zu Formalien wie den Vorsorgeuntersuchungen und zur Hebamme. So ist eine ruhige und zurückhaltende CD-ROM entstanden, die werdende Eltern in ihren kleinen und großen Sorgen ernst nimmt.

**Fazit:** Ein sehr gelungenes Programm, das Eltern im ersten Jahr begleitet.



Willkommen im Leben –  
Ein Ratgeber für das erste  
Lebensjahr; Achsensprung  
CD-ROM für Win  
98/ME/2000/XP  
Preis: ca. € 15,- (zu  
beziehen über Achsensprung:

[www.baby-cd.de](http://www.baby-cd.de)  
[www.achsensprung.de](http://www.achsensprung.de), [www.baby-cd.de](http://www.baby-cd.de)  
(ohne Altersangabe, da für Eltern)