

MIT DER GEBURT EINES KINDES VERÄNDERT SICH ALLES.

Sanfte Begleitung für dein Baby und dich!

Martin Kickmaier
Cranio-Sakrale Osteopathie & RINGANA Partner
0664 224 53 64
martin-kickmaier.ringana.com

WARUM MIR DAS AM HERZEN LIEGT

Ein persönliches Wort, bevor es zu den Produkten geht

Mit der Geburt eines Kindes verändert sich alles. Das sage ich nicht nur aus eigener Erfahrung, sondern auch aus vielen Jahren Arbeit mit Babys, Kindern und Familien.

Eine der größten Herausforderungen ist der Gedanke, dass bei allen anderen alles rundläuft – und nur man selbst es nicht schafft. Ich höre das fast jeden Tag. Und ich kann dir sagen: Es ist ganz normal und die Realität.

Wie ich immer so schön sage: Kinder kann man nicht studieren. Das ist Learning by Doing. Das ist nicht immer leicht und nicht immer schön – aber es bringt uns dem Leben näher, und man wächst mit jeder Herausforderung ein Stück.

Mein Sohn ist heute, im Sommer 2026, 19 Jahre alt – und wir haben ein enges, wunderbares Verhältnis. Aber das kam nicht von heute auf morgen. Das ist über die Jahre gewachsen. Aus all diesen Erfahrungen empfehle ich dir die Produkte von RINGANA von Herzen: um dir und deinem Baby etwas Gutes zu tun – bewusst natürlich, ohne synthetische Zusätze und künstliche Duftstoffe.

Als Therapeut sehe ich im Alltag oft, welche Produkte Familien verwenden – und wie viel einbewusster Blick darauf ausmacht. Für mich gehört dazu auch eine gute Ernährung, damit man sich rundum wohlfühlt.

Ich bin zu hundert Prozent von RINGANA und seinen Produkten überzeugt – aus eigener Erfahrung und aus vielen Rückmeldungen über die Jahre.

Gerade in fordernden Phasen, wenn die Nächte kurz werden, die Energie fehlt oder der Alltag als Mama oder Papa stresst, können hochwertige Pflege und passende Nahrungsergänzung eine wohltuende Unterstützung sein.

Für Fragen bin ich jederzeit für dich da – schreib mir einfach.

Martin

FÜR DEIN BABY

Die FRESH baby Linie – mild, natürlich, vom ersten Tag an

Babyhaut ist zart und reagiert auf das, was sie berührt. Die FRESH baby Linie ist genau dafür gemacht: COSMOS organic, vegan und ohne potenziell allergene Duftstoffe – frisch in kleinen Chargen hergestellt.

FRESH baby body & hair wash

Reinigt Körper und Haar ganz sanft, ohne die zarte Haut auszutrocknen.



FRESH baby body & hair wash
2 in 1 Baby
Waschpflege & Shampoo

- **Hamamelis-Extrakt und Baumwoll-Extrakt** beruhigen gereizte und empfindliche Haut
- **Hafer-Extrakt und Ectoin** als Stress-Schutz-Moleküle stärken die Hautbarriere
- **Nachtkerzenöl** wirkt regenerierend

FRESH baby oil

Ein zartes Pflegeöl – wunderbar für ein kleines Massage-Ritual nach dem Baden.



FRESH baby oil
Baby Pflege- und Massageöl

- **Sesamöl, Jojobaöl, Mandelöl & Nachtkerzenöl** wirken pflegend sowie regenerierend und verringern Hauttrockenheit.
- **Bio-Extrakte aus Hafer & Vanille** wirken hautberuhigend und antioxidativ
- **Bio-Baumwoll-Extrakt** mildert Irritationen und wirkt pflegend

FRESH baby cream

Ein zartes Pflegeöl – wunderbar für ein kleines Massage-Ritual nach dem Baden.



FRESH baby cream
Baby-Pflegecreme für sensible Haut

- **Sesamöl, Jojobaöl, Mandelöl und Nachtkerzenöl** pflegen die Haut sanft und fördern die Hautregeneration
- **Baumwollzell-Extrakt** beruhigt gereizte und empfindliche Haut und mildert Rötungen und Irritationen
- **Vanille-Extrakt** wirkt hautberuhigend und antioxidativ

FRESH baby baby bum foam

Die umweltfreundliche Alternative zu Feuchttüchern. Reinigt den empfindlichen Windelbereich besonders mild.



FRESH baby bum cream
Beruhigende Windel- und Wundschutzcreme

- **Hamamelis-Extrakt und Baumwoll-Extrakt** lindern Rötungen, entzündliche Hautreaktionen und stärken den Eigenschutz der Haut.
- **Feuchtigkeitsabsorbierende Tapiokastärke** verbessert das Hautgefühl
- **Mandelöl, Sesamöl und Jojobaöl** pflegen die Haut sanft und fördern die Hautregeneration

FRESH baby baby tooth gel

Sanfte Pflege für die ersten Zähnchen – reinigt mild und unterstützt gesunde Zähne von Anfang an.



FRESH baby tooth gel
Pflege für Baby- und Kinderzähne

- **Kieselsäure-Putzkörper** reinigen die Zähne gründlich und sanft, ohne den Zahnschmelz anzugreifen
- **Xylitol** beugt Karies vor
- **Natriumfluorid** stärkt den Zahnschmelz, beugt Karies vor und trägt zur Entwicklung der Zähne bei

Warum ich das empfehle

In meiner Arbeit mit cranio-sakraler Osteopathie bin ich täglich ganz nah an Babys. Ich sehe oft, wie gern Feuchttücher genutzt werden – praktisch, aber häufig voller synthetischer Zusätze.

Genau deshalb empfehle ich RINGANA: bewusst natürlich, ohne synthetische Zusätze, ohne Mikroplastik, etwa die FRESH baby bum foam statt klassischer Tücher.

FÜR DIE MAMA

Kleine Self-Care-Momente nach der Geburt

Nach der Geburt dreht sich fast alles ums Baby. Umso wichtiger sind die kleinen Momente, die nur dir gehören – für die Haut, den Körper und zum Durchatmen. Ein paar RINGANA Produkte, die sich leicht in deinen Alltag einbauen lassen. Vieles davon tut auch schon in der Schwangerschaft gut – was dafür geeignet ist, zeigt dir der Hinweis unten.

FRESH Body Milk

Pflegt nach dem Duschen und fühlt sich leicht an – ein angenehmer Moment für dich.



FRESH body milk rich
Reichhaltige Körpermilch

- **Centella asiatica (Cica)** unterstützt Regeneration und Kollagenbildung
- **Verkapselte Ceramide** stärken die Hautbarriere
- **Ectoin** wirkt hautberuhigend

FRESH Hand Balm

Für die Hände, die gerade so viel tragen und halten.



FRESH hand balm
Ein Hauch von Sanftheit.
Pflege, die man fühlt und sieht

- **Pflanzenextrakte aus Himbeere, Apfel und Pfirsich** können Pigmentflecken ausgleichen und die Neubildung minimieren
- **Tucuma- und Cupuacubutter** schenken trockener Haut ein seidig-weiches Gefühl
- **Sesam- und Mandelkernöl** pflegen und beruhigen die Haut und sorgen für Geschmeidigkeit

FRESH Food Balm

Eine entspannende Fußmassage mit dem Fußball. Wirkt erfrischend und belebend.



FRESH foot balm
Schönheitsschlaf für deine Füße

- **Manukaöl** hautreparierend & regenerierend
- **Cupuacu-Butter** stärkt die Hautbarriere, beruhigt die Haut, sorgt für Geschmeidigkeit
- **Salbei & Ackerschachtelhalm** reduziert Schweißbildung

FRESH Deodorant

Für einen neutralen natürlichen Geruch, weil Babys alles über den Geruch aufnehmen.



FRESH deodorant
Fühl dich frisch, von der ersten Stunde bis zur letzten

- **Reisschalenwasser, Natron & Orangenfruchtwasser** wirken deodorierend & beugen so Geruchsbildung vor
- **Zinkoxid und Walnuss-Extrakt** sorgen für langanhaltende Frische
- **Granatapfelkernöl, Haferöl, Sesamöl & Sheabutter** pflegen die empfindliche Achselhaut

Geeignet für Schwangerschaft und Stillzeit:

Alle geeigneten Produkte findest du hier:

martin-kickmaier.ringana.com/pregnancy-breastfeeding.

Nahrungsergänzung im Zweifel ärztlich abklären; Retinol/Retinal sind hier nicht empfohlen.

BLEIB IN VERBINDUNG

Ich begleite dich gern – ganz unkompliziert



Ich hoffe, dieser Leitfaden war ein hilfreicher Begleiter für dich – für dein Baby, für dich und für euch als Familie.

Wenn du Fragen hast, dir unsicher bist oder einfach wissen willst, was zu dir und deiner Situation passt:

Melde dich. Ganz unverbindlich. Manchmal reicht ein ruhiges Gespräch, um Klarheit zu bekommen und dafür nehme ich mir gern Zeit für dich.

Wir schauen uns das gemeinsam an, ganz in Ruhe.

Schreib mir: office@kickmaier.com
oder ruf mich an: 0664 224 53 63

Meine Produkte:
martin-kickmaier.ringana.com

Willkommensvorteil:
FRESH2OMITMARTIN – 20 Euro Rabatt

Dieser Leitfaden dient zur Information und ersetzt keine ärztliche Diagnose oder Behandlung. Bei anhaltenden Beschwerden wende dich bitte an eine Ärztin oder einen Arzt.