Eltern Nr.6 | 2021

Für euer neues Leben

Eltern

4,90 €
Österreich 5,50 €
Schweiz 7,80 sfr

KIND UND KIRCHE
Taufen lassen? Und wenn ja, wann?

Trendy Candy
Luftig-leichte Sommermode in angesagten Bonbonfarben

GRÜNER WERDEN
Gut für die Umwelt, gut fürs Familienleben

Sag doch mal!

Sprechen lernen: Wie die Wörter ins Kind und wieder heraus kommen

KLEINE FISCHE
Kinder sanft ans Wasser gewöhnen

KITA ODER FORT KNOX?
So sicher sollten unsere Kindergärten sein

BABYJAHR
Zwischen Überforderung und Langeweile

Rituale gegen Stress

Ommm statt schnell schnell hilft auch bei der Pflege gegen das Gefühl, gehetzt zu sein

„Die Welt schenkt uns keine Zeit für Pausen, wir müssen sie uns nehmen“

Julia Scharnhorst, Psychologin

MEIN NEUES MANTRA: „ICH HABE DIE ZEIT“

SELFCARE KANN SO VIELES SEIN: DIE WOHNUNG IN EINEN KLEINEN DSCHUNGEL VERWANDELN, DIE WANNE MIT EINEM PODCAST AUF DEN OHREN ODER EINFACH MAL NEIN SAGEN. MEHR TIPPS ZEIGT DIE ILLUSTRATORIN ALISSA LEVY IN IHREM BUCH „CHIPS IM BETT UND YOGA IM PARK – SELFCARE GANZ ENTSPANNT“ (KNESEBECK, 16 EURO)

1 Einatmen, Kraft schöpfen Neuen Mut gibt das Dr. Hauschka Zirbelkiefer Meersalz Reinigungsgel für Körper und Hände mit hochalpinem antiseptischem Zirbenöl (25 Euro) **2 Urlaubsgefühl** Eine limitierte „Träum Dich davon“-Linie gibt es von Nivea, darunter das Nivea Shine Shampoo Floral Paradise mit Macadamia-Öl (2,49 Euro) **3 Wie streicheln** Mit dem Kabukipinsel aufschäumen und das Gesicht liebkosen: sanfte I want you naked The Heavenly Gesichtsreinigung mit Hanfsamenöl (39 Euro) **4 Pregnancy Glow** Einen Schimmer auf Arme, Beine und Dekolleté legt das Anti-Dehnungsstreifen-Peeling CocoBaba by Emma Heming Willis Oil Scrub mit Blütenduft und Kokoshauch (19,99 Euro) **5 Liebt die Hände** Schön wie ein Parfumflakon, nährt der Nailberry Clean Bi-Phase Nail Colour Remover mit echtem Wildrosenöl Nägel und Nagelhaut (23 Euro) **6 Zum Herzen hin** Trockenbürsten macht munter und die Beine bei Hitze leichter. Die Ruhi Dry Brush aus geöltem Buchenholz ist kräftig, aber nicht kratzig (25 Euro) **7 Feenstaub** Beruhigt und hält Nachtschweiß fern: Lush Sleepy Dust Lavendel Körperpuder mit Kamille, Lavendel und Harzen, am schönsten mit einer Puderquaste auftragen (12 Euro) **8 Nach der Sonne** Der Mixa Panthenol Comfort Body Balsam mit pflanzlichem Glyzerin beruhigt trockene Haut und ist auch für Babys geeignet (3,95 Euro)

TEXT: Bettina Koch; ILLUSTRATIONEN: stock.adobe.com; FOTOS: PR; Herstellerverzeichnis auf S. 120

Eltern ERSCHEINT IN DER G+J FAMILIENREDAKTION

Verlag: Gruner + Jahr GmbH
Sitz Verlag und Redaktion: Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
Postanschrift: Brieffach 43, 20444 Hamburg

redaktion@eltern.de I www.eltern.de
eltern.de I elternmagazin I ELTERN online I ELTERN

ISSN 0046-1849

Herausgeberin: Marie-Luise Lewicki
Editorial Director: Bernd Hellermann
Redaktionsleitung: Rosa Wetscher
Managing Editors: Oliver Steinbach (ELTERN), Anke Willers (ELTERN FAMILY), Biona Schütt (Digital), Claudia Greiner-Zwarg (Sonderaufgaben)
Creative Director: Juliane van Treeck
Schlussredaktion: Henrik Drüner, Frauke Meyer
Themenkoordinatoren: Christine Brasch, Frauke Meyer (Gesundheit), Henrik Drüner (Reise), Sarah Franke (Elternzeit), Kathrin Jacobi (Mode, Produkte, DIY)
Autoren dieser Ausgabe: Ulla Arens, Stella Bongertz, Christiane Börger, Carina Frey, Kerstin Güntzel, Alke Habbe, Isabella Huber, Christine Knödler, Bettina Koch, Sabine Maus, Kira Meyer, Maike Petersen, Silke Plagge, Herbert Renz-Polster, Eva Segbers, Leonie Schulte, Markus Tschannen, Margot Weber
Serviceredaktion/Styling: Kathrin Jacobi, Sarah Franke (Elternzeit), Sandra Bohn (Werkstudentin), Lea Pillen (Werkstudentin)
Grafik: Nadine Rogovitz (Senior Graphic-Designer), Samira Ablaß, Evelina Augustynska, Anja Richter
Bildredaktion: Anna-Christina Gangi, Anneli Wülfing (Elternzeit), Eva Lichtenstern, Johanna Besseling (Werkstudentin), Hannah Haeseker (Werkstudentin), Henriette Simons (Werkstudentin)
Digital: Eltern.de
Chefredakteurin: Doris Brückner
Stellvertretende Chefredakteurin: Catarina v. Koschitzky, Biona Schütt
Assistenz: Sandra Neeb, Katharina Plander
News: Frauke Edel (Leitung), Carolin Banser, Anna-Lisa Blank, Eva Ermert, Annkristin Engelbrecht, Angela Marlier, Jenifer Nadolski, Julia Nothacker, Sabrina Page, Jennifer Renk, Stephanie Wieczorek
Lifestyle: Biona Schütt (Leitung), Annalena Schieber (Head of Website), Susanne Arndt, Julia Ballerstädt, Jessica Bolewski, Mareike Dudwiesus, Susanne Lange, Anke Makosso Makosso, Janna Mansfeld, Janine Meul, Julia Schmidt-Jortzig, Daniela Schönbrunn, Susanne Schumann, Katrin Kunze (Communitys BRIGITTE & BYM)
Mode + Beauty: Nane Meyer (Leitung), Ilka Bock, Friederike Dejan, Ann-Christin Gebhardt, Lara Golombek, Lisa Marie Horstmann, Farina Kielreiter, Jessica Kuch, Hannah Lutterbach, Tine Milbret, Kathrin Stark
Video: Frauke Edel (Leitung), Henning Hönicke, Sina Hörster, Helen Kreimer, Marie Mühlenberg
SEO-Longterm: Ulrike Kaschuba (Leitung), Christine Brasch, Rachel Brozowski, Janine Dauer, Claudia Enders, Stephanie Ernst, Stephanie Pingel, Alexander Scherb, Sabine Scholz-Hinton, Kira Reckers
Commercial Content Editors: Mareike Cämmerer, Natalja Fischer, Pia Goward, Julia Koschel, Elena Schefner
Research & Development: Claudia Fudeus (Leitung), Christian Reimers
Volontärinnen: Carolin Gelb, Charlotte Reppenhagen, Célin Röser, Julia Seiffert, Sally Tine
Digital Business Management: Thorsten Heger, Anne Kaestner
Geschäftsführer/Publisher: Bernd Hellermann, Mina Manoussi (Stellv.)
Publishing Managerin: Julia Hartig
Projektassistenz Publishing: Laura Siebenberg
Herstellung: Heiko Belitz (Ltg.), Sören Hohmann
Sales Director: Mona Biehl (DPV Deutscher Pressevertrieb)
Markenkommunikation: Sandra Meyer (Ltg.), Tamara Klaproth
Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt: Bernd Hellermann
Vermarkter: Ad Alliance GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
Verantwortlich für Anzeigen (v.i.S.d.P): Andrea Wörsdörfer, Head of Brand Print + Direct Sales
Es gilt die gültige Preisliste.
Informationen hierzu unter www.ad-alliance.de
Verantwortlich für Digital: G+J Medien GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg
Syndication: Picture Press Bild- und Textagentur GmbH, E-Mail: sales@picturepress.de

Repro: Peter Becker GmbH, Frankfurter Straße 87, 97082 Würzburg.

Druck: Quad/Graphics Europe, ul. Pultuska 120, PL 07-200 Wyszków, Poland.

© 2021 für alle Beiträge bei Gruner + Jahr GmbH. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet und Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM, DVD-ROM etc. nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung des Verlags. Für Anzeigen gilt die gültige Preisliste.

Der Export der Zeitschrift ELTERN und ihr Vertrieb sind nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags statthaft. Bei Nichtlieferung ohne Verschulden des Verlags oder infolge von Störungen des Arbeitsfriedens bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag. ELTERN darf in Lesezirkeln nur mit Genehmigung des Verlags geführt werden. Für unverlangte Manuskripte, Fotos und Zeichnungen wird keine Haftung übernommen.

Der für Österreich bestimmte Teil dieser Ausgabe enthält ein Österreich-Magazin. Für dieses gilt folgendes Impressum: Verlag und Redaktion ist die Gruner+Jahr Verlagsgesellschaft mbH, A-1020 Wien, Walcherstraße 11/7.OG/Top 71, Telefon: +43-(0)1-5125647-0; Druck des Österreich-Magazins: Druckerei Berger & Söhne GmbH, Wiener Straße 80, 3580 Horn

Hersteller

aden + anais
www.adenandanais.de

Biolectra
www.biolectra-magnesium.de

BioNorm
www.bionorm.de

bonnet à pompon
www.bonnetapompon.com

CocoBaba
cocobaba.de

Cyrillus
www.cyrillus.de

Dentinox
www.dentinox.de

DHU
www.dhu-globuli.de

Djeco
www.djeco.com/de

dm
www.dm.de

Done by Deer
www.donebydeer.com

Dr. Loges
www.loges.de

Dr. Hauschka
www.drhauschka.de

Du Pareil …au même
www.de.dpam.com

Ernsting's family
www.ernstings-family.de

FUB
www.fub.dk

H&M Home
www.hm.com/de

HiPP
www.hipp.de

I want you naked
www.iwantyounaked.com

Kattan
kattan.co.uk

Kavat
kavat.com

Kölln
www.koelln.de

Konges Sløjd
kongessloejd.dk

kyddo
kyddo.shop

Lidl
www.lidl.de

Lush
www.lush.com

Maisons du Monde
www.maisonsdumonde.com

mara mea
maramea.com

Meyadey
www.meyadey.com

Mixa
de.mixa.com

My Little Cozmo
mylittlecozmo.com

Nailberry
www.nailberry.co.uk

next
www.next.de

Nivea
nivea.de

Petit Bateau
www.petit-bateau.de

pinkmilk
www.pinkmilk.de

Polarn O. Pyret
www.polarnopyret.se

rice
www.ricebyrice.com

Ruhi
ruhi-rituals.com

soulbottles
www.soulbottles.de

superfit
www.superfit.com

tausendkind
www.tausendkind.de

Veja
www.veja-store.com

Wander & Wonder
wander-n-wonder.com

Zara Home
www.zarahome.com

Service

Feedback an die Redaktion

Wir freuen uns über eure Meinung zu unserem Magazin:
redaktion@eltern.de

Abonnenten-Service

Für Fragen zu eurem Abo hilft unser Kundenservice gern weiter:
www.eltern.de/aboservice

Telefon: 0 40-55 55 89 95
E-Mail: eltern-service@guj.de
Fax: 0 18 05-8 61 80 02*
Postanschrift: ELTERN-Kundenservice, 20080 Hamburg
Unsere Service-Zeiten:
Mo.–Fr.: 07.30 bis 20.00 Uhr,
Sa.: 09.00 bis 14.00 Uhr

ELTERN bestellen

Ihr wollt Produkte, Abos oder Hefte bestellen? Unser Bestellservice hilft euch gern weiter!

Abo bestellen:
www.eltern.de/abo

Telefon: 0 40-55 55 89 95 Fax: 0 18 05-8 61 80 02*,
E-Mail: eltern-service@guj.de
Postanschrift: ELTERN-Kundenservice, 20080 Hamburg

Deutschland: Abo-Jahrespreis (12 Ausgaben, ggf. inkl. eines Sonderheftes zum Preis von zzt. € 4,90) inkl. MwSt. und Versand € 58,80; **Österreich:** Abo-Jahrespreis (12 Ausgaben, ggf. inkl. eines Sonderheftes zum Preis von zzt. € 5,50) inkl. MwSt. und Versand € 66,00; **Schweiz:** Abo-Jahrespreis (12 Ausgaben, ggf. inkl. eines Sonderheftes zum Preis von zzt. SFR 7,80) inkl. MwSt. und Versand SFR 93,60; **USA:** ELTERN (USPS no 00000379) is published monthly by Gruner+Jahr GmbH. Known Office of Publication: Data Media (A division of Cover-All Computer Services Corp.), 660 Howard Street, Buffalo, NY 14206. Periodicals postage is paid at Buffalo, NY 14205. Postmaster: Send address changes to ELTERN, Data Media, P.O. Box 155, Buffalo. NY 14205-0155, E-Mail: service@roltek.com, Toll free: 1-877-776-5835; **Kanada:** German Canadian News, 25–29 Coldwater Rd., Toronto, Ontario, M3B 1Y8, Tel.: (001) 416 391 41 92, E-Mail: re@gcnews.ca; Abo-Jahrespreis restliches Ausland (12 Ausgaben) auf Anfrage

Einzelne ELTERN-Ausgaben bestellen:
www.eltern.de/shop

Telefon: 0 40-55 55 89 95 Fax: 0 18 05-8 61 80 02*,
E-Mail: Heft-Service@guj.de
Postanschrift: ELTERN-Kundenservice, 20080 Hamburg

ELTERN-Produkte bestellen (z. B. Bücher, CDs):
www.eltern.de/shop

ELTERN-Versandservice, 74569 Blaufelden,
Telefon: 040-42236427 Fax: 040-42236663,
E-Mail: guj@sigloch.de

*14 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz

ILLUSTRATION ALLER MINI-ICONS IM HEFT: Rhea Lippenstift