

DAS ELTERNMAGAZIN babywelt®

AUSGABE 1/2025



EXTRA

Für euch

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN

NACHWUCHS

Wie kleine Kinder große
Geschwister werden

HAUTSACHE

Was bei Neurodermitis
hilft – und was nicht.

UNSER

Babyglück

Mut machende und entlastende
Gedanken rund ums Elternsein



Immer an deiner Seite ...

... mit extra weichen Materialien
für noch mehr Badespaß.



12 Stück
3,79€



12 Stück
3,79€

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

NELE BRUNS

ist Chefredakteurin
und Mama von Emma
und Leni.



LESERUMFRAGE:
**MITMACHEN
& GEWINNEN**

MEHR AUF
SEITE 64

JETZT MAL EHRLICH!

Warum hat mir das eigentlich niemand vorher gesagt? Ein Satz, den man rund ums Familienleben häufig hört. Ich kann gut verstehen, warum man sich das fragt, und habe es oft selbst getan. Aber irgendwann dachte ich mir: Was würde es denn ändern, wenn ich vorher gewusst hätte, wie dieses oder jenes wirklich ist oder sich anfühlt? Die Antwort ist: Gar nichts. Natürlich ist es wichtig, aufzuklären und Wissen nicht für sich zu behalten. Aber immer wohl dosiert und mit dem Hinweis: Kann bei dir auch so sein, muss es aber nicht. Wir möchten euch in unserer Titelgeschichte ab **Seite 8** einige etwas andere Wahrheiten über das Elternsein mitgeben. Sätze, die einem viel zu selten jemand sagt.

Nele Bruns und die babywelt-Redaktion

Foto: Patrick Pollmeier

SCHON FREUNDE?

Uns gibt's auch hier:



Auf Instagram:
[@rossmann_babywelt](https://www.instagram.com/rossmann_babywelt)



Auf TikTok:
[@rossmann_babywelt](https://www.tiktok.com/@rossmann_babywelt)



Auf Facebook:
ROSSMANN babywelt



Als Podcast:
[rossmann.de/
babywelt-podcast](https://www.rossmann.de/babywelt-podcast)



Auf Youtube:
Mein ROSSMANN



Auf der Website:
[rossmann.de/
babywelt](https://www.rossmann.de/babywelt)



**KENNT
IHR
SCHON
DIE**

Babywelt?

**SCHAUT
DOCH MAL
REIN ...**

babywelt®

WILL- KOMMEN IN DER *Familie*

Nein, hier geht es jetzt nicht um Träume, die zerplatzen können wie Seifenblasen. Auch wenn diese Metapher bei dem Foto natürlich nah liegt. Es geht darum, was wir von Kindern lernen können. So richtig im Moment zu sein zum Beispiel. Sich an den kleinen Dingen im Leben zu erfreuen. Ihnen nachzujagen, als wären sie der größte Schatz. Wann ist es eigentlich passiert, dass wir das nicht mehr tun? Beim nächsten Mal, wenn wir unser Kind dabei beobachten, wie es wieder ganz im Hier und Jetzt ist, können wir uns doch mal für einen Moment dazusetzen. Mit abtauchen, mit beobachten, mit genießen, mit freuen.

AUFREGENDE ZEITEN!

Wir kennen diesen verrückten Ausnahmezustand namens Familie gut und freuen uns, in dieser Zeit an eurer Seite zu sein. **Wir sind die babywelt – der Babyclub von ROSSMANN**, der Familien wie euch mit tollen Angeboten, Antworten und Aktionen auf diesem großen Abenteuer begleitet. **Schön, euch kennenzulernen!**





Club
VORTEILE
AUF SEITE
66

DIESMAL *im Heft*



FAMILIENLEBEN

08 Eltern-Wahrheiten

Entlastende Gedanken über das Elternsein

14 Mama-Kolumne

Nächtliche Begegnungen: Unsere Autorin erzählt

16 Familiengeschichten

Über das Leben in einer Patchworkfamilie

20 Was wir lieben

Motorik-Spielzeugideen für kleine Händchen

21 Was wir basteln

Ein DIY-Fädelspiel für die Feinmotorik

GENUSSMOMENTE

24 Familienküche

4 Rezeptideen – Mamma mia, ist das lecker!

33 Frühstück ist fertig

Tipps, Rezepte und Ideen für den Start in den Tag

38 Ich pack meine Tasche

... und hineinkommt alles für einen Tag in der Sonne

44 Saubere Sache(n)

Tipps und Produktideen für die Babywäsche

Die abgebildeten Produkte sind nicht immer in allen ROSSMANN-Filialen erhältlich.

Die Titelthemen dieser Ausgabe sind farbig gekennzeichnet.

WISSENSWELT

47 Der beste Schutz

Was betroffene Haut bei Neurodermitis braucht

50 Hallo, Baby!

Wie aus kleinen Kindern große Geschwister werden

58 Fragestunde

Stillprobleme? Da haben wir etwas gegen!

IMMER MIT DABEI

04 Willkommen im Club

30 Lieblinge im Regal

31 Limited Edition „Emils Abenteuer“

56 babywelt-Checks

62 Gewinnspiel

64 ROSSMANN NEWS, Impressum

66 Eure Vorteile



babywelt®

Lich
**WILL
KOMMEN**
IN DER *Familie*

Entdeckt die **babywelt**.
Unseren Babyclub mit
vielen tollen Vorteilen.
Für euch. Von Herzen.



**JETZT
KOSTENLOS**
anmelden

in der **ROSSMANN-APP**
oder unter [babywelt.club](https://www.babywelt.club)



Design der Geschenke kann variieren.

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

ENDLICH SAGT'S MAL EINE(R)!

Warum hat uns das eigentlich niemand vorher gesagt? Eine Frage, die zeigt: Viele wünschen sich, perfekt aufs Elternsein vorbereitet zu sein. Aber geht das überhaupt?

TEXT | Nele Bruns

Hier könnte jetzt eine Liste mit Dingen stehen, die Eltern wissen sollten, bevor sie Eltern werden. Um jene, die noch am Anfang stehen, auf das vorzubereiten, was sie erwarten wird. Wahrscheinlich wäre diese Liste um einiges länger, als es Seiten in diesem Magazin gibt. Weil es nämlich von solchen „Eltern-Wahrheiten“ unzählige gibt. Bildhafte Schilderungen überpersönliche Erfahrungen und jede Menge Ratschläge – von Kinderwunsch bis Kindergarten. Natürlich nur die gut gemeinten.

Gern werden diese „Wahrheiten“ mit dem Zusatz: „Warte mal ab, wenn es bei dir so weit ist, dann wirst du sehen, dass...“, eingeleitet. Ein paar Beispiele, wie es dann oft weitergeht: „... du nie wieder schlafen kannst“, „... sich eine Geburt anfühlt wie...“, „... du dich in deinem eigenen Körper fremd fühlst“, „... du nie allein sein wirst und dich trotzdem oft einsam fühlst“. Ihr wisst schon, was wir meinen. Die sozialen Medien sind voll damit.

Zeit für neue Glaubenssätze

Wir sind der Meinung, dass solche Sätze weder etwas bringen noch etwas verändern. Sie bilden außerdem nur einen kleinen Teil dessen ab, was Elternschaft ausmacht. Wir sehen aber auch, dass es ein Bedürfnis gibt, möglichst viel vorher zu wissen und gut vorbereitet zu sein. Doch vieles wird man erst später verstehen können. Wir wissen auch, wie wichtig es ist, offen zu sprechen, von anderen zu lernen und um Hilfe zu bitten.

Darum haben wir uns gefragt, was ratlosen, überforderten und müden Eltern stattdessen hilft. Es gibt sie nämlich trotzdem: die Wahrheiten,

die ihr kennen solltet, und die Sätze, die euch viel öfter jemand sagen sollte. Auf den nächsten Seiten findet ihr sechs unserer liebsten Eltern-Wahrheiten – nehmt sie wie kleine Postkarten mit, steckt sie euch in die Hosentasche, lest sie immer wieder durch oder gebt sie weiter. Es sind entlastende, Mut machende Gedanken für das neue Leben mit Kind. Schließlich machen wir das alle zum ersten (zweiten, dritten...) Mal.

Damit nicht genug: Lest auf den nächsten Seiten auch, wie ihr mit all den Tipps und vermeintlichen Wahrheiten umgehen könnt, die euch auf eurem Weg noch begegnen. →

WIR
MACHEN
DAS ALLE
ZUM
ERSTEN
MAL!



Wissen ist eure Superkraft

Perspektive 1: Informiert euch, lasst euch aufklären, kennt alle Szenarien. Aber bleibt flexibel.

Es ist sicherlich Typsache, wie Menschen mit all dem Wissen – sei es nun das aus persönlichen Erfahrungen oder das fachlich fundierte – umgehen, das sie umgibt. Da gibt es zum einen jene, die sich zu jedem Thema umfassend informieren. Für sie ist Wissen eine Art Superkraft, die ihnen Sicherheit gibt. Über diese Menschen und ihren Umgang mit Eltern-Wahrheiten und ungefragten Ratschlägen geht es auf dieser Seite.

Sie lesen Testberichte, Studien und Ratgeber rauf und runter, bevor sie eine Entscheidung treffen. Sie holen sich immer eine zweite (Fach-)Meinung ein und überlassen nur wenig dem Zufall. Jede Abschlussrunde von Kurs- oder Infoangeboten eröffnen sie mit: „Ich habe da noch eine Frage...“ Aus dem so gesammelten Wissen treffen sie gut überlegt all ihre Entscheidungen. Und dann werden diese Menschen Eltern. Klar, versuchen sie auch bei all den neuen Fragen und Themen, die ihnen nun begegnen, gut informiert zu sein. Darum



JEDE FAMILIE IST ANDERS. JEDES KIND IST ANDERS.

kommt ihnen der Satz „Warum hat uns das niemand vorher gesagt?“ nur selten über die Lippen. In den meisten Fällen wussten sie es nämlich. Denn mal ehrlich: Ist nicht eigentlich das Meiste schon mal von irgendwem gesagt oder geschrieben worden?

Locker machen

Vieles sicherlich, aber nicht alles. Es gibt immer noch viel zu viele Tabuthemen rund ums Elternsein. Dinge, die so lange im Verborgenen bleiben, bis sie einen selbst betreffen. Und da ist da noch eine gewisse Unplanbarkeit, die zum Kinderhaben dazugehört. Wie heißt es doch so schön: „Wir waren die per-

fechten Eltern. Bis wir Kinder bekamen.“ Es wird Überraschungen geben, vielleicht auch Schicksalschläge. Es wird unfassbar tolle Momente geben, aber wahrscheinlich auch die, in denen ihr verzweifelt. Beides darf nebeneinander bestehen, das eine ist nicht weniger wahr als das andere.

Der Alles-wissen-Typ macht niemanden Geringeren als sich selbst dafür verantwortlich, vorbereitet zu sein. Statt anderen vorwurfsvoll die eigene Aufklärung zur Aufgabe zu machen, fragen sie sich: „Warum haben wir uns das selbst noch nicht gefragt?“ Die Antwort darauf kann lauten: „Haben wir doch, aber wir dachten, wir wissen es besser!“

Achtung, Besserwisser-Alarm!

Ruck, zuck kann es Alleswissern passieren, selbst zum Besserwisser zu werden. Bevor ihr einen ungefragten Ratschlag gebt, überlegt vorher: Bringt diese Information die andere Person weiter? Wenn

ja, sprecht in Ich-Botschaften: „Mir ist aufgefallen, dass du viel mit deinem Kind schimpfst“, klingt ganz anders als „Du kannst doch nicht so mit deinem Kind schimpfen!“. Wer Verständnis zeigt, baut Brücken und die angesprochene Person kann Kritik leichter annehmen: „Ich kenne das. Wenn ich unter Zeitdruck bin, werde ich auch schnell streng und ungerecht.“ Wer sich mit seinem Rat nur selbst aufwerten möchte, sollte besser schweigen.

Grundsätzlich ist es mit den (vermeintlichen) Wahrheiten und Ratschlägen im Eltern-Kontext so eine Sache. Sagt man etwas, ist es falsch. Sagt man zu wenig, ist es auch falsch. Berichtet man zu positiv oder zu negativ – beides falsch. Und so bleiben viele lieber gleich stumm. Wie schade! Denn mit ein wenig Eigenverantwortung und einer realistischen Einschätzung können die Erfahrungen anderer auch ein Gewinn sein und den eigenen Wissensschatz bereichern. →



Die Kunst, bei sich zu bleiben

Perspektive 2: Die Geschichten anderer sind ihre Geschichten. Nicht eure.

Dann gibt es noch jene Menschen, die versuchen, sich von den Meinungen und Erfahrungen anderer so gut es geht frei zu machen. Die der Überzeugung sind: Wenn Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft so individuell sind, warum sich dann von anderen beeinflussen lassen? Ändert es für das persönliche Empfinden und Erleben denn wirklich etwas, wenn man vorher in allen Details erzählt bekommt, wie es bei anderen war, wie sie dieses und jenes wahrgenommen haben?

Rüstzeug für Ratschläge

Natürlich ist es wichtig, sich auf die Geburt eines Babys und auf viele Fragen zum Familienleben vorzubereiten, sich Wissen anzueignen, Dinge durchzusprechen und zu planen. Niemand sollte blauäugig ins Abenteuer Elternsein hineinschlittern. Dafür können Erfahrungen anderer Gold wert sein. Aber man muss gut abwägen: Tut es mir wirklich gut, jedes Detail des Geburtsberichts der Nachbarin zu erfahren? Bringt mich die Stillgeschichte der Bekannten weiter?

Die Ich-mache-mein-eigenes-Ding-Einstellung gibt ein gutes Rüstzeug, um ungefragten Ratschlägen zu begegnen. Die Kunst ist es, bei sich selbst zu

bleiben, ohne andere Personen vor den Kopf zu stoßen. Antwortet zum Beispiel: „Das klingt sehr intensiv. Lass uns aber bitte über ein anderes Thema sprechen. Ich möchte meine eigenen Erfahrungen machen/mich auf das Schöne konzentrieren/alles auf mich zukommen lassen.“

Es gibt einen Faktor, der alles rund ums Kinderbekommen und Kinderhaben noch mal auf ein anderes Level hebt: das eigene Erleben und Anfühlen. Manches muss man selbst erlebt, gefühlt und vielleicht auch durchgemacht haben. Man kann noch so viele Geburtsberichte lesen und weiß trotzdem erst, wie sich die Schmerzen wirklich anfühlen, wenn man sie fühlt. Und: Was die eine als schmerzvoll empfindet, nimmt die andere vielleicht ganz anders wahr. Man kann es noch so oft in Filmen sehen, aber wie es wirklich ist, ein Neugeborenes im Arm zu



**EIN BABY
IST EIN
VOLLZEITJOB!**



halten, weiß man erst, wenn es so weit ist. Darin liegt auch ein besonderer Zauber.

Und manchmal kommt trotz bester Vorbereitung alles ganz anders. Dann braucht es Beispiele und Vorbilder, deren Erfahrungen sich mit den eigenen decken. Nichts ist entlastender, als zu wissen: Da gibt es jemanden, der weiß, wovon ich spreche. Der sagt: „Mit dem, was du da gerade erlebst und fühlst, bist du nicht allein. Ich habe es auch durch und kann dir sagen: Es wird leichter.“ Dafür braucht es Vertrauen, Offenheit und manchmal auch Abstand. Die Motivation für jedes offene Wort, jede neu ausgesprochene Eltern-Wahrheit: Wenn es nur einer Person, einer Familie hilft, dann ist es das wert. ☐

Anzeige

FÜR KLEIN...

BIO
100%
aus
EU-Steuerwaren

... UND GROß

BABY FRECHE FREUNDE

Ab 8 Monaten

KNUSPER-SCHNITZE
Banane & Kürbis

OHNE ZUCKERZUSATZ*
Für kleine Zähnechen geeignet
Praktische Portionspacks

BABY FRECHE FREUNDE

Ab 18 Monate

FRECHE FREUNDE
Brotrolle
Alchermöhre

FRECHE FREUNDE

Ab 3 Jahren

FRECHE FREUNDE
Fruchtchips
Erdbeere

BABY FRECHE FREUNDE

FRECHE SNACK-VIELFALT

- ✓ Ohne Zuckerzusatz*
- ✓ Mit Obst & Gemüse
- ✓ Für viel Spaß beim Essen

FRECHE FREUNDE

*Zutaten enthalten von Natur aus Zucker

Exklusiv online

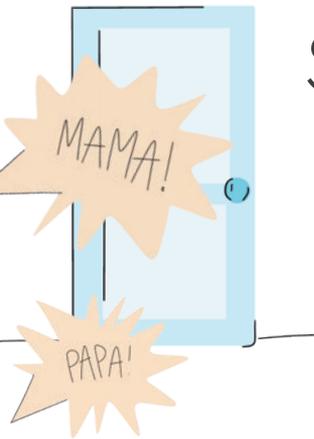
DE-ÖKO-037

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

NACHT- SCHICHT MIT NACHSICHT

Schlafen können wir, wenn wir so alt sind, wie wir gerade aussehen, denkt sich unsere Kolumnistin. Denn ihre Kinder sind leider von der nachtaktiven Sorte.

ILLUSTRATION | Emma Liedtke



Es gibt Kinder, die abends ins Bett gehen und morgens wieder aufwachen – dazwischen Ruhe. Und dann gibt es Familien wie uns. Wo nachts Sportprogramm angesagt ist. Hätten wir eine Wildkamera in unserem Flur, würde sie aufzeichnen, wie zwei übellaulige, verschlafen stolpernde Eltern mit wirren Haaren hin- und herhechten, um entweder dem nörgelnden Jüngsten im Elternzimmer zu entfliehen oder den Älteren wieder zurück in sein Bett zu bringen, damit er nicht alle anderen weckt. Je näher der Morgen, desto höher die Hechtfrequenz. In manchen Nächten kommen so etwa zwei bis drei Kilometer zusammen.

Aller Nächte Morgen

Die letzte Nacht war wieder sehr sportlich. Ab 4:35 Uhr war an mehr als Sekundenschlaf nicht zu denken. Der Kleine nörgelte – immerhin nach dreistündiger Schlafphase – in seinem Gitterbett neben unserem Bett. Es war nur die dritte von zehn möglichen Nörgelstufen, und so hielten wir im großen Bett den Atem an. „Bitte, schlaf wieder ein“, flehte ich den Gott der

schlaflosen Eltern an. Es half. Halleluja! Jetzt schnell wieder einschlummern, noch ist nicht aller Nächte Morgen.

Gerade wollte der Schlaf mich wieder an seine weiche Brust drücken, da höre ich, wie Felix im Kinderzimmer die Augen aufschlägt. Diese übersinnliche Gabe habe ich mit dem Muttersein erworben. 21, 22, 23 zähle ich im Kopf und schon steht Felix vor unserer Tür. „Pssst! Julius schläft“, zische ich. Schnell springe ich auf und bringe den Großen wieder in sein Bett, um Schlimmeres zu verhindern. Doch da ertönt schon Julius' Geplärre aus dem Elternschlafzimmer. Da ich noch bei Felix bin, springt Papa aus den Federn. Ich lege mich zum Großen und fange an zu grübeln. Ob ich je wieder eine ruhige Nacht verbringen werde?

Erst um 5:39 Uhr werde ich wieder müde. Gerade als die Gedanken herrlich wirr werden, platzt Papa ins Zimmer und kramt nach Windeln. Julius hat die Buxe voll. Manche Dinge können nicht warten. Dazu zählen wunde Babypos und wache Kinder. Das Durchschlafen dagegen schon. □



**ANN-CHRISTIN
MEERMEIER**

Mama von Julius (1)
und Felix (6)



Immer an deiner Seite ...

... der weiche Bär für süße Träume.



NEU

Spieluhr
7,99 €

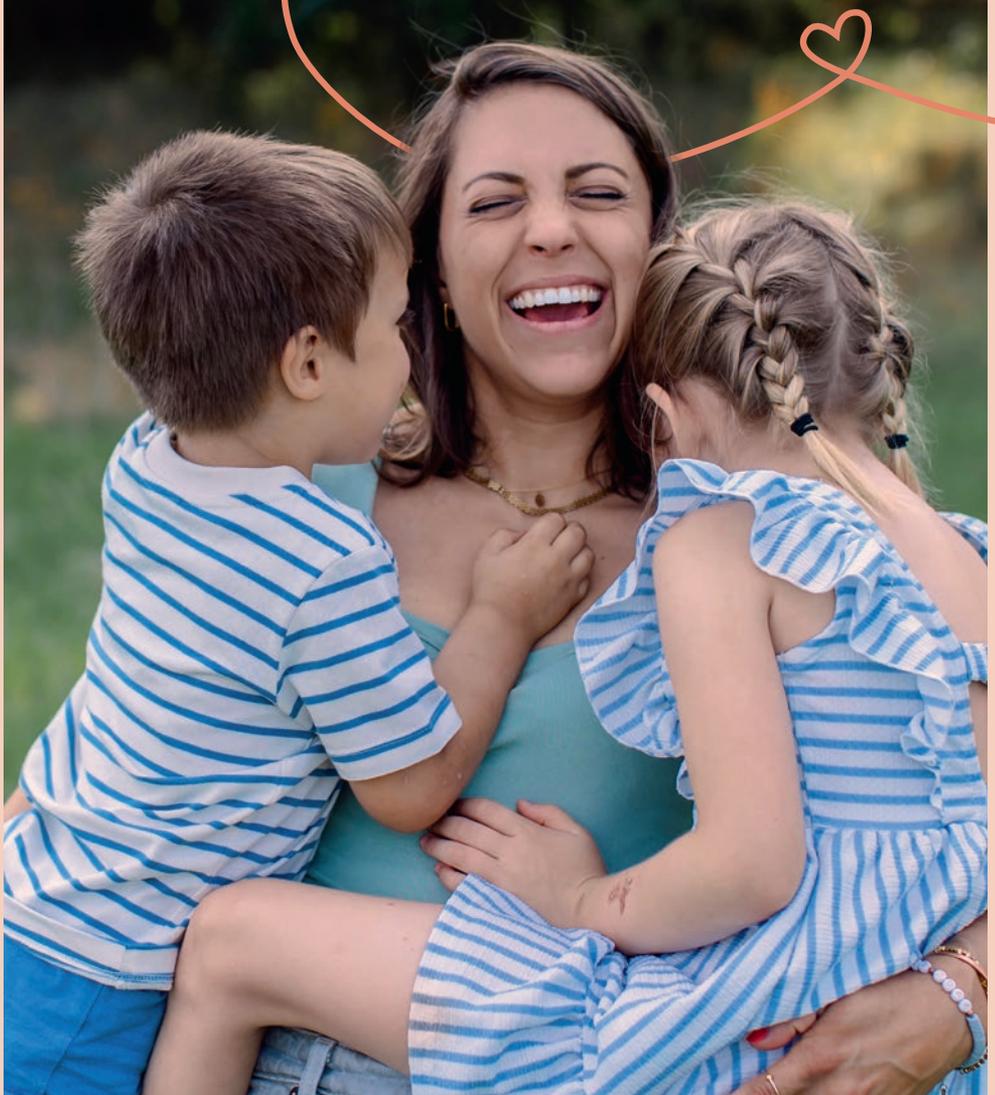


ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

EIN HAUFEN

Liebe

ALLTAG IN EINER
PATCHWORKFAMILIE



Zwei Eltern, vier Kinder – und ein kleines Wunder unterwegs. Das ist die Patchworkfamilie von Simi und Philipp – oder wie sie sagen: ein Haufen Liebe.

TEXT | Anika Schubert

Als Simi und Philipp sich kennenlernen, haben beide jeweils zwei Kinder im ähnlichen Alter. „Das hat uns irgendwie verbunden“, erinnert sich Simi. Nach einem Jahr entscheiden sie sich dazu, aus zwei getrennten Leben ein gemeinsames zu machen: „Wir wussten, dass es eine Herausforderung wird, aber dachten, es ist ein gutes Alter. Vor der Grundschule fällt es Kindern oft leichter, sich auf neue Konstellationen einzulassen.“ Also wagen sie das Abenteuer: Simi zieht mit ihren Kindern zu Philipp und seinen zwei Kindern, die zu ihren Bonuskinder werden.

Aus zwei mach eins

„Wir haben von Anfang an auf ein gemeinsames Familiensetting gesetzt. Uns war immer superwichtig, dass sich alle Kinder wohl, ge-

SIMIS PATCHWORK-TIPPS

Lasst euch auf die Kinder des anderen ein und begegnet ihnen positiv – auch wenn sie euch erst ablehnen • Beschäftigt euch mit kindgerechter Entwicklung und hinterfragt Verhaltensweisen • Macht euch klar: Ihr habt die Verantwortung, ihr leitet an und ihr gestaltet die Beziehung.

Fotos: Moments Fotodesign



PHILIPP (38)

SIMI (33)

„Wir Erwachsenen tragen die Verantwortung dafür, wie sich die Beziehung zu unseren Bonuskindern entwickelt. Patchwork funktioniert nur mit Liebe, Geduld und Respekt.“

borgen und angenommen fühlen. Die Trennungssituation und Mama und Papa nicht mehr an einem Ort zu haben, war schon schwer genug“, erzählt Simi. Das heißt auch: Phillips geregelte Abläufe treffen auf Simis etwas wilderen und freieren Lebensstil. Alle müssen sich jetzt ein bisschen anpassen – aber bringen auch ganz viel Neues mit. Davon profitieren am Ende alle: „Meine Tochter ist eher ein Wildfang, sehr impulsiv und laut. Sie bewundert es total, dass ihr Bonusgeschwisterchen gelassener und sozial reifer ist. Die beiden haben sich gegenseitig richtig gepusht“, sagt sie stolz.

Neue Rolle: Patchwork-Mama

Im Alltag kümmert sich Simi in der Rolle der Mama um alle Kinder. „Aber de facto gibt es natürlich noch eine leibliche Mutter, ➔



MUTTER UND MUTMACHERIN

so beschreibt sich Simi selbst auf ihrem Instagram-Account [@simi.mit.kindern](#). Ihre Kinder zeigt sie dort nicht – und auch Alter und Namen bleiben zum Schutz der Kinder und aus Respekt den leiblichen Eltern gegenüber privat.

„Wenn die Kinder sich gegenseitig vermissen, zusammen kuscheln oder sagen, dass sie mich lieb haben, dann weiß ich: Wir haben etwas richtig gemacht.“

die das letzte Wort hat“, erklärt sie. Das bringt noch mal eine ganz eigene Dynamik in den Familienalltag: „Bei meinen eigenen Kindern habe ich keine Hemmungen, klare Grenzen zu ziehen. Bei meinen Bonuskindern ist das anders. Ich möchte für sie ein sicherer Hafen sein, aber ihnen nicht das Gefühl geben, dass ich ihre Mutter ersetzen will“, erklärt sie. Stattdessen sieht sie sich als eine Art „coole Tante“, eine enge Bezugsperson, die tröstet und immer da ist. „Es ist eine schöne, aber auch herausfordernde Rolle. Ich liebe meine Bonuskinder, aber es ist ein anderes Gefühl als zu den eigenen.“ Und doch gibt es Momente, in denen sie spürt, wie sehr sie schon Teil ihres Lebens geworden sind: „Wenn

mein kleines Bonuskind abends fragt, ob ich ihm noch eine Gutenachtgeschichte vorlese, dann weiß ich, dass wir angekommen sind.“

Ein Baby für alle

Nun steht bald die nächste große Veränderung in der Familie bevor: Simi ist schwanger – zum dritten Mal, aber zum ersten Mal mit Philipp. „Natürlich ist das etwas ganz Besonderes, weil dieses Kind das erste gemeinsame sein wird“, sagt sie nachdenklich. Ihr schwirren viele Gedanken durch den Kopf: „Wie wird es für die anderen Kinder sein, wenn ständig ein Baby da ist? Ist es unfair, dass es in einer intakten Familie aufwächst, während sie zwischen zwei Elternhäusern pendeln?“ Dennoch überwiegt die Freude. „Unsere Kinder haben sich total gefreut, als sie es erfahren haben. Sie waren sogar schon beim Ultraschall dabei – alle vier!“, erzählt Simi lächelnd. □



Mehr über Patchworkfamilien im

Podcast: [rossmann.de/
babywelt-
podcast#96](https://www.rossmann.de/babywelt-podcast#96)

FOTOWELT 

Unser ROSSMANN Fotobuch



Schöne
Momente
festhalten!



Auch in
Premium-
Matt

online auf

rossmann-fotowelt.de

 **ROSSMANN**
Mein Drogeriemarkt

ENTDECKT DAS
BASTEL
SORTIMENT
BEI ROSSMANN*

JETZT BASTELN

TORIK

PASTA-FÄDELSPIEL



25 MIN



SCHWIERIGKEITS-
STUFE: LEICHT

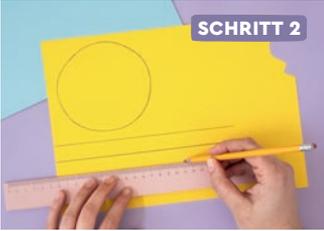


Dafür braucht Ihr: Pappe, buntes Papier, Schere, Kleber (z. B. Alleskleber von Schreibwelt*), Bleistift, röhrenartige Nudeln (z. B. Dinkel Penne von enerBiO), Schnur, Holzperle mit Loch

IDEEN



SCHRITT 1



SCHRITT 2



SCHRITT 3



SCHRITT 4

FEINSCHLIFF

Verziert das Bild am Ende mit weiteren liebevollen Details wie einem Gesicht o. Ä. Statt Nudeln könnt ihr für die Strahlen auch Papp- oder Plastikröhrchen verwenden.



Schritt für SCHRITT



Weitere Basteltipps gibt's auf unserem Instagram-Kanal: [@rossmann_babywelt](https://www.instagram.com/rossmann_babywelt)

Schritt 1: Klebt hinter die farbige Grundfläche eine gleich große Pappe, damit das Fädelspiel schön stabil ist.

Schritt 2: Nehmt euch ein andersfarbiges Papier zur Hand und zeichnet eure gewünschte Figur vor. Schneidet die benötigten Elemente aus und klebt

dann eure Figur mit Klebstoff auf die Spielgrundfläche auf.

Schritt 3: Befestigt nun mehrere röhrenartige Nudeln auf dem Bild, durch die später der Faden gezogen werden soll. Um die einzelnen Nudeln sollte ausreichend Platz sein, damit sie gut zu erreichen sind.

Schritt 4: Zieht das Ende der Schnur durch eine Holzperle und knotet sie daran fest. Klebt die Perle mit auf das Bild. So rutscht der Faden nicht weg.

TIPP

Ist der Anfang der Schnur zu labil zum Durchfädeln, gebt etwas Kleber auf die ersten Zentimeter und lasst ihn trocknen. So wird die Schnur schön fest und lässt sich gut durch die Nudeln stecken.

* Artikel nur in ROSSMANN-Filialen mit Schreibwarensortiment erhältlich.
Eure nächste Filiale mit Schreibwarensortiment findet ihr auf:
[rossmann.de/filialfinder](https://www.rossmann.de/filialfinder)

MINIJU

6,99€

Stapelfiguren
4er Set



KLEINE MONSTER, GROßER SPAß!

ROSSMANNs Spielwarenmarke

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt



Entdecke jetzt
alle Spielwaren
von Miniju.



„Zur Suppe passen auch die enerBiO Dinkel Ravioli Steinpilz Kräuter.“

Lara Sophie Okroy,
Brand Communication
bei ROSSMANN

MAMMA MIA!

Ist das lecker

Schon urlaubsreif? Mit diesen Gerichten holt ihr euch den Geschmack Italiens nach Hause. Tomaten, Pasta und Erdbeeren zaubern Groß und Klein ein Lächeln ins Gesicht.



Erfolgreich nachgemacht? Zeigt es uns auf Instagram mit dem Hashtag **#meinBiO**
Weitere Rezepte: **@rossmann_babywelt**

süße PASTA auf Seite 27

FAMILIENKÜCHE

KOCHLÖFFEL
von **flink & sauber.**
Aus stabilem Olivenholz,
schon beschichtete
Töpfe und Pfannen
(Farbe kann variieren).

CREMIGE TOMATENSUPPE MIT TORTELLINI auf Seite 28

FOTOS | Mona Binner

REZEPTE & FOODSTYLING | Julia Luck

PRODUKTION | Katrina Rundic

Tomatenwaffeln MIT BASILIKUM-DIP

ZUTATEN: 80 g enerBio Getrocknete Tomaten in Öl, 2 EL enerBio Tomatenmark, 250 g enerBio Dinkelmehl Type 630, 1 TL enerBio Backpulver, 150 ml enerBio Tomatensaft, enerBio Schwarzer Pfeffer, 1 TL enerBio Italienische Kräuter, ½ Glas enerBio Pesto Basilico, 125 g weiche Butter, Salz, 3 Eier, 150 g Frischkäse, frische Basilikumblätter

ZUBEREITUNG: 1. Getrocknete Tomaten etwas abtropfen lassen und sehr fein hacken. Butter mit einer Prise Salz schaumig aufschlagen, dann nach und nach die Eier zugeben. 2. Tomatenmark unterrühren. Mehl und Backpulver mischen, abwechselnd mit dem Tomatensaft unterrühren. Den Teig mit Pfeffer und italienischen Kräutern würzen, zum Schluss die gehackten Tomaten unterheben. 3. Waffeleisen leicht fetten und den Teig portionsweise darin ausbacken. Für den Dip Pesto mit Frischkäse und frischen Basilikumblättern pürieren. Abschmecken und zu den Waffeln servieren.



CA. 6 WAFFELN



40 MIN.

AUFLAUFFORM von flink & sauber.

Mit keramischer Beschichtung für leichtes Entnehmen und einfaches Reinigen.

Herzhaftes ZUCCHINI-LASAGNE

ZUTATEN: 1½ EL enerBiO Gemüsebrühe, 2 Pck. enerBiO Veggie Hack oder enerBiO Sonnenblumen Hack, 2 EL enerBiO Bratöl Olive, 2 EL enerBiO Tomatenmark, 1 Glas enerBiO Tomatensauce für Kinder, 1 Dose enerBiO Tomatenstücke, enerBiO Schwarzer Pfeffer, enerBiO Italienische Kräuter, 2 EL enerBiO Dinkelmehl Type 630, 250 ml enerBiO Haltbare Landmilch 3,5 % Fett, 2-3 EL enerBiO Hefeflocken, 6 mittelgroße Zucchini, Salz, 30 g Butter, 50 g Reibekäse

ZUBEREITUNG: 1. Zucchini längs in dünne Scheiben hobeln, gründlich salzen und auf einem Teller ruhen lassen.

2. Gemüsebrühe in 800 ml heißem Wasser auflösen, 550 ml zum Veggie Hack geben und dieses nach Packungsanleitung

einweichen. Dann in ein Sieb abgießen, gut ausdrücken und in einer Pfanne mit Bratöl leicht knusprig anbraten. Tomatenmark zugeben und kurz anbraten, dann Tomatensauce und -stücke hinzufügen und alles mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen.

3. Butter in einem Topf schmelzen, Mehl zufügen und etwas anrösten, dann nach und nach unter ständigem Rühren mit Milch und restlicher Gemüsebrühe aufgießen, zum Schluss die Bechamel noch einmal aufkochen lassen und mit Hefeflocken und Pfeffer abschmecken.

4. Zucchinis Scheiben abwaschen und gründlich mit Küchenpapier trocken tupfen. In eine Auflaufform abwechselnd Zucchinis Scheiben, Veggie Bolognese und Bechamel schichten. Zum Schluss mit Käse bestreuen und im Ofen bei 200 Grad Ober-/Unterhitze ca. 30 Min. goldbraun überbacken.

 **4 PORTIONEN**  **70 MIN.**



In der enerBiO Tomatensauce für Kinder finden ausschließlich vor Ort geprüfte Tomaten aus der italienischen Region Emilia Romagna Platz.



Die enerBiO Dinkellocken sind ein feinnussiges Multitalent und passen gut in Saucen, Salate, Gemüse und sogar Süßspeisen.

Süße PASTA MIT ERDBEEREN

ZUTATEN: 1 l enerBiO Haltbare Landmilch 3,5 % Fett, 2 Pck. enerBiO Bourbon Vanillezucker, 1 TL enerBiO Ceylon Zimt, 500 g enerBiO Dinkellocken, 1 TL enerBiO Zitronensaft, 2 EL enerBiO Agavendicksaft, 25 g enerBiO Erdbeerscheiben gefriergetrocknet, Salz, 300 g frische Erdbeeren, 4 Stiele frische Minze

ZUBEREITUNG: 1. Milch mit einem Päckchen Vanillezucker, Zimt und einer Prise Salz in einem großen Topf aufkochen. Die Dinkelnudeln zugeben und bei mittlerer Hitze in der Milch garen, bis sie alle Flüssigkeit aufgesogen haben.
2. Frische Erdbeeren waschen, putzen, 100 g würfeln und beiseite stellen, den Rest mit Zitronensaft, Agavendicksaft und übrigem Vanillezucker pürieren. Die gewürfelten Erdbeeren untermischen.
3. Die süßen Nudeln mit Erdbeersauce anrichten und mit zerbröselten gefriergetrockneten Erdbeeren und etwas Minze garnieren.



4 PORTIONEN



30 MIN.

SERVIERLÖFFEL NYLON
von flink & sauber.

Hitzebeständig aus hochwertigem Kunststoff.



Cremige TOMATEN- PAPRIKASUPPE MIT TORTELLINI

ZUTATEN: 1 Pck. enerBio Tortellini Gemüse, 2–3 EL enerBio Bratöl Olive, 1 Pck. enerBio Tomatensaft, 1 Dose enerBio Tomatenstücke, 1 Pck. enerBio Hafer Cuisine, enerBio Schwarzer Pfeffer, enerBio Italienische Kräuter, 2 TL enerBio Agavendicksaft, Salz, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 2 rote Paprika, frischer Basilikum

ZUBEREITUNG: 1. Tortellini nach Packungsanweisung in leicht gesalzenem Wasser garen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Paprika waschen, putzen und würfeln. In einem Topf das Öl erhitzen, das Gemüse darin andünsten, mit Tomatensaft und Tomatenstücken auffüllen und 15 Min. köcheln lassen. 2. Einen Teil der Paprikastücke aus der Suppe nehmen und beiseite stellen. Hafer Cuisine unterrühren und alles mit einem Stabmixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer, italienischen Kräutern und Agavendicksaft abschmecken. 3. Tortellini und übrige Paprikastücke in der Suppe erwärmen und mit Basilikumblättern servieren.

4 PORTIONEN 40 MIN.

- 1. TOMATENSaft von enerBio.** Schonend gepresst aus sonnen gereiften Tomaten in Naturland-Qualität.
- 2. BRATÖL OLIVE von enerBio.** Bestens geeignet zum Braten, Backen und Frittieren.
- 3. TORTELLINI GEMÜSE von enerBio.** Die Bio-Teigtaschen sind mit köstlichem Gemüse gefüllt und im Nu in kochendem Wasser zubereitet.



DE-ÖKO-007



AT-BIO-301



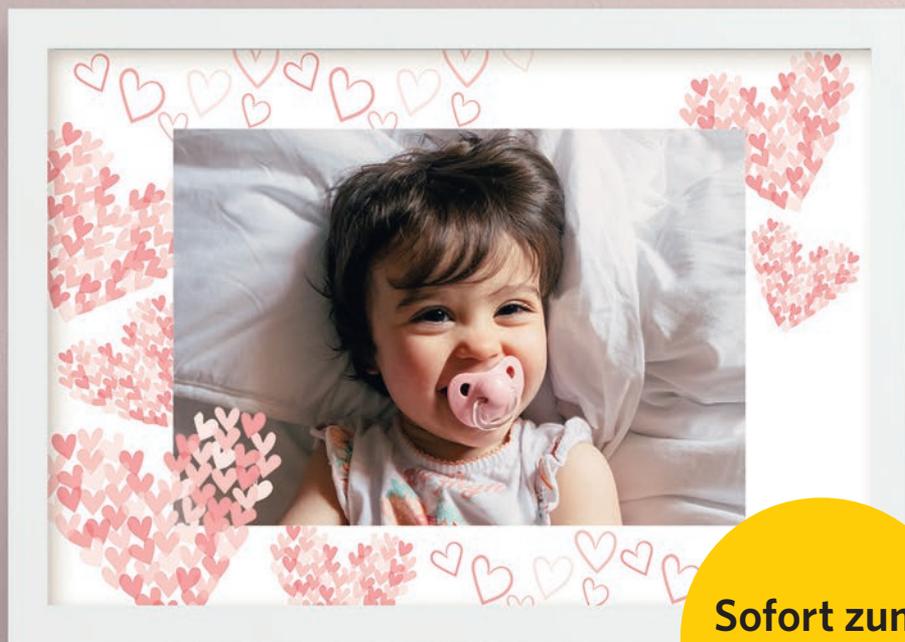
DE-ÖKO-001

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen. Die nächstgelegene Filiale finden Sie unter rossmann.de/filialfinder.

Kodak Moments

Macht aus Momenten Erinnerungen.

Dein kleiner Liebling in ganz groß! Drucke dein schönstes Foto in **20×20 cm** oder **20×30 cm** mit hochwertigem Schmuckrahmen – sofort zum Mitnehmen an der **Kodak Moments** Fotostation bei ROSSMANN.



**Sofort zum
Mitnehmen**



Lieblinge IM REGAL

Von Eltern für
Eltern entdeckt.
Kaufen, lieben,
weetersagen.

**MILUMIL 2
FOLGEMILCH *
(800 g) von Milupa.**

Ein passender
Begleiter zur Beikost
nach dem 6. Monat
mit allem drin,
was reingehört.



DE-ÖKO-005

**BIO FOLGEMILCH * 2
(800 g) von Aptamil.**

Bio-Folgemilch mit
GOS/FOS-Ballast-
stoffmischung sowie
Vitamin C und D1**
zur Unterstützung
des Immunsystems.

**KIDS BADEÜBERRASCHUNG
SAVANNEN ABENTEUER
(1 Stück) von
teteSept KIDS.**



Badeüberraschung
mit hautpflegender
Rezeptur und einer
Sammeltierfigur.
Ab 3 Jahren.



**WASCHGEL &
SHAMPOO EXTRA
SENSITIV NACH-
FÜLLBEUTEL
(500 ml) von
Babydream.**

Reinigt Haut und
Haare besonders
sanft und gründlich.

**PERIODENSLIPS
(1 Stück) von**

o.b. Mit saugstar-
kem Kern schützt
der Slip bis zu
zwölf Stunden vor
Auslaufen. Für ein
trockenes Gefühl.



**HAAR- UND KOPFHAUT-TONIKUM
(150 ml) von ISANA Professional.**

Stimuliert die Haarpapillenzellen und
unterstützt das natürliche Haarwachstum.



**PURE WASCHCREME
(150 ml) von ISANA.**

Reinigt die Haut besonders
sanft und gründlich. Mit
Panthenol und Vitamin E.

* Stillen ist die beste Ernährung für euer Baby. Sprecht mit eurer Hebamme, eurer Kinderärztin oder eurem Kinderarzt, wenn ihr eine Säuglingsnahrung verwenden möchtet.

** Gesetzlich für Folgenahrung vorgeschrieben.



EMILS ABENTEUER

Alle lieben Emil! Entdeckt die neuesten Babydream-Produkte mit unserem Maskottchen in einer limitierten Edition.



1. Mit dem **3 IN 1 TRINK- & SNACKBECHER** sind Getränke und Snacks schnell griffbereit. **2.** Die **EDELSTAHL-WARMHALTEBOX (350 ml)** hat einen doppelwandigen Isolierkörper, der Nahrung sechs Stunden bis zu 50 Grad warm hält. **3.** Die **EDELSTAHL-ISOLIERFLASCHE (500 ml)** lässt sich dank praktischer Klickfunktion mit einer Hand öffnen. **4.** Das **EDELSTAHL-BESTECK** fördert das selbstständige Essen. Ideal für Kinderhände. **5.** Das **KUSCHELTIER EMIL** ist ein fröhlicher Begleiter zum Spielen und Liebhaben. **6.** Das **BADE-SPIELZEUG-NETZ** bringt Dank vieler Taschen ruck, zuck Ordnung ins Bad. **7.** Der **SONNENSCHUTZ** fürs Auto schützt zuverlässig vor Sonnenstrahlung. **8.** Der **BADE-PONCHO** aus kuschelig-weichem Baumwollfrottee bietet Bewegungsfreiheit.

„Bio ist mir
wichtig,
Wissenschaft
auch.“



DE-ÖKO-005

APTAMIL BIO 2

Unsere Aptamil Bio 2 Folgemilch vereint 50 Jahre Muttermilchforschung mit ausgewählten Bio-Zutaten. Sie enthält die besondere Ballaststoffmischung GOS/FOS sowie die Vitamine C und D¹ zur Unterstützung des Immunsystems. Damit ihr euch nicht mehr zwischen Bio und Wissenschaft entscheiden müsst.

Euer Leben. Unsere Wissenschaft.

Wichtiger Hinweis: Stillen ist das Beste für dein Baby. Sprich mit deiner Hebamme oder deinem Kinderarzt, wenn du eine Säuglingsnahrung verwenden möchtest.
*Gesetzlich für Folgenahrung vorgeschrieben.



KINDER, KOMMT ESSEN,
**Frühstück
ist fertig!**

TEXT | Nele Bruns

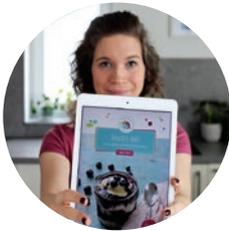
Oft ist das Frühstück die erste „echte“ Mahlzeit für euer Baby nach der Milch- und Breizeit. Entdeckt hier leckere und gesunde Ideen, was reinkommt ins Müsli und raufkommt aufs Brot.

Für einen guten Start in den Tag

Die Basis eines gesunden Frühstücks: komplexe Kohlenhydrate, die in Vollkornbrot oder Getreideflocken (Müsli) enthalten sind. Mit auf den Teller sollte auch immer etwas Eiweißhaltiges wie Käse, Nüsse (zum Beispiel als Mus), Milch, Joghurt oder Ei. Dazu eine Portion Obst oder Gemüse und ein Getränk wie ein Glas Wasser oder milder Tee anbieten.



„Ich liebe Overnight Oats – sie sind schnell gemacht und morgens direkt bereit. Perfekt für einen entspannten Start. Weitere Tipps gibt's in meinem eBook: Frühstück, Baby!“



NATALIE WIESE

ist Ernährungsberaterin. Rezepte, Ideen und eBooks gibt es hier: babybrei-selber-machen.de

REZEPT-TIPP *

OVERNIGHT OATS

ZUTATEN (3 PORTIONEN):

- 12 gehäufte EL (ca. 120 g) feine Getreideflocken, (z. B. Hafer- oder Dinkelflocken Feinblatt von enerBiO)
- 375 ml Milch (z. B. Haltbare Landmilch oder Haferdrink Natur von enerBiO)
- optional: Trockenfrüchte und gemahlene Nüsse

ZUBEREITUNG:

1. Die Getreideflocken mit der Milch bzw. dem Pflanzendrink in eine Schüssel geben. Zutaten wie Trockenfrüchte oder gemahlene Nüsse dazugeben.
2. Abdecken und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

↘ NACH WUNSCH VERFEINERN!

VARIATION: BIRCHER-MÜSLI-ART

ZUTATEN:

- 1 großer Apfel, gerieben
- 3 EL gemahlene Mandeln
- 3 EL Rosinen (z. B. von enerBiO) • 3 EL Mandel- oder Erdnussmus (z. B. von enerBiO)

ZUBEREITUNG:

Overnight Oats (siehe oben) mit den Zutaten links vermischen. Diese können am Vorabend mit zu den Getreideflocken gegeben werden und über Nacht aufquellen.



* von babybrei-selber-machen.de



KERNIGER GENUSS

- BIO FRÜHSTÜCKSRINGE (120 g) von HiPP.** Knusprig-bunter Frühstücksspaß zum Start in einen erlebnisreichen Tag.
- BIO BABY-MÜSЛИ (200 g) von Babydream.** Das ideale Frühstück mit Getreide und Früchten. Ab 8 Monaten.
- GUTEN MORGEN FRÜCHTE-JOGHURT-MÜESLI (160 g) von HiPP.** Enthält milde Früchte, Vollwertgetreide und babygerechten Joghurt.
- BIO BIRCHER MÜSЛИ MIT FRÜCHTEN (190 g) von Babydream.** Aus ausgewählten Bio-Früchten und Bio-Getreide. Ohne Zucker.
- BIO 3-KORN GETREIDEBREI (250 g) von Babydream.** Aus 100 Prozent Bio-Vollkorngetreide. Ab dem 6. Monat.

MILCH- AB WANN?

Kuhmilch im ersten Lebensjahr – Ja oder Nein? 200 ml am Tag sind okay, aber nicht pur, sondern als Zutat im Milch-Getreide-Brei. Zusätzlich zur Mutter- oder Flaschenmilch reicht diese Menge für die Kalziumversorgung. Zum Trinken sollte Kuhmilch erst gegen Ende des ersten Lebensjahres in den Becher – am besten im Rahmen einer Brotmahlzeit.



Alete bewusst

Snacks für Kinder?

Ja, aber natürlich!



NL-BIO-01

BE-BIO-01

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rosmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.



KÖSTLICHE GRUNDLAGE

1. 4-KORNBROT (500 g) von enerBio. Aus regionalem Roggen, hochwertigem Hafer, geschmackvoller Gerste und Weizen. In Bioland-Qualität. **2. KNUSPERBROT REIS UND BUCHWEIZEN (160 g) von enerBio.** Zwei glutenfreie Mehle zu einem luftig-krossen Brot vereint. **3. DINKEL ZWIEBACK (200 g) von enerBio.** Ausgewogener Knabberspaß mit Dinkelmehl und Dinkelvollkornschrot. In Bioland-Qualität.

Stullenliebe

Eure erste Wahl für die Brotmahlzeit: fein gemahlenes Vollkornbrot. Das ist gesund, nährstoffreich und lässt sich gut kauen.

AUFS BROT



So kommt Abwechslung auf die Stulle:

- Butter
- Frischkäse
- zerdrückte reife Avocado
- Nussmus
- pflanzliche Aufstriche, z. B. aus Linsen, oder Hummus
- milder Kräuterquark
- zerdrücktes frisches Obst
- milder Käse, z. B. Gouda oder Butterkäse
- salzarme Wurst
- Babys sollten im ersten Lebensjahr keinen Honig essen!

REZEPT-TIPP *

DINKELBROT MIT APFEL UND KAROTTE

ZUTATEN (FÜR EIN BROT):

- 200 g Dinkel Vollkornmehl (z. B. von enerBio)
- 100 g Dinkelmehl Type 630 (z. B. von enerBio)
- 2 EL geschrotete Leinsamen (z. B. von enerBio)
- 4 + 1 EL feine Haferflocken (z. B. von enerBio)
- 5 g Trockenhefe
- 200 – 225 ml Wasser
- ca. 50 – 70 g geriebene Karotte und geriebener Apfel (geschält)
- optional: ½ TL Salz

ZUBEREITUNG:

1. Mit einer Küchenmaschine Dinkel- und Dinkelvollkornmehl, Leinsamen, 4 EL Haferflocken, Hefe und ggf. Salz vermischen und mit Wasser verkneten. Den Teig 3 bis 4 Minuten kneten.
2. Geriebenen Apfel und Karotte unterkneten.
3. Der Teig sollte sich gut vom Schüsselrand lösen: Ist er zu weich und klebt, etwas mehr Mehl dazugeben. Ist er zu trocken, etwas mehr Wasser hinzufügen.

4. Den Teig zudecken und an einem warmen Ort (z. B. im Backofen bei etwa 30 Grad) etwa 30 Minuten gehen lassen.
5. Kastenform einfetten und 1 EL Haferflocken auf den Boden der Form gleichmäßig streuen. Den Teig in der Form verteilen und an einem warmen Ort noch einmal 20 bis 30 Minuten gehen lassen.
6. Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen und das Brot auf der zweiten Schiene von unten etwa 30 Minuten backen lassen.
7. Etwas abkühlen lassen und aus der Form stürzen.

* von babybrei-selber-machen.de

ERKUNDET EURE HERZENREGION IN DEUTSCHLAND



Markenbotschafter
Miriam & Felix Neureuther



Zu jedem Milupa
Einkauf ab 10 €*²

BABY1ONE

**10 €
Gutschein**

Mehr Infos :



Gemeinsam im eigenen Tempo

Wichtiger Hinweis: Stillen ist das Beste für dein Baby. Sprich mit deiner Hebamme oder deinem Kinderarzt, wenn du eine Säuglingsnahrung verwenden möchtest.

*Ausgenommen Anfangsnahrung. Aktionszeitraum: 12.05.–06.07.2025.

1. Veranstalter des Sammel-Gewinnspiels sind die Dirk Rossmann GmbH, Isernhägener Straße 16, 30938 Burgwedel und die Fa. Danone Deutschland GmbH, Am Hauptbahnhof 18, 60329 Frankfurt am Main. Die Teilnahme ist vom 12.05.2025 bis zum 06.07.2025 ab 18 Jahren möglich. Voraussetzung für die Teilnahme sind der Download der ROSSMANN-App und die vollständige Registrierung in der App sowie die Bestätigung der Gewinnspielteilnahme unter „Aktionen & Gewinne“ in der App. Weiterhin sind der Einkauf von Produkten der Marke Milupa im Wert von 10 € – Anfangsnahrung ausgeschlossen – in einer Filiale oder im Onlineshop der Dirk Rossmann GmbH und bei Einkauf in der Filiale das Scannenlassen des QR-Codes in der App beim Kauf an der Kasse erforderlich, um die Chance auf einen Urlaub im Familotel sowie den garantierten 10 € Gutschein für BabyOne zu erhalten. Eine Barauszahlung kann nicht erfolgen; der Gewinn ist nicht übertragbar. Die vollständigen, zustimmungsbedürftigen Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen finden Sie unter rossmann.de/app oder unter „Aktionen & Gewinne“ in der ROSSMANN-App.

Wie mit den eigenen Kindern: Beim Shooting hatten Miriam und Felix mit ihren Drehkindern sichtlich Spaß gehabt.

WIR PACKEN UNSERE *(Strand)* TASCHE ...



Gesunde Sommerbräune, glatte Haut und erfrischender Badespaß: Mit diesen Tipps und Produkten wird's ein toller Sommer für die ganze Familie. Also Strandtasche auf, Sommer-Essentials rein – und los geht's!

TEXT | Anika Schubert

HAUTPFLEGE FÜR DEN SOMMER-GLOW

Bevor es in die Sonne geht, freut sich eure Haut über eine kleine, aber feine Pflegeroutine: Ein sanftes Peeling entfernt abgestorbene Hautschüppchen und sorgt für glatte, strahlende Sommerhaut – perfekt für heiße Tage in leichten Sommerkleidern und Bikinis. Nicht vergessen: Direkt nach dem Peelen ist eure Haut noch empfindlich und braucht eine kleine Sonnenbad-Pause. Auch die Rasur sollte am besten am Vorabend erfolgen, damit sich eure Haut über Nacht beruhigen kann. Eine Feuchtigkeit spendende Lotion und eine Fußmaske sorgen für den Extraschutz – besonders nach einem langen Tag am Strand, wenn Sonne, Wind und Salzwasser die Haut beansprucht haben. Wer schon mit einer gesunden Bräune in den Sommer starten möchte, kann mit einem leichten Selbstbräuner nachhelfen.



1. SONNENFLUID SCHUTZ & BRÄUNE LSF 30 (50 ml) von Sunozon. Schützt und fördert eine natürliche Bräune. **2. SELBSTBRÄUNUNGS-GESICHTSSPRAY (150 ml) von Sunozon.** Verleiht einen gleichmäßigen, natürlichen Teint. **3. CAMO LIQUID BRONZER & CONTOUR 2 FAIR/LIGHT (4 ml)** von e.l.f. Cosmetics.**

Hochpigmentierter, flüssiger Bronzer- und Contour-Hybrid für einen definierten, sonnengeküssten Look.

4. BIO HAUTÖL (100 ml) von Kneipp. Strafft und glättet die Haut. Mit 100 % natürlichen Ölen.

5. SALZ-ÖL-PEELING TOTES MEER SALZ (300 ml) von ISANA. Mit Macadamiaöl und Kokosextrakt. Für ein frisches Hautgefühl.

6. FUSSMASKE (1 Paar) von FUSSWOHL. Intensive Pflege für weiche und geschmeidige Füße.

7. KOKOS PEELINGSCHWAMM (1 Stück) von FOR YOUR Beauty. Sanfter und natürlicher Peelingeffekt.

8. LADY RASIERER PERFECT SHAPE (1 Stück) von ISANA. Für eine sanfte Rasur mit schäumendem Kissen.



*Beim Aufenthalt in der Sonne unbedingt geeignetes Sonnenschutzmittel verwenden. Enthält keinen Lichtschutzfilter. Schützt nicht vor Sonnenbrand.

** Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen. Die nächstgelegene Filiale findet ihr unter rossmann.de/filialfinder.



1. KIDS SONNENSPRAY ANTI-SAND LSF 50 (200 ml) von Sunozon. Schützt die Haut sofort, ohne zu fetten. **2. BABIES & KIDS SENSITIV SCHUTZ TRIGGER SPRAY FAMILIENGRÖSSE 50+ (270 ml) von NIVEA.** Extra wasserfester sofortiger Schutz vor UVA- und UVB-Strahlen. Für Babys und Kinder. **3. SONNENSPRAY LSF 50+ (200 ml) von Babydream.** Speziell für empfindliche Baby- und Kinderhaut. **4. SENSITIV SONNENLOTION LSF 50+ (100 ml) von Bübchen.** Leicht auf der Haut zu verteilen für sofortigen UV-Schutz. Wasserfest. **5. CLASSIC SONNENCREME LSF 50+ (100 ml) von Sunozon.** Schützt zuverlässig vor UVA- und UVB-Strahlen und spendet der Haut 24 Stunden Feuchtigkeit. **6. SONNENCREME LSF 50 (50 ml) von Alterra Naturkosmetik.** Natürlicher, mineralischer Sonnenschutz für empfindliche Haut.

SONNENSCHUTZ FÜR KLEIN & GROSS

Babys und Kinder haben besonders empfindliche Haut. Sie ist noch viel dünner als die von Erwachsenen und kann UV-Strahlen noch nicht so gut abwehren. Darum gilt: Eincremen und Schatten suchen! Eine Sonnencreme mit LSF 50+ bewahrt, regelmäßig nachgcremt, vor Sonnenbrand und Hautschäden, besonders nach dem Planschen oder wenn viel geschwitzt wird. Auch UV-Schutzkleidung, ein leichter Sonnenhut mit Nackenschutz und eine Sonnenbrille sind unverzichtbare Begleiter, um die Kleinen bestmöglich zu schützen. Ein schattiges Plätzchen unter einem Sonnensegel oder einer Strandmuschel bietet zusätzliche Sicherheit. Und auch der erwachsenen Haut schadet regelmäßiges Eincremen und ein Schattenplätzchen nicht – ganz im Gegenteil.

CHECKLISTE

- Sonnencreme LSF 50+, UV-Kleidung, Sonnenhut mit Nackenschutz, Sonnenbrille, Sonnensegel für Kinderwagen
- Schwimmwindeln, Badeanzug oder -hose, schnell trocknende Handtücher
- Strandmuschel, Picknickdecke, Sandspielzeug, Kühlbox mit Snacks und Getränken



WASSERSPASS NONSTOP

Damit auch die Kleinsten unbeschwert strampeln, spritzen und erste Schwimmbewegungen ausprobieren können, sollten Schwimmwindeln in der Strand- oder Pooltasche nicht fehlen. Sie verhindern kleine Missgeschicke im Wasser und sorgen dafür, dass die Kleinen sich rundum wohlfühlen. Nach dem Schwimmen halten ein kuscheliger Badeponcho oder ein weiches Kapuzenhandtuch warm und schützen vor kühlem Wind. Was für den ultimativen Wasserspaß außerdem nicht fehlen darf? Bunte Wasserspielzeuge und ein aufblasbares Planschbecken für den eigenen Garten oder Balkon.



- 1. STAPELBECHER (1 Set) von Babydream.** Für kreativen Spielspaß im Wasser oder Sand.
- 2. BADETIERE (1 Set) von Babydream.** Lustige Begleiter für spritzige BADEABENTEUER.
- 3. SCHWIMM-PANTS (12 Stück) von Babydream.** Schützen zuverlässig beim Planschen und sitzen wie eine Badehose.
- 4. KAPUZENHANDTUCH (1 Stück) von Babydream.** Kuschelig weich, wärmt nach dem Baden. In verschiedenen Designs erhältlich.
- 5. KINDER-PLANSCHBECKEN (1 Stück) von Ideenwelt.** Abkühlung an warmen Sommertagen.





HEUTE FÜR

SCHENKE DEINEM BABY SCHON HEUTE ALLES, WAS & SEINE ENTWICKLUNG BRAUCHEN

BEBA Folgemilch – jetzt neu mit einzigartigem 5 HMO-Komplex, hoch

* Laut Gesetz. ** Vitamin A, C & D unterstützen die normale Funktion des Immunsystems*.
Stillen ist die Beste Ernährung für dein Baby. BEBA 2 für Säuglinge nach dem 6. Monat, ab

DIE ZUKUNFT.

NEUE
REZEPTUR

VITAMINE,
CALCIUM &
DHA*

5
HMO®

HOCH-
WERTIGES
PROTEIN



BEBA. UNSER BESTES FÜR EUCH!

SEIN IMMUNSYSTEM

wertigem BEBA-Protein, wichtigen Vitaminen** und Calcium***.

*** Calcium unterstützt die normale Entwicklung der Knochen*.
Einführung einer angemessenen Beikost.

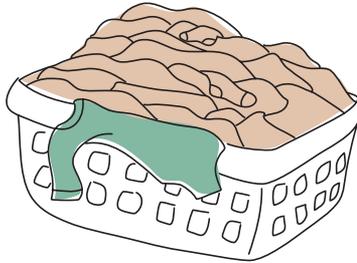
WASCHMITTEL

Mild, hypoallergen, parfümfrei und im besten Fall speziell für Babykleidung geeignet: So sollte das Waschmittel für die Babywäsche sein. Auf aggressive Chemikalien, Duftstoffe und auch Weichspüler besser verzichten. Sie können Rückstände hinterlassen, die die Haut reizen.

ERSTE WÄSCHE

Industriell hergestellte Babykleidung solltet ihr vor dem ersten Tragen immer waschen. So werden Rückstände von Chemikalien zur Imprägnierung oder Färbung entfernt. Bei Secondhandkleidung sind diese oft schon herausgewaschen.

Saubere Sache(n)



Mit einem Baby wachsen nicht nur die Herausforderungen an die Eltern, sondern auch Höhe und Anzahl der Wäscheberge. Tipps für eine babysanfte Textilreinigung.

FLECKEN RAUS

Milchflecken direkt mit kaltem Wasser auswaschen und mit etwas Gallseife vorbehandeln. Grasflecken mit dem Saft einer Zitrone, Essigessenz oder Gallseife behandeln. Direkte Sonne hilft dabei, Karottenflecken auszubleichen.

WOLLE LÜFTEN

Die Pflege von Wolle ist etwas aufwendiger als die von Baumwolle oder Kunstfasern. Wollkleidung muss allerdings auch seltener gewaschen werden. Dank der selbstreinigenden Wirkung von Wolle reicht es oft schon, wollige Kleidungsstücke zu lüften, etwa in der feuchten Nachtluft.



WASCHMITTEL (22 Wäschen) von Frosch baby.

Hohe Waschkraft, hypoallergen, ohne Farbstoffe und Konservierungsmittel.



GALLSEIFE (250 ml) von domol.

Zur gezielten und intensiven Wäsche-Vorbehandlung. Für eine fasertiefe, textilschonende Fleckentfernung.



VOLLWASCHMITTEL (16 Wäschen) von eco Freude und COLORWASCHMITTEL (20 Wäschen) von eco Freude.

Für fasertiefe Reinheit mit 99 Prozent natürlichen Inhaltsstoffen. Schon ab 20 °C Wassertemperatur.





Immer an deiner Seite ...

... mit 99 % Wasser und 0 % Parfüm.



IHR GEBT BABYS LIEBE UND GEBORGENHEIT.

WIR UNSER BESTES AUS NATUR UND WISSENSCHAFT.



LINDERT
BLÄHUNGEN UND
SÄUGLINGSKOLIKEN

PFLEGENDE UND
BERUHIGEND
BEIM ZAHNEN

SANFT UND
WOHLTUEND IN DER
ERKÄLTUNGSZEIT



* Anwendungsstudie an 30 Proband*innen an einem unabhängigen Testinstitut über 3 Tage; subjektiver Fragebogen, Zustimmung in %

tetesept:
BABY



DER BESTE SCHUTZ

Wenn ein Kind Neurodermitis hat, sind Geduld und liebevolle Pflege gefragt. Was betroffenen Kindern hilft und was ein gutes Krankheitsmanagement ausmacht, weiß Kinderhautarzt Dr. med. Andreas Weins.

INTERVIEW | Anika Schubert

Woran können Eltern Neurodermitis erkennen? Neurodermitis zeigt sich durch starken Juckreiz und trockene, entzündete Haut in Form von Ekzemen, die je nach Alter an unterschiedlichen Körperstellen auftreten. Bei Babys oft im Gesicht, bei Kindern in den Arm- und Kniebeugen. Die Haut ist empfindlich und reagiert auf Reize wie Kälte oder Stress. Die Erkrankung verläuft in Schüben und kann mit Allergien verbunden sein.

Was passiert dabei eigentlich genau mit der Haut? Unsere Haut stellt eine feste Außenmauer gegenüber der Umwelt dar. Bei einer Neurodermitis sind sozusagen die Mauerfugen weniger dicht. Die Folge sind ein vermehrter Wasserverlust und Durchlässigkeit für Umwelteinflüsse. Mit dieser Hautbarrierestörung verbunden ist eine erhöhte Entzündungsbereitschaft, die das Entzündungsfeuer in der Haut beständig neu anfacht. →

Schübe scheinen oft aus dem Nichts zu kommen. Was können die Auslöser sein?

Infekte, Wolle, Wärme, Nahrungsmittel oder Stress können Trigger für Neurodermitisschübe sein. Genetische Veranlagung, eine Hautbarrierestörung und Umweltfaktoren verstricken sich bei der Neurodermitis zu einem komplizierten Knoten. Weil es den einen Auslöser nicht gibt, braucht es immer den ganzheitlichen Ansatz: einen gesunden Rahmen, also Hautreinigung und -pflege, Bekleidung und Ernährung, sowie eine individuell angepasste Therapie.

Der Juckreiz ist ein Riesenproblem. Welche Tricks helfen, vom Kratzen abzuhalten?

Weil der Juckreiz zwingt zu kratzen, ist es mit einem „Hör auf!“ nicht getan. Kinder brauchen stattdessen Verständnis und Unterstützung, um die Spirale zu durchbrechen: mit Kratzalternativen wie Kühlen, Streicheln, Beklopfen oder Kneifen. Aber auch Ablenkung kann helfen: Vorlesen, Musik oder Entspannungsübungen.

Wann ist eine Behandlung mit Kortison sinnvoll?

Im akuten Schub, wenn die Haut entzündet ist, braucht es neben der Basistherapie wirkstoffhaltige Cremes als „Feuerlöscher“.



DR. MED. ANDREAS WEINS

ist Kinderhautarzt und Allergologe. Neben seiner Tätigkeit in der eigenen Praxis KIDZ SKIN ist er als Oberarzt an der Uniklinik Augsburg tätig.



BUCHTIPP: „Neurodermitis endlich im Griff“ von Dr. med. Andreas Weins. Südwest Verlag, 20 Euro.

Die gezielte Anwendung moderner, niedrig konzentrierter Kortisone ist auch bei Kindern unbedenklich. Dabei gilt immer: So viel Wirkstoff wie nötig, so wenig wie möglich.

Was können Eltern tun, um ihr Kind bestmöglich zu unterstützen?

Neurodermitis betrifft das ganze Kind. Haut und Gefühle sind eng verbunden, wie schon die Redensart „Sich nicht wohl in seiner Haut fühlen“ zeigt. Juckreiz, Schamgefühle oder Ausgrenzung beeinträchtigen das Wohlbefinden sehr. Umso wichtiger ist es, eine vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, damit sich das Kind verstanden fühlt und je nach Alter in die Therapie miteinbezogen werden kann.

Können Kinder mit Neurodermitis ganz normal toben, schwimmen oder Sport machen?

Zum Alltag vieler Kinder mit Neurodermitis gehört Verzicht – häufig aus der elterlichen Sorge vor einem neuen Schub. Schon kleine Maßnahmen können helfen, zum Beispiel atmungsaktive Kleidung, nach dem Sport kurz duschen, eine zusätzliche Pflege vor und nach dem Schwimmen. Gutes Krankheitsmanagement heißt: Gut leben mit und nicht für die Krankheit. □

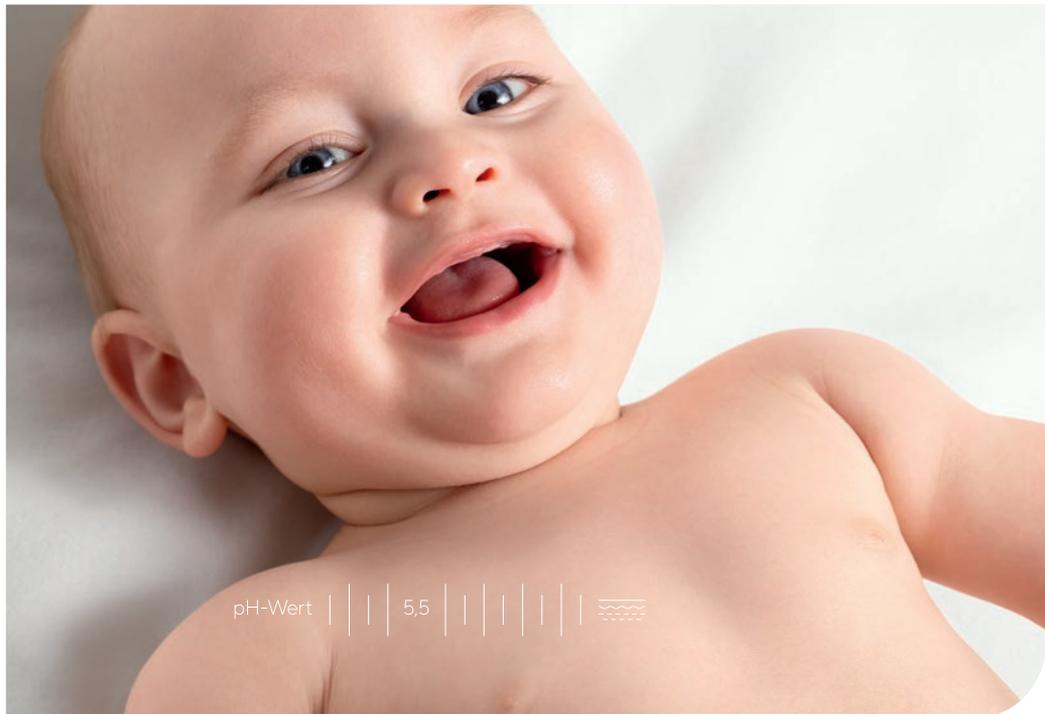
Foto: Rico Grund

SANFTE PFLEGE FÜR EMPFINDLICHE HAUT



- 1. MED INTENSIV PFLEGECREME (75 ml) von Babydream.** Reichhaltige Emulsion zur intensiven Pflege trockener Hautpartien.
- 2. WUNDSCHUTZ SENSITIV (75 ml) von HiPP Babysanft.** Reduziert leichte Rötungen und beruhigt irritierte Haut.
- 3. PFLEGE-CREME (75 ml) von HiPP Babysanft.** Sanfte Pflege für sensible, zu Neurodermitis neigende Haut. Mit Panthenol.
- 4. WEISSE MALVE WUNDSCHUTZCREME (50 ml) von Weleda Baby Derma.** Schützt die gereizte, sensible Haut im Windelbereich.
- 5. WEISSE MALVE PFLEGELOTION (200 ml) von Weleda Baby Derma.** Wirkt wohltuend, spendet Feuchtigkeit und kühlt.
- 6. ULTRA SENSITIV BAD & SHAMPOO (200 ml) von Penaten®.** Pflegt hochsensible, zu Neurodermitis neigende Babyhaut.





Gesunde Babyhaut von Anfang an.

MIT PANTHENOL UND DEM pH-WERT 5,5

WASCHLOTION HAUT & HAAR

milde Reinigung und Pflege

—

PFLEGECREME GESICHT & KÖRPER

für empfindliche Haut

—

PFLEGELOTION

feuchtigkeitsspendende Babypflege

Klinisch
pH-Wert
5,5
geprüft
seba med[®]

WISSENSCHAFT FÜR GESUNDE HAUT
SEIT 1967



STABILISIERT DAS
HAUTMIKROBIOM

MADE IN GERMANY

0% Mikroplastik · 0% Silikone

sebamed Produkte sind in über 400 Studien dermatologisch-klinisch getestet.

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.



**BLEIBT
DAS BABY
JETZT
FÜR IMMER?**





Mehr über
Geschwister
im Podcast:
[rossmann.de/
babywelt-
podcast#12](https://rossmann.de/babywelt-podcast#12)



Diese Frage fürchten viele Eltern, sobald das große Kind zum ersten Mal auf das kleine trifft. Sie zeigt: Die Geburt eines Geschwisterchens sollten Eltern gut begleiten – von Anfang an.

TEXT | Nele Bruns

Kaum einen Menschen in unserem Leben kennen wir so lang wie unsere Geschwister. Sie begleiten uns bei Entwicklungsschritten, sind Spielgefährten und Verbündete, manchmal auch Konkurrenten und oft Nervensägen. Schon Kinder lernen im Zusammenleben mit Geschwistern, wie verschieden Menschen sind. Einen Bruder oder eine Schwester (oder mehrere) zu haben, ist toll, aber keine Garantie für das Familienglück. Die intensive Beziehung ist oft eine Herausforderung, meistens aber eine riesengroße Bereicherung.

GIBT ES DEN IDEALEN ALTERSABSTAND ZWISCHEN GESCHWISTERN?

Hat man sich für ein Kind entschieden und ist es auf der Welt, kommt irgendwann – bei den einen früher, bei den anderen später, bei anderen gar nicht – die Frage nach einem weiteren Baby. Nur wann ist dafür der beste Zeitpunkt? Schnell nachlegen oder länger warten? Fest steht: Den perfekten Altersabstand zwischen zwei Kindern gibt es nicht, bzw. lässt er sich nicht auf eine allgemeine Formel reduzieren. Aber es gibt wissenschaftliche Studien, die einen vorteilhaften Abstand mit einem statistischen Durchschnitt beziffern. Der liegt bei ca. drei Jahren. Aber Eltern wissen selbst genau: Pläne sind gut, nur funktionieren sie selten. Es passt, wenn es passt. →



HAT DIE GEBURTEN-REIHENFOLGE DER GESCHWISTER EINEN EINFLUSS AUF DIE PERSÖNLICHKEIT?

Schon einmal vom Große-Schwester-Syndrom gehört? Damit ist die älteste Tochter gemeint, die besonders verantwortungsvoll und vernünftig ist und viele Aufgaben in der Familie übernimmt. Noch bekannter ist die Annahme, dass zuletzt geborene Kinder („Nesthäkchen“) eher verwöhnt und Mittelgeborene („Sandwichkinder“) kooperativ und selbstbewusst sind, aber auch oft Unruhe stiften. Über Zusammenhänge wie diese gibt es viele gefühlte Wahrheiten, aber nur wenige statistische Belege. Aktuell herrscht die Fachmeinung vor, dass die Reihenfolge der Geburt zwar Persönlichkeitsmerkmale von Kindern beeinflussen kann, aber nicht muss. Es ist im Familiengefüge nur ein Faktor von vielen.

WIE IST DER AKTUELLE STAND IN DER GESCHWISTER-FORSCHUNG?

Die Geschwisterbeziehung ist eine elementare Erfahrung für das ganze Leben. Sie prägt die Persönlichkeit und kann sogar den Grundstein für unser gesellschaftliches Handeln legen. Obwohl das so ist, haben Geschwister und ihre Bezie-



hungen untereinander in der Forschung lange wenig Beachtung gefunden. Bei neueren psychologischen, sozialen und genetischen Untersuchungen werden vor allem die Ambivalenzen in Geschwisterbeziehungen herausgestellt. Werden diese als Bereicherung empfunden, ist das Zusammenleben mit Brüdern und Schwestern ein Schutzfaktor für den Selbstwert. Wenn aber Eifersucht und Rivalität, Mobbing oder sogar physische Gewalt den Alltag untereinander bestimmen, kann der Selbstwert leiden. Heute weiß man: Eine positive Beziehung unter Geschwister hängt nur wenig vom Altersabstand der Kinder, von der Reihenfolge, dem Geschlecht, individuellen Temperamenten oder allgemeinen Lebensumständen ab. Die entscheidende Rolle spielen die Eltern. Je nachdem wie sie mit den Geschwisterkindern umgehen, können sie ihre Beziehung untereinander positiv oder negativ beeinflussen.





WAS KÖNNEN GESCHWISTER VONEINANDER LERNEN?

Durch das Zusammenleben mit Geschwistern lernen Kinder wichtige soziale Fähigkeiten, zum Beispiel mit der eigenen Frustration und der des Gegenübers umgehen, streiten, teilen, sich durchsetzen, Rücksicht auf andere nehmen, Kompromisse finden. Neben sozialen Faktoren wie diesen lernen jüngere Geschwister von älteren außerdem häufig früher sprechen, lesen, schreiben

und rechnen. Diese (Lern-)Erfahrungen gehen über das enge Zusammenleben mit unseren Brüdern und Schwestern in der Kindheit hinaus. Sie beeinflussen uns bis ins Erwachsenenalter und wirken sich auch auf unsere eigenen Beziehungen oder die Art, wie wir später selbst Kinder erziehen, aus. Geschwister können auch unsere Persönlichkeit und unseren weiteren (beruflichen) Werdegang und Lebensweg beeinflussen. Übrigens, Einzelkinder haben keinen Nachteil dadurch, dass sie nicht mit Geschwistern aufwachsen. Wichtig ist es, dass Kinder regelmäßig Austausch mit anderen Gleichaltrigen haben – dazu brauchen sie nicht miteinander verwandt zu sein. →

Anzeige

PENATEN® intensiv.

Unser Mehr an Pflege für trockene Babyhaut.

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.



FÜR GROSSE BRÜDER UND SCHWESTERN

In einer so aufregenden Zeit, die ihr als Familie gerade erlebt, geben dem bald großen Geschwisterkind lieb gewonnene Rituale Halt und Sicherheit. Ihr lest jeden Abend eine Gutenachtgeschichte vor? Dann macht damit weiter – auch oder erst recht, wenn ein weiteres Baby in eure Familie kommt.



BUCHTIPP

„Oh Baby. Du Wunder.“ von Maria Pfeifer-Disterer und Pauline Polom. kleine klicks geschichten, 17 Euro.



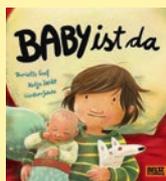
BUCHTIPP

„Wir. Nur noch mehr davon.“ von Josephine Bauer und Sarah Neuen-dorf. ars Edition, 16 Euro.



BUCHTIPP

„Ein Geschwisterchen für Pauli“ von Brigitte Weninger und Eve Tarlet. Nord Süd Verlag, 17 Euro.



BUCHTIPP

„Baby ist da“ von Danielle Graf, Katja Seide und Günther Jakobs. BELTZ Verlag, 10,95 Euro.



WIE KÖNNEN ELTERN IHR KIND GUT AUF DIE NEUE FAMILIENSITUATION VORBEREITEN?

Das hängt vom Alter des bald großen Geschwisterchens ab. Sehr jungen Kindern fehlt noch eine Vorstellung von der Zukunft. Sie können noch nicht verstehen, was sich verändern wird und wann das passiert. Ältere Kinder brauchen Zeit, um sich emotional auf das Geschwisterchen einzustellen. Sie freuen sich, wenn sie bei praktischen Vorbereitungen helfen können: Wickeltisch einräumen, Babykleidung waschen, etc. Eltern sollten nicht versuchen, die Reaktion des älteren Kindes auf die Schwangerschaft zu steuern, wenn es vielleicht zunächst desinteressiert oder auch ablehnend reagiert. Wichtig: Es braucht einen Raum für seine Gefühle.

WIE KÖNNEN ELTERN DIE GESCHWISTERBEZIEHUNG STÄRKEN?

Wird ein Kind großer Bruder oder große Schwester, merkt es schnell: Ein Baby braucht ganz schön viel Aufmerksamkeit. Aufmerksamkeit und Zeit, die das große Kind bisher exklusiv nur für sich hatte. Dass es davon verunsichert ist und sich vielleicht benachteiligt fühlt, ist ganz normal. Mit der Geburt eines weiteren Kindes müssen sich alle Familienmitglieder neu positionieren – und das braucht Zeit. Im Umgang mit sich streitenden oder eifersüchtigen Geschwisterkindern ist es wichtig, den Kindern – altersentsprechend – beizubringen, wie sie Konflikte untereinander selbst lösen können. Dabei geht es nicht darum, dass Eltern alle ihre Kinder möglichst gleich behandeln sollten. Aber fair. □



Dick auftragen – aber supersanft.

Die supersanfte Pflege Creme
für zarte Babyhaut.

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden
und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in
der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl
eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

ÖKO-TEST

Bübchen
Pflege Creme

sehr gut

Ausgabe 02/2025



babywelt-Club-Vorteil

**JETZT
GRATIS
PRODUKTE
TESTEN**

Für euch getestet

babywelt-Mitglieder haben je einen Beruhigungssauger und eine Folgemilch für Babys unter die Lupe genommen. Jetzt Mitglied werden und mit etwas Glück Produkte testen: **babywelt.club**

Ausführliche Berichte gibt es hier: [rossmann.de/babyweltcheck](https://www.rossmann.de/babyweltcheck)



**babywelt®
CHECK**
PRODUKTE IM FAMILIEN-TEST

91%

DER BABYWELT CHECK
TEILNEHMER EMPFEHLEN**

**Babydream
Beruhigungssauger**

* [rossmann.de/
babydream_beruhigungssauger](https://www.rossmann.de/babydream_beruhigungssauger)

02/2025



Babydream Beruhigungssauger

TRÖSTEND

„Ich habe die Beruhigungssauger bei meinem Sohn und bei meiner Tochter getestet. Sie haben ihn beide direkt angenommen, einfach toll.“

Familie Ottensmeier

** 308 der angeschriebenen 500 Familien haben den Fragebogen vollständig beantwortet.

Aptamil Bio 2 Folgemilch***

ÜBERZEUGEND

„Ich bin sehr zufrieden mit der Folgemilch, da mein Kind die Milch gut angenommen hat und sie sich gut auflöst. Ich habe ein gutes Gefühl dabei, meinem Baby diese Folgemilch zu geben, und würde sie jederzeit wieder kaufen.“

Familie Flottmann



** 301 der angeschriebenen 500 Familien haben den Fragebogen vollständig beantwortet.

*** Wichtiger Hinweis: Stillen ist das Beste für euer Baby. Sprecht mit eurer Hebamme oder eurer Kinderärztin bzw. eurem Kinderarzt, wenn ihr eine Säuglingsnahrung verwenden möchtet.

**babywelt®
CHECK**
PRODUKTE IM FAMILIEN-TEST

88%

DER BABYWELT CHECK
TEILNEHMER EMPFEHLEN**

**Aptamil Bio 2
Folgemilch**

* [rossmann.de/
aptamil_bio_folgemilch](https://www.rossmann.de/aptamil_bio_folgemilch)

02/2025

* Das Bewertungsergebnis: 500 per Zufall ausgewählte babywelt-Familien haben die Babydream Beruhigungssauger „Der extra Flasche“ anatomisch – Größe 2 und die Aptamil Bio 2 Folgemilch zugeschickt bekommen. Getestet und bewertet wurde jeweils vom 04.02. bis 16.02.2025. Babydream Beruhigungssauger: 308 der angeschriebenen Personen haben den Fragebogen vollständig beantwortet. Die Frage, ob sie das Produkt weiterempfehlen würden, beantworteten 308 Personen, davon 91 % mit „Ja“. Aptamil Bio 2 Folgemilch: 301 der angeschriebenen Personen haben den Fragebogen vollständig beantwortet. Die Frage, ob sie das Produkt weiterempfehlen würden, beantworteten 301 Personen, davon 88 % mit „Ja“.

VERSTÄRKE
UNSER TEAM:

JOBS

IN ÜBER 2.300 FILIALEN

DEINE VORTEILE

- BIS ZU 19,23 € PRO STUNDE*
- 6 WOCHEN URLAUB
- URLAUBS- UND WEIHNACHTSGELD
- EIN SICHERER ARBEITSPLATZ
- FLEXIBLE STUNDENMODELLE

* Abhängig vom Tarifgebiet und von der Berufserfahrung.

jobs.rossmann.de

JETZT BEWERBEN:

Verkäufer (m/w/d)
Minijobber (m/w/d)
Studentische Aushilfe (m/w/d)
Assistenz der Filialleitung (m/w/d)
Filialleiter (m/w/d)
Ausbildung zum Verkäufer (m/w/d)
und Einzelhandelskaufmann (m/w/d)



FÜNF FRAGEN RUND UM

STILL- PROBLEME

Stillen sollte nicht weh tun. Eigentlich. Dass es das aber doch manchmal tut, kann viele Gründe haben. Welche das sind und was (und wer) bei zu viel oder zu wenig Milch, bei wunden Brustwarzen oder Milchstau hilft, lest ihr hier.

TEXT | Nele Bruns



Mehr Tipps und Infos
zum Thema gibt's hier:
[rossmann.de/stillprobleme](https://www.rossmann.de/stillprobleme)

1

Zu viel oder zu wenig – wie kommt es zu Problemen der Milchmenge?

Das Gefühl, zu wenig Milch zu haben, kennen viele. Dahinter steckt oft die Sorge, dass Baby nähme nicht gut zu. Die Wahrnehmung, zu wenig Milch zu haben, kann auch von unrealistischen Erwartungen rund um das Stillverhalten eures Babys kommen. Fragt eure Hebamme, wenn ihr bei diesem Thema unsicher seid. Es gibt aber auch Störungen der Milchbildung, die auf genetische, anatomische, hormonelle oder Umwelteinflüsse zurückzuführen sind. Medizinische Gründe hat auch die sogenannte Hyperlaktation. Haben Frauen zu viel Milch, kann es zu Schmerzen, Entzündungen oder Milchstau kommen.



1. BRUSTWARZEN-SALBE (30 g) von Mamas Babydream. Schützt und pflegt die beanspruchte Haut an den Brustwarzen mit Lanolin und Jojobaöl. **2. STILLEINLAGEN EXTRA SAUGFÄHIG & ULTRADÜNN (30 Stück) von Mamas Babydream.** Extra saugfähige, ultradünne Stilleinlagen für einen besonders hohen Tragekomfort.

Milchstau oder Brustentzündung – was tun?

In den ersten Wochen nach der Geburt sind die gebildete Menge an Muttermilch und der Bedarf des Kindes oft noch nicht in Balance. Wenn sich zu viel Milch ansammelt und die Brust spannt, kann es zu einem Milchstau kommen. Die Anzeichen einer Brustentzündung (Mastitis), deren Ursache meist eine bakterielle Infektion ist, ähneln zunächst einem Milchstau. Sie tritt aber plötzlicher ein, ist schmerzhafter und wird oft von Fieber und grippeähnlichen Symptomen begleitet. Bettruhe, viel trinken, das Kind häufig stillen sowie stillverträgliche Medikamente können helfen. Außerdem die Brust vor dem Stillen wärmen, danach kühlen.

2

3

Was lindert Schmerzen bei wunden, entzündeten Brustwarzen?

Gerade zu Beginn der Stillzeit müssen sich die Brustwarzen erst an die neue Beanspruchung gewöhnen. So beugt ihr Wundwerden vor: Wascht eure Brüste nur mit klarem Wasser und auch eure Hände regelmäßig. Lasst öfter Luft an die Brustwarze und etwas Milch

auf den Brustwarzen trocknen und wechselt eure Stilleinlagen, sobald sie feucht sind. Brustwarzencremes spenden Feuchtigkeit und lindern die beanspruchte Haut. Der Schlüssel zu schmerzfreiem Stillen liegt im richtigen Anlegen. Überprüft darum immer, ob euer Baby die Brustwarze vollständig erfasst.

Erste Hilfe bei Stillproblemen: Bitte umblättern. →

1



1. STILLSAFT FÜR SCHWANGERE & STILLENDE (500 ml) von Mamas Babydream.

Unterstützt dabei, den erhöhten Bedarf an Mineralien und Vitaminen in der Schwangerschaft und Stillzeit zu decken.



DE-Öko-001

2. STILLTEE KRÄUTER (20 Beutel) von Mamas Babydream.

Unterstützt die Milchbildung durch einen ausgeglichenen Flüssigkeitshaushalt.

2

Wer kann bei Stillproblemen helfen?

Während der Stillzeit ist die Hebamme eure erste Ansprechpartnerin bei allen Fragen, die ihr habt. Darüber hinaus bieten verschiedene Organisationen individuelle Stillberatungen an oder organisieren Stillgruppen vor Ort, wo ihr euch mit anderen Stillenden austauschen könnt. Weitere Infos: bdl-stillen.de, lalecheliga.de, afs-stillen.de

Was können die Auslöser verschiedener Stillprobleme sein?

Manchmal sind es nur „Kleinigkeiten“, die zu Stillschwierigkeiten führen können. Dann kann der Wechsel der Stillposition oder ein Prüfen der Anlegetechnik helfen. Doch auch anatomische Besonderheiten beim Kind wie ein kurzes Zungenband, Kieferfehlstellung oder erste Zähne können ursächlich sein. Ebenso eine ungünstige Brustwarzenform wie Flach- oder Hohlwarzen oder ein verstopfter Milchgang. Stress, psychische Probleme, Alkohol und Rauchen können ebenfalls einen Einfluss haben. Sucht euch in diesen Fällen medizinischen Rat.

Anzeige



NUK®



#1 IN DEUTSCHEN KLINIKEN
ZUM FÜTTERN VON BABYS*



NUK Perfect Match



* Berechnung basierend auf den von Newell Brands an Krankenhäuser verkauften Saugern im Verhältnis zu Geburts- und Fütterungsstatistiken (Quellen: CDC, Statista)

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

LESEN. STAUNEN. HANDELN.

Für
20 €

Ab sofort im
Buchhandel und in
allen ROSSMANN-
Filialen erhältlich.



Mit jedem Kauf
Gutes tun!
Gemeinsam unterstützen
wir ausgewählte Projekte.

**Dr. Eckart von
Hirschhausen**
»Ein Insektenforscher
und ein Unternehmer
schreiben gemeinsam ein
Buch? Großartig! Seiten-
weise kreative Lösungen.
Zeit zum Lesen, Staunen
und Handeln.«

SPIEGEL-Bestseller-Nr. 1-Autor Dirk Rossmann
und **Josef Settele** stellen Ideen vor, die unsere Welt
zu einem besseren Ort machen.

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

LOS!
TEILNEHMEN
 vom 12.05. bis
 25.07.2025

MITMACHEN UND- GEWINNEN

BEECH
 RESORT
 PLAUER SEE

Jetzt neu: Unser Gewinnspiel findet ihr in der ROSSMANN-App. Ruck, zuck QR-Code scannen und teilnehmen. Wir drücken die Daumen!



1. Preis: Familienurlaub mitten in der Natur

Eingebettet zwischen Wald und Wasser, bietet das BEECH Resort Plauer See alles, was es für einen entspannten Urlaub in der Natur braucht. Idyllische Rückzugsorte, vielfältige Gastronomieangebote und unzählige Ausflugsziele direkt am Tor zur Mecklenburgischen Seenplatte warten auf euch. **DER GEWINN: Drei Nächte inkl. Frühstück im Apartment für 4 Personen (2 Erwachsene und 2 Kinder).** beechresort-plauer-see.com



2. Preis: Spielsofa von

Funzy. Ob als Sofa, Höhle, Rampe oder Schlafmatratze, das Spielsofa von Funzy begeistert durch eine vielseitige Nutzung und bietet kreativen, fantasievollen Spielspaß. Auch ergänzende Schaumstoffteile, ein Sitzsack, Kletterbogen und Spielmatten sind erhältlich.

DER GEWINN: Ein Spielsofa nach Wahl: myfunzy.de

Fotos: PR

Hoppediz
 aus Liebe zu Dir

3. Preis: Trage von Hoppediz.

Nähe, Komfort und ein Stück Leichtigkeit für den Alltag: Die „Bondolino b.pure“ von Hoppediz kommt mit nur einer Schnalle am Bauchgurt aus. Von Geburt an bis zum Ende der Tragzeit nutzbar.

DER GEWINN: Eine Babytrage „Bondolino b.pure“ und eine Wickelaufgabe „Wickelmax“: hoppediz.de

*Veranstalter des Gewinnspiels ist die Dirk Rossmann GmbH (Isernhägener Straße 16, 30938 Burgwedel), die Feriendorf Ganzlin GmbH (Dresenower Mühle 9, 19395 Ganzlin), die Growing Imaginations GmbH (Friedrichstraße 114a, 10117 Berlin) und die Hoppediz GmbH & Co. KG (Zum Scheider Feld 45, 51467 Bergisch Gladbach). Die Teilnahme ist vom 12.05. bis zum 25.07.2025 ab 18 Jahren möglich. Voraussetzung für die Teilnahme sind der Download der App und die vollständige Registrierung in der App sowie die Bestätigung der Aktionsteilnahme in der App, um 1 von 1 BEECH Resort Plauer See Reisegutschein, 1 von 1 Funzy Spielsofa nach Wahl oder 1 von 1 Babytrage „Bondolino b.pure“ und eine Wickelaufgabe „Wickelmax“ der Marke Hoppediz zu gewinnen. Der Reisegutschein ist 1 Jahr gültig, der Reisezeitraum frei wählbar, abgesehen von Feiertagen. Reservierung erfolgt vorab per Telefon oder Mail. Bei Nichtantritt der gewonnenen Reise verfallen alle Ansprüche. Der Gewinn ist nur wie ausgeschrieben und nur in dem angegebenen Zeitraum nach Verfügbarkeit einlösbar. Der Gewinner und seine Reisebegleitung ist für die erforderlichen Reisevorkerhungen selbst verantwortlich. Die Abwicklung von der Gewinnreise erfolgt über BEECH Resort Plauer See / Feriendorf Ganzlin GmbH, Dresenower Mühle 9, 19395 Ganzlin. Eine Barauszahlung kann nicht erfolgen. Der Gewinn ist nicht übertragbar. Die vollständigen, zustimmungsbedürftigen Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen finden Sie unter rossmann.de/app oder in der ROSSMANN-App unter „Weitere Aktionen & Gewinne“.

Spar dir den Papierkram!



Der digitale Bon in der ROSSMANN-App

- ✓ übersichtlich
- ✓ bequem
- ✓ nachhaltig



Mehr drin für dich

App herunterladen, registrieren, alle Vorteile erhalten!



NEWS



AUSGESCHLAFEN!

ROSSMANN stärkt die Vereinbarkeit von Beruf und Familie mit einem neuen Angebot. Ab sofort erhalten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einen kostenfreien Zugang zu den Onlinekursen der präventiven Schlafberatung Kingababy®.

„Für die Vereinbarkeit von Beruf und Familie braucht es innovative Ansätze und echte Entlastung im Alltag.“

Raoul Roßmann

LESERUMFRAGE

MACHT MIT!

Eure Meinung zählt: Nehmt an unserer babywelt-Leserumfrage teil und gestaltet die Inhalte in unseren Magazinen, in der App und online aktiv mit. So geht's: QR-Code scannen, Feedback geben und mit etwas Glück einen von zehn **ROSSMANN-Gutscheinen im Wert von je 25 Euro** gewinnen.



1. Beim Gewinnspiel handelt es sich um eine Aktion der DIRK ROSSMANN GmbH. 2. Teilnahmeberechtigt sind alle natürlichen Personen, die mindestens 18 Jahre alt und in Deutschland wohnhaft sind. Das Gewinnspiel ist auf Deutschland beschränkt. 3. Teilnahmeschluss ist 08.06.2025. 4. Teilnahme nur nach Umfrage möglich. 5. Durch Ausfüllen des Online-Formulars kann der Teilnehmer einen von zehn 25 € ROSSMANN-Gutscheinen gewinnen. 6. Gewinner werden per Los aus allen Teilnehmern gezogen. Jeder darf nur einmal teilnehmen und gewinnen. 7. Für die Abwicklung sind vom Teilnehmer folgende Daten benötigt: Vor- und Nachname, Adresse, Geburtsdatum, E-Mail-Adresse. Der Teilnehmer ist für die Richtigkeit seiner Angaben verantwortlich. 8. Im Falle des Gewinns wird der Gewinn an die vom Teilnehmer angegebene Adresse versendet. Sollte die Adresse nicht korrekt oder der Gewinn aus anderen Gründen nicht zustellbar sein, wird der Gewinner zunächst per E-Mail benachrichtigt. Der Gewinner muss sich innerhalb von zwei Wochen nach Benachrichtigung gemeldet haben, ansonsten verfällt der Anspruch auf den Gewinn und es wird ein Ersatzgewinner ausgelost. 9. Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich; der Gewinn ist nicht übertragbar. 10. Die Teilnahme über automatisierte Massenteilnahmeverfahren ist unzulässig. 11. Veranstalter des Gewinnspiels behalten sich vor, Teilnehmer, die gegen die Teilnahmebedingungen verstoßen, vom Gewinnspiel auszuschließen sowie das Gewinnspiel jederzeit zu modifizieren oder zu beenden. 12. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. 13. Mitarbeiter der Firmen des ROSSMANN-Konzerns, aller beteiligten Partner-Unternehmen und Agenturen sowie deren Familienangehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

64 babywelt

IMPRESSUM

HERAUSGEBER: DIRK ROSSMANN GmbH,

Isernhägener Straße 16, 30938 Burgwedel

VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT:

Ann-Kristin Plesse

BEI FRAGEN ZU ROSSMANN-

PRODUKTEN IM HEFT:

service@rossmann.de,

kostenlose Hotline: 0800/76 77 62 66

(montags – freitags von 9 – 18 Uhr)

PREISE STAND: Mai 2024

ANFRAGEN UND LESERBRIEFE:

babywelt@rossmann.de

REDAKTION: TERRITORY GmbH,

Carl-Bertelsmann-Str. 33, 33311 Gütersloh,

territory.de

CHEFREDAKTION: Nele Bruns

ART-DIREKTION: Elisa Janßen

GRAFIK: Tanja Grinnell

ILLUSTRATIONEN: Emma Liedtke

PROJEKTLÉITUNG: Anna Laoutoumani

PROJEKTMANAGEMENT:

Friederike Halemeyer

AUTOREN: Jessica Pankoke, Anika Schu-

bert, Julia Tramm (Studio Tong Tong)

LEKTORAT: TERRITORY GmbH

ANZEIGEN UND PRODUCT

PLACEMENTS: DIRK ROSSMANN GmbH,

Corinna Kornowski

ERSCHEINUNGSWEISE:

zweimal jährlich **DRUCK:** dialogidee,

Heilbronner Str. 40, 71634 Ludwigsburg

FOTOCREDITS | ADOBE STOCK:

Boston Natalia (Cover), Serhii (S. 4), Olena

(S. 8–13), Limpleom (S. 8–13), evakaterina

(S. 33), yukari_s (S. 34, 36), Uchinoco (S.

33, 35–36), Nadia (S. 33, 34), MUHAMMAD

TALHA (S. 33, 36), Andrej Schurawlew (S. 34),

losangela (S. 36), satou koma (S. 36), Aubrey

Westlund/Wirestock Creators (S. 38), Ka-

relkart (S. 38–40), mookamook (S. 39–40),

Olga Moreira/Stocksy (S. 40), Rie Juto (S.

47), Covan Images (S. 50, 52), Iryna (S. 58)

Bei den beworbenen Produkten von ROSSMANN handelt es sich um Angebote der DIRK ROSSMANN GmbH, Isernhägener Straße 16, 30938 Burgwedel für alle Filialen des Unternehmens in Deutschland, soweit nicht anders angegeben. Kontrollstellen-Nummer der für die Dirk Rossmann GmbH zuständigen Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-039

Hinweis: Wenn das generische Maskulinum verwendet wird, dient das ausschließlich der Lesbarkeit und orientiert sich an geltenden Regeln der Rechtschreibung.



VL8

www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

PLASTIK IST KEIN MÜLL!

Es ist mehr wert, wenn wir es recyceln.

Das Recycling möchten wir bei den ROSSMANN-Marken aktiv unterstützen: durch Hinweise zur richtigen Entsorgung auf unseren Verpackungen, durch den Einsatz von recycelten Materialien – wie z. B. recyceltem Plastik – und durch die Recyclingfähigkeit der Verpackungen.



Erfahrt mehr auf [rossmann.de/rezyklat](https://www.rossmann.de/rezyklat)
#gemeinsamnachhaltig



ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Für euch VON HERZEN

UNSER BABYCLUB

Werdet auch ihr Teil unserer babywelt-Familie! Denn Familie ist alles: ein bunter Haufen toller Menschen, eine unvergleichlich aufregende Zeit und jede Menge große Gefühle. Gut, wenn jemand an eurer Seite ist, der all das versteht und euch begleitet. Und genau das sind wir: die babywelt!

babywelt-Clubmitglieder können sich über viele Vorteile freuen:

LESEN

SPANNENDE MAGAZINE UND
INFORMATIVE RATGEBER



babywelt®

SPAREN

EXKLUSIVE SPARCOUPONS
IN DER ROSSMANN-APP



FREUEN

LIEBEVOLLE AUFMERKSAMKEITEN
ZU VERSCHIEDENEN ANLÄSSEN

INFORMIEREN

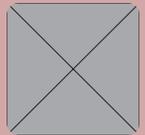
MONATLICHER NEWSLETTER –
PASSEND ZUM ALTER EURES KINDES

In den monatlichen babywelt-Newsletters findet ihr einen Entwicklungskalender, Tipps und Ratgeber, Rezepte und DIYs sowie Produktempfehlungen und Sparcoupons.



LOS!

**JETZT
ANMELDEN –
ONLINE ODER
IN DER APP**



Mit ein paar Klicks zum
babywelt-Clubmitglied:
Jetzt in der ROSSMANN-
App (Menüpunkt „Mehr“)
anmelden oder online:
www.babywelt.club

babywelt®

LOS! APP IN DEN

Club



Die kostenlose **ROSSMANN-App** ist nicht nur eure Eintrittskarte zu tollen Sparvorteilen für die ganze Familie, sondern auch zu uns. Jetzt schnell runterladen und in der ROSSMANN babywelt kostenlos anmelden.

Wir freuen uns auf euch!

Jetzt in der ROSSMANN-App anmelden. Oder über www.babywelt.club

Tolle
VORTEILE
JETZT ANMELDEN