

Band 27  
Juli/August 2017



# ZWILLINGE

das Magazin

Auch  
als  
E-Book



- Geburt: Unser etwas holpriger Start
- Sommerspaß im eigenen Garten
- Erziehung light: Nimm's locker!
- Diabetes: wenn Zwillinge krank sind
- Ich bin stolz: meine tollen Zwillinge
- Urlaub am Gardasee

[www.twins.de](http://www.twins.de) 27

# INHALTSVERZEICHNIS: Ausgabe 27

Editorial

Bezugsbedingungen

Schwangerschaft: Unser etwas holprige Start ins Leben

Ihre Beiträge in unserem Heft

Hilfe! Meine Baby spucken zuviel!

Schnelle Tipps - praktische Ideen

Neue Kinderfahrzeuge: Rikscha & Roller

Sommer im Garten: Die Wasserspiele sind eröffnet

Wie wir mit der Diagnose Diabetes leben

So feiern wir Kindergeburtstag

„Erziehung light“: die neue lockere Art zu erziehen

Erstes Zwillingstreffen in München mit  
Oktoberfestbesuch

Fotoparade: Spaß im Plantschbecken

Rezept: Lieblingsessen von vier Jungs - Ofenschmarrn

Zwillinge ungefiltert: Angst lässt lügen

Zwillinge regen zum Schreiben an: eine Autorin erzählt

About twins - eine informative Internetseite für Zwillinge  
& Eltern

Erwachsene Zwillinge: jeder macht seinen eigenen Weg

So findet Ihr den richtigen Schulranzen

Wir fahren an den Gardasee!  
Ältere Hefte: jetzt bestellen  
Zu guter letzt: Frisch gelandet

# ZWILLINGE - DAS MAGAZIN Ausgabe Juli/August 2017 Nr. 27

Auch als E-Book

Bestellbar auf [www.twins.de](http://www.twins.de) oder im Buchhandel - online & Ladengeschäfte



## **EDITORIAL: Freuen wir uns auf einen tollen Sommer!**

*Liebe Leserin, lieber Leser,  
liebe Zwillingsealtern, liebe Drillingsaltern,*

wir sind wieder da und freuen uns, Euch die vierte Ausgabe unseres neuen Magazins schicken zu können! Pünktlich. Die voraussichtlichen Versandtermine können Sie immer auf [www.twins.de](http://www.twins.de) unter der Bestellrubrik „Abonnement“ einsehen. Oder auch einfach im Internet auf [www.twins.de](http://www.twins.de) gucken - da veröffentliche ich den Versandtermin auf der Startseite.



**Constantin (von links), Nicolai, Maximilian und Marion von Gratkowski**

Was wirklich schade ist, ist, dass wir die Qualität mit dem Druck bei Books on Demand nicht so herbekommen. Viele Fotos haben Streifen - aber, wenn wir die teurere Produktionsart wählen würden, müssten wir das Heft teurer machen.

Der Sommer hält einige Überraschungen für uns bereit. Wenn das Wetter mitspielt, können Sie sicher die Tipps ab Seite → nutzen. Schwerpunkt: Spaß mit Wasser. Aber auch das Mobilitätsthema hat uns wieder zwei neue Fahrzeuge beschert: einen flotten Roller für Kinder (Seite →) oder - falls Sie mehr auf Holz stehen und die Kinder kleiner sind - ein Rutscherauto aus Holz auf Seite →.

Auch alle anderen Themen kommen hoffentlich gut bei Ihnen an. Und wenn Sie ein Thema vermissen, greifen Sie

einfach selbst zu Feder - schreiben Sie einen Beitrag für unsere kleine Zeitschrift. Das Heft, in dem Ihr Beitrag erscheint, erhalten Sie natürlich doppelt, damit später jedes Zwillingsskind ein Exemplar davon zur Erinnerung hat.

Wer nicht Abonnent ist und etwas schreibt, bekommt natürlich ebenfalls zwei Hefte oder nur eines und kann sich zusätzlich ein Buch aussuchen (Liste dazu auf [www.twins.de](http://www.twins.de)).

Ansonsten brauchen wir nicht nur neue Beiträge, sondern auch neue Leser. Wir freuen uns über jeden Neuabonnenten, den Sie für uns werben können. Auch dafür können Sie sich ein Gratisbuch aussuchen. Gern auch aus unserem eigenen Buchprogramm. Auch für uns als Familie hält der Sommer Überraschungen bereit. Unser erstgeborener Zwillingssohn Maximilian und seine Freundin Stephanie heirateten Ende August. Darauf freuen wir uns sehr ... in diesem Sinne ...

*Viel Spaß beim Lesen - Ihre/Eure Marion von Gratkowski*

## **ZWILLINGE - DAS MAGAZIN Nr. 28: Was ist darin geplant?**

Zu folgenden Bereichen/Themen suchen wir noch Beiträge:

- Schwangerschaft & Geburt
- Stillen/Fläschchen füttern
- Schlaflose Nächte
- Umstellung auf feste Kost (Brei)
- Herbstideen - Basteln, Beschäftigung, Draußen & Drinnen
- Streit, Konkurrenz, enge Verbindung
- Kindergartenstart
- Schule - Trennung oder nicht?
- Urlaubsideen für Herbst & Winter

- Rezepte für das Backen & Kochen mit Zwillingen

Wie Sie Ihre Beiträge schicken können, steht auf Seite →.

## **Was finde ich jetzt wo, wenn es hier nicht mehr steht?**

- Termine & Veranstaltungen finden Sie ab sofort auf unserer Internetseite [www.twins.de](http://www.twins.de)
- Eine Übersicht über unser komplettes Buchprogramm finden Sie ebenfalls auf unserer Homepage unter [www.twins.de](http://www.twins.de)
- Auch all die Hefte der bisherigen Zeitschrift, die man sich noch bestellen kann, sind unter [www.twins.de](http://www.twins.de) zu finden.
- Neuerungen werden auch auf Facebook auf unserer Seite „zeitschrift zwillinge“ oder im Blog [www.zwillingemachenkriegenhaben.de](http://www.zwillingemachenkriegenhaben.de) bekannt gegeben.

Es lohnt sich also immer, auch einmal einen Blick auf unsere Homepage zu werfen oder einfach den newsletter auf [www.twins.de](http://www.twins.de) zu abonnieren, da wir Sie dann immer einmal wieder mit unseren Neuerungen bekannt machen.

## BEZUGSBEDINGUNGEN

- ZWILLINGE - DAS MAGAZIN löst unsere bisherige Zeitschrift ZWILLINGE ab.
- Erscheinungsweise: zweimonatlich.
- Erscheinungstermine sind: 30. Januar 2017, 27. März 2017, 29. Mai 2017, 31. Juli 2017, 25. September 2017 und 27. November 2017 (unter Vorbehalt) usw.
- Das Magazin kann einzeln oder im Abonnement bezogen werden.
- Einzelhefte kosten 7,99 Euro plus Porto 1,- Euro.
- Abonnements kosten 54,- € befristet auf 1 Jahr; 52,- € fortlaufend bis zur Kündigung eines Tages.
- Abonnements gelten fortlaufend und mindestens 1 Jahr = 6 Hefte.
- Die Kündigung muss schriftlich erfolgen per E-mail an [info@twins.de](mailto:info@twins.de) oder per Brief (KEIN Einschreiben!!!) an unsere Adresse:
- ZWILLINGE, Postfach 40 11 11, D-86890 Landsberg am Lech.
- Unser Fax: 0049-(0)8344-809 95 40.
- Einzelhefte und Abonnements müssen vorausbezahlt werden.
- Unsere Bankverbindung: Hypovereinsbank Landsberg, Marion von Gratkowski, IBAN: DE77 7202 0070 6110 3155 60, SWIFT-BIC: HYVEDEMM408
- Zahlung per Paypal geht in Verbindung mit unserer E-mail-Adresse. ABER: **Bitte Gebühren zu Ihren Lasten!**
- Alle Rechte für den Inhalt liegen bei Marion von Gratkowski, Verlag von Gratkowski, Postfach 40 11 11,

D-86890 Landsberg.

- Unsere Internetpräsenz: [www.twins.de](http://www.twins.de), E-mail: [info@twins.de](mailto:info@twins.de)
- Etwas unklar? Rufen Sie mich bitte an: Tel. 08344-809 95 39.

## LESERBRIEFE: Euer Kontakt zur Redaktion

### **Briefe an die Redaktion**

*Eigentlich wollten wir die Rubrik „Leserbriefe“ weglassen. Aber es wäre doch schade, wenn unsere Leserinnen und Leser keinen Beitrag mehr kommentieren dürften. Also - einigen wir uns darauf, nur zwei Seiten (statt bisher vier) zu veröffentlichen.*



*Auch für Zwillinge ist das neue Magazin interessant. Albin und Alexander haben es sich gleich geschnappt.*

**ZWILLINGE - DAS MAGAZIN bleibt auch in der neuen Version Mitbewohner der Bibliothek bei Astrid in Österreich. Die Autorin, die selbst Bücher schreibt (dazu mehr auf Seite →), ist treue Leserin seit vielen Jahren.** Heute haben wir die neue Ausgabe von ZWILLINGE - DAS MAGAZIN März/April erhalten. Albin (links) und Alexander (rechts) haben mir gleich das Heft weggenommen, haben es gleich durchgeblättert und bei mir ein Osterlamm geordert.

### ***Meine Jungs blättern interessiert.***

Mit Mühe konnte ich das Heft dann doch noch ergattern und die für mich interessantesten Berichte verschlingen, nämlich jenen über die Hochbegabung und über Alleinerziehende mit Zwillingen. Ich habe mich im Vorjahr mit dem Thema über hochbegabte Kinder auseinandergesetzt und hadere

immer noch mit einem Test. Ich bin auch noch nicht sicher, ob es mehr Fluch als Segen wäre.

Das neue Magazin darf jedenfalls weiterhin als Mitbewohner die hauseigene Bibliothek bereichern. Beste Grüße - Astrid.

**Beitrag „Alleinerziehend“ ZWILLINGE Nr. 25) - da kann man froh sein, dass man einen Partner hat.**

Die letzte Ausgabe hat mir sehr gut gefallen, so viele spannende Beiträge! Vor allem der Beitrag: Alleinerziehend von Petra L. hat mir sehr imponiert. Alles Liebe und Gute für diese Familie. Danke, dass sie die Zeit gefunden hat, um diesen Bericht zu verfassen!

Ich kann ihr mit der Dreier-Konstellation sehr gut nachfühlen, ich hatte auch ein sehr eifersüchtiges „großes“ Kind - das die ganze Wut an mir ausgelassen hat.



*Zwillingsfamilie L. wollte mal was anderes sehen im Urlaub. Da kamen Italien und der Gardasee gerade recht - siehe Titelbild.*

Ja, ich war froh, die helfende Hand meines Mannes gehabt zu haben. Respektive zu haben. Viel Energie und Kraft für Petra L. und ihre Kinder. (Christine S.)

**Kristine L. hat das neue Heft gleich zu einem Beitrag inspiriert. So soll es sein - Danke!** Am Freitag ist das neue ZWILLINGE-Magazin in unser Haus geflattert. Ich habe es gleich verschlungen und sogar ein Bild von uns entdeckt. Das hat uns alle so gefreut, dass ich total motiviert bin, jetzt auch einmal einen Bericht zu schreiben und nicht nur Photos zu schicken.

**Das sagt die Redaktion:** Vielen Dank dafür. Den schönen Urlaubstipp haben wir ab Seite → veröffentlicht ... und ein Titelfoto ist auch noch dabei herausgesprungen.

**Ein Leben mit Zöliakie - dieser Beitrag aus dem letzten Heft (Nr. 26) hat unsere Leserin Elli K. beeindruckt.**

Liebe Redaktion, wenn man den Beitrag über das Leben mit der Stoffwechselerkrankung Zöliakie liest, muss man sagen: „Hut ab!“ das ist schon noch etwas anderes, wenn man nicht nur Zwillinge versorgen muss, sondern auch noch zwei Kinder, deren Ernährung besondere Anforderungen an die ganze Familie stellt.

Ich finde es schön, dass Ihr auch solche schwierigen Themen aufgreift und damit Zwillingse Eltern eine Chance gebt, aus ihrem Alltag mit Hindernissen zu berichten. Wir sind davon nicht betroffen - und da können wir uns glücklich schätzen.

***Das meint die Redaktion:*** Uns war es schon immer wichtig, auch über Themen abseits der „normalen“ Überforderung in den Anfangsjahren mit Zwillingen zu berichten. Diesmal lest Ihr ab Seite → von einem Zwillingkind, das mit Diabetes leben muss.

Nächstes Heft

ZWILLINGE - DAS MAGAZIN September/ Oktober  
2017 Nr. 28

kommt voraussichtlich am 25.9.2017 raus!



## **Unser Doppeltreffer - der (etwas) holprige Start ins Leben**

*Eigentlich haben Erik (hier hinten) und Lennart alles richtig gemacht. Die Schwangerschaft verlief problemlos ... wenigstens bis zu dem Tag, an dem eine beginnende Schwangerschaftsvergiftung festgestellt wurde. Sie wurden dann per Kaiserschnitt in SSW 35 geboren.*

Im Jahr 2012 entschieden mein Mann und ich uns, die Pille abzusetzen und die Kinderplanung in Angriff zu nehmen.