

Band 29  
Nov./Dez. 2017

# ZWIJINGE

das Magazin

Auch  
als  
E-Book



- Geburt: unverhofft kommt oft
- So klappt das Stillen bei Zwillingen
- Schlittenideen für den Winter
- Weihnachtskarten basteln
- Trotz lass nach
- Zwillingstreffen

[www.twins.de](http://www.twins.de) 29

# INHALTSVERZEICHNIS: ZWILLINGE

## Ausgabe 29

Editorial

Bezugsbedingungen

Schwangerschaft: Engmaschige Überwachung

Zwillinge stillen - so geht's

Ihre Beiträge in unserem Heft

Warnwesten für Kinder

Schnelle Tipps - praktische Ideen

Mobil bleiben im Winter!

Bei uns läuft's kacka! - ein Buch

Rezept: Weihnachtsbäckerei

Einkaufen ohne Stress

Trotz mal zwei - die Erfahrung und das Survivalbuch

Hirn-Scan zeigt Lese-Rechtschreibschwäche frühzeitig an

Unsere tägliche Herausforderung: Zwillinge

Trainieren: Umgang mit Kerzen

Basteln für Weihnachten: Weihnachtskarten

Basteln für Weihnachten: neue Bastelbücher für Kinder

Schau hin! Computerspiele für Kinder

So kriegt man Kinder ins Freie

Fotoparade: Es weihnachtet sehr

Kolumne: Zwillinge ungefiltert

Zwillingstreffen in Bielefeld

Zwillingsvater und Autor des ersten  
Zwillingsvaterbuches

Die Meise-Zwillinge erzählen etwas aus ihrem Leben

Urlaubspläne: Jetzt überlegen, wo es 2018 hingehen soll

Zu guter letzt: Flüchtling statt Zwilling

Alle Ausgaben auf einen Blick

## EDITORIAL: Ein kleiner Jahresrückblick für ZWILLINGE

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

traditionell gibt's bei uns immer zum Jahresende einen kleinen Jahresrückblick, wie sich unsere kleine Zeitschrift entwickelt hat. Zum Jahresbeginn habe ich ja die Zeitschrift ZWILLINGE, wie sie fast 30 Jahre lang existiert hat, eingestellt. Das letzte Heft wurde im Januar 2017 verschickt. Damals an noch 750 Abonnenten.

Den Schritt zum neuen Abonnement, zum neuen ZWILLINGE - das Magazin, haben nur etwa 70 Abonnenten mitgemacht, also nur etwa zehn Prozent. Relativ wenig, wenn man bedenkt, dass ganz viele sehr traurig waren, dass ich ZWILLINGE einstellen musste, weil sich so kleine Auflagen eben nicht mehr kostengünstig herstellen lassen. Hinzugekommen sind circa 50 neue Abonnenten. Und das ist angesichts der immer noch sehr vielen Zwillingengeburtens pro Jahr (circa 12.000) eine traurige Zahl. Man kann es nicht leugnen - das Internet hat den Printmedien den Rang abgelaufen.

Lohnt es sich, unter diesen Umständen ZWILLINGE - das Magazin weiterzumachen? Auf alle Fälle, denn Dank der kostengünstigen Produktion einzelner Hefte bei books on demand (Firma in Norderstedt, die Bücher ab 1 Stück Auflage produziert) kann ZWILLINGE in der jetzigen Form noch eine Weile weiter laufen. Natürlich ist die Druckqualität nicht so exquisit, Farbseiten müssen extra und teuer bezahlt werden. Anfangs war der Druck auch oft streifig. Aber, ich kann das Magazin weitermachen, weil ich keine hohen

Auflagen vorfinanzieren muss. Und das neue Heft hat doppelt so viel Inhalt wie ein bisheriges Heft. Der Trick dabei: Füllseiten weglassen.



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

Was schade ist, ist, dass wir sehr wenig Beiträge von unseren Lesern und Leserinnen erhalten. Und mit den ehemaligen Kunden sind auch einige gute Schreiber gegangen, die sich nicht einmal durch das Angebot, das jeweilige Heft gratis zu bekommen, erweichen lassen, etwas für ZWILLINGE - DAS MAGAZIN zu schreiben. Aber bisher ist noch jede Ausgabe „voll“ geworden und inhaltlich sicher nicht schlechter als früher.

Diesmal lesen Sie etwas über das Zwillinge stillen (Seite →), das Mobil bleiben im Winter (Seite →), Trotz (ab Seite →), wir machen Bastelvorschläge ab Seite → und lassen unseren Autoren Siegmund Stücher über sein Buchprojekt und das Zwillingstreffen in Bielefeld erzählen (ab Seite →).

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

## ZWILLINGE - DAS MAGAZIN Nr. 30: Was ist darin geplant?

**Zu folgenden Bereichen/Themen suchen wir noch Beiträge:**

- Schwangerschaft & Geburt
- Stillen/Fläschchen füttern
- Schlaflose Nächte
- Umstellung auf feste Kost (Brei)
- Bastelideen, Beschäftigung, draußen & drinnen
- Streit, Konkurrenz, enge Verbindung
- Kindergartenstart
- Schule - Trennung oder nicht?
- Urlaubsideen für Winter & Frühling
- Rezepte für das Backen & Kochen mit Zwillingen

Wie Sie Ihre Beiträge schicken können, steht diesmal auf Seite →. Eine Liste mit Büchern, die wir gegen einen Beitrag verschenken, finden Sie auf [www.twins.de](http://www.twins.de)

### **Wichtige Mitteilung für unsere Abonnenten**

Das erste Jahr ist um und wir freuen uns, dass es uns gelungen ist, die neue Zeitschrift genauso interessant wie die bisherige zu gestalten. Wir hatten erst ein Abonnement bis auf Widerruf angeboten, was sich allerdings organisatorisch nicht auf Dauer durchführen ließ. Jetzt laufen Abos immer mindestens 1 Jahr.

Nun ist das erste Jahr um und die Mehrzahl unserer Abonnenten muss sich entscheiden, ob sie ZWILLINGE - DAS MAGAZIN für ein weiteres Jahr lesen möchte. Falls nicht, müssen Sie schriftlich kündigen. Per E-mail, Brief oder Fax. Bitte nicht per Einschreiben. Sie erhalten immer eine Bestätigung, falls Sie per mail kündigen. Zeit haben Sie für Ihre Kündigung bis zum 31.12.2017. Die Rechnungen für das neue Abo-Jahr legen wir unserer ersten Ausgabe Januar/Februar 2018 bei.

Falls etwas unklar ist, schreiben Sie uns an [info@twins.de](mailto:info@twins.de)

## BEZUGSBEDINGUNGEN

- ZWILLINGE - DAS MAGAZIN löst unsere bisherige Zeitschrift ZWILLINGE ab.
- Erscheinungsweise: zweimonatlich.
- Erscheinungstermine sind: 29. Januar 2018, 26. März 2018, 28. Mai 2018, 30. Juli 2018, 24. September 2018 und 26. November 2018 (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, Lutz 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.*

#### **Svenja hat einen lustigen Buchtipp für uns, den wir auch gleich auf Seite → aufgreifen.**

Was ich Sie noch fragen wollte: Ich habe kürzlich beim Stöbern im Netz ein Buch gefunden. Das ist von Eva und Peter Imhof. Es heißt: „Bei uns läuft's kacka“. Kennen Sie das?

Es gibt da - glaube ich - auch einen You-Tube Channel zu den Imhofs. Den habe ich mir aber nicht angeschaut. Da fehlt mir momentan ein bisschen die Zeit.

Eva Imhof beschreibt sehr lustig und humorvoll ihre ersten vier Jahre mit ihren Zwillingsmädels und wie sie und ihr Mann ihren Weg finden, mit zwei Kindern gleichzeitig „zu jonglieren“.

Alles in allem ist es ein schönes und humorvolles Buch, dass man gut weglesen kann. Ich musste oft echt herzlich lachen, einiges fand ich auch nicht ganz gelungen beschrieben. Aber das ist ja auch Ansichtssache. Empfehlen würde ich es aber in jedem Fall, denn es ist absolut lesenswert. Vor allem, wenn man es an einem Tag liest, der alles andere als rund läuft. So war es bei mir und ich hatte sofort bessere Laune ...

## **Zwillingsfamilie P. feiert die Einschulung des großen Bruders Björn mit ein bisschen Wehmut.**

So, nun ist es soweit, unser großer Bruder ist ab heute nicht mehr mit uns im Kindergarten. Was wir schade finden. Unser Björn ist jetzt ein Schulkind, worauf wir aber auch ganz stolz sind.

Mama sagt immer „ihr Baby Björn ist jetzt in der Schule.“ Ach, unsere Mama ... wir werden nun mal große Jungs und wollen die Welt erkunden. Unsere Mama hat schon ne Träne vergossen, als unser Björn mit der großen Zuckertüte auf der Bühne stand. Und Papa ist auch ganz stolz auf unser Schulkind.



*Wo soll die Reise hingehen? Erik als Fahrer und Lennart als Beifahrer. Mit Zwillingen braucht es schon eine Portion Humor, findet Svenja, die Mutter der beiden Autofahrer.*

Wo sind die Jahre hin? „Die sieben Jahre sind wir im Flug vergangen“, sagt Mama immer. Und seitdem wir da sind - Sören und Emil - ist die Zeit doppelt so schnell vorbei gegangen, da wir ja auch schon große Jungs sind mit fast vier Jahren.

Wir haben unseren Björn zu Hause im Garten mit unser Familie und Freunden gefeiert, ein Schwein gegrillt und Björn geholfen, eine Zuckertüte nach der anderen aufzumachen. Die Geschenke waren ja echt der Wahnsinn! So viele - das haben wir ja nicht Mal zu Weihnachten!



*So schnell geht's: der „große“ Bruder Björn kommt in die Schule.*

Da freuen wir uns jetzt auch schon auf unseren Schulanfang, aber da ist ja noch ein Weilchen hin ... Emil & Sören.

**Leonie und Leon basteln gerne. Wie gut, dass es die beiden „getroffen“ hat, als wir das Buch „Tierischer**

**Faltspaß“ verlost haben. Sie haben gleich drauf los gebastelt (Ergebnisse im kommenden Heft). Ihre Mutter, Sabine, schreibt:**

Stellen Sie sich vor - meine zwei fragten gerade: „Mama, hast Du noch so ein Buch?!“

**Das sagt die Redaktion:** Ja klar, vier sogar. Siehe auf Seite →. Bewerben kann sich jeder, der einen Beitrag schickt. Dann gibt's wieder „Beitrag gegen Buch“ - alle Titel zur Auswahl unter [www.twins.de](http://www.twins.de).



*Die Zwillinge Leonie und Leon sind bastelwütig. Sie haben gleich alle Tiere gebastelt und brauchen jetzt Nachschub an Ideen.*