

DAS MAGAZIN FÜR BERUFSTÄTIGE ELTERN

# FAMILY BUSINESS

MIT TIPPS FÜR FREIZEIT UND URLAUB

Ausgabe 02 | 2023 · [www.kinderbetreuung.at](http://www.kinderbetreuung.at)

## DIE EWIGE SUCHE NACH DEM GLÜCK

... und wo wir es finden

Family Business sucht

## MITARBEITERINNEN FÜR KINDER- BETREUUNG

## NEUE WERTE 2024

für Familienleistungen



Vereinbarkeit von Familie und Beruf  
gelingt mit einer individuellen und  
liebvollen Kinderbetreuung.



© GrandPicture - shutterstock.com

# ACHTUNG!

## Kinder-BetreuerInnen gesucht!

*Der Verein Family Business sucht dringend KinderbetreuerInnen mit pädagogischer Vorbildung.*

Für die Betreuungen von Kindern in Unternehmen in Wien, in Vösendorf und in St. Pölten sucht der Verein Family Business Kinder-BetreuerInnen. Auch wochenweise möglich!

**Wir bieten:** Gute Bezahlung, Vollzeit-anstellung und familiäres Arbeitsklima.

**Wir freuen uns über jede Bewerbung an:**  
Alice Pitzinger-Ryba  
apr@kinderbetreuung.at  
oder über unsere kostenlose  
24-Stunden-Hotline 0800 202099



### Family Business

Der Verein Family Business steht seit seiner Gründung im Jahr 1999 für Kompetenz in allen Fragen zum Thema Kinderbetreuung. Wir vermitteln schnell und unbürokratisch Babysitter und Leihomies, suchen freie Kindergartenplätze und organisieren für Unternehmen und Gemeinden Ferienbetreuungswochen. Kinderbetreuung für Rand-, Not und Ferienzeiten zu finden, ist unsere Passion! Abfragen auf unserer Homepage [www.kinderbetreuung.at](http://www.kinderbetreuung.at) sind kostenlos!

### Unsere Angebote:

- ◆ Kinderbetreuung für Unternehmen
- ◆ Ferienbetreuung für Unternehmen
- ◆ Ferienbetreuung für Gemeinden
- ◆ Babysitter
- ◆ Leihomas
- ◆ Tagesmütter
- ◆ AuPair Kräfte
- ◆ Family Business Magazin für berufstätige Eltern
- ◆ Kostenlose Kinderbetreuungs-Hotline: 0800 202099

[www.kinderbetreuung.at](http://www.kinderbetreuung.at)



4

# FAMILY BUSINESS

DAS MAGAZIN FÜR BERUFSTÄTIGE ELTERN

## INHALT

AUSGABE 02 | 2023

**Geschenke für die Ewigkeit –**  
eine Handvoll Erinnerungen

4

**Geschenktipps**  
für Weihnachten

7

**Viele feiern**  
das Nikolausfest

9

**Rezepte für Familien**

10

**Die ewige Suche**  
nach dem Glück  
und wo wir es finden

14

**Neue Werte 2024 für**  
Familienförderungen

16

**Büchertipps**

20



9



14

### IMPRESSUM

Medieninhaber/Herausgeber: Verein Family Business Childcare – Initiative für Kinderbetreuung  
ZVR-Zahl 373610290 · UID-Nr.: ATU 71310404 · Anschrift: Schulgasse 3, 3100 St. Pölten  
Anschrift der Redaktion: Krottenbachstraße 50/1, 1190 Wien · Tel.: 0800 20 20 99  
Tel.: 02742/79990 · E-Mail: redaktion@familybusiness.at · Chefredaktion: Alice Pitzinger-Ryba  
Redaktion: Mag. Britta Cernelic, Clara Noumbou BA, Gabriele Rudolph, Dr. Peter Pitzinger  
Grafik: reboton.at · Kontakt für Anzeigen: Verein Family Business, rechnung@kinderbetreuung.at  
Cover: Ground Picture | shutterstock.com · Erklärung über die grundlegenden Richtung: Family  
Business Magazin und die Website [www.kinderbetreuung.at](http://www.kinderbetreuung.at) informieren über Kinderbetreuung  
und Themen, die berufstätige Eltern interessieren, darunter auch Tipps für Urlaub und Freizeit.



Liebe Familien!

Staus, wohin man schaut, Menschenschlangen vor Geschäften, aggressive Fußgänger eilen schnellen Schrittes wohin auch immer. Normalerweise beschreibt dies die Situation zwei Tage vor Weihnachten.

Heuer hat dieser vorweihnachtliche Wahnsinn gefühlt schon Mitte November begonnen. Da möchten wir mit unserem Magazin Family Business gerne etwas dagegensetzen. Entfliehen Sie der Hektik und schauen Sie unsere Vorschläge für Geschenke mit Mehrwert an.

Wir haben die schönsten Vergnügungsparks für Sie gefunden, die zur Weihnachtszeit geöffnet haben. Erstmals hat auch das Legoland in Günzburg geöffnet und bietet Kindern jeden Alters weihnachtlichen Spaß. Eurodisney ist ebenfalls gerade zu Weihnachten sehr zu empfehlen, die Weihnachtsparade mit tausenden Lichtern lässt nicht nur Kinderherzen höherschlagen. Wer den Sprung über den „Teich“ wagen möchte, der ist natürlich im Disneyland in Orlando bestens bedient. Vorteil: Warmes Wetter und die legendäre Familienfreundlichkeit der Amerikaner. Für Naturliebhaber ist Seaworld einen Ausflug wert. Geschenktipps, Bücher- und Spieletipps ergänzen unser Magazin. Selbstverständlich finden Sie auch Rezepte zum Nachkochen, die familientauglich sind.

Neuerungen bei der Kinderbetreuung und die neusten Änderungen entnehmen Sie bitte unseren Newsseiten.

Wir wünschen Ihnen gesegnete Weihnachten und ein glückliches Neues Jahr!

*A. Pitzinger-Ryba*

Alice Pitzinger-Ryba  
Chefredakteurin

*Joachim*

Mag. Joachim Zimmer  
Vorsitzender des Vereins



# Geschenke für die Ewigkeit – eine Handvoll Erinnerungen



© Myriam Zilles | unsplash.com

Vergnügungsparks sind nicht länger als reines Sommergehen gedacht. **LEGOLAND** öffnet heuer das erste Mal seine Pforten zur Weihnachtszeit. Die Weihnachtsparaden mit hunderttausend Lichtern im **Euro-Disneyland Paris** sind legendär. Wer den Sprung über den Atlantik wagt, wird in Florida mit einmaligen Weihnachtsshows in **Seaworld** in Orlando und Tampa Bay bei sommerlichen Temperaturen belohnt. Mehr Weihnachten geht nicht.



Fotos: © LEGOLAND®

## WinterWonder LEGOLAND®

Erstmals öffnet das LEGOLAND Günzburg auch zur Weihnachtszeit seine Pforten – Weihnachtsstimmung pur erwartet uns!

Ab sofort wartet ein buntes Programm auf die Besucher im LEGOLAND: Achterbahn-Action in winterlicher Atmosphäre, ein Winterdorf, eine Eislaufbahn, ein magisches MINILAND mit winterlichen Szenerien und eine lustige Wintershow in den LEGO Studios. Auch die Parade hat ein Winter-Update bekommen und am Abend wartet auf die Gäste um 18:00 und 19:30 Uhr eine atemberau-

bende Lasershow im MINILAND. Sieben Wochen lang können Besucher ab sofort Teile des Familienfreizeitparks sowie die Burgen im LEGOLAND Feriendorf in winterlicher Atmosphäre erleben: Seit dem 24. November hat der Park an den Wochenenden von Freitag bis Sonntag und während der Weihnachtsferien, vom 22. Dezember bis zum 7. Januar täglich geöffnet (Ausnahmen: 24., 25. und 31. Dezember 2023 sowie 1. Januar 2024).

**i** Weitere Informationen, Tickets und Übernachtungsangebote unter [www.LEGOLAND.de/WinterWonder](http://www.LEGOLAND.de/WinterWonder)



# Besuch bei Micky & Co in Paris

Die Tage hierzulande werden immer kürzer, die Temperaturen kühler und die Jacken dicker – der Winter steht vor der Tür. Mit ihm beginnt in Disneyland® Paris eine der schönsten Zeiten des Jahres.

Zahlreiche Highlights verzaubern die Gäste bis 7. Januar 2024, darunter weihnachtliche Shows und Paraden, eine unvergleichliche Silvesterparty und die Feierlichkeiten rund um das zehnjährige Jubiläum des Disney Animationsfilms „Frozen“ mit Elsa, Anna, Olaf und Kristoff. Zu Beginn des kommenden Jahres wird es dann farbenfroh in Disneyland Paris: Im Rahmen der neuen Disney Symphony of Colours dürfen sich Gäste auf eine neue Drohnensequenz am Nachthimmel, eine brandneue Tagesshow und eine feenhaft dekorierte Main Street, U.S.A.® freuen. Disneyland® Paris verspricht unvergesslichen Weihnachtszauber und schafft in den kommenden Wochen eine

märchenhafte, winterliche Atmosphäre. Ein Höhepunkt ist der riesige, funkelnde Weihnachtsbaum am Town Square, der mit mehr als 1.000 Weihnachtsornamenten große und kleine Augen zum Strahlen bringt. Bei Mickys funkelnder Weihnachtsparade verbreiten Micky und seine Freunde auf glitzernd dekorierten Paradewägen eine Extraportion Weihnachtsfeeling. Außerdem haben Gäste die Möglichkeit, Disney Figuren sowie – bis 25. Dezember 2023 – sogar den Weihnachtsmann persönlich zu treffen und das eine oder andere festliche Erinnerungsfoto zu schießen. Bei der Show Let's Sing Christmas! singen Gäste gemeinsam mit den berühmten Disney Charakteren fröhliche Weihnachtslieder. Aus kulinarischer Sicht wird die Weihnachtszeit in Disneyland Paris ebenfalls ein Highlight: Zauberhafte Menüs und eine Auswahl an Weihnachtsspezialitäten in den Restaurants sowie ein eigener Wintermarkt – der L'Hiver Gourmand

– halten für jeden Geschmack etwas parat. Außerdem können Gäste sich den Disney Weihnachtszauber in Form von Deko und Souvenirs ganz einfach mit nach Hause nehmen. Asha, die Heldin des neuen Disney Animationsfilms „WISH“, ist anlässlich des Kinostarts des Films bis zum 7. Januar 2024 im Park zu sehen. Am 31. Dezember 2023 bietet eine einzigartige Silvesterfeier schließlich die Möglichkeit, das Jahr vor einer einzigartigen Kulisse und in festlicher Atmosphäre mit der Familie oder mit Freunden stilvoll zu verabschieden. Dabei haben die Gäste die Wahl: Entweder bestaunen sie das spektakuläre Feuerwerk im Disneyland Park oder sie feiern im Rahmen der epischen Silvesterparty im Walt Disney Studios Park. Beide Disney Parks sind an diesem Tag bis 1:00 Uhr nachts geöffnet.

**i** Weitere Informationen unter [www.disneylandparis.com](http://www.disneylandparis.com)



Fotos: © Disney

# SeaWorld und Busch Gardens

Weihnachten bei sommerlichen Temperaturen. Bis Anfang Januar laden die Parks von SeaWorld und Busch Gardens mit ihren weihnachtlichen Events „Christmas Celebration“ und „Christmas Town“ zum gemeinsamen Feiern der besinnlichen Zeit ein.

Millionen glitzernde Lichter, festlich geschmückte Christbäume, weihnachtliche Leckereien, musikalische Darbietungen sowie Shows und Paraden mit den Figuren der Sesamstraße oder Santa Claus persönlich lassen die Freude auf die Weihnachtszeit steigen.

## Auf der Suche nach Elmos Weihnachtswunsch in SeaWorld Orlando

In SeaWorld Orlando hat die Einstimmung auf das herannahende Fest bereits begonnen. Bis zum 2. Januar können sich Besucher an der weihnachtlichen Atmosphäre rund um das Event „Christmas Celebration“ erfreuen, das den Park in ein wahres Winterwunderland verwandelt. Fans der Sesamstraße können Elmo in „Elmo’s Christmas Wish Show“ tatkräftig dabei unterstützen, seinen sehnlichsten Weihnachtswunsch zu finden oder Bibos liebsten Weihnachtsgeschichten lauschen. Auch in diesem Jahr erzählt die beliebte Aufführung „O Wondrous Night“ mit über 30 Weihnachtsliedern, lebensgroßen Puppen und auch Tieren eine einzigartige Weihnachtsgeschichte. Bei der Aufführung „Winter Wonderland on Ice“ zeigen die Protagonisten eine spektakuläre Show, während hinter der Eisfläche ein Meer aus funkelnden Bäumen und Springbrunnen bestaunt werden kann.

## Zwischen Tempo und Besinnlichkeit in Busch Gardens Tampa Bay

In Busch Gardens Tampa Bay lädt das Event „Christmas Town“ die Besucher bis zum 7. Januar zu Weihnachtsfeierlichkeiten mit hautnahen Tierbegegnungen, weihnachtlichen Schlemmereien und Adrenalinschüben ein. Funkelnde Lichter lassen den Park in festlichen Farben erstrahlen, wenn rasante Achterbahnen wie Iron Gwazi oder Serengeti Flyer mutige Parkbesucher auch in der ruhigen Weihnachtszeit herausfordern, während es bei einer Fahrt mit dem Holly Jolly™



Fotos: © SeaWorld

Express gemächlicher zugeht. In der festlich geschmückten Lokomotive sind Gäste dazu eingeladen gemeinsam Weihnachtslieder zu singen, während sie Tiere wie Giraffen oder Nashörner aus nächster Nähe in Augenschein nehmen.

## Filmische Weihnachtsabende in Aquatica Orlando

In Orlando's Wasserpark Aquatica können sich Badegäste tagsüber in die Fluten der Pools stürzen oder in Cabanas relaxen und sich in den Abendstunden allmählich in weihnachtliche Stimmung versetzen. Mit Riptide Race verfügt

Aquatica über die weltweit größte Wasserrutsche, bei der sich zwei Teams miteinander messen, ehe es mit einsetzender Dunkelheit gemütlicher zugeht. Bis zum 23. Dezember veranstaltet der Park jeden Samstagabend seine populären Strandnächte. Unter freiem Himmel können die Badegäste einen familienfreundlichen Weihnachtsfilm schauen und an den Bars köstliche Speisen und klassische Snacks wie frisches Popcorn oder auch Cocktails genießen.

**i** Weitere Informationen:  
[buschgardens.com](http://buschgardens.com)  
[seaworld.com](http://seaworld.com)



# Geschenktipps für Weihnachten



Das Wichtigste beim Schenken ist, dass der Beschenkte wirklichen Freude dran hat. Also ist Schenken so viel mehr als nur „etwas“ zu kaufen. Ein paar Tipps zur Anregung ...



## Beauty Embassy

Wohltuende Last-Minute-Geschenke findet man zur schönsten Zeit des Jahres in der BEAUTY EMBASSY. Mit individuell wählbaren Gutscheinen für verschiedene Beauty-Behandlungen oder für eine umfassende Hautanalyse schenkt man seinen Liebsten eine erholsame Auszeit und einen Boost der natürlichen Schönheit. Alle Informationen über die BEAUTY EMBASSY sind unter [beauty-embassy.at](http://beauty-embassy.at) zu finden.



## CEWE

Mit den CEWE Fotogeschenken können die schönsten und berührenden Momente festgehalten werden – ideal als individuelles Geschenk, das von Herzen kommt. Von kurzfristigen CEWE Sofortfotos und CEWE-Gutscheinen bis hin zum klassischen CEWE Fotobuch, oder Fotogeschenke wie dem CEWE-Zwilling-Thermobecher. Die CEWE-Produkte sind auf [www.cewe-fotoservice.at](http://www.cewe-fotoservice.at) erhältlich.



## Achselkuss – der Name ist Programm

Naturkosmetik-Deos gibt es mittlerweile viele, doch als Eva Immervöll 2016 die natürliche Deocreme ACHSELKUSS aus der Taufe hob, war sie ihrer Zeit voraus. Zahlreiche Duftrichtungen und Produktentwicklungen später löst sie nach wie vor verlässlich ihr Versprechen ein: KundInnen verlassen sich auf die bewährten Rezepturen und Produkte, die umweltfreundlich und nachhaltig in Österreich produziert werden. Schlicht, weil ACHSELKUSS wirkt verlässlich auch bei Sport und anderen schweißtreibenden Tätigkeiten. [www.achselkuss.at](http://www.achselkuss.at)



## Parsa Beauty

PARSA Beauty ist ein deutsches Familienunternehmen mit Hauptsitz in Sinsheim, Baden-Württemberg, und steht seit mehr als 35 Jahren für exklusive, innovative und qualitativ hochwertige Hair- und Beautytools sowie Accessoires. Besonders die PARSA Babylinie ist maßgeschneidert für die Bedürfnisse von kleinen Kindern. Seien es die „Antizip“-Bürsten oder die Ringnagelfeile für Babynägel, die die Nagelschere und somit viele Weinausbrüche abgelöst hat. [www.parsa-beauty.de](http://www.parsa-beauty.de)



### Edle Düfte von Penhaligon's

Die wunderbare Welt der Penhaligon's Düfte und die wunderschönen Flakons machen dieses Parfüm zu einem edlen Geschenk. Wohlbekannte Klassiker wie „The Favourite“ oder „Blenheim Bouquet“ aus der British Tales Kollektion, die einzigartigen olfaktorischen Kompositionen mit den wunderschönen Flakons der British Tales Kollektion und die neuen Düfte THE OMNISCIENT MR THOMPSON und SOLARIS laßen die Herzen der Fans großartiger Parfümkünste höherschlagen. In Österreich gesehen bei Nägele&Strubell, sowie online: [www.penthaligons.com](http://www.penthaligons.com)



### Wiens Kulinarischer Geheimtipp: Die Spelunke

Feinschmecker und Gourmet-Fanatiker finden ihr Kulinarikhightlight in der SPELUNKE. Zu Weihnachten tischt die Genießer-Adresse im urbanen Interior für die gesamte Familie fein auf: Saisonale Gerichte vom Fleisch, Fisch oder vom Gemüse kommen mit viel Geschmack, Fingerspitzengefühl und Liebe zum Detail auf den Teller. Die SPELUNKE ist unter [www.spelunke.at](http://www.spelunke.at) zu finden.



### Sluka – die Konditorei mit Tradition

Die Vorweihnachtszeit in der Konditorei Sluka ist alljährlich ein Fest für die Sinne. Die Fassade der Traditionskonditorei verzaubert jedes Jahr die Kärntner Straße und durch die Konditorei strömt der unwiderstehliche Duft von Weihnachtskekzen. Die Meisterkonditoren in den hauseigenen Backstuben verstehen es, diese Köstlichkeiten nach überlieferten Rezepten und mit den hochwertigsten Zutaten zu kreieren. Jedes einzelne Vanillekipferl wird hier sorgfältig von Hand geformt und jeder Keks erhält eine liebevolle Verzierung bis ins kleinste Detail. Ob es sich um Stollen oder Lebkuchen handelt – das Weihnachtssortiment der Konditorei Sluka verleiht den Feiertagen eine besondere Süße, wie selbst gemacht. [www.sluka.at](http://www.sluka.at)



### Ältestes Restaurant Europas: St. Peter Stiftskulinarium

Die schönsten Geschenke sind Erinnerungen mit unseren Liebsten! Ein Gutschein für einen Besuch im St. Peter Stiftskulinarium sorgt daher an Weihnachten garantiert für strahlende Augen. Geschmackskunstwerke und die legendäre Atmosphäre der besonderen Salzburger Location machen einen Besuch im ältesten Restaurants Europas unvergessen. Tipp: Das festliche Weihnachtsmenü am 25. & 26. Dezember und das Silvester-Menü am 31. Dezember sind die kulinarischen Höhepunkte der Festtage. [www.stpeter.at](http://www.stpeter.at)



### Theatererlebnis

Bereits zum 5. Mal startet das THEATER IM PARK am Belvedere, die Freiluftbühne im unvergleichlich schönen Schwarzenberggarten mit dem Vorverkauf für 2024. Von Mai bis September 2024 werden wieder hochkarätige Künstlerinnen und Künstler das interessierte Publikum im Park willkommen zu heißen. Das vielfältige Programm punktet mit Stars aus Kabarett, Comedy, Klassik, Jazz, Wienerlied, Musical, Literatur, Philosophie und mit der Fortsetzung des „Dauerbrenners“, die Eigenproduktion „Sommernachtstraum“. Tickets für die genannten Veranstaltungen sind ab sofort auf [theaterimpark.at](http://theaterimpark.at) erhältlich.



# 92% feiern das Nikolausfest

Einer aktuellen Studie zufolge, die MindTake im Auftrag von Amazon unter 264 österreichischen Familien im Oktober 2023 durchgeführt hat, feiern 92% aller österreichischen Familien mit ihren Kindern das Nikolausfest.



© Maximilian Lottmann

## 93% der 4-jährigen Kinder glauben an den Nikolaus

Die Studie ergab weiterhin: Insgesamt 80% der Eltern sind davon überzeugt, dass ihre Kinder noch an den Nikolaus glauben. Vor allem bei kleineren Kindern ist dieser Wert höher (93% der 4-jährigen). Sie sind ebenfalls der Ansicht, dass der Unterschied zwischen Nikolaus und Weihnachtsmann der Mehrheit der Kinder bekannt ist. Vor allem den Älteren (94% der 6-jährigen, aber nur 59% der 3-jährigen). Dies bestätigt sich auch bei der direkten Befragung der 4–7-jährigen Kinder: 88% der Kinder erkennen bei einer Gegenüberstellung von Fotos vom Weihnachtsmann und Nikolo eindeutig den Bischof. Als Unterschiede zwischen

den beiden Rauschbärtigen älteren Herren geben die Kinder vor allem an, dass der Weihnachtsmann zu Weihnachten und der Nikolaus am Nikolaustag kommt (65%). Für 64% sind die äußeren Erkennungsmerkmale augenscheinlich: Bischofsstab und Bischofshut versus Zipfelmütze.

## Nikolaustradition zwischen Tradition und zeitgemäßer Pädagogik

77% der Kinder geben an, dass der Nikolaus kommt, um die lieben Kinder zu beschenken. Nur 23% der Kinder glauben, dass er die unartigen Kinder ermahnen möchte. Der Brauch wird von der Mehrheit der befragten Elternteile

als positiv bewertet. Dabei steht die Tradition im Vordergrund: Dies wurde bei über 64% bereits von den (Groß-) Eltern so vermittelt und wird auch von der Mehrheit (60%) noch als zeitgemäß wahrgenommen. 53% der Eltern geben ihren Kindern unabhängig vom Verhalten Geschenke zum Nikolausfest und 25% verzichten auf „Lob und Tadel“, um die Verhörssituation der Kinder zu vermeiden. Der Heilige Nikolaus als Erziehungshelfer hat offensichtlich ausgedient.



## Basteltipp zur Weihnachtszeit: Das Milka Schokohaus

Das Milka Schokohaus versetzt in eine Welt, in der das gemeinsame Schokohausbauen zum unvergesslichen Erlebnis wird. Vom ersten Pinselstrich geschmolzener Schokolade bis zur liebevollen Verzierung ermöglicht das Schokohaus, die eigene Kreativität auszuleben und schafft Erinnerungen für alle Generationen. Auch zweifach Mama Christine Reiler betätigte sich begeistert als Baumeisterin.

[schokohaus.milka.at](http://schokohaus.milka.at)

# Die Hofküche: Gesund und preisbewußt

*Frisch, saisonal, regional, nachhaltig – diese Begriffe sind für Veronika Brudl seit jeher die unverzichtbare Basis ihrer persönlichen Hofküche. Und viele der Zutaten für ihre Gerichte stammen aus dem eigenen Küchengarten am heimischen Hof in Lochen im oberösterreichischen Inntal. Natürlich in Bioqualität!*



Veronika Brudl

**Veronikas  
Hofküche**

260 Seiten, durchgehend farbig bebildert,  
21 x 26 cm, Hardcover,  
ISBN 978-3-7025-1102-9

€ 35,-

Ihre Hofküche funktioniert auch bestens in jedem Privathaushalt: Nichts wird verschwendet. Rezepte werden saisonal angepasst, je nachdem, was gerade frisch verfügbar ist. Unaufgeregt und wie selbstverständlich werden traditionelle Rezepte mit „modernen“ Zutaten kombiniert. Das Buch sollte in keiner Küche fehlen.

## Kräutercremesuppe

4 Personen

1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehen  
2 Erdäpfel  
750 ml Gemüsefond  
Öl zum Anbraten oder Wasser mit selbst gemachter Suppenwürze  
2 Handvoll Kräuter (ca. 100 g) wie etwa Bärlauch, Rucola, Spinat, Petersilie oder eine Mischung  
250–300 ml Schlagobers  
Salz, Pfeffer  
Sauerrahm, Brotwürfel und Sprossen zum Garnieren  
Statt Kräuter können auch „Reste“ wie Radieschenblätter oder Karottengrün verwendet werden

Zwiebel schälen und fein würfeln. Erdäpfel waschen, schälen und in Stücke schneiden. Öl in einem mittelgroßen Topf erhitzen und Zwiebel und Erdäpfel darin anbraten. Mit dem Gemüsefond ablöschen. Die Suppe etwa 20 Minuten zugedeckt köcheln lassen, bis die Erdäpfel gar sind. Die Kräuter in Streifen schneiden und mit dem Schlagobers der Suppe beigegeben. Beides noch etwa 2 Minuten mitköcheln lassen. Die Suppe mit einem Pürierstab fein mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls die Suppe zu dickflüssig ist, einfach noch mit etwas Wasser oder Schlagobers verdünnen. Wenn man die Suppe ohne grüne „Flanker!“ möchte, kann man sie anschließend noch durch ein Sieb passieren. Zum Servieren mit einem Klecks Sauerrahm, gerösteten Brotwürfeln und vielleicht ein paar selbst gezogenen Sprossen garnieren.

## Resteauflauf

### „Die ganze Woche“

Je nach Belieben kann man hier verschiedenste Essensreste verwerten. Beilagenkartoffeln genauso wie den kleinen Reisrest vom Vortag oder eine Portion übrig gebliebene Spaghetti – gerne auch mit der Sauce. Und wie oft passiert es, dass ein kleiner Rest Topfen oder Sauerrahm im Becher zurückbleibt – auch der ist in diesem Auflauf genau richtig!

#### 4 Personen

150 g Wurst-/Fleischreste (vom Grillen, Rest vom Leberkäse, Bratenreste, etc.)  
300 g Nudeln, Erdäpfel, Reis, Einkorn-/Dinkelreis und/oder Spätzle (falls vorhanden: 150 g übriges angebratenes oder gedünstetes Gemüse – oder frisches Gemüse mit kurzer Gardauer)  
150g Sauerrahm, Topfen und/ oder Crème fraîche  
80 g geriebene Käsereste (falls noch ein Stück Mozzarella oder Schafkäse da ist, kann man das hier genauso verwenden!)  
2 Eier  
Eine Handvoll frische oder gefrorene, gehackte Kräuter  
Salz und Pfeffer

Wurst-/Fleischreste zerkleinern, Nudeln gegebenenfalls auch zerkleinern (z.B. Spaghetti). In einer großen Schüssel alle Zutaten gut vermischen (vom Käse nur die halbe Menge) und noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Masse in eine befettete Auflaufform füllen und mit dem restlichen Käse bestreuen. Bei 180° C Heißluft circa 30 Minuten backen. Mit frischem Blattsalat servieren.

## Ruck-Zuck-Fruchteis

400 g gefrorene Früchte (Himbeeren, Heidelbeeren, Erdbeeren oder Marillen ... – wichtig ist, dass größere Früchte vor dem Einfrieren in kleine Stücke geschnitten werden!)  
4 EL Staubzucker (oder nach Belieben)  
ca. 150 ml Schlagobers oder Naturjoghurt (oder nach Bedarf)

Früchte und Zucker in einem Multizerkleinerer so lange mixen, bis die Früchte gut zerkleinert sind. Dann nach und nach so viel Schlagobers oder Joghurt zugeben, bis die Konsistenz einem Eis gleicht. Nicht zu viel Flüssigkeit auf einmal zugeben, sonst wird das Eis schnell zu weich – schmeckt aber dann trotzdem noch fein. Das Eis sofort genießen! Wenn man es noch einmal einfriert, wird es hart und ist nicht mehr cremig.



# Vom Frühstück bis zum Mitternachtssnack

100 Rezepte für den ganzen Tag. Im Buch „Vierundzwanzigsieben kochen“ gibt Tim Mälzer einen Einblick, wie er zu Hause kocht. Schnelle alltagstaugliche Rezepte, produktbezogen, häufig fleischarm, abwechslungsreich und leicht umsetzbar.



Weintrauben in Scheiben schneiden. Petersilie fein hacken. Essig und 4 EL Öl verrühren. Petersilie und Weintrauben untermischen und die Vinaigrette mit Salz und Pfeffer würzen. Radicchio putzen, waschen, längs halbieren und trocken tupfen. Eine Grillpfanne erhitzen. Die Radicchio-Hälften mit dem restlichen Öl beträufeln und in der Pfanne 2–3 Minuten auf jeder Seite braten. Dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Radicchio auf Tellern anrichten, mit der Vinaigrette beträufeln und mit den Haselnussblättchen bestreut servieren.

## Tagliatelle mit Garnelen-Bolo

Für 4 Portionen

Zeit: 1 Stunde 10 Minuten

16 Garnelen mit Kopf und Schale  
4 Knoblauchzehen  
10 g Ingwer  
1 Stiel glatte Petersilie  
8 EL Olivenöl  
1,5 EL Tomatenmark  
150 ml trockener Weißwein  
4 Stiele Basilikum  
1/2 TL Fenchelsaat  
1 Streifen Bio-Zitronenschale  
12 Kirschtomaten  
1/2 rote Pfefferschote  
Salz  
Pfeffer  
400 g Tagliatelle  
1 EL kalte Butter  
1 TL abgeriebene Zitronenschale

Klar gedachte Gerichte für die ganze Familie. Tim Mälzer verrät Abkürzungen und Küchentechniken, die universal anwendbar sind und zu Gerichten mit Gelinggarantie führen. Rezepte ohne Pseudokreativität, dafür aber mit Mälzer-Twist und echtem Geschmack.

Er beginnt mit Frühstück und kocht sich durch den Tag bis zum nächtlichen Snack für den Heißhunger nach der Party. Dabei sind auch Rezeptanleitungen für den Vorrat, Feiern oder den spontanen Gästebesuch. Circa 100 Rezepte mit kleinen Texten und Anekdoten über Tims liebste Esserlebnisse.

## Gegrillter Radicchio

Für 4 Portionen

Zeit: 20 Minuten | vegan

4 EL Haselnussblättchen  
200 g rote Weintrauben  
2 Stiele glatte Petersilie  
2 EL weißer Balsamessig  
6 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
2 Köpfe Radicchio  
Tardivo oder Trevisano

Haselnussblättchen in einer Pfanne ohne Fett anrösten und abkühlen lassen.

Garnelen abspülen, abtropfen lassen, schälen und Köpfe abtrennen. Garnelenschalen und Köpfe grob klein schneiden. Knoblauchzehen andrücken. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Petersilie klein schneiden. 3 EL Öl in einem weiten Topf erhitzen. Garnelenschalen und -köpfe darin 3–4 Minuten unter Rühren anrösten. Tomatenmark zugeben und 5 Minuten mitrösten. Mit Wein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. 2 Stiele Basilikum, Fenchelsaat und Zitronenschale zugeben, knapp mit kaltem Wasser bedecken und offen aufkochen. Dann bei milder Hitze 10 Minuten ziehen lassen.



Inzwischen die Garnelen am Rücken längs einschneiden, entdarmen, abspülen, trocken tupfen und mittelfein hacken. Tomaten, Pfefferschote und restlichen Knoblauch getrennt klein hacken. Sauce durch ein feines Sieb passieren. 4 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Gehackte Garnelen darin krümelig braten. Knoblauch und Pfefferschoten zugeben und 1–2 Minuten unter Rühren mitbraten. Tomaten und 300 ml Garnelenfond zugeben und bei mittlerer Hitze 8–10 Minuten sämig einkochen lassen.

Dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Pasta nach Packungsanweisung in kochendem Salzwasser bissfest garen. Dann in ein Sieb abgießen und dabei 150 ml Nudelwasser auffangen. Restliche Basilikumblätter abzupfen. Pasta, Butter und Zitronenschale zur Sauce geben, ggf. etwas Nudelwasser zugießen und 1–2 Minuten unter Rühren fertig garen. Mit dem restlichen Öl beträufeln und mit Basilikum bestreut servieren.  
Tipp: Den restlichen Garnelenfond fürs nächste Mal einfrieren.

### Zitronen-Cheesecake im Glas

Für 4 Gläser  
Zeit: 25 Minuten  
plus 4 Stunden Kühlzeit  
vegetarisch

Boden:  
40 g Butter  
100 g Vollkorn-Butterkekse  
Creme:  
2 Bio-Zitronen  
200 g Konditorsahne  
1 Pk. Sahnesteif  
1 Pk. Vanillezucker  
240 g Doppelrahm-Frischkäse  
200 g Magerquark  
80 g Puderzucker  
200 g Blaubeeren  
100 g Lemon Curd

Die Butter in einem Topf schmelzen. Die Butterkekse in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz zerdrücken oder kurz im Mixer zerkleinern. Die Brösel mit der geschmolzenen Butter mischen. Die Masse auf 4 Gläser verteilen, andrücken und kaltstellen. Von den Zitronen die Schale abreiben und 80 ml Saft auspressen. Sahne mit Sahnesteif und Vanillezucker steif schlagen. Frischkäse, Quark, Puderzucker, Zitronenschale und -saft zugeben und mit den Quirlen des Handrührers 2 Minuten gut unterrühren. Zuerst die Blaubeeren und dann die Creme auf den Keksboden in die Gläser füllen. Lemon Curd glatt rühren, auf der Creme verstreichen und mindestens 4 Stunden kaltstellen.



Tim Mälzer  
**Vierundzwanzigsieben kochen**  
Mit über 100 Rezepten  
Gebundenes Buch,  
Pappband, 272 Seiten,  
4-farbig, ca. 120 Fotos  
Mosaik Verlag  
ISBN 978-3-442-39415-9  
€ 28,80



# Die ewige Suche nach dem Glück und wo wir es finden

*USA Ende November 1846: die Geschichte deutscher Auswandererfamilien bei der Donnerpassüberquerung in der Sierra Nevada, die in einer menschlichen Tragödie endet, zeigte schon damals, was auch heute nach Corona in vielen Studien nachgewiesen wurde: Der starke Zusammenhalt von Familien sicherte das Überleben.*

Wie Frank Schirmmayer in seinem vielbeachteten Werk „Minimum“ schreibt, kommt der Anthropologe Donald Grayson bei seinen Studien über die Tragödie am Donnerpass zum Schluss, dass

je größer die Familie war, desto größer war die Überlebenschance des Einzelnen. Familien, so schlussfolgert Schirmmayer, waren der Garant fürs Überleben.

Dass Familien durch gegenseitige Hilfestellungen, dem Sorgen für leibliches und seelisches Wohl bessere Überlebenschancen haben, ist einleuchtend, aber sind Menschen, die in Familien



© G-Stock Studio | shutterstock.com

leben auch glücklicher als „Einzelkämpfer“ oder die von vielen Medien gehypten Singles?

Die nächste Frage, die sich stellt, wie kann man Zufriedenheit und Glück überhaupt messen, anhand welcher Indikatoren kann die Lebenszufriedenheit festgestellt werden?

Mag. Alexandra Wegscheider-Pichler von der Statistik Austria betonte in einem Vortrag beim Österreichischen Institut für Familienforschung, dass die Messung von Glück subjektiv und mehrdimensional ist, da verschiedene Einflussfaktoren wie die individuelle und sozioökonomische Stimmung einberechnet werden müssen. Interessanterweise war die allgemeine Lebenszufriedenheit

auf einer Skala von 0–10 bei der befragten Bevölkerung ab 16 Jahre im Jahr 2020, also zu Beginn der Coronazeit am höchsten mit 8,1 Punkten. Bemerkenswert auch, dass die allgemeine Zufriedenheit 2022 bei Familien mit mindestens zwei Kindern einen Höchststand von 8,2 Punkte verzeichnete. Noch aussagekräftiger ist die Studie über Adult Development der Harvard Universität, die bereits seit 1938 die Lebenszufriedenheit von ausgewählten Familien, heute bereits teilweise in der dritten Generation, abfragt. Es wurden Tausende von Fragen gestellt und Hunderte von Messungen vorgenommen, um festzuhalten, was den Menschen wirklich gesund erhält und glücklich macht. „In all den Jahren der Studie hat sich ein Faktor als absolut entscheidend für die körperliche Gesundheit, die psychische Gesundheit und die Lebensdauer erwiesen“, so einer der Mitautoren der Studie, der Psychiater Robert Waldinger. Und dieser Faktor ist im Gegensatz zu dem, was wahrscheinlich viele Menschen glauben, nicht der berufliche Erfolg, die regelmäßige Bewegung oder die gesunde Ernährung. Damit wir uns nicht missverstehen: Diese Dinge sind wichtig, sogar sehr wichtig. Doch eines ist noch wichtiger: Erfüllende Beziehungen.“

### Was bedeutet Glück?

Waldinger unterscheidet zwischen dem Begriff „Eudaimonia“, einem Zustand tiefsten Wohlbefindens und der Glückseligkeit, in dem der Mensch das Gefühl hat, sein Leben habe einen Sinn und ein Ziel. Und der „Hedonia“, aus dem sich der Begriff des Hedonismus ableitet und für das flüchtige Glück verschiedener sinnlicher Freuden steht. Wenn Menschen vom glücklich sein erzählen, ist der Psychiater überzeugt, meinen sie immer das eudaimonische Glück. Und dieses, so sagen es uns die Ergebnisse von 84 Jahren Harvard Studien findet sich in erfüllten Beziehungen in der Familie. Im krassen Gegensatz dazu ist zu beobachten, dass die Einsamkeit in unserer digital vernetzten Welt immer mehr zunimmt. Waldinger spricht sogar vom Gespenst der Einsamkeit und sozialen Isolation.



Umso wichtiger sei es, herzliche und enge Beziehungen einzugehen um „uns vor den Pfeilen und Schleudern des Lebens und Älterwerdens zu schützen“. Die Studie kommt auch zu dem Schluss, dass die Menschen, die mit 50 Jahren am zufriedensten in ihren Beziehungen waren, mit 80 die sowohl geistig als auch körperlich gesündesten sind. Die „Suche“ nach dem Glück führt uns unweigerlich auch zu der Frage, ob die Grundlage eines glücklichen Lebens ist, viel Geld zu besitzen. Augenscheinlich „ja“, aber alle Studien weisen darauf hin, dass Glück nicht mit Geld gekauft werden kann, zu mindestens nicht das eudaimonische Glück. Als Lebensbilanz nannten die Befragten im hohen Alter in der Harvard Studie nie ihre Erfolge im Beruf oder ihr Einkommen, sondern bezeichneten sich als glücklich, weil sie ihre goldene Hochzeit feiern durften und mit Stolz auf Kinder und Enkelkinder blicken konnten. Als Konsequenz dieser Aussage plädieren die Studienleiter der Harvard Studie in ihrem Buch für soziale Fitness oder anders ausgedrückt für die sorgsame Pflege unserer Beziehungen. Auch wenn in der Studie aufgezeigt wird, dass das Zusammenleben in einer Familie durchaus komplex ist, so bringt es die Aussage eines Befragten auf den Punkt, als er zu seinem Neffen sagt: „Ich weiß, dass du stinksauer bist. Aber denke immer daran, dass niemand sich je mehr um dich sorgen wird als deine Eltern.“

# Neue Werte 2024 für Familienleistungen

Die gute Nachricht zuerst: Seit 2023 werden Familienbeihilfe, Kinderbetreuungsgeld und viele andere Familienleistungen jedes Jahr automatisch an die Inflation angepasst. Damit verlieren die Beträge nicht an Wert. Die Erhöhung beträgt 9,7 Prozent für das Jahr 2024.

## Familienbeihilfe

Alterstafel	2023	Neu ab 1. 1. 2024
Bis zum vollendeten 3. Lebensjahr	€ 120,60	€ 132,30
Ab dem vollendeten 3. Lebensjahr	€ 129,00	€ 141,50
Ab dem vollendeten 10. Lebensjahr	€ 149,70	€ 164,20
Ab dem vollendeten 19. Lebensjahr	€ 174,70	€ 191,60

## Zusätzlich Altersstaffel pro Kind

Für 2 Kinder	€ 7,50	€ 8,20
Für 3 Kinder	€ 18,40	€ 20,20
Für 4 Kinder	€ 28,00	€ 30,70
Für 5 Kinder	€ 33,90	€ 37,20
Für 6 Kinder	€ 37,80	€ 41,50
Für jedes weitere Kind	€ 55,00	€ 60,30
Mehrkindzuschlag	€ 21,20	€ 23,30
Zuschlag für 1 erheblich behindertes Kind	€ 164,90	€ 180,90
Schulstartgeld	€ 105,80	€ 116,10

## Kinderbetreuungsgeld

Das Taggeld von 35,85 Euro wird um 3,48 Euro erhöht und beträgt ab 2024 dann 39,33 Euro. Die Gesamtsumme steigt – wenn beide Elternteile beziehen – von 16.348 Euro auf 17.935 Euro. Es ist dies die zweite Erhöhung seit der Einführung vor 21 Jahren.

Der Familienzeitbonus wurde mit 1. August 2023 verdoppelt und beträgt ab 2024 rund 1.645 Euro pro Monat. Er wurde 2017 eingeführt und gilt für erwerbstätige Väter, die Familienzeit in Anspruch nehmen und ihre Erwerbstätigkeit innerhalb der ersten drei Monate ab der Geburt für einen Monat unterbrechen.

Der Kinderabsetzbetrag wird gemeinsam mit der Familienbeihilfe ausbezahlt und beträgt 2024 67,80 Euro.

Das Schulstartgeld wird für Kinder zwischen 6 und 15 Jahren gewährt. Es wurde 2011 eingeführt und betrug elf Jahre lang 100 Euro. 2024 beträgt es 116 Euro.

Der Mehrkindzuschlag wird für jedes dritte und weitere Kind zusätzlich zur Familienbeihilfe gewährt und muss über die Arbeitnehmerveranlagung beantragt werden. Er wurde 2011 von 36 Euro auf 20 Euro pro Kind und Monat gekürzt. 2024 beträgt er 23,30 Euro.

Auch die Absetzbeträge für Alleinverdiener und Alleinerzieher und der Unterhaltsabsetzbetrag wurden entsprechend erhöht.



© CalypsoArt | shutterstock.com

# Das war die Ferienbetreuung 2023

*Family Business durfte auch heuer wieder bei IKEA, dem Umweltbundesamt, der NÖ Landesregierung sowie bei der Firma Doppelmayr in Vorarlberg Kinder betreuen.*

Weiters haben wir die Österreichische und die Wiener Ärztekammer, die Viena und die Barmherzigen Brüder sowie das Neuner Haus und die Wirtschaftskammer Wien bei punktuellm Kinderbetreuungsbedarf unterstützt. Uns ist wichtig, dass Kinder besonders in den

Sommerferien vor allem Spaß haben, sich viel in der Natur bewegen beim Schwimmen, Wandern und Spielen. Kinder sollen nicht immer frontal „bespaßt“ werden, sondern selbst Kreativität entwickeln. Im Museum der Illusionen, wurden die Kinder zu kleinen Illusionisten. Ein

Kopf am Teller gefällig? Kein Problem. Ein Insektenhaus basteln oder ein Boot aus Treibholz hat die Kinder begeistert. Aber auch der Ausflug ins Pic Art Museum, wo eine augenscheinlich gefährliche Fahrt am Waggon des Riesenrades als Beweis dient.





# Achtung: Karenzzeit gekürzt

*Karenzzeit für Geburten ab 1. November 2023 gekürzt: Der Anspruch auf die bisherigen 24 Monate arbeitsrechtliche Karenz (nicht der Bezug des Kinderbetreuungsgeldes) bleibt nur dann erhalten, wenn der andere Elternteil (in der Regel der Vater) mindestens zwei Monate der Karenzzeit übernimmt.*

Dadurch soll eine gerechtere Aufteilung von Betreuungs- und Pflegeaufgaben zwischen Männern und Frauen geschaffen werden, begründet die Politik diese Kürzung der Karenzzeit.

Die Karenzzeit beginnt frühestens im Anschluss an die Mutterschutzfrist. Ausgenommen von der neuen Regelung sind Alleinerzieherinnen und Familien, in denen der andere Elternteil keinen Karenzanspruch hat (z.B. Selbstständige oder Arbeitslose).

Diese Regelung ist bereits in Kraft und betrifft Geburten ab dem 1. November 2023. Für diese Geburten endet die Karenz mit dem Ablauf des

22. Lebensmonats des Kindes statt mit dem 2. Geburtstag.

Väter die mindestens einen Monat Familienarbeit leisten erhalten ab 2024 rund 1.645 Euro monatlich „Familienzzeitbonus“. Wenn ein Rechtsanspruch auf Elternteilzeit besteht – Voraussetzungen dafür sind etwa 3 Jahre Firmenzugehörigkeit und dass der Betrieb mehr als 20 Personen beschäftigt – kann diese innerhalb eines Rahmenzeitraumes bis zum 8. Geburtstag des Kindes in Anspruch genommen werden – für maximal sieben Jahre. Da diese Materie sehr kompliziert ist, wird eine Beratung z.B. bei der Arbeiterkammer empfohlen.

Seit 1. November 2023 besteht ein Freistellungsanspruch zur Pflege naher Angehöriger – darunter fallen Eltern, Kinder, Großeltern oder Enkelkinder – auch dann, wenn kein gemeinsamer Haushalt mit den Pflegebedürftigen besteht. Außerdem besteht ein Anspruch auf Freistellung zur Pflege von Personen, die im gemeinsamen Haushalt leben, auch wenn diese keine nahen Angehörigen sind. Das gilt beispielsweise für Geschwister.

Neu ist auch ein Diskriminierungsverbot bei Elternkarenz, Pflegefreistellung und anderen Freistellungen aus familiären Gründen, auch wenn der Diskriminierungsgrund Geschlecht nicht vorliegt.

**Susanne Raab:**

## Väterorientierte Unternehmenspolitik holt Väter in die Familie

*Das Netzwerk „Unternehmen für Familien“ präsentierte im Rahmen eines Partnertages die Initiative „Unternehmen für Väter – Gemeinsam besser vereinbaren.“*

Zusammen mit Bundesministerin MMag. Dr. Susanne Raab und Expertinnen und Experten wurde darüber diskutiert, was Unternehmen tun können, um eine bessere Vereinbarkeit von Familie & Beruf insbesondere in Hinblick auf eine aktive Vaterschaft zu fördern.

„Es gibt eine Reihe von Maßnahmen, damit die Väterbeteiligung in Österreich erhöht wird. Eine entscheidende Rolle kommt dabei den Unternehmen zu, denn eine familienfreundliche Unternehmenskultur trägt maßgeblich dazu bei, dass

Familie und Beruf besser miteinander vereinbart werden können. Je mehr Unternehmen familienfreundlich sind und entsprechende familienfreundliche Rahmenbedingungen schaffen, desto eher werden sich auch die Väter an der partnerschaftlichen Aufteilung der Betreuungszeiten beteiligen.

### Was zeichnet eine väterorientierte Unternehmenspolitik aus?

Wer die Väterfreundlichkeit im Unternehmen stärken möchte, kann in erster

Linie konkrete Maßnahmen wie Teilzeitangebote und flexible Arbeitsmodelle anbieten. Damit diese auch tatsächlich angenommen werden, ist es wichtig, die Mitarbeitenden und besonders auch die Väter zu informieren, also diese Angebote so zu formulieren und öffentlich zu machen, dass sie auch bei Männern ankommen. Und nicht zuletzt bedarf es einer glaubwürdigen Unternehmenskultur, die möglichen Hemmungen und Ängsten vor etwaigen Konsequenzen infolge der aktiven Vaterschaft mit Vertrauen und Offenheit begegnet.

# Ravensburger Geschenketipps zu Weihnachten

*Alle Jahre wieder startet die Suche nach den passenden Geschenken,  
mit denen man den Liebsten eine Freude bereiten kann.*



## Pelles putzmuntere Motorikschleife

Rot leuchten die Früchte am Apfelbaum des Häschens Pelle. Wer hilft ihm, die Äpfel zu ernten und seine drei Freunde in den Teich springen zu lassen? Gar nicht so einfach für kleine Kinderfinger, die Kugeln und Scheiben aus feinem Holz entlang der beiden gewundenen Drahtschleifen durch den Baum zu führen. Für Kinder ab zwölf Monaten um 24,99 Euro (UVP) im Handel erhältlich.



## GraviTrax Junior Starter-Set XXL Planet

Jetzt gibt es den Spaß mit dem Kugelbahn-Bauen schon für die Kleinsten: Das Starter-Set XXL „Planet“ liefert mit Bodenplatte, verschiedensten Bauteilen und ersten Action-Elementen alles, was Kinder ab drei Jahren brauchen, um sich eine kreative Bahn selbst zu bauen. Die Bauteile und Kugeln darin sind speziell auf die Bedürfnisse kleinerer Kinder abgestimmt. Für Kinder ab drei Jahren für 99,90 Euro (UVP) im Handel erhältlich.



## Aquadoodle® „Little Artist“

Die XXL-Matte im Aquadoodle® Set „Little Artist“ bietet Kindern ab zwei Jahren ein wahres Eldorado zum Malen und Gestalten. Die bunten Graffiti am Rand und reichlich Platz in der Mitte laden sie ein, sich mit dem Wasser-Stift, drei Formstempeln und einer Schablone kreativ auszutoben. Für Kinder ab zwei Jahren für 47,99 Euro (UVP) im Handel erhältlich.



## Kakerlakak – Die turbulente Jagd im Hellen & Dunkeln

Zum zehnjährigen Jubiläum leuchtet „Kakerlakak“ im Dunkeln! Bei der Tag- und Nacht-Ausgabe des beliebten

Kinderspieleklassikers sind sowohl die elektronische Kakerlake als auch Würfel, Besteck und Fallen mit nachleuchtender Farbe versehen. Zuerst findet die turbulente Jagd auf die Kakerlake wie gewohnt im Hellen statt, aber dann heißt es: Licht aus! Und plötzlich flitzt der kleine HEXBUG® nano® gespenstisch durch die Küche. Für zwei bis vier Spieler ab fünf Jahren für 44,90 Euro (UVP) im Handel erhältlich.

## Ein Tipp für Mama und Papa zu Sylvester

### Last One Laughing: Wer hier nicht lacht, gewinnt!

Anlässlich der vierten Staffel der beliebten Comedy-Show „LOL: Last One Laughing“ bei Prime Video bringt Ravensburger das gleichnamige Partyspiel auf den Markt. Wie in der Show selbst gibt es für die Spieler ab 14 Jahren nur eine Regel: Wer nicht lacht, gewinnt! Wer als Letztes ein Leben übrig hat, darf sich stolz Champion von LOL nennen. Für drei bis acht Spieler ab vierzehn Jahren für 27,99 Euro (UVP) im Handel erhältlich.



# BÜCHERTIPPS

Bücher zum Verschenken und zum Selberlesen – ein bunter Mix für jeden Geschmack

© Jonas Jacobsson - unspash.com

## Ich schwimme nicht mehr da, wo die Krokodile sind

Sabine Kuegler

Sabine Kuegler wuchs im Dschungel von Westpapua auf, ihr Buch Dschungelkind wurde ein weltweiter Millionenbestseller. Mit 17 Jahren kam sie nach Europa und erfuhr einen Kultur-Clash. Heute lebt sie in Hamburg, hat Kinder, Freunde und Arbeit. Aber noch immer ist sie eine Zerrissene zwischen den Welten und der innere Kampf um ihre

Identität quält sie. Im Dschungel hatte sie gelernt, unsichtbar zu werden, um zu überleben – in der westlichen Welt muss man sichtbar sein. Sie wurde darauf trainiert, ihre Welt mit allen Sinnen wahrzunehmen, aber hier waren sie permanent überreizt. Mehrfach kehrt sie in den Dschungel zurück. Bei einer dieser Reisen erkrankt Sabine Kuegler schwer, gilt als austerapiert und unternimmt einen letzten verzweifelten Rettungsversuch. Ein Buch, das man nicht weglegen kann, sondern in einem

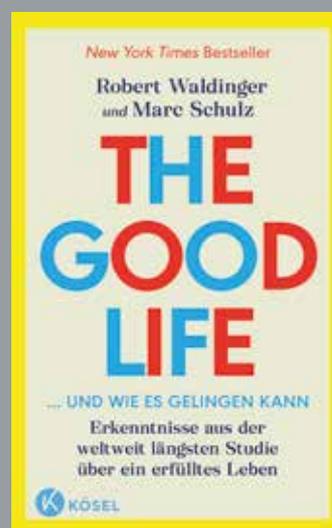
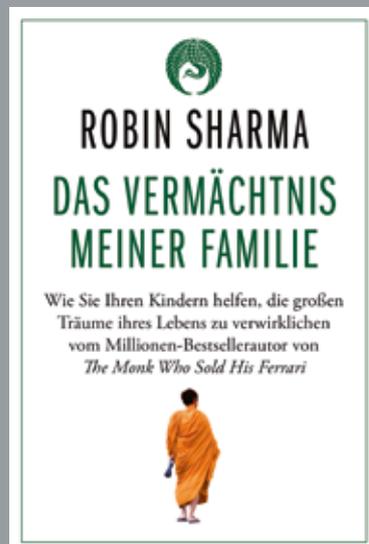
durchliest, unglaublich spannend bis zum Schluss.

320 Seiten, Hardcover  
ISBN 9783864894275  
€ 24,70

## Das Vermächtnis meiner Familie

Robin Sharma

Der Autor hält ein Plädoyer für den Wert der Familie und gibt praktikable Tipps



wie Eltern Ihren Kindern helfen können, die großen Träume ihres Lebens zu verwirklichen. Liebe, Lob, Ermunterung und Vorbild sein, sind nur einige der Eckpfeiler für ein gelungenes Familienleben.

„Das Traurigste am Leben ist nicht, dass wir sterben müssen, sondern nicht wirklich zu leben, solange wir lebendig sind.“

224 Seiten, Softcover  
ISBN 978-3-95972-641-2  
€ 18,00

## Good Life

Robert Waldinger · Marc Schulz

Herzstück des Buches ist die Harvard Study of Adult Development, ein wissenschaftliches Unterfangen, das 1938 begann und heute noch fortgesetzt wird. Die Studie hatte es sich zum Ziel gesetzt, mehr über die Gesundheit des Menschen herauszufinden, und anhand dessen, was ihm guttut. Im Rahmen dieser Studie wurden die Erfahrungen und Erlebnisse im Leben der Teilnehmenden mehr oder weniger so aufgezeichnet, wie sie gerade geschahen, von Problemen in der Kindheit über die erste Liebe bis zum Tod. Die Forschenden verfeinerten ihre Methoden im Laufe der Jahrzehnte und dehnten sich aus, sodass sie heute drei Generationen und mehr als 1300 Kinder der ursprünglichen 724 Mitwirkenden umfasst. Diese Studie entwickelt sich immer noch weiter und ist mittlerweile die längste tiefgehende Längsschnittstudie zum Leben des Menschen, die je durchgeführt wurde.

Geb. mit Schutzumschlag, 432 Seiten  
übersetzt von Ulrike Kretschmer  
ISBN 978-3-466-34770-4  
€ 24,00

## MEHR LAMETTA, SCHATZI!

Katharina Grabner-Hayden

Nach Meinung von Autorin und Kabarettistin Katharina Grabner-Hayden gibt es nur zwei Kategorien von Menschen: diejenigen, die Lametta lieben, und die, die es hassen. Die einen flüchten vor Weihnachten in die Karibik oder in ein Wellnesshotel, die anderen genießen das „Fest des Friedens und der Liebe“ – am besten aber nicht in den eigenen vier Wänden, sondern im Haus der Autorin. Laut lachen während der Lektüre ist erlaubt, und Ähnlichkeiten mit der eigenen Familie sind rein zufällig.

Weihnachtssatiren, Verlag: Kral  
222 Seiten  
ISBN: 978-3-99103-156-7  
€ 24,90

## Lieber Winter! Betrachtungen zur kalten Jahreszeit

Franziska Lipp

Der Winter ist nur auf den ersten Blick eine karge Zeit. Wer sich darauf einlässt, wird reich belohnt: mit Einblicken in naturgegebene Zyklen, aber auch ins eigene Innere. Festtage und Bräuche geben dem Winter Rhythmus und Struktur. Rituale sowie Traditionen machen die Monate November, Dezember und Jänner zu einer Zeit, in der das Innehalten und Kräftesammeln besonders gut gelingt, sofern wir es schaffen, uns der Hektik zu entziehen. Von den reifenden Hagebutten im Spätherbst bis zur Rückkehr des Lichts Anfang Februar begleiten uns Franziska Lipps Beobachtungen und Erlebnisse durch den Winter. Ihr Buch lädt ein, es immer wieder zur Hand zu nehmen, darin

zu lesen, bei den Gedanken zu verweilen und Zeit für sich selbst zu finden.

200 Seiten, Hardcover  
ISBN 978-3-7025-1091-6  
www.pustet.at  
€ 25,00

## Der Frühling ist in den Bäumen

Jana Revedin

Renina ist vierundzwanzig, Martin Heideggers jüngste Assistentin und wagt den Sprung in die Selbstständigkeit. Sie gründet die erste Frauenzeitschrift Deutschlands. In Zeiten beängstigender politischer Restauration will sie sich mit ihrer „Lady“ für ein neues Rollenverständnis der Frau einsetzen. Ein ungemein packender Roman, perfekt für kalte Wintertage.

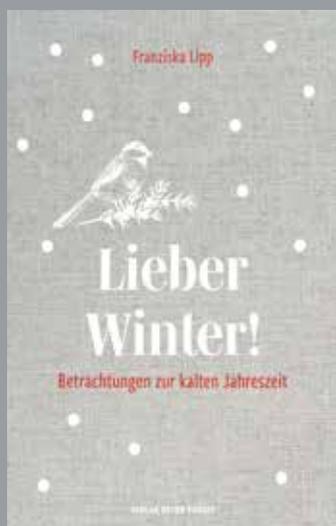
Aufbau Verlag, 250 Seiten, Hardcover  
ISBN: 978-3-351-04192-2  
€ 22,70

## Wiener Originale Prägende Persönlichkeiten einer Stadt

Michael Horowitz

„Wie schön wäre Wien ohne Wiener“ – Georg Kreisler. Michael Horowitz ist anderer Meinung und holte ganz besondere Wiener vor den Vorhang! In diesem Buch erzählt er von Menschen, die sich – trotz mancher Widerstände – in Wien behaupten. Wer Wien liebt, muss das Buch lesen. Es gibt einmal mehr einen wunderbaren Einblick in die Wiener Seele.

Hardcover mit zahlreichen Fotos  
208 Seiten  
ISBN 978-3-8000-7855-4  
€ 34,00



UNSERE  
BÜCHERTIPPS

Bunter Mix  
für jeden  
Geschmack

# Babys sind Nachahmungsmeister

*Vorbild und Nachahmung sind die Grundlagen für Soziales Lernen. Eine Studie unter der Leitung von Professor Markus Paulus, der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU), belegt, dass diese Grundlagen in der frühesten Kindheit entwickelt werden.*



„Kinder erwerben die Fähigkeit zur Imitation, weil sie selbst von ihren Bezugspersonen imitiert werden“, sagt Markus Paulus.

Für die Studie wurde die Interaktion zwischen Mutter und Kind über mehrere

Monate untersucht. Zum ersten Mal kamen die Babys im Alter von sechs Monaten ins Labor, die letzte Untersuchung fand im Alter von 18 Monaten statt. Im Rahmen spielerischer Situationen wurden Interaktionen und Imitationen von Mutter und Kind analysiert.

Die Längsschnittstudie zeigt: Je feinfühlicher die Mutter mit ihrem sechs Monate alten Kind umging und je öfter sie es nachahmte, desto stärker war bei diesem im Alter von 18 Monaten die eigene Fähigkeit ausgeprägt, andere zu imitieren.

In der Interaktion von Eltern und Kind ist das gegenseitige Nachahmen ein Zeichen von Kommunikation. Eltern gehen auf die Signale des Kindes ein, spiegeln und verstärken sie. Es kommt zu einer

gegenseitigen Imitation von Handlungen und Gesten. "Über diese Erfahrungen verbindet sich das, was das Kind fühlt und tut, mit dem, was es sieht. Es bilden sich Assoziationen heraus. Das visuelle Erleben wird mit der eigenen motorischen Handlung verknüpft", erläutert Markus Paulus den neurokognitiven Prozess. Durch Nachahmung lernen Kinder zum Beispiel, Objekte zu nutzen, kulturtypische Gesten wie zum Beispiel das Winken ebenso wie den Erwerb von Sprache. "Kinder sind Imitationswunder. Das Nachahmen ebnet ihnen den Weg zu ihrer weiteren Entwicklung. Mit Imitation beginnt der kulturelle Prozess der Menschwerdung", so Markus Paulus. Lange galt in der Psychologie die Theorie, dass die Fähigkeit zur Nachahmung angeboren sei. Die LMU-Studie ist nun ein weiterer Beleg dafür, dass sie erst erworben werden muss.

## HiPP Babysanft Soft & Pur Feuchttücher

Feuchttücher sind für Familien bei der Hauthygiene oft die erste Wahl – als praktische Alternative zum Waschlappen. Da ist es besonders beruhigend zu wissen, dass es Feuchttücher gibt, die sanft zu sensibler Haut und gleichzeitig umweltschonend sind. Die neuen HiPP Babysanft Soft & Pur Feuchttücher sind aus 100 % pflanzlichen Fasern hergestellt. Sowohl Tuch als auch Lotion sind völlig frei von Mikroplastik, bestehen aus 99,9 % Wasser und sind pH-hautneutral. Die weiche, innovative Schwämmchenstruktur sorgt für eine sanfte Reinigung der empfindlichen Babyhaut. Die nachhaltige HiPP Babysanft Soft & Pur Feuchttücher-Verpackung ist natürlich recyclebar und hat jetzt auch einen praktischen Pop-Up Deckel.



**i** Weitere Infos unter [www.hipp.at](http://www.hipp.at)

**Barbara Meier:**

# „Me-Time“ ist Kinderzeit

*Topmodell, erfolgreiche Geschäftsfrau und Mutter von zwei Töchtern. Bekannt geworden durch ihren Sieg bei GNTM (Germans Next Topmodell 2007), ist Barbara Meier nun mehr angekommen.*

Glücklich verheiratet mit dem Geschäftsmann Klemens Hallmann versucht sie als Mutter der dreijährigen Marie-Therese und der einjährigen Emilia Elise ihr Work-Life Leben in Balance zu halten.

Sie habe vor den Kindern viel gespart und kann es sich jetzt aussuchen, welche Angebote sie annimmt. Für mich, so die UNICEF Botschafterin, sind Kinder der gefühlte Ausgleich zur Arbeit. Meine „Me-Time“ und meine Freizeit sind meine Kinder. Sie sind meine Kraftquelle, auch wenn es natürlich eine Umstellung war Mutter zu werden. „Es ist aber noch schöner, als ich es mir jemals vorgestellt habe.“

Auch ihre Tätigkeit als UNICEF Botschafterin habe mit ihren Kindern eine andere Dimension bekommen, Sie vorzustellen, dass man als Mutter nicht weiß, ob es am nächsten Tag Nahrung für das Kind gibt, ist grauenvoll. Sie habe während ihres Engagements für UNICEF aber auch gesehen, dass der Fokus nicht nur in Afrika gesetzt werden muss, auch in unserem Land gibt es große Not.

Es sei ihr auch sehr wichtig ihren Töchtern bodenständige Werte zu vermitteln und ihnen vermitteln, dass es nicht selbstverständlich ist im Wohlstand aufzuwachsen.



**ZU GUTER LETZT**

von Alice Pitzinger-Ryba  
Chefredakteurin

**Das wahre Glück**

Glück und Familie gehören zusammen. Eh klar, dass das in einem Familienmagazin steht, noch dazu zur Weihnachtszeit, wo die Familie gerne besonders hervorgehoben wird. Es ist daher sehr hilfreich, dass dies nun auch datenbasiert, bestätigt wird. Die Studie über Adult Development der Harvard Universität, die bereits seit 1938 die Lebenszufriedenheit von ausgewählten Familien, heute bereits teilweise in der dritten Generation, abfragt, kommt eindeutig zu dem Schluss, dass nicht der berufliche Erfolg, sondern erfüllende Beziehungen langfristig glücklich machen. Im krassen Gegensatz dazu ist zu beobachten, dass die Einsamkeit in unserer digital vernetzten Welt nicht nur bei älteren Menschen immer mehr zunimmt. Der Studienautor Waldinger spricht sogar vom Gespenst der Einsamkeit und sozialen Isolation. Daher müssen wir wieder – nicht nur zu Weihnachten – zu einer Familienkultur kommen, die ältere Menschen nicht am Rande der Gesellschaft drängt, sondern Modelle, die ein Mehrgenerationen Zusammenleben möglich machen. Bei aller Komplexität eines familialen Zusammenlebens bleibt und das zeigt auch die Harvard Studie, dass der familiäre Zusammenhalt in Krisensituationen immer noch der Stärkste ist. Gerade bei der Kinderbetreuung sind familiäre Netzwerke unverzichtbar und die ideale Ergänzung zur institutionellen Kinderbetreuung.

Auch der Bestsellerautor Robin Sharma meint in seinem neuesten Buch „Das Vermächtnis meiner Familie“. „Die Menschen sollten sich wieder auf ihr Familienleben besinnen und es an die erste Stelle setzen. Die Menschen haben vergessen, dass die kleinen Freuden im Leben wie der Zauber eines Kinderlachens das Wichtigste im Leben sind. Er plädiert für eine neue Familienkultur, die die familiäre Gemeinschaft zu einem Hort des Glücks machen kann.“



# Family Business – unser Angebot



**Kinderbetreuung für Unternehmen**  
Familienfreundlichkeit für Beschäftigte.



**Ferienbetreuung für Unternehmen**  
Eine lohnende Investition für Ihr Unternehmen.



**Ferienbetreuung für Gemeinden und Bezirke**  
Unterhaltsames Freizeitangebot für Kinder.



**Babysitter**  
Babysitter gesucht? Mit Family Business gefunden!



**Kinderbetreuungs-Hotline**  
Ihre kostenlose 24 Stunden Hotline für Kinderbetreuung!



**Family Business**  
Das Magazin für berufstätige Eltern



**Tagesmütter**  
Kinderbetreuung mit Familienanschluss



**Leihomas**  
Liebvolle Betreuung für alle Altersgruppen.



**AuPair**  
Die flexible Lösung in der Kinderbetreuung.

**Schnell und unkompliziert zur Betreuungseinrichtung Ihrer Wahl!**

Der Verein Family Business steht seit seiner Gründung im Jahr 1999 für Kompetenz in allen Fragen zum Thema Kinderbetreuung. Wir vermitteln schnell und unbürokratisch Babysitter und Leihomas, suchen freie Kindergartenplätze und organisieren für Unternehmen und Gemeinden Ferienbetreuungswochen. Kinderbetreuung für Rand-, Not- und Ferienzeiten zu finden, ist unsere Passion!

[www.kinderbetreuung.at](http://www.kinderbetreuung.at)