



🍁 Gut & gesund wachsen

Iss' gut: Die ersten 1.000 Tage des Kindes.
Wie die Ernährung von Schwangeren die Gesundheit der Kinder beeinflusst. Diese **Nährstoffe** sind jetzt wichtig.
Ausgewogene Ernährung

Gesund durch die Schwangerschaft:
Wehwehchen und echte Krankheiten.
Die natürliche & schmerzarme Geburt
von Akupunktur bis Hypnobirthing.



🍁 Gut & gesund ernähren

5 gute Gründe fürs **Stillen & warum Pre-Nahrung** ein guter Plan B sein kann.
Gesunde Ernährung fürs Baby
Brei versus Fingerfood für Babys
Getränke für Babys
Wenn es mit dem Stillen nicht klappt - Hilfe gibt es hier

- TEST: Babynahrung Pre
- TEST: Beikostöle
- TEST: Getränk
- TEST: Obstbrei



🍁 Gut & gesund pflegen

Gesunde Pflege mit Babycremes - wann, wie & wie oft was cremen? Eine Kinderärztin gibt *Tipps*
Babys baden: wann, wie oft, wie lang & womit?
Erstausrüstung - was braucht es?
Der richtig organisierte **Wickeltisch**
Zahnungshilfen im Check: Was hilft wirklich?

- TEST: Beißringe
- TEST: Babypflegecremes
- TEST: Feuchttücher ohne Parfüm
- TEST: Wickelauflagen

🍁 Gut vorbereitet

Mutterschutz, Elternzeit, Elterngeld + Kindergeld,
Geburtsurkunde: **Rechte & Pflichten**
Welcher **"Papierkram"** ansteht
Geld für Kinder sinnvoll anlegen

In unserem aktuellen Jubiläumsjahr bieten wir unsere eigenständigen Speziale in kombinierter Auflage Print und Digital an:

Die Speziale drucken wir in einer Auflage von 30.000 Stücken. Die Printauflage wird über Lesezirkel, Kooperationen sowie Marketingaktionen verbreitet und darüber hinaus im Einzelverkauf angeboten.

Die verbreitete digitale Auflage beträgt 20.000 Stücke. Die Digitalauflage wird über ÖKO-TEST Bestandsleser, unsere Newsletter, Kooperationen und Marketingaktionen verbreitet sowie mindestens 12 Monate im Einzelverkauf angeboten.