

hello familiiii

Juni 2018
€ 4,50

SPEZIELL FÜR KINDER:
36 Seiten
Extraheft zum
Herausnehmen



Österreichs neues
Familienmagazin

WANN LERNEN IM SOMMER SINN MACHT

Wie büffeln in den Ferien
Spaß machen kann und den
Kindern auch was bringt.

WEGE AUS DER ZUCKERFALLE

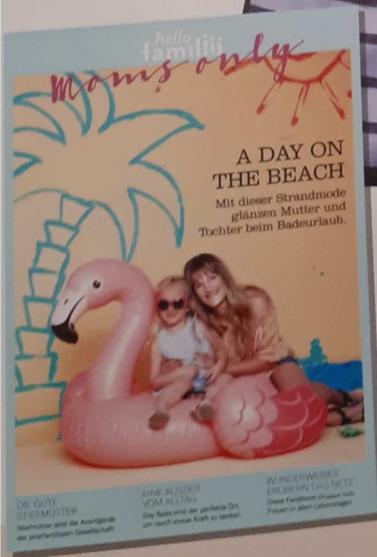
So können Eltern den
Zuckerkonsum ihres
Kindes einbremsen.

WENN DAS DIE MAMA WÜSSTE

Vatertag-Special:
Welche Abenteuer
Väter und Töchter in
Österreich gemeinsam
erleben können.

MOMS ONLY – 40 SEITEN FÜR COOLE MÜTTER

Die starken Seiten
für starke Frauen:
Lebenshilfe, Mode,
Beauty und Karriere



Die Oma-Opa- Connection

Warum Großeltern für die Entwicklung eines Kindes
unverzichtbar sind. Was Kinder von ihnen lernen können.

DIY GUTE
STREUMUTTER

EINE ALTERNATIVE
ZUM ALLTAG

30 KINDERWEISE
ERLEBEN SIE DAS NETZ

Streicheln wird die Aromen
des gesunden Gewürzes

Das Netz sind die gewürzte
und leicht erweichende

30 Kinderweise
Erleben Sie das Netz
Streicheln Gewürze
Praktisch in allen Lebenslagen

Moms only



Die Wunderweiber

Hilfe und Unterstützung für Frauen in allen Lebenslagen – das ist das Motto der Facebook-Gruppe „Wunderweiber“
Text: Sabine Sandert

Foto: Stefan Gergely, Shutterstock



Foto: Jennifer O'Connell

Moms only

„Ich suche einen guten Orthopäden – gibt es Empfehlungen?“. „Sag mal, wie schmunzt ihr euch eigentlich so ab, dass die Augenpartie geschont wird?“. „Ich möchte mein Grundstück schätzen lassen: Fachfrau gesucht!“. „Ich suche einen Job“. „Ich suche eine Wohnung“. „Heute ist Freitag und ich habe Schmerzen – gibt es jemanden, der massiert?“. „Ich suche Mitarbeiterinnen“. „Habt ihr Informationen über schöne Plätze in Kroatien?“.

„Mein Computer hat den Geist aufgegeben, und ich brauche ihn ganz dringend. Ist ein kundiges Wunderweib in der Nähe, das sofort kommen könnte?“ – das ist ein kleiner Auszug aus den Anliegen der Frauen, die sich vom „Schwarzweiser“ der anderen Unterstützung erhoffen. Und diese in den meisten Fällen auch reichlich erhalten.

Was vor zwei Jahren mit einer kleinen Gruppe begann, umfasst in der Zwischenzeit über 8.500 Mitglieder. Die Idee für sich eine Gruppe entstanden ursprünglich bei den „Grazer Wunderweibern“. Dann baute Ulrike Lackner-Stauchner, 44, Juristin, verheiratet, eine Tochter, die „Wiener Wunderweiber“ auf. Nun gibt es bereits in allen Bundesländern „Wunderweiber“-Gemeinschaften. Ulrike Lackner-Stauchner: „Die Wiener Wunderweiber sind ein Dorf in der Großstadt. Wir sind eine Gruppe von Frauen, die sich über Facebook organisieren. Die Mitglieder sind unterschiedlichsten Alters und kommen aus den verschiedensten Berufsgruppen. Täglich versuchen sie, sich durch Tipps, Informationen und konkrete Hilfestellungen das Leben zu erleichtern. Frauen stehen im Prinzip vor denselben Herausforderungen. Beruf, Kinder, Freizeit und Privatleben wollen gemaisert werden.“ Die Gruppe stellt auch eine Plattform dar, um selbständigen Frauen mit



Dr. Christa Stappen, 45
lebt in einer Patchworkfamilie, liiert mit Andreas, 19, Theo, 17, Luis, 5, Henry, 4
Fachärztin für Augenheilkunde und Optometrie

In meiner Ordination bereite ich auch regelmäßig Kontrolluntersuchungen für Kinder an. Diese sollten mit einem Jahr, mit zwei Jahren und dann je nach Befund halbjährlich oder jährlich stattfinden. Die Orthoptisten untersuchen spielerisch die Stellung der Augen, die Beweglichkeit und das dreidimensionale Sehen. Ich kenne auch eine mögliche Fehlsichtigkeit ab und inspiziere die Netzhaut.

Eine Akutversorgung nach Verletzungen oder Infektionen ist, ab der Geburt möglich. Zur Verkürzung der Wartezeit gibt es eine Spiel- und Büchercke, die fleißig genutzt wird. Persönlich sind die Wunderweiber für mich eine tolle Bereicherung. So beriefte ich vor einigen Tagen akut eine Physiotherapeutin und fand sehr schnell eine nette und kompetente Dame. Ich habe auch schon mehrere wertvolle Tipps und Erfahrungsbereiche zu Urlaubszielen erhalten. Für meine Ordination konnte ich mit Hilfe der Wunderweiber nun schon zum zweiten Mal eine großartige Kunstlerin für eine Daueranstellung in meinen Räumlichkeiten finden.

www.augenzentrum130.wien

Denise Brezovich, 41
verheiratet mit Martin, Kinder Maxi, 10, Niki, 8, Benni, 8
Inhaberin von „Tunbelle“

Ich liebe Tunicen, und während meiner Zeit als Flugbegleiterin habe ich in der ganzen Welt immer wieder welche gefunden, die ich wunderschön fand. Dann sah ich im Urlaub eine Mutter mit ihrer kleinen Tochter am Strand im Tunicas Parfumerie. Das fand ich unglaublich süß, und die Idee für „Tunbelle“ war geboren. Vor zwei Jahren habe ich mich selbstständig gemacht. Bei mir gibt es Tunicen für Damen und Kinder aus Naturmaterialien. Produziert werden sie in Wien und Kroatien. Zusätzlich finden sich in meinem Sortiment Modeschmuck, Taschen, Köbbe, Tücher und Decken.

Bei den Wunderweibern bin ich deswegen, weil es einfach Spass macht, sich mit anderen Frauen zu den täglichen Herausforderungen auszutauschen. Ich nutze die Plattform, wenn ich Anregungen zum Thema „Reisen mit Kindern“ oder zu schönen Ausflugszielen brauche. Auch bei Arztterminen wurde ich bereits fündig. Beruflich bietet sich Labels zu steigern und neue Produkte vorzustellen. Die Stimmung unter den Wunderweibern ist sehr positiv, das miteinander zielt auf gegenseitige Unterstützung ab. Das entspricht genau meiner Haltung anderen gegenüber, und daher fühle ich mich dort sehr wohl.

www.tunbelle.at



Petra Stehner, 42
Lebenspartner Christian, Kind Valentina, 3
diplom. Lebensberaterin, Sexualberaterin

Meine große Erfüllung ist es, Frauen und Paare zu ihrer voll gelebter Sexualität zu begleiten. Deshalb bin ich Sexualberaterin – für belligste Sexualität! Ich arbeite mit Menschen, die in vielen Lebensbereichen absolut zufrieden sind, aber deren Sexualleben unzufrieden oder gar nicht mehr vorhanden ist. Und die sagen: „Für schlechten oder keinen Sex bin ich einfach noch zu jung!“ Gemeinsam suchen wir nach Gründen, die vielleicht schon „lebenslang“ die Lust immer wieder ausbremsen. Dabei legen wir Potenziale frei, die endlich gelebt werden möchten. Wir (er-)schaffen neues Spüren und Erleben, ziel-führende Kommunikation und damit den Weg für belligste, gefüllte, verschwitzte Sexualität!

Die wundervollen Wunderweiber sind eine absolute Bereicherung in meinem Leben! Bei uns hat jedes Thema Raum. Egal, ob privat oder beruflich. Daher fällt es mir auch schwer, das zu trennen. Denn hier habe ich so viel Individualität, Teamgeist und Anregung kennengelernt, wodurch ich immer auf allen Ebenen inspiriert werde! Es wird unterstützt, hinterfragt, diskutiert. Und das definitiv nicht nur im „Weichspülung“, denn andere Meinungen sind an der Tagesordnung und erwünscht. Diese werden aber so wertschätzend eingebracht, dass sie auch gut angenommen werden können. Für mich ist es wie ein Austausch unter lieben Freundinnen. Nur schöpft man aus dem Potenzial von über 8.000 Meinungen – und dabei eröffnete sich ein Universum an Wissen.

www.petra.steiner.at



Fotos: Stefan Gergely, Shutterstock



„Es wurden hier schon Träume verwirklicht. Frauen sind gemeinsam stark!“

Mag. Ulrike Lackner-Stauchner
Initiatorin der „Wiener Wunderweiber“

„Kreativen Geschätzten die Möglichkeit zu bieten, diese einen breiteren Öffentlichkeit vorzustellen und sich zu vernetzen. Zusätzlich gibt es noch eine eigene Immobiliengruppe und eine Second-Hand-Gruppe. Täglich mehrmals postet „Crash“ Lackner-Stauchner über diverse Veranstaltungen oder erinnert an bevorstehende Wunderweiber-Treffen. Diese sind immer so gut besucht, dass der ganze Stock eines Lokals dafür gemietet werden muss. Wunderweib der ersten Stunde Alva Sokopp erinnert sich: „Bei den anfänglichen Treffen war die Gruppe noch so klein, dass wir uns einzeln vorgestellt haben. Jetzt lerne ich bei jeder Zusammenkunft neue, interessante, lustige und tolle Frauen kennen.“

Vorteile eines Frauen-Netzwerkes?

Der Vorteil eines solchen Netzwerkes besteht darin, dass aufgrund der unterschiedlichsten Persönlichkeiten kaum ein Problem existiert, für das es keine Lösung gibt. Ulrike Lackner-Stauchner: „Ich bin oft wirklich berührt davon, wie alles funktioniert. Tausende Frauen helfen einander täglich auf die eine oder andere Weise – mit Respekt, Wohlwollen und ohne Missgunst. Das gibt es woanders kaum, und ich bin den Mitgliedern sehr dankbar dafür. Wir erfahren jeden Tag, was alles möglich ist, weil wir zusammenhalten und in all der Vielfalt eine wunderbare Einheit bilden. Wenn wir das gemeinsamen Wissen, die Lebenserfahrung und unserer Kraft bündeln, stärken wir einander und können viel erreichen.“ Früher gab es nur diverse Männerbünde, die auch heute noch existieren. Dabei handelt es sich um Gemeinschaften von Männern, deren Miteinanders durch Ziele, feste Rituale und Regeln bestimmt wird. Meist gibt es eine hierarchische Ordnung. Die Zugehörigkeit zu solch einem Bund wird manchmal durch

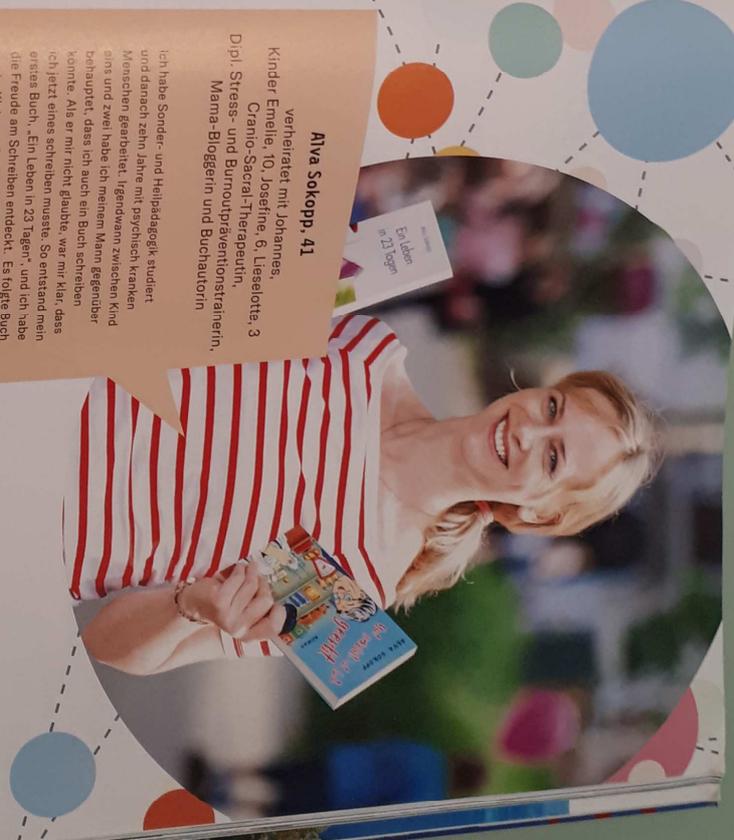
äußerliche Erkennungsmerkmale wie bestimmte Kleidung, Haartracht oder andere Symbole angezeigt. Es werden Schichten gebildet, um sich gegenseitig auf jede Weise zu fördern. Die Mitglieder besitzen oft hohe Positionen in Politik, Wirtschaft, Medien und anderen Bereichen der Gesellschaft.

Kleidung und Haartracht sind bei den Wunderweibern auch bei den Treffen höchst individuell. Geboten wird jedoch auch hier nach Kräften. Initiatorin Ulrike Lackner-Stauchner: „Natürlich zählt jeder noch so kleine Tipp und Rat. Aber besonders in Erinnerung bleiben mir zukufterscheidend sind. So hat sich zum Beispiel eine verzweifelte Mutter gemeldet, deren Tochter die Schulaufgaben nicht machen konnte und nun keine Lehrerin fand. Sehr bald konnte sie in einem Hotel eine Lehrinse bekommen. Das hat mich Wunderweib geführt wird. Das hat mich sehr glücklich gemacht.“

Der WUNDERWEIBER POP-UP-MARKT

Einmal im Jahr findet ein sogenannter „Wunderweiber Pop-up Market“ statt. Im Rahmen dieser Veranstaltung haben alle Mitglieder die Möglichkeit, kreative Produkte vorzustellen. Autorinnen lesen aus ihren Büchern, Künstlerinnen präsentieren Schmuck, Mode und Accessoires und andere ihre Geschichtsbücher. Ein buntes Gemisch von spannenden Ausstellungen und Besichtigungen für einen Tag und Abend die Szenen. Ulrike Lackner-Stauchner fasst es zusammen: „Für mich sind alle Frauen Wunderweiber, die es schaffen, den Alltag so gut wie möglich zu meistern und auf diese Weise Klänge und größere Wunder zu vollbringen.“ Es wurden hier auch schon Träume verwirklicht. Damit ist klar: „Frauen gemeinsam sind stark.“

Fotos: Stefan Gergely, Shutterstock



Alva Sokopp, 41
verheiratet mit Johannes,
Kinder: Emelie, 10, Josefina, 6, Liseleotte, 3
Dipl. Stress- und Burnoutpräventionstrainerin,
Mama-Bloggerin und Buchautorin

Ich habe Sonder- und Heilpädagogik studiert und danach zehn Jahre mit psychisch kranken Menschen gearbeitet. Irgendwann zwischen Kind behauptet, dass ich auch ein Buch schreiben komme. Als er mir nicht glaubte, war mir klar, dass ich jetzt eines schreiben musste. So entstand mein erstes Buch, „Ein Leben in 23 Tagen“, und ich habe zwei, „Klein, groß, mittel“, und dann Buch drei, „Gut geht! Ich ist fast geort“. Nun schreibe ich regelmäßig am Freitag für den Blog „deklarebottr.at“ von Wunderweib Daniela Gallego. Alltagsgeschichten über unsere Chaosfamilie. Ich arbeite auch als Cranio-Sacral-Therapeutin und Stress- und Burnoutpräventionstrainerin, weil ich gerne mit Menschen in Kontakt trete und diese Begegnungen immer sehr spannend finde.

Zu den Wunderweibern kam ich, als die Gruppe noch ganz klein war. Inzwischen ist sie auf viele Tausende Frauen angewachsen. Nach und nach lernte ich immer mehr von ihnen kennen und habe wunderbare Freundinnen gewonnen, die aus meinem Leben nicht mehr wegzudenken sind. In dieser Gruppe wird ein respektvolles Miteinander ganz groß geschrieben und Hilfe für jede Lebenslage angeboten. Es entstehen auch berufliche Kooperationen. So habe ich zum Beispiel meine Verlegerin bei den Wunderweibern gefunden.
www.alva-sokopp.at

Andere Frauennetzwerke

SORORITY
Das Frauennetzwerk Sorority ist eine unabhängige Plattform zur branchenübergreifenden Vernetzung und Karriereförderung von Frauen in Österreich.
www.sorority.at
facebook.com/sorority.at/

KARUU – Karriere unter Umständen
Karuu ist eine Plattform für Mütter und Väter, für die der Windelkosmos nicht das Ende ihres Universums ist, die sich über Berufschancen und -möglichkeiten als Eltern sowie neue Wege der Vereinbarkeit austauschen und sich mit anderen vernetzen möchten. Die Idee zu karuu hatten die drei Gründerinnen während ihrer Karenzzeit.
www.karuu.eu
facebook.com/KarriereUnterUmstaenden/