

# Inhalt

AUSGABE 08 / OKTOBER 2014



## AUGMENTED REALITY

Überall, wo Sie dieses Zeichen sehen, warten digitale Zusatzinformationen auf Sie. So geht's: Fritz+Fränzi-App laden, Seite einscannen und los geht's. In diesem Heft gibt es Augmented Reality auf dem Cover, in der Rubrik Entdecken (Seiten 6 und 8), im Dossier über Kinderrechte auf den Seiten 13 und 17 sowie in der Rubrik Mixed Media auf Seite 74. Dort wird zudem noch einmal genau erklärt, wie es geht

# 10

## SCHWERPUNKT: KINDERRECHTE

*Kinder haben andere Bedürfnisse als Erwachsene und deshalb auch besondere Rechte. Was das für den Alltag mit Kind bedeutet und wie Kinderrechte auch Ihr Kind stärken*

## Psychologie & Gesellschaft

### 26 Game-Sucht

Wann wird das Spielen am Computer bedenklich? Teil 7 unserer Serie zu psychischen Störungen

### 30 Sie lebt für die Liebe

Maggie Tapert setzt sich für mehr Selbstbestimmung in der Liebe ein – die Sex-Expertin im Portrait

### 32 Persönlichkeitsentwicklung

Wie viel Autonomie in der Erziehung ist möglich und wie viel Verbindlichkeit nötig?



FOTOS: GABI VOGGT/13PHOTO, DESIRÉE COOD/13PHOTO, CHRISTIAN RAUFTLIN, SALLY MONTANA/13PHOTO, TITELFOTO: GABI VOGGT/13PHOTO

# 30



Maggie Tapert ermutigt Frauen herauszufinden, was sie wirklich befriedigt

# 48



Wenn Mama zu Hause bleibt: ein Besuch im Vater-Kind-Ferienlager

# 54



Michael Fässler will als Mister Handicap Menschen Mut machen

## Erziehung & Schule

### 38 Ideale Kindheit

Eltern wollen für ihre Kinder nur das Beste. Dabei braucht es für deren Entwicklung vor allem ein liebevolles Umfeld – kein perfektes

### 42 Erziehungstipp Kommunikation

So bleiben Sie mit Ihren pubertierenden Kindern im Gespräch

### 46 Tanzpädagogik

Wie ein pädagogisches Tanzprojekt die Lern- und Lebensmotivation von Jugendlichen fördern soll

### 48 Vater-Kind-Ferien

Bei den VaKi-Ferien im Klöntal gibt es viel zu erleben – und das seit fast 20 Jahren. Ein Besuch im Camp

## Ernährung & Gesundheit

### 58 Krafttraining für Kinder

Kraftübungen fördern nicht nur den Muskelaufbau bei Kindern, sondern auch ihre Lust auf Bewegung

### 62 Eisenmangel

Schlapp und müde – schon bei Kindern und Jugendlichen kann eine Mangelerscheinung dahinterstecken

### 64 Zu Tisch!

Mit klaren Regeln, Geduld und kleinen Portionen kann das gesunde Gespür für Hunger und Sättigung geschult werden

## Digital & Media

### 66 Streamingdienste

Netflix, Spotify & Co: Eine Übersicht zu den Anbietern von Filmen und Musik

### 70 Intiminformationen

Privatsphäre und Datenschutz im Internet

### 72 Videogame

In «Skylanders Trap Team» tauchen echte Plastikfiguren ins virtuelle Spiel ein

### 73 Mixed Media



## Service

### 71 Abo

### 75 Impressum/Sponsoren

### 76 Freizeit-Tipps

### 79 Buchtipps

### 80 Bonbons

### 81 1001 Adressen

## Rubriken

### 03 Editorial

### 06 Entdecken



### 36 Vorlesegeschichte

«Shana, das Wolfsmädchen», der neue Roman von Federica de Cesco

### 44 Aufklärungs-Kolumne

Wie geht Flirten?

### 52 Stiftung Eiterstein

Ellen Ringier über Hass im Internet

### 54 Tischgespräch

Mit Mister Handicap Michael Fässler

### 56 Kolumne

Mikael Krogerus über alte Schinken für junge Augen

### 82 Im Mittelpunkt

Der Amphibienretter