

# Familienzeit

DAS NÖ FAMILIENMAGAZIN  
FÜR ALLE GENERATIONEN  
Ausgabe 02 | April 2017

Familienzeit – Blütezeit

Ein Kaffee mit Landesrätin Schwarz  
Seite 6

Mein Frühjahrsputz  
für die Seele

Unser Familienthema  
Seite 9

Was ist los  
im NÖ Familienland

Ausflugstipps für die ganze Familie  
Seite 48

Österreichische Post AG | MZ02Z032529M  
Amt der NÖ Landesregierung, Landhausplatz 1, 3109 St. Pölten





**SICHERHEIT  
FÜR ALLE GENERATIONEN.  
WIR SCHAFFEN DAS.**

## Der NÖ Familienpass-Unfallschutz

- Top-Konditionen für alle Familienpassbesitzer
- Leistungen für Spitalsaufenthalt von Kindern und deren Begleitperson
- Schutz bei Dauerinvalidität, Unfallkosten, Knochenbruch und mehr
- **NEU:** Paket Aktiv<sup>plus</sup> für Großeltern, Verwandte und Betreuungspersonen

Mehr Information auf [www.nv.at](http://www.nv.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

Niederösterreichische  
Versicherung AG  
Neue Herrngasse 10  
3100 St. Pölten  
[www.nv.at](http://www.nv.at)



Die Niederösterreichische  
Versicherung

Wir schaffen das.

# – Inhalt –

## BEWÄHRTES

- EIN KAFFEE MIT LANDESRÄTIN SCHWARZ: **Familienzeit – Blütezeit** – Seite 6  
UNSER FAMILIENTHEMA: **Mein Frühjahrsputz für die Seele** – Seite 9  
AUS DEM FAMILIENALBUM: **Familie mit Engagement** – Seite 14  
FAMILIENRAT: **Spielplatz Natur!** – Seite 16  
KINDER HABEN RECHTE: **Blütezeit für Kinderrechte?** – Seite 22  
MITTENDRIN IM LEBEN: **Café Viertel** – Seite 25  
DAS MACHT SPASS: **Bastel- und Rätselseiten** – Seite 26  
WILLST DU DAS WISSEN?: **Erzähl mir über Lieblingsfarben!** – Seite 29  
VOR DEN VORHANG: **„Fertig wird mein Garten wohl nie sein“** – Seite 34  
ZUHAUSE IN NIEDERÖSTERREICH: **Alles Holler** – Seite 36  
INTERNATIONALE TAGE: **Verloren, geehrt, gefeiert** – Seite 42  
AUS DEINER SICHT: **Was uns blüht** – Seite 50

## SERVICE/TIPPS

- Vorgeschaute – Filmtipps** – Seite 28  
**Nachgefragt – Expertentipp** – Seite 30  
**Unterwegs im NÖ Familienland** – Seite 32  
**Ausprobiert – Medientipps** – Seite 38  
**Die neuen Familienpass-Vorteilsgeber** – Seite 44  
**Was ist los im NÖ Familienland?** – Seite 48

- Liese-Prokop-Frauenpreis 2017 – **5** | Die Ferien können kommen – **12**  
Lassen Sie sich verzaubern – **18** | Eltern-Kind-Gruppen unterstützen junge Mütter  
und Väter in NÖ – **20** | Frühlingserwachen in Niederösterreichs Museen – **21**  
Seniorinnen- und Seniorensportler 2017 vor den Vorhang – **24**  
UNI aktiv plus hält geistig fit – **24**

## – IMPRESSUM –

**Medieninhaber und Herausgeber:** Land Niederösterreich, Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Allgemeine Förderung und Stiftungsverwaltung, 3109 St. Pölten, Landhausplatz 1 | **Verlags- und Herstellungsort:** NÖ Familienland GmbH, Tel.: 02742 9005-19001, noe-familienland@noel.gv.at, www.noel-familienland.at  
**Konzept und Redaktionsleitung:** Mag. Barbara Trettler, Mag. Michaela Kienberger | **Redaktion:** Mag. Barbara Trettler, Mag. Michaela Kienberger, Veronika Berger Bakk. phil., Karin Feldhofer, Natascha Ricker, Mag. Anita Sames  
**Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe:** 26. April 2017 | **Visuelles Konzept und Grafikdesign:** spreitzerdrei werbeagentur gmbh | **Lektorat:** Miriam Shahd | **Coverfoto:** iStock.com | **Blattrichtung:** periodisch erscheinendes Informations- und Unterhaltungsmagazin für Familien und Generationen | **Druck:** Niederösterreichisches Pressehaus Druck- und Verlagsges. mbH | **Anzeigen:** NÖ Familienland GmbH, Informationen bei Marketing-service Thomas Mikscha GmbH, 3100 St. Pölten, Tel.: 02742 76896 | **Auflage:** 130.000 Stück | **Ausgabe:** April 2017  
Alle in der Zeitschrift verwendeten Begriffe, Personen- und Funktionsbezeichnungen beziehen sich ungeachtet ihrer grammatikalischen Form selbstverständlich in gleicher Weise auf Frauen und Männer. | Meinungen der Autoren/-innen müssen nicht der Meinung der Redaktion entsprechen. | Für die Richtigkeit der Angaben wird keine Haftung übernommen. Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz siehe www.familienpass.at, www.noel-familienland.at



-gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“  
des Österreichischen Umweltzeichens, NP DRUCK, UW-Nr. 808



# Editorial

Jeder Frühling bringt ihn mit - diesen Moment, an dem uns die ersten Schneeglöckchen begegnen, uns die ersten kleinen Knospen am Strauch auffallen, es zum ersten Mal nach Frühling riecht und wir wissen, dass alles wieder grün und alles gut wird. Dieses Hochgefühl und solche Glücksmomente sind Kostbarkeiten des Augenblicks und so flüchtig wie das erste Grün. Doch sie sind kraftvoll und können den Anstoß geben, um langsam in ein konstantes Wohlbefinden hineinzuwachsen. Wir gehen in dieser Ausgabe der „Familienzeit“ der Frage nach, welche Angebote Menschen in Niederösterreich suchen und finden, um nach einem inneren Winter wieder aufzublühen. Wir haben Gärtnerinnen und Gärtner für die Seele besucht und sie an den unterschiedlichsten Orten angetroffen, manche auch in ihrem Garten.

Die Blütezeit im Jahr treibt uns wieder vermehrt hinaus in die Natur und manchmal auch die Tränen in die Augen. Sei es vor Lachen beim Ausflug und Spiel und Spaß mit der Familie oder auch, wenn die Pollenallergie plagt. Wir haben für das eine und gegen das andere Tipps zusammengetragen und alles zu einem bunten Strauß aus Unterhaltung und Informationen für unsere Leserinnen und Leser gebunden.

„Nun will der Lenz uns grüßen“ - dem schließen wir uns gerne an!

**Ihre Redaktion**

Sonntag, 21. Mai 2017  
von 09.00 - 18.00 Uhr

**NÖ Familienland**

GENERATIONEN LEBEN ZUKUNFT

Foto Copyright: Richard Marschik

SERVICELEISTUNGEN  
FÜR FAMILIEN

VEREINBARKEIT  
FAMILIE UND BERUF

BEWEGUNGS- UND  
BEGEGNUNGSRÄUME

DENKWERKSTATT  
FAMILIE

## Die NÖ Familienland GmbH lädt ein zum **NÖ FAMILIENFEST** *auf der Schallaburg*

### Ein Familienfest der **BEGEGNUNG und VIELFALT**

Beim diesjährigen Familienfest auf der Schallaburg erwartet Kinder, Eltern und Großeltern ein buntes Programm, das – passend zur aktuellen Ausstellung „Islam“ – ganz im Zeichen der Kulturen, der Begegnung und der Vielfalt steht. Erleben Sie mit Ihrer Familie orientalisches Flair, lernen Sie verschiedenste Kulturen kennen und tauchen Sie ein in Geschichten von nah und fern.

- ★ **Kreativwerkstatt**
- ★ **Figurentheater Stefan Karch**
- ★ **Kinderschminken**
- ★ **Generationenspiel**
- ★ **Geschicklichkeitsaufgaben**
- ★ **Kalligraphie-Workshop**
- ★ **Geschichtenerzähler**
- ★ **Musicalvorstellung**
- ★ **Spiel- und Erlebnisstationen**



#### **Essen & Trinken**

Regionale Kulinarikstände und selbst mitgebrachte Speisen laden zum Picknicken ein.



#### **Fotoklick-Studio**

Wir halten die Erinnerung an das NÖ Familienfest bildlich für Sie fest.



#### **Familienpass-Vorteil**

An diesem Tag kostet die Familienkarte 15,- Euro. Für Familienpass-Besitzer nur 13,- Euro.

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

schallaburg

bmfi

WITENBERG  
im Leben

**NÖ Familienland**  
GENERATIONEN LEBEN ZUKUNFT

N

WERBUNG

# Liese-Prokop-Frauenpreis 2017

Landeshauptfrau Mag.<sup>a</sup> Johanna Mikl-Leitner und Landesrätin Mag.<sup>a</sup> Barbara Schwarz freuen sich, dass mit dem Liese-Prokop-Frauenpreis 2017 wieder außergewöhnliche Leistungen von Frauen für Niederösterreich ausgezeichnet werden. Im Rahmen einer Pressekonferenz am 8. März 2017, dem Internationalen Frauentag, fiel der Startschuss für den 4. Liese-Prokop-Frauenpreis.

„Liese Prokop wurde als jüngste Abgeordnete des Landes Niederösterreich, erste Landeshauptmann-Stellvertreterin und erste Innenministerin in Österreich für viele Frauen zum Vorbild. Mit dem ihr gewidmeten

Frauenpreis möchten wir Frauen auszeichnen, die besondere Leistungen für unsere Gesellschaft erbracht und Durchsetzungskraft bewiesen haben“, erklärte Johanna Mikl-Leitner. Landesrätin Barbara Schwarz bekräftigte in ihrer Rede, dass in Niederösterreich richtungweisende Schritte für die Gleichstellung von Frauen und Männern gesetzt wurden. Der Grundstein dafür wurde einst von Liese Prokop gelegt. Mit dem Liese-Prokop-Frauenpreis würdigt das Land NÖ das Lebenswerk dieser herausragenden Politikerin und will gleichzeitig Frauen in Niederösterreich darin bestärken, ihr Bundesland in vielfältiger Weise positiv und innovativ zu prägen.

Aus den eingereichten Nominierungen werden im Herbst 2017 insgesamt zwölf Frauen für ihr Engagement in Niederösterreich ausgezeichnet. An eine der ausgezeichneten Frauen wird darüber hinaus der dotierte Liese-Prokop-Frauenpreis in der Höhe von 10.000 Euro verliehen.

**In den folgenden Kategorien werden Auszeichnungen vergeben:**

- **Wirtschaft und Unternehmertum**
- **Wissenschaft und Technologie**
- **Kunst, Kultur und Medien**
- **Soziales und Generationen**

**Einreichfrist:** 31. Juli 2017 ■



Landeshauptfrau Mikl-Leitner und Landesrätin Schwarz gaben den Startschuss zum Liese-Prokop-Frauenpreis 2017

## INFORMATIONEN UND EINREICHUNG:

[www.liese-prokop-frauenpreis.at](http://www.liese-prokop-frauenpreis.at)

A vertical poster for the Liese-Prokop-Frauenpreis 2017. The top half is yellow with a stylized sun and floral patterns. The text 'LIESE PROKOP FRAUENPREIS 2017' is written in blue and black. The bottom half is dark blue with white and yellow text. It includes the prize amount, nomination categories, deadline, and contact information.

EIN BESONDERER PREIS FÜR BESONDERE FRAUEN, DOTIERT MIT € 10.000,-.

FRAUEN KÖNNEN IN DEN KATEGORIEN WIRTSCHAFT UND UNTERNEHMERTUM, WISSENSCHAFT UND TECHNOLOGIE, KUNST, KULTUR UND MEDIEN SOWIE SOZIALES UND GENERATIONEN NOMINIERT WERDEN.

**EINREICHSCHLUSS: 31. JULI 2017**

**INFO UND EINREICHUNG:** [www.liese-prokop-frauenpreis.at](http://www.liese-prokop-frauenpreis.at)

Amt der NÖ Landesregierung  
Abteilung Allgemeine Förderung und Stiftungsverwaltung  
Referat Generationen  
3109 St. Pölten, Landhausplatz 1  
Tel.: 0 2742 / 9005 - 12 766  
frauen@noel.gv.at



# Familienzeit ist „Blütezeit“

Im persönlichen Gespräch mit LR<sup>in</sup> Schwarz

Mag.<sup>a</sup> Barbara Schwarz ist seit 2011 Mitglied der NÖ Landesregierung. Sie ist für die Bereiche Familie, Bildung und Soziales zuständig.

**Familienzeit:** Wenn die Familien diese Ausgabe der „Familienzeit“ im Postkasten finden, wird der Frühling ins Land gezogen und sein Werk weit fortgeschritten sein. Was verbinden Sie mit dieser ganz speziellen Zeit im Jahr?

**Landesrätin Schwarz:** Für mich ist der Frühling immer heiß ersehnt und ich freue mich jedes Jahr darauf, dass die Natur erwacht. Ich bin gerne im Freien und in meinem Garten und ich genieße es zu sehen, wenn die Natur wieder anfängt zu sprießen und sich zu entwickeln. Es bleibt wieder länger hell, alles beginnt zu blühen, die Natur wird bunt, es fliegen die ersten Bienen und wenn ich das Fenster aufmache, zwitschern die Vögel und schwirren herum, als würden sie es ganz eilig haben. Das alles ist sehr positiv und der Frühling ist eine Zeit, in der auch wir ganz persönlich einen Aufbruch spüren. Aber das Aller-

schönste in diesen Tagen ist für mich immer in Dürnstein der Blick in die Wachau. Es beginnt erst ganz zaghaft, zunächst sieht man noch kein Blatt, sondern nur die grünen Spitzen. Und auf einmal bekommt das winterliche Grau einen grünen Schleier - das ist der wunderschöne Frühlingsauftakt und für mich jedes Jahr ein eindrucksvoller Moment.

**Familienzeit:** Alles hat also seine Zeit. Eine gebräuchliche Redewendung spricht davon, dass Menschen „in der Blüte ihrer Jahre bzw. ihres Lebens“ stehen. Kann man heutzutage noch allgemein sagen, welche Lebensphase damit gemeint ist?

**LR<sup>in</sup> Schwarz:** Ich glaube, zum Erblühen kommen Menschen immer dann, wenn sie Dinge tun, die sie gerne tun, wenn sie ein harmonisches Umfeld haben, wenn sie Aufgaben übernehmen und sich darauf freuen können und ganz besonders, wenn sie Ver-

trauen geschenkt bekommen. Das ist für Kinder ganz wichtig, genauso wie für ältere Menschen und für uns alle. Wir erblühen immer dann, wenn uns andere etwas zutrauen und uns Mut machen. Am Bild der Blume sehen wir gut, dass sie dann am schönsten ist, wenn sie gut gedüngt und gepflegt wird. Für uns Menschen sind gute Beziehungen und Bindungen der Dünger im Leben.

**Familienzeit:** Das ist ganz oft das Thema der Frauen. Sie treiben ihre bunten Blüten in den unterschiedlichsten Rollen und Aufgabengebieten. Sie geben Kindern Wurzeln und lassen sie wachsen und die Gärten, die sie pflegen, sind im übertragenen Sinn und tatsächlich äußerst vielfältig. Welche Projekte oder Initiativen, die Sie für Frauen und ihre Familien initiieren, liegen Ihnen im Moment besonders am Herzen?

**LR<sup>in</sup> Schwarz:** In der Frauenpolitik ist es mir besonders wichtig, Frauen Mut zu machen und sie zu bestärken, ihr Leben so zu gestalten, dass sie erblühen können. Dazu gehört eine partnerschaftliche Gestaltung der Beziehung ebenso wie der Mut, zu neuen Ufern aufzubrechen. Ich möchte vor allem junge Frauen dazu ermutigen, nach ihren Möglichkeiten auf dieser Welt zu fragen und danach, was ihnen davon gefallen könnte. Es gibt über 200 Lehrberufe in Niederösterreich und so ist es mir etwa ein Anliegen, Mädchen den Weg in die technischen Berufe aufzuzeigen.





Wenn etwas wirklich zu einem passt, lohnt es sich, diese Liste genauer anzuschauen, sich zu trauen, einen Schritt aus dem gewohnten Umfeld heraus zu machen und vielleicht eine Lehrstelle zu nehmen, die nicht ums Eck oder „frauentypisch“ ist. Wir haben außerdem eine Initiative laufen, wo Mentorinnen ihre Erfahrungen im Berufsleben an junge Frauen weitergeben und beide voneinander lernen. Ganz speziell haben wir ein Mentoring-Programm für Frauen in der Politik entwickelt, weil ja oft beklagt wird, dass es zu wenige Frauen in der Politik gäbe. Was es aber für eine Frau bedeutet, in die Politik zu gehen, wird oft nicht bedacht. Ich denke, hier können ebenfalls die Frauen aus der Praxis Mut machen und inspirieren.

**Familienzeit: Auch wir Menschen brauchen also den richtigen Nährboden, damit wir gedeihen. Was ist wichtig, damit wir uns bestmöglich entfalten und aufblühen können?**

**LR<sup>in</sup> Schwarz:** Gute Beziehungen und ein achtsames Miteinander umgehen tragen zur persönlichen Entfaltung bei, genauso wie eine vernünftige Diskussions- und Streitkultur. Man kann nicht immer mit allen Menschen einer Meinung sein, aber man kann Konflikte auf eine gute Art und Weise austragen. Ein Konflikt kann mich am Wachsen hindern, wenn ich mich nicht traue, ihn auszu-

tragen, oder wenn er sehr destruktiv wird. Ich persönlich habe große Probleme mit den anonymen Dingen, die im Netz passieren, etwa auf Social-Media-Seiten. Ich weiß gar nicht, ob sich diese Menschen bewusst machen, was sie mit Cybermobbing und Hasspostings anrichten. Die Verallgemeinerungen und die Sprache, die dort vorherrschen, sind kein Dünger, sondern das Gegenteil: Sie entziehen Kraft. Man wird selbst nicht besser, nur weil man jemand anderen schlechter macht - man blüht auch nicht selbst mehr, weil man auf eine andere Blume draufsteigt. Das sollten sich die Leute bewusst machen.

**Familienzeit: Für viele Menschen ist der Frühling eine Zeit des Aufbruchs, der Hoffnung und des Neubeginns. Was gibt Ihnen persönlich Kraft und neue Energie?**

**LR<sup>in</sup> Schwarz:** Am meisten Kraft kommt von den Menschen, mit denen ich mein Leben verbringe, von meiner Familie und meinem Freundeskreis. Auch sind es Bücher oder Themen, mit denen ich mich auseinandersetze - ich bin historisch sehr interessiert. Und ich glaube, es sind auch die kleinen Dinge, die Kraft geben. Wie schon gesagt,

die Vögel, die in der Früh singen, eine Kinderschar die irgendwo lacht, die ersten Frühlingsboten, die wir entdecken. Wir sollten nicht verlernen, diese kleinen Dinge zu sehen. Wenn wir uns an diesen kleinen Dingen erfreuen können, dann geht's uns einfach besser. Und wenn wir sie übersehen, ein freundliches Wort, ein liebes Lächeln, dann laufen wir Gefahr, dass wir uns an diesen Dingen auch nicht mehr erfreuen können. Dann sehen wir auch die größeren Dinge schließlich nicht mehr. Es gibt das Sprichwort von früher: „Wer den Groschen nicht ehrt, ist den Schilling nicht wert“. Für mich trifft dieser Spruch im übertragenen Sinne zu! Das große Glück ist immer nur ein Augenblick. Es ist die Zufriedenheit, die das Leben schön macht. ■





# Mein Frühjahrsputz für die Seele

Mit dem Erwachen des Frühlings kommen in den Wintermonaten vergessene Energien zurück. Der sogenannte „Frühjahrsputz“ kann helfen, Ballast loszuwerden. Doch gibt es auch einen Frühjahrsputz für die Seele?

Veronika Berger

Wenn die Sonne an Kraft gewinnt und die Natur aus ihrem Winterschlaf erwacht, gehen viele Tätigkeiten wieder leichter von der Hand. Wir gehen vermehrt hinaus ins Freie, wollen uns mehr bewegen oder mischen alte Lagerbestände aus. Die Fastenzeit dient vielen Menschen dazu – sei es religiös motiviert oder nicht – sich auf grundlegende Bedürfnisse zu besinnen. Tagtäglich sind wir beruflich wie privat gefordert und verlangen von uns selbst, zu funktionieren. Abstriche werden nicht selten bei sich selbst gemacht und man vertröstet sich selbst aufs Wochenende oder den nächsten Urlaub.

Zum Familienzeit-Leitthema „Blütezeit“, besuchten wir vier Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher, die sich ein Leben rund um ihre Leidenschaft aufgebaut haben. Sie alle nutzen ihre Begeisterung auch, um andere Menschen beim „Aufblühen“ zu begleiten.

Die ehemalige Kinderkrankenschwester Béatrice Thal gab ihren Wunsch, anderen zu helfen, nie auf und widmet sich heute in ihrer Tätigkeit als Maltherapeutin gleichzeitig ihrer Leidenschaft, der Kunst. Abseits des therapeutischen Settings bietet sie Malkurse an. „Im Grunde genommen geht es sowohl im Kurs als auch in der Therapiesituation darum, sich zu trauen, frei und einfach darauf loszumalen“, betont die Retzerin und bedauert, dass die meisten Menschen mit einem hohen Leistungsanspruch

und Hemmungen ans Malen herangehen. „Zu malen beginnt man im Kopf. Aber erst ab dem Moment, wo er in den Hintergrund tritt und dem Unbewussten Platz schafft, kommt etwas in Fluss, sodass die schönsten Bilder entstehen. Und diese Art des Malens hat etwas Befreiendes.“ Eine Mutter aus der Runde erzählt, dass sie durch den Kurs ihre Kreativität wieder ge-

**„Körperliche Beschwerden nehmen wir leider oft ernster als seelische.“**

weckt habe, die ihr täglich helfe. Die Kinder, die vertieft an ihren Blättern sitzen, scheinen mit mangelnder Kreativität kein Problem zu haben. „Für sie geht es hier vor allem um die gemeinsam verbrachte Zeit mit

ihren Eltern oder Großeltern. Solche gemeinsamen Aktivitäten stärken die Beziehung und schaffen einen soliden Boden“, betont Thal, die sich für die Zukunft vor allem eines wünscht: „Ich habe schon als Jugendliche gespürt, dass Malen nach innen wirkt und beim Malen auch Inneres nach außen kommt. Daher habe ich in späteren Jahren mit der Maltherapie begonnen. Ich wollte verstehen, was da wirkt und warum. Oft machen Menschen tagelang Urlaub in tollen Wellnesshotels, lassen sich von oben bis unten massieren und einbalsamieren. Das tut auch tatsächlich gut. Körperliche Beschwerden nehmen wir leider oft ernster als seelische und nach den Wellnessstagen rumort es innerlich weiter. Psychosomatische Beschwerden wie etwa Kopfschmerzen kommen schnell zurück. Ich wünsche mir, dass jeder Mensch ausprobiert, ob Malen nicht doch Spaß macht und gut tut.“ • ➔

Béatrice Thal: „Beim Malen muss man lernen, den Kopf abzuschalten.“





Patrick Simon: „Nichts wirkt ohne Worte so verbindend wie Musik.“

➔ • Ähnlich wie die Maltherapie, die innere Zustände statt mit Worten in Bildern auszudrücken versucht, bietet auch die Musiktherapie non-verbale Möglichkeiten. Patrick Simon kam als Arzt eigentlich mit einem völlig anderen Paradigma an die Musiktherapie: „Als Mediziner interessierte mich die Wirkung von Schwingungen auf den Körper, sei es in Form von Farbe oder Musik. Meine Vorstellung war, dass Musik wie eine Medizin wirkt. Diese Idee und weil man damals in der Ausbildung die

## „Mit Musik kann man sich gemeinsam in Zeit und Raum verlieren.“

orientalische Laute lernen konnte, brachten mich zur Musiktherapie.“ Aus der Praxis erzählt Simon von Situationen, in denen es Patientinnen und Patienten leichter falle, ihre Gefühle und Erlebnisse beispielsweise zu trommeln, als zu benennen, oder wenn er als Therapeut traumatisierte Menschen mit Musik besser anzusprechen vermag als mit Worten. Nicht zu unterschätzen sei auch die Bedeutung der „Burnout-Prophylaxe“, bei der das Sensorium dafür gestärkt werden soll, wie man selbst beispielsweise auf Stress oder Ängste reagiert.

„Mit Musik in sich hineinzuhören funktioniert deshalb, weil Musik uns auf jeden Fall berührt – positiv wie auch negativ. Beim gemeinsamen Musizieren tauchen wir automatisch in einen Raum ein. Denken Sie etwa an ein Livekonzert“, so Simon. „Die Musik und die Musiker lösen etwas in Ihnen aus. Aber auch das Publikum hat eine Wirkung auf diejenigen, die auf der Bühne musizieren. Wenn man sich gemeinsam in Zeit und Raum verliert, dann ist das die besondere Leistung der Musik.“ Diese positiven Wirkungen, auf die die Musiktherapie setzt, zeigen sich auch beim Erlernen eines Instrumentes, beim Singen in einem Chor, beim Proben mit der eigenen Band oder beim Besuch von Musikveranstaltungen. Musik wirkt verbindend und kann in hohem Maße positive Effekte haben. Daher ist für Patrick Simon auch jeder Mensch grundsätzlich musikalisch. „Musik berührt einfach. Sie kann Gefühle verstärken, sie kann uns ansprechen – ganz ohne Worte. Und die richtige Musik zum richtigen Zeitpunkt bringt auch mich persönlich immer wieder aufs Neue zum Aufblühen.“

Ein weiterer Arzt, der seine private Leidenschaft in den Beruf integrieren konnte, ist Peter Poeckh. Ausgelöst durch eigene sportbedingte Beschwerden in jungen Jahren, fand er erst nach langer Suche Linderung: „Ich habe alles ausprobiert und nichts hat mir länger als 15 Minuten geholfen, bis ich das damals noch recht unbekannte Yoga entdeckte.“ Was er kaum zu hoffen wagte, trat ein, und Yoga half. Um die Hintergründe zu verstehen, reiste er um die ganze Welt: In Amerika, Indien, Mexiko und Australien ließ er sich zum Yogalehrer ausbilden. Heute wendet er die sogenannte Yoga-therapie in seiner täglichen Praxis als Ergänzung zur Schulmedizin an. In Form von Einzelstunden bekommen seine Patientinnen und Patienten individuell angepasste Übungspro-

Peter Poeckh: „Mit Yogatherapie integriere ich Yoga in die Medizin.“

gramme mit nach Hause, die körperlich stabilisieren, die Muskulatur sanft oder intensiver kräftigen, die Balance schulen, dehnen und entspannen. In der Vielfältigkeit liege auch die Stärke von Yoga, so Poeckh: „Viele denken bei Yoga an übermäßige Dehnungen und Verrenkungen. Dabei ist das ein minimaler Schnitt von dem, was Yoga ist und leisten kann. Nicht umsonst beinhaltet beinahe jedes

## „Dehnungen und Verrenkungen sind nur ein minimaler Schnitt von dem, was Yoga leisten kann.“

Trainingsprogramm im Spitzensport heute Yogaelemente. Und im Management setzt man ebenso darauf wie in der Pflege.“ Beim Yoga geht es nicht alleine um Übungen, die sogenannten Asanas, sondern auch um Atmung, gezielte Anspannung und Entspannung sowie meditative Elemente, die dadurch Effekte auf den Körper sowie auf Konzentration und Durchhaltevermögen haben. Yoga sei für jeden Menschen geeignet, so Poeckh, der auch mit Demenzkranken oder Menschen im Rollstuhl arbeitet. „Ich beobachte einen Trend im medizinisch-therapeutischen Bereich, vieles selbst in die Hand zu nehmen und sich nicht nur auf Experten verlassen zu wollen. Diese zunehmende Eigenverantwortung findet in Yoga eine sinnvolle Methode, sich selbst gesund zu halten. Gerade die moderne Forschung belegt vieles, wovon ich nicht behaupten würde, dass Yoga dies schon immer gewusst hat, aber wo Yoga immer schon angesetzt und gewirkt hat.“





Michaela Zens: „Tiere wirken stark aufs eigene Wohlbefinden.“

Ebenfalls lange zurück reichen die Wurzeln der Domestizierung von Tieren, also die über Generationen gehende Eingliederung von Wildtieren ins Leben der Menschen. Sehr früh entdeckte man die Wirkung eines Tieres aufs eigene Wohlbefinden und begann, Haustiere zu halten. Eine Frau, die sich ihren Kindheitstraum erfüllt hat und heute inmitten von vier Pferden, drei Ziegen, einem Schwein und einem Hund lebt, ist Michaela Zens. Auch in ihrer Arbeit spielen die Tiere eine große Rolle. Durch einen schweren Unfall ihres Sohnes auf die Hippotherapie gestoßen, gibt sie die positiven Erfahrungen mit tiergestützter Pädagogik heute in Kursen an Kinder und Erwachsene weiter. „Die Reaktion eines Menschen auf Tiere ist nachweislich gegeben. Wenn ich bereit bin, mich auf Tier und Natur einzulassen, kann ich auf einer sehr ursprünglichen Ebene wertvolle Erfahrungen machen. Nicht umsonst werden etwa Hunde auch in Spitälern oder im Pflegebereich mit großem Erfolg eingesetzt.“

### „Nicht umsonst werden Hunde in der Pflege und in Spitälern eingesetzt.“

Michaela Zens macht in ihrer Arbeit regelmäßig die Erfahrung, dass viele Erwachsene heute den Wunsch haben, das Ursprüngliche, die Natur und die Urinstinkte der Tiere wiederzuentdecken und dabei sich selbst und den eigenen Blick auf die Welt zu verändern. Im Kontakt mit den

Tieren, so Zens, erfahre man immer etwas über sich selbst. „Tiere spiegeln uns in gewisser Weise. Wenn ich unsicher bin, wird mich das Pferd nie ganz ernst nehmen. Bin ich jedoch ruhig, bestimmt und selbstsicher, werde ich am Schluss ein Pferd ohne jeden Körperkontakt durch einen aufgebauten Parcours bewegen können.“ Was ebenfalls als heilsam empfunden wird, ist das Gefühl, von einem Tier völlig unabhängig vom persönlichen Hintergrund angenommen zu werden. „Menschen, die Haustiere haben, machen viele Erfahrungen beiläufig. Sie werden in jeder Gefühlslage akzeptiert, müssen aber im Gegenzug auch Verantwortung übernehmen und auf die Tiere Rücksicht nehmen“, so Zens. Sie beteuert, dass Tiere Grenzen besser setzen als Menschen und Kinder die Grenzen von Tieren oft leichter akzeptieren. Diese Erfahrung macht sie in einem Teilbereich ihrer Arbeit mit schwer traumatisierten Kindern, die für sie selbst anfangs nur schwer zugänglich waren. Der Kontakt zu den Tieren aber stärke die Kinder nachhaltig. Und wo Worte oft nichts erreichen, kann ein Tier sprichwörtliche Berge versetzen.

Nicht nur mithilfe von Yoga, Musik, Kunst oder Tieren: Vorbeugung ist bekanntlich die beste Medizin. Der eingeläutete Frühling kann ein schöner Anlass sein, neben dem Frühjahrsputz auch eigene, vielleicht vergessen geglaubte Ressourcen wieder zum Vorschein zu bringen. Wenn die wärmenden Sonnenstrahlen und Frühlingsdüfte die Seele kitzeln, steht auch dem eigenen „Aufblühen“ nichts mehr im Wege. ■

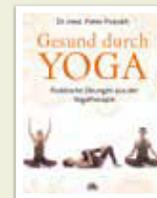
### Maltherapie

Béatrice Thals Malatelier und Therapie-räumlichkeiten befinden sich am Retzer Hauptplatz. Neben dem Eltern-Kind-Malen kooperiert sie auch mit Schulen ihrer Umgebung und veranstaltet im Zuge der Retzer Sommer-Kunsttage von 22. bis 27. Mai Kurse und Workshops für alle, die Stunden der Entspannung und Freude beim Malen suchen. Informationen auf [www.beathal.at](http://www.beathal.at)

### Musiktherapie

Als Allgemeinmediziner mit jahrelanger Praxis als Musiktherapeut leitet Dr. Patrick Simon mittlerweile den Studiengang Musiktherapie der IMC FH Krems. Informationen zur Ausbildung finden Sie auf [www.fh-krems.ac.at](http://www.fh-krems.ac.at). Ausgebildete Musiktherapeutinnen und Musiktherapeuten sowie weitere Informationen finden Sie auf [www.musiktherapie.at](http://www.musiktherapie.at).

### Yogatherapie



Peter Poekch ist Ganzheitsmediziner, Yogalehrer, -therapeut und Spezialist für den Bewegungsapparat. In seinen Therapien werden neueste schulmedizinische Erkenntnisse mit Jahrtausende altem Wissen

kombiniert. Praktische Übungen für einen gesunden Rücken findet man in seinem Bestsellerbuch „Gesund durch Yoga“, 2014 im Via Nova Verlag erschienen. Ergänzend erhältlich ist die „Gesund durch Yoga“-DVD mit drei Programmen unterschiedlicher Dauer und Intensität. [www.peterpoekch.at](http://www.peterpoekch.at)

### Tiergestützte Pädagogik

Michaela Zens ist diplomierte Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin und tiergestützte Pädagogin. Neben tierischen Kursen sowohl für Kinder als auch Erwachsene, gibt sie ihr Wissen in Seminaren an ein interessiertes Publikum (Pädagogen/-innen, Sozialarbeiter/-innen, Eltern) weiter und bietet Firmenfortbildungen. Außerdem stammen unsere Kinderrätsel der Familienzeit aus ihrer Feder. Weitere Informationen auf [www.legasthenietraining-zens.at](http://www.legasthenietraining-zens.at)



(v. l. n. r.): Landesrätin Schwarz und WKNÖ-Präsidentin Zwagl freuen sich mit Alexander, Susanna und Maximilian auf tolle Ferienbetreuung in NÖ.

Die 3. Kinder Business Week in NÖ lässt Kinder in Unternehmen schnuppern und deren Tätigkeiten hautnah erleben.



Ein neuer Leitfaden unterstützt alle NÖ Gemeinden in der Errichtung von Ferienbetreuung.

# Die Ferien können kommen

Auf Niederösterreichs Kinder warten zahlreiche Ferienbetreuungsaktivitäten. Die Angebote werden jährlich mehr.

Mittlerweile finden Familien in rund jeder zweiten Gemeinde Niederösterreichs Ferienbetreuung vor und die Angebote werden jährlich mehr. Das Land NÖ unterstützt die Gemeinden in ihren Bestrebungen und verschickte kürzlich einen eigens für sie zusammengestellten „Leitfaden für Gemeinden: NÖ Ferienbetreuung“. Dieser enthält alle wissenswerten rechtlichen und organisatorischen Infos rund um den Aufbau von Ferienbetreuungsangeboten. Darin vorgestellt werden darüber hinaus sogenannte „Best Practice Beispiele“, die mit ihrem über die Jahre angesammelten Erfahrungsschatz als Anregung für andere Gemeinden dienen können. Und weil zahlreiche Gemeinden Niederösterreichs schon jetzt darum bemüht sind, möglichst abenteuerreiche Ferienzeiten zu organisieren, werden mit dem „Wettbewerb Ferienbetreuung 2017“, der nach den kreativsten, lustigsten und abwechslungsreichsten Programmen für Ferientage sucht, auch heuer wieder besonders gelungene Angebote auffallen. Teilnahmeberechtigt sind alle Gemeinden, die letztes Jahr eine Ferienbetreuung angeboten und durchgeführt haben. Auf die Gewinner warten tolle Abenteuer- und Sachpreise, die wiederum der Ferienbetreuung zugutekommen.

## Vorzeigeprojekt: 3. Kinder Business Week in NÖ

Eine ganz besondere Ferienwoche steht Familien mit der kostenlosen „3. Kinder Business Week in NÖ“ in St. Pölten zur Verfügung. Das ganztägige und qualitativ herausragende Projekt bietet Kindern und Jugendlichen von 17. bis 21. Juli völlig neue Einblicke in die spannende Welt der Wirtschaft. In Kooperation mit der WKNÖ können Kinder und Jugendliche in unterschiedliche Unternehmen und Tätigkeitsfelder schnuppern, werden gesund verköstigt und rund um die Workshops durch Freizeitpädagogen/-innen der NÖ Familienland GmbH betreut.

Abgerundet wird diese Woche ganztägiger Betreuung durch drei weitere Wochen der WIFI Kids Academy, bei der neugierige Kinder und Jugendliche diverse Berufe ausprobieren und sich zu sogenannten Minimeisterinnen und -meistern ausbilden lassen können. Diese finden von 24. Juli bis 4. August in Sankt Pölten sowie von 7. bis 11. August in Mödling statt. ■

## INFORMATIONEN:

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



© Kathrin Froschauer

# AUF ZUR NÖ LANDESAUSSTELLUNG 2017

Das Südliche Waldviertel für Klein und Groß

Die NÖ Landesausstellung lockt ab 1. April in die sonnenreichste Region Niederösterreichs – der Ausstellungsort, die Landschaft und regionale Köstlichkeiten bieten ein besonderes Erlebnis. Lassen Sie sich von unserem Tag im Südlichen Waldviertel inspirieren!



Wien/  
Linz –  
Pöggstall  
in rund  
90 Minuten!

2

## Das Waldviertel erschmecken

**Mittag** Bewegung macht hungrig! Im Schlossrestaurant „s'Rondell“ wird regional aufgekocht – hier können Sie sich die verdiente Stärkung gönnen. Blick in die Speisekarte auf: [www.srondell.at](http://www.srondell.at)

1

## Ankommen und Austoben

**Vormittag** Pöggstall ist mit Auto oder Bahn & Bus einfach zu erreichen. Rund um Schloss Pöggstall gibt es viel zu entdecken. Mit dem kostenlosen Los-geht's-Heft „Auf den zweiten Blick“, das an der Kassa aufliegt, lernt man den Ausstellungsort mit seiner Tier- und Pflanzenwelt kennen: einfach schauen und staunen!



© Kathrin Froschauer

Schloss Pöggstall

Mohndorf Armschlag



© Mohndorf Armschlag / ishootpeople



3

## Von Menschen und Rechten

**Nachmittag** Der Familienrundgang durch die Landesausstellung „Alles was *Recht* ist“ startet um 14:30 Uhr (Sa/So/Fei). Mit den KulturvermittlerInnen nähern Sie sich gemeinsam den Themen Recht und Gerechtigkeit an – spielerisch und intuitiv.

**NIEDERÖSTERREICHISCHE LANDESAUSSTELLUNG 2017**  
„Alles was *Recht* ist“  
Pöggstall, 1. 4. – 12. 11. 2017

tägl. 9 bis 18 Uhr  
Familienkarte: EUR 20,-  
(inkl. Landesausstellung,  
Sonderausstellung, Shuttlebus  
Melk-Pöggstall-Melk)

Einmalig freier Eintritt mit NÖ-Card  
T +43 (0) 800 24 10 45  
[www.alleswasrechtist.at](http://www.alleswasrechtist.at)

Bezahlte Anzeige



# Familie mit Engagement

Marietheres van Veen

Mama Zekiye, 40; Tochter Betül, 11;  
Sohn Burak, 16; Papa Ceyhan, 41;  
Tochter Yasemin, 13

Manchmal ist der Kultursprung ein großer, wenn man vom Land in die Stadt übersiedelt. Zumindest ging es Zekiye so, als sie von Landeck in Tirol in die niederösterreichische Landeshauptstadt umzog.

„Mir fehlte dieses Einander-Kennen, dieses Sich-auf-der-Straße-Grüßen, dieses selbstverständliche Einander-Helfen, das halt am Land gang und gäbe ist. In einer Stadt ist der soziale

Zusammenhalt anders“, seufzt die 40-jährige Mutter dreier Kinder. Zekiye hat ihre Wurzeln sowohl in der Türkei als auch in Tirol: „Ich bin mit sechs Jahren nach Österreich gekommen, ohne ein Wort Deutsch zu sprechen. Mein Lehrer in der Volksschule Landeck hat mich großartig unterstützt, die Klassengemeinschaft war toll und auch konnte ich mir bei unseren Nachbarn immer Hilfe holen, wenn ich sie benötigt habe“, erinnert sich Zekiye zurück. Vor nunmehr 18 Jahren lernte sie ihren Mann Ceyhan in Krems kennen und lieben. Miteinander haben sie drei Kinder im besten Teenageralter.

Betül ist 11. Sie geht in die Mary Ward Schule in St. Pölten. Yasemin, die mittlere Tochter, ist 13 und hat sich die Neue Mittelschule in Viehofen ausgesucht: „Wir haben in der Schule einen kreativen Schwerpunkt für Tanz und darstellende Kunst. Das gefällt mir sehr!“. Beide Mädchen möchten gerne einmal im medizinischen Sektor tätig werden: Betül überlegt, Ärztin zu werden. Yasemin möchte den Ausbildungsweg zur Säuglingsschwester einschlagen. Der große Bruder Burak, er ist 16, ist gut aufgehoben im Mary Ward Gymnasium. Er maturiert nächstes Jahr,

schallaburg

18. März – 5. November 2017

ausstellung  
معرض  
sergi

# ISLAM

Familienpass-Vorteil

Familienkarte um nur € 18,-  
statt € 20,-

schallaburg.at

BEZAHLTE ANZEIGE

Bezahlte Anzeige (www.schallaburg.at)



KULTUR  
NIEDERÖSTERREICH



aber wohin ihn sein beruflicher Weg bringen wird, weiß er noch nicht genau. „Wahrscheinlich mal studieren...“. Für die Schule hat er auch sein Hobby Fußballspielen aufgegeben. Sechs Jahre spielte er im Verein, aber die Schule war ihm dann doch wichtiger.

Und auch Papa Ceyhan drückt mit fast 42 Jahren wieder die Schulbank: Er besucht zurzeit den Vorarbeiterkurs der BauAkademie in Haindorf bei Langenlois. „Es ist hart, nach so langer Zeit wieder zur Schule zu gehen. Aber es geht heutzutage nicht mehr ohne ständige Weiterbildung“, ist der engagierte Vater überzeugt. Zekiye ist interkulturelle Mitarbeiterin des Landes Niederösterreich und bringt oft Gedanken und Fragen von ihrer vielfältigen Arbeit mit nach Hause. Die Familie hilft ihr, sie zu reflektieren und Antworten und Lösungen zu finden.

Ausgleich und Erholung findet die Familie im Naherholungsbereich von St. Pölten. Sie genießen die Nähe zum Ratzersdorfer und Viehofner See.

Die beiden Eltern sind begeisterte Gärtner und lieben ihren Schrebergarten in Ratzersdorf. Und bei dieser Gelegenheit gibt es auch die einzige Sprachbarriere. Zekiye als Tirolerin hat noch immer, nach doch fast zwei Jahrzehnten in Niederösterreich, die Tiroler Gemüsebezeichnungen im Kopf. „Die Übersetzung bei den Gärtnern mache ich. Melanzani und Erdäpfel sind bei Zekiye noch immer Auberginen und Kartoffeln“, lacht Ceyhan.

Alle miteinander sind auch sehr engagiert im Sport- und Kulturverein sowie der Koranschule. Sie freuen sich jedes Jahr auf das „Fest der Begegnung“, bei dem sich alle Nationen, die in St. Pölten leben, treffen und austauschen. „Nur Österreich ist eher schwach dabei vertreten“, grübelt Zekiye und findet das sehr schade: „Österreich hat so viel an Kulturellem zu bieten. Da wäre es doch schön, wenn gerade bei einem solchen Fest die Traditionen und das österreichische Kulturgut auch vorgestellt

und dargestellt würden!“ Die Kinder gehen gerne mit ihren Freunden ins Kino oder einfach mal bummeln. Weil alle Familienmitglieder berufliche bzw. schulische Verpflichtungen und jeweils eigene private Interessen haben, teilen sie sich die im Haushalt anfallenden Aufgaben auf. Wer zuerst zu Hause ist, räumt auf, der Einkauf wird ebenfalls aufgeteilt. Für das Essen ist allerdings Zekiye zuständig. Sie kocht so gut! Sie alle wissen: Familie funktioniert am besten, wenn jedes Mitglied sowohl eigene Aufgaben als auch Raum für persönliche Hobbies hat und sie alle zusammen ausreichend Familienzeit haben. ■



## Familien-Kurzurlaub mit Piratenfeeling für kleine und große Wasserratten

JETZT URLAUB  
ONLINE BUCHEN:  
vitalwelt.at/buchen

**Familien-Hit!**

- 3 Tage / 2 Nächte mit Frühstück in der gewünschten Kategorie im Familienzimmer für zwei Erwachsene mit ein oder zwei Kindern bis 14,9 Jahren
- 2 Familieneintritte in den Wasserpark „Aquapulco – die Piratenwelt“ inkl. Cabrio-Therme „Tropicana“
- Vitalwelt-Gästekarte mit zahlreichen Ermäßigungen für Ausflugsziele in der Region (zB. Aquazoo Schmiding)
- Kinder unter 6 Jahre mit 9 Euro Ermäßigung

pro Familie inkl. Frühstück  
in einer Pension ab € 315,50  
im \*\*\*\*Parkhotel Stroissmüller ab € 548,00  
zzgl. Tourismusabgabe. Anreise täglich möglich.

### Tourismusinfo Urlaubsregion Vitalwelt Bad Schallerbach

4701 Bad Schallerbach  
Promenade 2  
e-mail info@vitalwelt.at



ab **€375,50**  
für 2 Erw. + 1 Kind in einem  
\*\*\* Hotel inkl. Frühstück



Telefon +43 (0)7249/42071-0  
Telefax +43 (0)7249/42071-13  
www.vitalwelt.at

### Österreichs beliebtester Wasserpark „Aquapulco“ lockt als einzigartige Piratenwelt!

Piratenbucht mit aufregenden Musik-, Wasser-, Licht- und Feuershows, fünf Megarutschen, das erste 5D-Kino der Welt, Baby-Bay mit Baby-Insel, Stillkojen und Baby-Kombüse, u.v.m.



### Weitere Vitalwelt-Ausflugsziele:



Zoo Schmiding



Erlebnisberg Luisenhöhe



Kohle-Bahnhof Scheibers

9refuel

BEZAHLTE ANZEIGE

# Spielplatz Natur!

Die Natur gemeinsam mit Kindern erleben - aber wie?

Barbara Hirner

## Die Natur wertschätzen

Mit Kindern wird das Spaziergehen in der Natur oft zu einem „Spazierenstehen“. Kinder sehen die Natur mit anderen Augen. Geben Sie Ihren Kindern Zeit, die Natur zu erkunden. Sie entdecken allerlei am Wegrand. Steine, Tannenzapfen, Schneckenhäuser werden genau untersucht. Mit einer Becherlupe sind die kleinen Abenteurer/-innen gut ausgestattet. Ein Korb für Fundstücke kann den Rücktransport der kostbaren Schätze erleichtern. Zu Hause angekommen, macht es den Kindern oft noch große Freude, mit den Naturmaterialien zu spielen. Entscheiden Sie, welche Materialien Sie in Ihrem Wohnbereich haben möchten. Aus mitgebrachten Tannenzapfen können Sie beispielsweise Wichtel basteln.

Für weitere Ideen schmökern Sie mit ihrem Kind in passenden Bastelbüchern.

## Die Natur zulassen

Wenn ein Garten zur Verfügung steht, muss nicht alles einem englischen Rasen gleichen - lassen Sie natürliche Fleckchen für Ihre Kinder entstehen. Erlauben Sie sich selbst etwas „Unordnung“ im Garten. Eine wilde Sandkiste, eine Matschküche oder ein wucherndes Wiesenstück sind nur einige Möglichkeiten, um das zu verwirklichen. Ältere Kinder können Sie in die Planung mit einbinden, lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf.

## Die Natur mit allen Sinnen erleben

Gehen Sie mit offenen Augen durch Wald und Wiesen. Entdecken Sie gemeinsam Pflanzen, Tierspuren, faszinierende Spinnennetze und lauschen Sie bewusst dem Klang der Natur, dem rauschenden Bach, dem Gezwitscher der Vögel. Es klingt so einfach, doch wann haben Sie das zuletzt bewusst gemacht? Wissen Sie noch, wie es nach dem Regen riecht? Die Natur hat auch für den Gaumen viel zu bieten. Das Säen von Pflanzensamen, das Hegen und Pflegen der Beete und das Ernten

sind ganz besondere Erlebnisse für Kinder. Selbstgeerntetes schmeckt gleich doppelt so gut. Die Kinder lernen, für etwas Verantwortung zu übernehmen, und spielerisch erfahren sie viel Wissenswertes.

## Die Natur als Spielplatz

Kinder lieben und brauchen die Natur. Sie können bei jedem Wetter hinaus. Besonders bei Regen ergeben sich spannende und einzigartige Spielerlebnisse. Die passende Kleidung ist dafür unerlässlich. Das Spielen in der Natur prägt Kinder ganz besonders. ■

## INFORMATIONEN:

**Barbara Hirner** ist diplomierte Erwachsenenbildnerin mit Schwerpunkt Elternbildung, Sonder- und Heilkindergartenpädagogin, mobile Frühförderin, Hortpädagogin, elternweb2go-Referentin und Mutter einer Tochter.

Wer mehr zum Spielplatz Natur erfahren möchte, kann Barbara Hirner am 15. Mai im „elternweb2go“ treffen. An den Online-Elterntreffs können alle an Familienthemen interessierten Personen teilnehmen. Die österreichweit einmal im Monat stattfindenden Elternbildungswebinare bieten ein Impulsreferat von ausgebildeten Elternbildungsreferenten/-innen mit anschließender Austausch- und Fragemöglichkeit. Zur kostenlosen und anonymen Teilnahme braucht es lediglich einen PC oder ein Tablet bzw. Smartphone mit guter Internetverbindung. Spezielle Programme sind nicht notwendig. Nähere Informationen auf [www.elternweb2go.at](http://www.elternweb2go.at)





DRECKIG WERDEN ERLAUBT!

**10% Ermäßigung\*** auf Ihren Aufenthalt bei teilnehmenden Urlaubsbetrieben

\*lt. aktuellem Vorteilsgeberkatalog ausgenommen Ferienzeiten (Weihnachts-, Semester- und Osterferien sowie die Zeit von 1. Juli bis 15. September 2017)

Privat zu Gast

in Niederösterreich

## Große Erlebnisse für kleine Leute

### Urlaub am Bauernhof, in Privatzimmern und Ferienwohnungen in Niederösterreich

Wiesen zum Toben, Bäume zum Klettern, Tiere zum Streicheln, Wälder zum Wandern und viele spannende Ausflugsziele sorgen für jede Menge große Erlebnisse für kleine Gäste.

Ob uriger Hof oder moderne Pension – die Vielfalt ist groß und es gibt jeden Tag etwas Neues zu entdecken: für Kinder, Eltern und Großeltern!

Finden Sie Ihren Urlaubsbetrieb oder bestellen Sie gleich den aktuellen Angebotskatalog unter [www.landurlaub.at](http://www.landurlaub.at)

Freundliche Beratung und kostenlose Prospektbestellung unter:  
**Landesverband für Urlaub am Bauernhof & Privatzimmervermietung in Niederösterreich**, Untere Hauptstraße 8, 3650 Pöggstall  
 T + 43 2758 3110, F + 43 2758 3110-4, [info@landurlaub.at](mailto:info@landurlaub.at)



BEZAHLTE ANZEIGE

## Diplomlehrgang Elternbildung

Aus- und Weiterbildung zum/zur diplomierten Erwachsenenbildner/in  
 September 2017 bis Juni 2019

*Inhalte: Erziehungsstile, Elternbildungskonzepte, die spirituelle Entwicklung und Begleitung des Kindes, Entwicklungspsychologie, Kommunikation und Konfliktlösung, Gruppendynamik, Seminar-design und Organisation, Leiten und Lernprozesse anregen, Familiengeschichte, Interkulturalität, Medienerziehung, Rollenbilder in der Erziehung*

Berufsbegleitend 14 Module jeweils FR 15-21 Uhr, SA 9-18 Uhr + eine Sommerwoche, Kosten: 4x Euro 480,-

**Einführungstage:** 12.5.+24.6.2017, Hippolythaus St. Pölten

3100 St. Pölten, Klostersgasse 16  
 Tel. 02742 32 42 352  
[www.ausbildungsinstitut.at](http://www.ausbildungsinstitut.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

## Urlaubsspaß & Kinderglück

### 120 Ausflugsziele inklusive!

Genießen Sie Bergers Wohlfühl-Halbpension, liebevolle Kinderbetreuung, lustiges Kinderprogramm, Streichelzoo, Ponyreiten, Naturbadeteich, geführte Wanderungen, Wellnessbereich mit Hallenbad & Sauna sowie 120 kostenlose Ausflugsziele!

**4 Tage ab 181,50 pro Person (19.4.–30.6.2017) –**  
 Kinder bis 2,9 gratis

**5 Tage ab € 258,- p.P. (1.7.–10.9.2017) –**  
 Kinder bis 4,9 gratis

**Mit Familienpass 5% Ermäßigung!**

**Landhotel Berger**  
 Familienurlaub in der Steiermark  
 8255 St. Jakob im Walde  
 Tel. 03336/8259  
[info@landhotel-berger.at](mailto:info@landhotel-berger.at)  
[www.landhotel-berger.at](http://www.landhotel-berger.at)

Familienfreundliches  
**LANDHOTEL**  
 ★★ ★ S

BEZAHLTE ANZEIGE



„Hokuspokus Musikus“ am Schlossareal in Grafenegg.

Der diesjährige Familientag in Grafenegg findet am Sonntag, dem 18. Juni, von 11 bis 17 Uhr statt und steht ganz unter dem Motto „Hokuspokus Musikus“. An diesem Tag wird es im gesamten Schlossareal musikalisch-zauberhaft und magisch. Zahlreiche Konzerte, Workshops, Spiele und viele zusätz-

liche Angebote lassen die Besucher/-innen in die Magie der Musik eintauchen. Begleiten Sie mit Ihrer Familie die Zauberlehrlinge bei ihrer Reise vom großen Orchesterklang im Auditorium zu jungen Musikern/-innen aus ganz NÖ am Wolkenturm. Das Angebot am Familientag ist vielfältig: Musikinstrumente ausprobieren oder selber basteln, dirigieren lernen, Mitmachstationen entdecken und das magische Ambiente im Schlosspark genießen. Lassen Sie sich am Erlebnisstand der NÖ Familienland GmbH gemeinsam fotografieren und nehmen Sie

ein zauberhaftes Erinnerungsfoto mit nach Hause, entspannen Sie mit Ihren Kindern in der Bioblo-Bausteinzone, backen Sie köstliches Stockbrot oder besuchen Sie den Schminkstand, wo Kinder in sagenhafte Wesen verwandelt werden. Lassen Sie sich an diesem Tag verzaubern! ■

### INFORMATIONEN:

**Familientag Grafenegg:**  
Sonntag, 18. Juni von 11 bis 17 Uhr  
Infos auf [www.grafenegg.com](http://www.grafenegg.com)  
oder [www.noefamilienland.at](http://www.noefamilienland.at)

ILLUSTRATION: David Pridal

GENERATIONEN NIEDERÖSTERREICH

**HYPO NOE**

# NÖ FRAUENLAUF

**27.8.2017 • ST.PÖLTEN**

- **Bewerbe**  
2,5 km - 5,2 km - 9,8 km - Nordic Walking  
Teamwertungen - Kinderbewerbe
- **GRATIS Laufshirt**  
bei Anmeldung bis 30. Juni 2017
- **Laufen gegen Krebs**  
jeder gelaufene KM unterstützt die Krebshilfe NÖ

WERBUNG

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

VORTRÄGE  
WORKSHOPS  
OFFENER DIALOG

**NÖ Familienland**  
GENERATIONEN LEBEN ZUKUNFT

EINLADUNG  
zum  
SYMPOSIUM  
SCHULE.LEBEN.ZUKUNFT

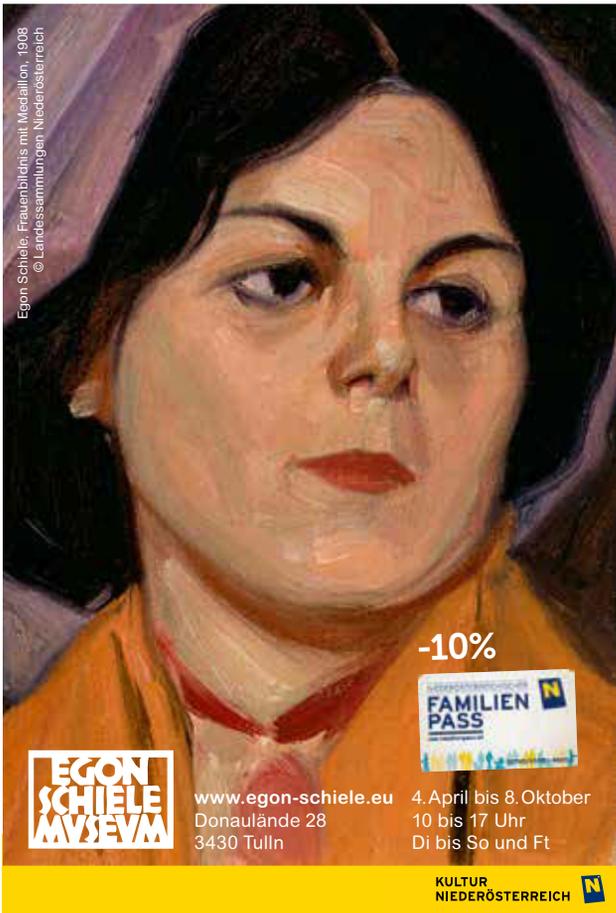
Von Pädagogik und Raum

30. und 31.08.2017  
Donau-Universität Krems

Details zum Programm auf  
[www.noefamilienland.at](http://www.noefamilienland.at)

WERBUNG

Egon Schiele, Frauenbildnis mit Metallion, 1908  
© Landessammlungen Niederösterreich



**-10%**





www.egon-schiele.eu  
Donaulände 28  
3430 Tulln

4. April bis 8. Oktober  
10 bis 17 Uhr  
Di bis So und Ft

KULTUR NIEDERÖSTERREICH 

BEZAHLTE ANZEIGE



RÖMERSTADT CARNUNTUM 

**VORTEIL:**  
Ermäßigter Eintritt  
ab 2 Erw., Kinder  
unter 14 J. kostenlos  
Vorteil gilt nicht für  
Veranstaltungen

## Römerstadt Carnuntum

Die Römerstadt Carnuntum bietet Kindern Abenteuer und sinnvolles Freizeitprogramm zugleich. Vor allem das rekonstruierte Römische Stadtviertel fesselt auch kleine Besucher vom ersten Moment an. In der neuen Ausstellung „Der Adler Roms – Carnuntum und die Armee der Cäsaren“ können Kinder in die Welt der römischen Legionäre eintauchen.

**TIPP:** Besucht unser großes Römerfestival und erlebt an zwei Wochenenden die Römer aus nächster Nähe: Legionärsgruppen, Bürger, Handwerker, römische Reiter, kampflustige Barbarenstämme und Gladiatoren beleben die ehemalige Weltstadt Carnuntum. Für die jungen Römerfreunde wird ganztägig ein buntes Programm geboten.

**Römerfestival Carnuntum** 10./11. und 17./18. Juni  
Öffnungszeiten: 19. März bis 19. November 2017  
täglich 9.00 bis 17.00

**Römerstadt Carnuntum | T +43 (0) 2163/3377-0**  
[www.carnuntum.at](http://www.carnuntum.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

# ASTRO

Qualibuyer®



Qualibuyer® 

- Mode & Wäsche -16,67 %
- Heimtex, Geschirr & Sportbekleidung -15 %
- Spielware -10 %

ASTRO
WILD
KÖRNER
MACRO

**Shoppen Sie bei uns 365 Tage im Jahr**  
aktuelle Markenware zu **BESTPREISEN** mit Ihrer  
**ASTRO-Kundenkarte!**

s.Oliver

TOM TAILOR 

Levi's® 

LEGO 

WMF 

PUMA   
puma.com

Skin® VOSSEN 

und viele mehr...

**ASTRO Standorte:** [www.astro.co.at](http://www.astro.co.at)

- Vösendorf, Marktstrasse 4
- Wien 3 Bezirk, Franzosengraben 9
- Langenzersdorf, Meisengasse 4
- Wiener Neustadt, Pottendorfer Str. 37
- Krems, An der Schütt 39
- Mistelbach, Ernstbrunnerstrasse 8b

**Kundenkarteninfo: 0664/16 81 788 | Frau Ritter**

BEZAHLTE ANZEIGE



Zertifikatsverleihung im NÖ Landhaus

Frischgebackene Eltern sehen sich nach der ersten Euphorie über den Nachwuchs bald auch mit einer komplett anderen Alltagsstruktur konfrontiert als in der „kinderlosen“ Zeit. Es ist oft nicht leicht, aus einem spannenden Job in die 24-h-Kinderbetreuung zu wechseln. In Eltern-Kind-Gruppen bzw. Eltern-Kind-Zentren können Eltern wieder „aufblühen“: Sie treffen dort mit anderen Eltern und ihren

Kindern zusammen und können sich in einer wertschätzenden, familienfreundlichen Umgebung über Familienthemen austauschen. Die Eltern-Kind-Gruppen sind elternorientierte Einrichtungen zur Unterstützung für Eltern durch ein breitgefächertes und niederschwelliges Angebot, das Information, Kompetenzverbesserung und elterlichen Erfahrungsaustausch sowie Spiel und Spaß mit Kindern umfasst.

In Niederösterreich gibt es derzeit 51 Eltern-Kind-Zentren, die seitens des Landes gefördert werden. Die Fachstelle Beziehung-Ehe-Familie der Diözese St. Pölten bildet seit 2006 Leiterinnen und Leiter von

Eltern-Kind-Gruppen aus. Landesrätin Schwarz gratulierte den zehn Absolventinnen des Lehrganges 2015/2016 und bekräftigte in ihrer Rede, dass Niederösterreich ein breitgefächertes Angebot zur Unterstützung für Familien bietet. ■

### INFORMATIONEN:

#### Ausbildung der Leiter/-innen:

<http://familie.dsp.at/einrichtungen/familie/eltern-kind-gruppe>

#### Förderung durch das Land NÖ

[http://www.noel.gv.at/Gesellschaft-Soziales/Familien/Leistungen-fuer-Familien/Eltern\\_Kind\\_Zentren\\_Foerderung.html](http://www.noel.gv.at/Gesellschaft-Soziales/Familien/Leistungen-fuer-Familien/Eltern_Kind_Zentren_Foerderung.html)

FOTO: NLK Pfeifer

## ATTRAKTIVER VORTEIL: 10 % RABATT MIT DEM NÖ FAMILIENPASS AUF IHREN ERSTEN KINDERSITZ

### KINDERSITZ-BERATUNG BEIM CLUB

Sicherheit hat bei der Beförderung von Kindern oberste Priorität. Damit die Kinder möglichst sicher im Auto mitfahren, können Eltern an allen ÖAMTC-Stützpunkten auf umfassende und kompetente Beratung zählen und in den ÖAMTC-Shops sind ausschließlich geprüfte Baby- und Kindersitze, die sämtliche Komfort- und Sicherheitsanforderungen erfüllen, erhältlich. Grundsätzlich sollte man immer mit Kind und Auto zum Kindersitzkauf kommen. Denn: Nicht jeder Sitz passt zu jedem Kind und zu jedem Auto. Übrigens: Die Clubmitarbeiter überprüfen gerne, ob ein bereits verwendeter Kindersitz korrekt im Auto eingebaut wurde und dieser

auch noch zu Größe des Kindes passt. **Neu ist der ÖAMTC Kindersitz-Pass**, der ab sofort an den Stützpunkten beim Kauf eines neuen Kindersitzes erhältlich ist. Als Inhaber dieses Passes hat man u.a. folgende Vorteile: Auf Wunsch erhält man ein Erinnerungsmail, wenn der Umstieg auf die nächste Sitz-Größe empfohlen wird, ebenso aktuelle Kindersitz-Testberichte und beim ÖAMTC gekaufte Kindersitze werden nach einem Unfall kostenlos getauscht. Außerdem gibt es **bei jedem Folgesitz-Kauf 10 Prozent Rabatt**.

**Neben der kompetenten Beratung gibt es jetzt auch den ÖAMTC Kindersitz-Pass mit attraktiven Vorteilen**

## Größte Sicherheit für Ihre Kleinsten. Kindersitze bei Ihrem ÖAMTC Stützpunkt!

**NEU: Ihr persönlicher Kindersitz-Pass!**

Sichern Sie sich Ihre Vorteile,  
z.B. 10% Rabatt auf Ihren nächsten Kindersitz.



© ÖAMTC



Ein gutes Gefühl, beim Club zu sein.

BEZAHLTE ANZEIGE

# Frühlingserwachen in Niederösterreichs Museen

„Spurensuche. Mut zur Verantwortung!“ - So lautet das Motto des diesjährigen Museumsfrühlings Niederösterreich. Am 20. und 21. Mai 2017 öffnen viele heimische Museen ihre Pforten und laden ihre Besucher/-innen auf eine spannende Entdeckungsreise ein. Über 100 Museen und Sammlungen bieten an diesem Wochenende Sonderführungen,

Blicke hinter die Kulissen, Einblicke in Depots, Workshops, Lesungen, Feste und kulinarische Angebote - und dies bei größtenteils ermäßigtem Eintritt. Unter den teilnehmenden Museen finden Sie zum Beispiel das Museumsdorf Niedersulz, das Museum Niederösterreich in St. Pölten, das Karikaturmuseum in Krems oder die Römerstadt Carnuntum.



Wer besondere Veranstaltungen sucht, wird unter anderem im Römermuseum Tulln fündig, wo es im Rahmen einer Sonderausstellung Interessantes über Religion, Riten und Götter am Donaulimes zu entdecken gibt. Beim anschließenden „Gelage“ mit kulinarischer Verkostung gewinnen die Besucher/-innen Einblicke in die römische Ess- und Trinkkultur. ■



## INFORMATIONEN:

Was der Museumsfrühling am 20. und 21. Mai 2017 noch alles zu bieten hat, erfahren Sie auf [www.museumsfruehling.at](http://www.museumsfruehling.at) oder [www.noefamilienland.at](http://www.noefamilienland.at)

VEREINT WUNSCH  
UND WIRKLICHKEIT.  
MIT BIS ZU € 2.500,- BONUS\*

**KOSTENLOSE INNENREINIGUNG  
BEIM JAHRESSERVICE**



**MAZDA3**

ZOOM-ZOOM

\*Eintauschbonus in Höhe von € 1.500,- bei Kauf eines neuen Mazda3 und Eintausch Ihres Gebrauchtwagens. Bei Finanzierung über Mazda Finance zusätzlich € 1.000,- Finanzierungsbonus. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Aktionszeitraum: Vertragsabschluss bis 30. Juni 2017. Verbrauchswerte: 3,8-5,8l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen: 99-135g/km. Symbolfoto.

**M MAZDA MAYER**  
AUTOMOBIL AUS LEIDENSCHAFT

Mazda Mayer • Dr. W. Steingötterstraße 23  
A-3107 St. Pölten • [www.mazda-mayer.at](http://www.mazda-mayer.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

# Blütezeit für Kinderrechte?

Die NÖ kija feiert heuer 25 Jahre. Die Kinderrechtskonvention gilt seit fast 28 Jahren. In Wien gibt es im Stadtschulrat gerade eine tolle Ausstellung über den Vater der Kinderrechte, Janusz Korczak.

Gabriela Peterschofsky-Orange



kija

NÖ Kinder & Jugend Anwaltschaft

Mag.<sup>a</sup> Gabriela Peterschofsky-Orange

NÖ Kinder- und Jugendanwältin

Leitung der NÖ kija

3109 St. Pölten, Wiener Straße 54

Tor zum Landhaus, Stiege A, 3. OG

Tel.: 02742/90811 | E-Mail: post.kija@noel.gv.at

[www.kija-noe.at](http://www.kija-noe.at)

Und erleben nun die Kinderrechte eine Blütezeit? Stehen sie hoch im Kurs? Die Kinderrechte und die Kinderrechtskonvention sind in den Blickpunkt der Öffentlichkeit und in die Verantwortung des Staates gerückt, wir haben nun ja ein Bundesverfassungsgesetz über die Rechte von Kindern. Viele Entscheidungsträger, engagierte Pädagoginnen und Pädagogen und verantwortungsbewusste Erziehungsberechtigte und Erwachsene achten die Kinderrechte und bemühen sich intensiv um deren Umsetzung. Bundespräsident Van der Bellen hat anlässlich der Feier 40 Jahre Volksanwaltschaft festgestellt: „Ich glaube, es gibt nichts Wichtigeres als die Verbreitung und Durchsetzung der Menschenrechte, für die Demokratie“ – und Kinderrechte sind Menschenrechte. Also insofern blühen sie. Großartig, hier wird viel geleistet! Gerade auch hier und heute in unserem Land!

Aber, und dies aufzuzeigen ist auch unsere Aufgabe, wir erleben immer noch, wie Leser dieser Kolumne wissen, dass sie teilweise nicht blühen, um bei diesem Bild zu bleiben. Wir erfahren in unseren Beratungen tagtäglich Kinderrechtsverletzungen. Und hier können und dürfen wir nicht müde werden, sie aufzuzeigen, als unabhängige kinderrechtliche Ombudsstelle. Heute möchte ich hier nur kurz die Alleinerziehenden und ihre Kinder, deren Not oft unterschätzt wird, erwähnen. Nach einer Studie der Bertelsmann Stiftung bekommt die Hälfte der Alleinerziehenden in Deutschland keinen Unterhalt (*aus die Zeit N. 53, Dezember 2016*). Auch wir erfahren, dass Alleinerziehende schwer zu kämpfen haben, und die Armut der Eltern bzw. eines Elternteils die Kinder trifft. Ein Beispiel, wo Einsatz für das Erblühen der Kinderrechte notwendig ist. ■

## KRAUT UND RÜBEN - SICHER RICHTIG



Bei der NÖ kija on tour 2017 dreht sich alles um Michl, einen leibeigenen Bauern, der gerne ein Ritter wäre, der allen Interessierten seine Geschichte erzählen möchte. Die kindgerechte Inszenierung für die 3. und 4. Klasse Volksschule kann man noch am 01.06.2017 im BORG Wr. Neustadt miterleben. Das Kindermusiktheater behandelt Themen wie: Wer bin ich und wie will ich leben? Was erwartet mein Umfeld von mir und wer sind meine Vorbilder? Es versteht sich als Anregung für eine weitergehende Auseinandersetzung mit Identitätsfindung und Ich-Kompetenz.

**01.06.2017 - BORG Wr. Neustadt, 9 Uhr, 11 Uhr**

**Anmeldung:** bis eine Woche vorher unter [post.kija@noel.gv.at](mailto:post.kija@noel.gv.at) | [www.kija-noe.at](http://www.kija-noe.at)

# Hilfswerk.

**DER soziale Nahversorger für die Familien Niederösterreichs.**



## Familien- und Beratungszentren

- Flexible Kinderbetreuung, (Mobile) Tagesmütter/-väter
- Gruppenbetreuung für Klein- & Schulkinder
- Lerntraining – mehr als nur Nachhilfe
- Familien-, Partner- und Jugendberatung
- Psychotherapie
- Klinisch-psychologische Diagnostik
- Mobile Frühförderung, Soziale Arbeit
- Bildungsangebote für die ganze Familie

## Hilfe und Pflege daheim

- Mobile Pflegeberatung – Unterstützung für pflegende Angehörige
- Hauskrankenpflege und Heimhilfe
- 24-Stunden-Betreuung
- Mobile Physio- und Ergotherapie
- Ehrenamtlicher Besuchsdienst
- Notruftelefon – Hilfe auf Knopfdruck
- Menüservice: Wochenmenü oder „à la carte“

**Rufen Sie uns an! Wir helfen gerne.**

**Hilfswerk Niederösterreich**

Tel. 02742/249, [service@noe.hilfswerk.at](mailto:service@noe.hilfswerk.at)

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



BEZAHLTE ANZEIGE

## 4 WOCHEN FERIENBETREUUNG in NÖ

Für Kinder von 7 bis 14 Jahren!

# 3. KINDER BUSINESS WEEK

IN NIEDERÖSTERREICH

„Entdecke das Geheimnis des Erfolges!“  
mit der Wirtschaftskammer NÖ

# 17. - 21. Juli '17

Ein Ferienbetreuungsprojekt der NÖ Familienland GmbH

Anmeldestart: 21. Mai 2017

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

Vorträge und Ideenwerkstätten täglich von 9 bis 16 Uhr  
Ganztägige Betreuung von 7:30 bis 17 Uhr  
Im WIFI der Wirtschaftskammer NÖ in St. Pölten



## WIFI Kids Academy

Buntes Ferienprogramm für Kids  
24.7. - 4.8.2017 im WIFI St. Pölten  
7.8. - 11.8.2017 im WIFI Mödling



[www.noe.wifi.at](http://www.noe.wifi.at)

WIFI Niederösterreich

WERBUNG



NÖ Familienland  
GENERATIONEN LEBEN ZUSAMMEN

WIFI Kids Academy





## Seniorinnen- und Seniorensportler 2017 vor den Vorhang

Um Seniorinnen und Senioren aus Niederösterreich, die außergewöhnliche sportliche Leistungen erbringen, vor den Vorhang zu bitten, wurde im Vorjahr unter dem Ehrenschild von Landesrätin Mag.<sup>a</sup> Barbara Schwarz die Initiative „Seniorensportler und Seniorensportlerin des Jahres“ ins Leben gerufen. In Kooperation mit NÖs Senioren, dem NÖ Pensionisten-

verband und dem Referat Generationen des Landes Niederösterreich soll diese Aktion im Rahmen der Initiative „Mittendrin im Leben“ den Seniorensport in der Öffentlichkeit aufwerten und sein Schattendasein beenden.

2017 soll diese erfolgreiche Initiative weitergeführt werden, denn „Sport und Bewegung sind wichtige Bestandteile zur Erhaltung der Lebensqualität. Geistig und körperlich beweglich zu bleiben, erhöht die Lebensfreude und den Aktionsradius auch im höheren Alter sehr. Mit Vorbildern aus der eigenen Generation sollen ältere Menschen zu sportlicher Betätigung

motiviert werden“, freut sich Schwarz über die Fortsetzung.

- **Es können wieder Hobby- und Leistungssportlerinnen und Leistungssportler nominiert werden.**
- **Leistungszeitraum: 1. Oktober 2016 bis 30. September 2017**
- **Meldungen an: [senioren@noel.gv.at](mailto:senioren@noel.gv.at)**
- **Anmeldeschluss: 30. September 2017 ■**

### INFORMATIONEN:

Die Ausschreibungsunterlagen finden Sie auf der Senioren-Plattform des Landes NÖ: [www.mittendrin-im-leben.at](http://www.mittendrin-im-leben.at)

## UNI aktiv plus hält geistig fit



UNI aktiv plus 2016 (v. l. n. r.): Fritz Katzetti (FH Wr. Neustadt), Christine Doppler, Landesrätin Barbara Schwarz, Herbert Doppler, GR<sup>in</sup> Gerlinde Buchinger

Wissensdurstige Seniorinnen und Senioren können sich im Frühjahr 2017 auf die Fortsetzung der beliebten Veranstaltungsreihe UNI aktiv plus freuen. Bereits zum 17. Mal findet dieser Weiterbildungstag speziell für die ältere Generation statt.

**Zeit: Mittwoch, 7. Juni 2017, 10-16 Uhr**  
**Ort: FH Wiener Neustadt, Johannes-Gutenberg-Straße 3, 2700 Wiener Neustadt**

Das Programm und das Formular zur Online-Anmeldung finden Sie ab Anfang Mai auf der Senioren-Plattform des Landes NÖ: [www.mittendrin-im-leben.at](http://www.mittendrin-im-leben.at)

Rund 1.900 Seniorinnen und Senioren haben seit Start dieser Ver-

anstaltungsreihe 2007 die UNI-aktiv-plus-Tage in Niederösterreich besucht. Die große Nachfrage ist der beste Beweis dafür, dass lebensbegleitendes Lernen kein Schlagwort, sondern ein wichtiger Baustein für ein gutes Leben der älteren Generation darstellt: Neue Wissens- und Interessensgebiete entdecken zu wollen, hält geistig und seelisch jung. ■



### INFORMATIONEN:

**Referat Generationen des Landes NÖ**  
 Tel.: 02742/9005 DW 9060  
 E-Mail: [senioren@noel.gv.at](mailto:senioren@noel.gv.at)

# Café Vierviertel

Gemütliche Kaffeehausatmosphäre bei Jause und Getränken, Expertinnen und Experten aus den Bereichen Gesundheit, Sicherheit und Politik, ein unterhaltsames Showprogramm und Peter Rapp als Moderator. All dies erwartet die Besucherinnen und Besucher beim „Café Vierviertel“, zu dem das Land Niederösterreich, im Konkreten Landesrätin Mag.<sup>a</sup> Barbara Schwarz, an vier Terminen in den vier niederösterreichischen Vierteln einlädt. Die Veranstaltungsreihe richtet sich an unsere ältere Generation und soll den Seniorinnen und Senioren einen lustigen Nachmittag voll mit positiven Inhalten und wertvollen

Informationen beschieren. Freuen Sie sich unter anderem auf spannende Expertisen von Prof. Hadermar Bankhofer und Landespolizeidirektor Dr. Franz Prucher und kurzweilige Showeinlagen. Der Eintritt ist frei. Anmeldung unter [www.mittendrin-im-leben.at](http://www.mittendrin-im-leben.at) ■

## INFORMATIONEN:

### „Café Vierviertel“ - Die Termine:

29. Mai 2017 - Eventcenter Leobersdorf,  
23. Juni 2017 - Vereinshaus Horn,  
20. September 2017 - Tischlerei Melk,  
28. September 2017 - Konzerthaus  
Weinviertel Ziersdorf

**Beginn jeweils 15:30 Uhr**



**MITTENDRIN im Leben**  
UNSERE ÄLTERE GENERATION

## Café Vierviertel

*Wo und Wann?*  
**Eventcenter Leobersdorf:**  
29. Mai 2017, 15:30 Uhr

**Vereinshaus Horn:**  
23. Juni 2017, 15:30 Uhr

*Was?*  
Expertentipps und Showprogramm  
mit Moderator Peter Rapp

Anmeldung:  
[www.mittendrin-im-leben.at](http://www.mittendrin-im-leben.at)

**P** **NO** **GENERATIONEN NIEDERÖSTERREICH** **NO Familienland**

**N** **WERBUNG**

# Basteltipp Blütenrahmen

Susanne Reichardt

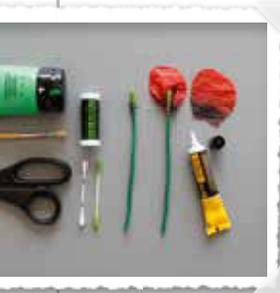
**Bastelutensilien:**

Weißer Bilder-Leerrahmen aus Holz, rotes Transparent- oder Krepp-Papier, Wattestäbchen, dicker und dünner Blumendraht (grün), Acryl- oder Wasserfarben (schwarz und grün), Pinsel, Schere, Klebstoff

**Arbeitsschritte:**

Zunächst wird das Krepp-Papier in 7 bis 10 cm breite Streifen geschnitten. Auf eine der Längskanten wird anschließend mit einem Pinsel ein schwarzer unregelmäßig-verwaschener Rand aufgetragen, wobei die reichliche Verwendung von Wasser an den Farbübergängen besonders schöne Effekte erzeugt. Sind die Streifen getrocknet, können sie zu Blütenblättern geschnitten werden.

Im nächsten Schritt werden die Wattestäbchen grün eingefärbt und ihre Enden mit einer Schere abgeschnitten (Länge ca. 3 cm). Dies sind unsere Blütenstempel, welche nun mit Hilfe von dünnem Draht jeweils am Ende eines dickeren Stücks Blumendraht fixiert werden. Im Anschluss gilt es nunmehr, die Blütenblätter vorsichtig mit Klebstoff um den Blütenstempel und die fertigen Blumen im Leerrahmen zu verkleben. ■



# Buchstabensalat

Michaela Zens

Endlich ist der Frühling wieder da! Nicht nur wir Menschen sind nach dem langen Winter wieder froh über Sonnenschein, auch den Pflanzen tut die Sonne gut und sie blühen und wachsen. In diesem Buchstabensalat sind verschiedene Pflanzen, die in Niederösterreich wachsen, versteckt. Du findest von oben nach unten und von unten nach oben, von links nach rechts und von rechts nach links folgende Wörter:

Kornblume	Holunder	Buche
Narzisse	Farn	Lilie
Gladiole	Enzian	Weide
Distel	Fichte	Klee
Veilchen	Rose	Nelke
Flieder	Mohn	Gras
Tanne	Moos	

W M O H N G R S V N  
 K O R N B L U M E R  
 L O O A S A R G I A  
 E S S R E D E I L F  
 E W E Z N I D A C I  
 K E N I N O N L H C  
 L I Z S A L U I E H  
 E D I S T E L L N T  
 N E A E C S O I T E  
 T H N B U C H E I E

Die 11 Buchstaben, die übrig bleiben, ergeben drei neue Wörter, das Motto der heurigen Landesausstellung (Alles, ... ..). Du musst sie nur noch in die richtige Reihenfolge bringen!

**Lösung:**

Alles, .....

AUFLÖSUNGEN: Buchstabensalat: Alles, WAS RECHT IST | Wort-  
 verbindung: Vase - Nase, Rang - Ring, Hose - Dose, Rost - Rose, Laus -  
 Haus, Gold - Geld, Tuch - Buch | Sportarten: klettern, laufen, wandern,  
 skaten | Rechenmeister: 5 + 3 = 8; 3 + 4 = 7; 7 - 5 = 2; 7 + 2 = 9

# Wortverwandlung

Indem du bei jedem Wort einen Buchstaben durch einen anderen ersetzt, erhältst du ein neues Wort. Dabei helfen dir die Bilder.



V	A	S	E



H	O	S	E



G	O	L	D



R	A	N	G



R	O	S	T



T	U	C	H



L	A	U	S

## Rechenmeister

Jede Form steht für eine Zahl.  
Welche Zahl stellt der Stern dar?

$$5 + \text{Smiley} = 8$$

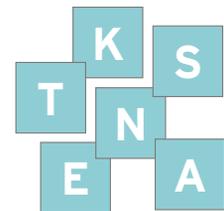
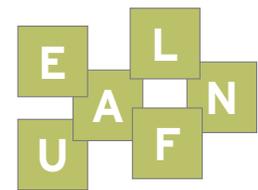
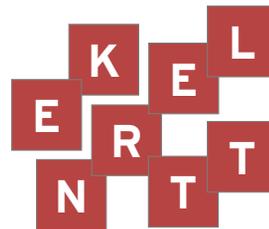
$$\text{Smiley} + 4 = \text{Heart}$$

$$\text{Heart} - 5 = \text{Triangle}$$

$$\text{Heart} + \text{Triangle} = \text{Star}$$

## Sportarten

Wenn du die Buchstaben in die richtige Reihenfolge bringst, kannst du die Sportarten erraten!



Klaudia Kremser

FILMTIPP



**SIEBZEHN**  
(Ab 28.04.2017)

**Österreich 2017 | Länge: 105 Minuten**  
**Genre: Coming-of-Age/Freundschaft/Liebe/Schule**  
**Empfohlen ab 16 Jahren**

Die 17-jährige Paula lebt mit ihrer Schwester und ihrem Vater in einem Dorf in Niederösterreich. Den größten Teil ihrer Zeit verbringt sie mit Kathrin und Marvin. Die drei fahren auch jeden Tag gemeinsam mit dem Bus zur Schule, während andere Klassenkollegen/-innen im Internat leben. Paula fühlt sich zu ihrer Mitschülerin Charlotte hingezogen, doch die ist mit Michael zusammen. Charlotte verbirgt lange ihr Interesse an Paula. Und dann mischt auch noch Lilli mit, die Paula gerne verführen würde. Der in Lanzenkirchen, Katzelsdorf, Hochwolkersdorf, Erlach und Wiener Neustadt gedrehte Film zeigt authentisch und mit großer Sensibilität das Leben und den Alltag von Teenagern auf dem Land. In ihrem mit dem Carl-Mayer-Drehbuchpreis 2013 und dem Max-Ophüls-Preis 2017 ausgezeichneten Spielfilmdebüt verarbeitet Regisseurin Monja Art Erfahrungen aus ihrer Jugend in Lanzenkirchen. Sie hat diesen Lebensabschnitt als großartige Zeit voller Sehnsüchte und Möglichkeiten in Erinnerung, und diese Stimmung vermittelt sich auch im Film. Die verschiedenen Liebeskonstellationen unter den Jugendlichen, die damit einhergehenden Machtspiele und der Herzschmerz sind ebenso Thema wie die Suche nach der eigenen Identität. Die jugendaffine Gestaltung (Einblendung von Handy-Nachrichten) und die schönen Songs der niederösterreichischen Singer-Songwriterin Clara Luzia runden einen wunderbaren Jugendfilm ab. ■

DVD-TIPP



**MOLLY MONSTER - Der Kinofilm**  
(Ab 28.03.2017)

**Deutschland/Schweiz/Schweden 2016**  
**Länge: 69 Minuten | Genre: Familie/Abenteuer**  
**Empfohlen ab fünf Jahren**

Monstermädchen Molly lebt mit ihren Eltern glücklich und zufrieden auf dem Monsterplaneten. Bald soll sie ein Geschwisterchen bekommen, für das sie voller Vorfreude eine Mütze strickt. Um das Ei auszubrüten, reisen Mama Etna und Papa Popocatepetl auf eine ferne Insel. Dorthin wollen sie Molly aber nicht mitnehmen, und sie vergessen auch die Mütze für das Baby. Gemeinsam mit ihrem besten Freund Edison macht sich Molly heimlich auf den Weg zur Eierinsel - und ein aufregendes Abenteuer beginnt! Die Figur der kleinen Monsterin wurde von Ted Sieger erfunden. Nach Büchern und einer TV-Serie ist nun der Kinofilm auf DVD erschienen. Mollys Welt ist bunt und bis ins Detail liebevoll gezeichnet. Für jüngere Kinder fungiert die neugierige, stets fröhliche Molly wunderbar als Identifikationsfigur und es bieten sich zahlreiche Anknüpfungsmöglichkeiten zum eigenen Alltag. Der Film ist sowohl bezogen auf die Inhalte (neue Geschwister, Solidarität usw.) als auch auf die Machart (episodische Erzählweise, kurze Spannungsmomente) besonders kindgerecht. Negative Emotionen werden nicht ausgespart, sondern klug verhandelt (z. B. Eifersucht über Edison). Mit großem Vergnügen werden gängige Rollenklischees durcheinandergewirbelt (z. B. brütet der Vater das Ei aus). Figuren wie Mollys Onkel Alfredo und Santiago oder die Brüder Hick und Hack sorgen, ebenso wie die Lieder, für viele unterhaltsame Szenen. ■

DEMNÄCHST IM KINO:

**Sieben Minuten nach Mitternacht**  
(ab 05.05.) | Conor lebt bei seiner Oma, weil die Mutter oft krank ist. In der Schule wird er gemobbt und deswegen hat er auch Alpträume. Eines Nachts wird der Baum vor seinem Fenster lebendig.

**Hanni und Nanni - Mehr als beste Freunde**  
(ab 25.05.) | Hanni und Nanni werden ins Internat gesteckt, weil sich ihre Eltern nicht um sie kümmern können. Die beiden setzen alles daran, um möglichst rasch von der Schule zu fliegen.

INFORMATIONEN:

Mag.<sup>a</sup> Klaudia Kremser, MAS, arbeitet seit mehr als 15 Jahren im Bereich Kinder- und Jugendfilm sowie Jugendschutz.

# Erzähl mir über Lieblingsfarben!

Fragt man Menschen nach ihrer Lieblingsfarbe, gibt mehr als jede dritte Person Blau an. Ebenso ist es Tatsache, dass die zweite Lieblingsfarbe Rot und die dritte Grün ist.

Elena Reisinger

Farben können verschiedene Reaktionen auslösen und haben Wirkungen auf uns, die wir oft nicht bewusst bemerken. Auf manche Farben reagiert unser Körper sozusagen „automatisch“, z. B. wenn Rot von unserem Körper als Signalfarbe erkannt wird. Aber auch wo wir geboren wurden und aufwachsen entscheidet, wie wir Farben wahrnehmen. Und letztlich sammeln wir im Laufe unseres Lebens Erfahrungen, die uns zeigen, dass gewisse Dinge gewöhnlich bestimmte Farben haben.

## Was verrät deine Lieblingsfarbe?

**BLAU:** Erinnerst an den Himmel und das Wasser. Es strahlt Ruhe aus. Ein klares, kräftiges Blau steht für Harmonie und Ausgeglichenheit, also dafür, dass man sich nicht leicht ärgert. Die alten Ägypter haben zuallererst blaue Farbpigmente verwendet, die sie aus Steinen gewonnen haben. Besonders der Schmuckstein Lapislazuli war wegen seines tiefen Blautons sehr begehrt.

**GELB:** So strahlt die Sonne! Sie ist die hellste der bunten Farben und steht für Kraft und Wärme und sorgt für gute Laune. Hat man Gelb als Lieblingsfarbe, ist man häufig fröhlich und aufgeweckt. Die echte

erste gelbe Farbe, das sogenannte Indischgelb, ist ein Produkt des Stoffwechsels von indischen Kühen. Dabei werden im Körper Nährstoffe in den Zellen umgewandelt.

**GRÜN:** Spendet Kraft und wirkt trotzdem beruhigend. Es steht für das Leben und das Wachstum. Menschen, die Grün mögen, sind oft verantwortungsvoll. Auch die grüne Farbe wurde zuerst von den alten Ägyptern benutzt. Besonders wichtig war hier der Stein Malachit. Er wurde gemahlen und mit Eiweiß, Akazienharz oder Feigenmilch verrührt, sodass grüne Malfarbe und Schminke entstanden.

**ROT:** Spielt in Liebe, Kampf und Natur eine wichtige Rolle. Wenn man Rot gerne mag, ist man oft mit vollem Körpereinsatz bei der Sache. Purpur gehört zu den be-

rühmtesten tierischen Farbstoffen. Die edle rotviolette Farbe war früher sehr aufwändig herzustellen und deswegen ein Symbol für Macht. Der Farbstoff wurde von Purpurschnecken gewonnen und war genauso teuer wie Gold. Weiters gibt es auch noch rote Pflanzenfarbe, die aus den Blättern und Stängeln des Henna-Strauches gewonnen wird und die wir heute noch verwenden, um uns die Haare rot zu färben. ■

## INFORMATIONEN:

**Elena Reisinger** ist 23 Jahre alt und gebürtige Krummnußbaumerin. Sie studiert Industriedesign im 6. Semester an der Kunstuniversität in Linz. In ihrer Freizeit reist sie gerne gemeinsam mit Freunden/-innen oder besucht Konzerte. Zur Entspannung malt sie mit vollem Körpereinsatz abstrakte Bilder in Acryl auf Leinwand.



# Blütezeit: Des einen Freud, des anderen Leid



leiden unter geröteten, juckenden und tränenden Augen, Niesattacken, Schnupfen mit rinnender Nase und fühlen sich stark beeinträchtigt. Zur Behandlung werden unterschiedliche Medikamente verschrieben, oft auch Antihistaminika, die rasche Hilfe bringen. Es gibt auch zahlreiche komplementärmedizinische Möglichkeiten, um Heuschnupfenbeschwerden zu lindern. Viele Betroffene kommen daher zur Beratung in die Apotheke.

## Alternative Heilmethoden bei Heuschnupfen

Weil die Homöopathie eine sanfte Methode ist, wird sie oft und gerne vorbeugend, aber auch zur Behandlung verwendet. Man findet sie in Form von Einzelsubstanzen, z. B. als Globuli, oder in fertigen Mischungen. Beispiele sind Luffa, Euphorbium und Euphrasia. Eine ähnliche Form der Homöopathie sind die sogenannten Schüßlersalze, die Störungen des Mineralhaushaltes der Körperzellen entgegenwirken sollen. Es gibt ein eigenes Schema zur Allergievorbeugung und Mischungen verschiedener Salze zur Behandlung. Bei Fließschnupfen oft verwendet wird etwa die Nr. 8, Natrium chloratum. Günstig kann sich die Kombination mit Bachblüten auswirken, die ergänzend auf der Seelenebene ansetzen. Psychisches Wohlbefinden stärkt das bei Allergien angeschlagene Immunsystem und somit finden bei Allergien auch Bachblüten Einsatz. Wichtig ist es auch, die Darmflora zu stärken. Der Verdauungstrakt ist, wie die Schleimhäute der Atemwege und die Haut, eine Kontaktstelle zur Außenwelt, wo Allergene angreifen können. 80 Prozent unseres Immunsystems befinden sich im Darm. Die regelmäßige Ein-

nahme verschiedener abgeschwächter Bakterienstämme unterstützt die Darmflora und somit das Immunsystem. Solange der Körper Heuschnupfen bekämpft, ist es außerdem günstig, tierisches Eiweiß wie Fleisch- und Milchprodukte zu meiden. Dadurch wird die Leber entlastet und kann belastende Fremdstoffe besser abbauen. Zur weiteren Unterstützung des Immunsystems sollte man nicht die Vitamine C, D3 und Zink vergessen. Aber auch Wirkstoffe, die in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) schon lange verwendet werden, können helfen. Beispiele sind hier Pilze mit bioaktiven und immunmodulierenden Inhaltsstoffen, wie Maitake, Reishi oder Shiitake. Aber auch Agarikus, eine brasilianische Champignonart, wird allergievorbereitend eingesetzt. Ebenfalls aus der TCM stammt Tragantwurzelextrakt. ■

Blüten spielen in der Pharmazie eine große Rolle: Königskerzen- und Eibischblüten finden im Hustentee Anwendung, Kamillenblüten wirken entzündungshemmend und krampflösend, Lavendel entspannt und ist schlaffördernd und in Salben verarbeitete Ringelblumen wirken heilend und beruhigend. Auch Blüten von Sträuchern und Bäumen finden in Arzneitees Anwendung: Holunder- und Lindenblüten lindern Erkältungskrankheiten, sind schweißtreibend und fiebersenkend, Weißdorn unterstützt Herz und Kreislauf.

## Wenn Blüten zur Krise führen

Inmitten der farbenreichen Frühjahrsblüte blühen aber auch unauffällig Hasel, Erle, Birke und Gräser. Die steigenden Temperaturen fördern die Pollenbelastung in der Luft und führen zu Heuschnupfen und dieser, als eine der häufigsten Allergien, zur Krisenzeit. Dabei gerät das Immunsystem des Körpers durch seine Überreaktion auf umweltübliche Stoffe, wie eben Blütenpollen, aus dem Gleichgewicht. Die Patienten/-innen



## INFORMATIONEN:

**Mag.ª pharm. Ilse Wunderlich-Polzer**  
Apothekerin  
„Apotheke zum Erlöser“  
Hochstraße 25, 2540 Bad Vöslau  
Tel 02252/762 85  
[www.apotheke-erloeser.at](http://www.apotheke-erloeser.at)



## AUSFLUGSZIEL

Lösen Sie Ihre EVN Bonuspunkte für eine Niederösterreich-CARD ein.

**EVN**

Mehr auf [evn.at/bonus](http://evn.at/bonus)

BEZAHLTE ANZEIGE

### NÖGKK: Aktive Kinder sind gesünder

NÖGKK Kinderbewegungstag in Amstetten

Studien beweisen es: Aktive Kinder und Jugendliche sind gesünder und zufriedener mit ihrem Leben als „Couch-Potatoes“. Doch für die Mehrheit der Kids sind Fernsehen, Computer und Handy verlockender als Bewegung. Laut Experten sind alle Aktivitäten und Hobbies, die den Bildschirmkonsum zurückdrängen und die aktive Auseinandersetzung mit der Umgebung fördern, für eine gesunde Entwicklung der Kinder unumgänglich.

Aus diesem Grund bietet die NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) auch heuer wieder einen Kinderbewegungstag an. Am Programm stehen Sport, Spiel und Abenteuer für Kinder zwischen fünf und zwölf Jahren. Sportvereine und Organisationen stellen sich vor, und Trendsportarten können ausprobiert werden. Darüber hinaus gibt es Fitness- und Reaktionstests und kreative Stationen.

Detaillinformationen gibt es im Internet unter [www.noegkk.at](http://www.noegkk.at).



Foto: [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

#### **NÖGKK** Kinderbewegungstag

**Wann:** 20. Mai 2017,  
10:00 – 17:00 Uhr

**Wo:** Johann-Pözl-Halle,  
Stadionstraße 12,  
3300 Amstetten

**Eintritt frei!**

**NÖGKK**  
nÖ Gebietskrankenkasse  
Wir versorgen Sie

### Gesundheit und Bewegung für die ganze Familie

NÖGKK Familiengesundheitstag in Laa an der Thaya

Der Start in ein gesundes Leben beginnt innerhalb der Familie. Deshalb lädt die NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) am 10. Juni 2017 zum 4. NÖ Familiengesundheitstag nach Laa an der Thaya. Viele Mitmach-Stationen für Groß und Klein, Gesundheits-Checks, Bewegungsangebote und Beratungen rund um die Gesundheit warten auf die Familien.

In der Gesundheitsstraße werden die Besucherinnen und Besucher von Kopf bis Fuß durchgecheckt - die Stationen reichen von Blutbefund, Blutdruck- und Körperfettmessung, Mundvideokamera und Zahnärztliche Beratung über Hör- und Sehtest bis zur Fußanalyse und Psychologische Beratung.

Spaß und Action bieten verschiedene Schnupperkurse, ein Aufprall-Simulator, Bullriding, Segway, Tennis, Faustball, Fußball, eine Torschusswand, Riesenrutsche, Kletterturm, Bewegungs- und Gleichgewichtspar-

cours sowie Zirkusattraktionen. Abgerundet wird der Familientag durch eine Info- und Beratungszone.

Alle Details zum Familiengesundheitstag gibt es unter der Tel. Nr. 050899-1354 oder im Internet unter [www.noegkk.at](http://www.noegkk.at).



Foto: [www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

#### **NÖGKK** Familiengesundheitstag

**Wann:** 10. Juni 2017,  
9:00 – 17:00 Uhr

**Wo:** Thayalandhalle,  
Anton Brucknerstraße 1-3,  
2136 Laa an der Thaya

**Eintritt frei!**

BEZAHLTE ANZEIGE

# Das Hocheck

Das Hocheck ist mit 1.037 Metern nicht nur die höchste Erhebung im Triestingtal, mit gerade 24 Kilometern Luftlinie Entfernung ist es auch der der Bundeshauptstadt Wien nächstgelegene Eintausender.

Andreas Dirnberger

Das Hocheck wurde Ende des 19. Jahrhunderts so richtig populär, als unten im Tal die Eisenbahnlinie angelegt wurde. Schon 1881 wurde am Gipfel eine Warte mit einer minimalen Schutzhütte errichtet. Nachdem sich aus allen Himmelsrichtungen herrliche Anstiege anbieten, die allesamt durch maximal mittlere Schwierigkeiten und schöne Aussichten geprägt sind, erfreute sich das Hocheck großer Beliebtheit. 1903 wurde knapp unterhalb des Gipfels eine richtige Schutzhütte errichtet, die im Laufe der Jahre immer wieder ausgebaut und renoviert wurde. Die Warte am Gipfel hielt natürlich auch nicht ewig, die jetzige Meyringer-Warte stammt aus dem Jahr 1974 und ist auch vom Tal aus nicht zu übersehen.

## Keine Bahn, keine Mautstraße, kein Pächter!

Sogar die Option zur Errichtung einer Zahnradbahn auf das Hocheck gab es einst, diese verfiel allerdings,

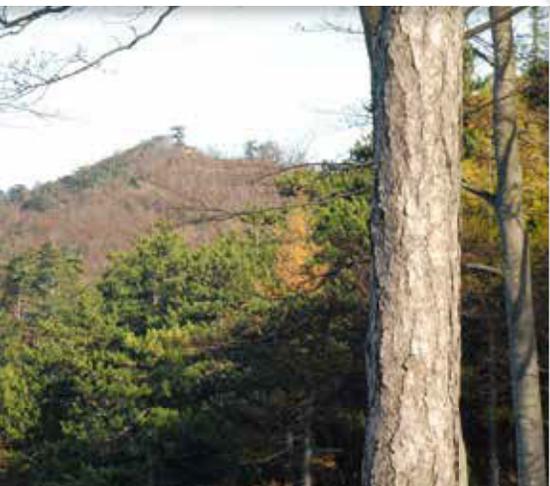
die Bahnlinie endet mittlerweile in Weissenbach und die viele Jahre bestehende Mautstraße wurde im vorigen Jahr geschlossen. Zu allem Überduss leidet die einstmals - auch im Winter - so beliebte Hütte daran, nach vielen Jahren verlässlicher Bewirtschaftung nun schon seit Jahren keinen dauerhaften Pächter zu finden. Die letzten Pächter bewirtschafteten die Hütte von April bis Oktober 2016, die überraschende Wintersperre ging Ende Jänner in eine erneute Pächtersuche über.

## Vom Höfnergraben über's Rote Kreuz

Das sollte Naturliebhaber aber nicht abhalten, das Hocheck zu erwandern (sicherheitshalber vorher informieren bzw. selbst eine Jause mitnehmen), und hier bietet sich mit dem Aufstieg über Höfnergraben und Rotem Kreuz eine der landschaftlich schönsten und reizvollsten Anstiege an, gerade im Frühjahr.



Schon früh sieht man das Ziel, die Meyringer-Warte.



Imposanter Fernblick zum Ötscher



Schneerosen säumen den Aufstieg



## Am Kamm der Schneerosen

Ausgangspunkt ist wie gesagt der Höfnergraben, den man am Ortsende von Thenneberg (von Kaumberg kommend Ortsanfang) über eine Zufahrtsstraße (Hinweis Fischzucht bzw. Camping „Paradise Garden“) erreicht. Dann geht man bei den Fischteichen vorbei geradeaus Richtung Süden, die Markierung entlang bis zum Roten Kreuz. Hier dreht der Weg nach links bzw. in östliche Richtung (gelbe Markierung) und steigt einen beidseitig steil abfallenden Kamm folgend sofort stetig bergan. Im Frühjahr genießt man hier den Anblick der üppig blühenden Schneerosen, das ganze Jahr über ist allerdings die größte Faszination, dass man vom Kammsteig aus schon bald das Ziel sieht, die die Baumwipfel überragende Meyringer-Warte. Kurz vor der Warte trifft der Steig mit einem zweiten, ebenfalls vom Höfnergraben kommenden Anstieg

(rote Markierung) zusammen, diesen sollte man dann für den Abstieg wählen, denn diese Variante ist deutlich kürzer und ... wesentlich steiler! Die wenigen Meter bis zur Warte beinhalten noch eine kleine Kraxelpartie, und dann steht einem wunderbaren Panoramaausblick nichts mehr im Wege. Wobei an schönen Tagen auch der Ötscher aus der Ferne grinst! Und sollte die Hütte wieder bewirtschaftet sein, dann umso besser ... ■

### INFORMATIONEN:

#### Hocheck, 1.037 m

Zufahrt von Thenneberg bis Fischzucht Höfnergraben  
Aufstieg über Rotes Kreuz, gelbe Markierung | Abstieg rote Markierung

#### Schutzhaus Hocheck, 1.031 m

ÖTK Sektion Triestingtal  
Wintersperre bis Ende März  
Hüttentelefon 0664/128 93 40



NIEDERÖSTERREICH  
HINEIN INS LEBEN.



## Erlebnisreiche Ausflüge mit der ganzen Familie

Eine Fahrt mit dem nostalgischen Reblaus Express oder der komfortablen Wachaubahn verspricht ein abwechslungsreiches Programm für Groß und Klein. Zahlreiche entdeckenswerte Ausflugsziele liegen an der Strecke. Steigen Sie ein und verbringen Sie einen unvergesslichen Tag mit Ihren Lieben!

**Familienpass-Vorteil bei unseren Bahnen**  
siehe [www.familienpass.at](http://www.familienpass.at)

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

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



 **NOVOG Infocenter** · Tel.: +43 2742 360 990-99 · E-Mail: [info@noevog.at](mailto:info@noevog.at)

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

BEZAHLTE ANZEIGE

# „Fertig wird mein Garten wohl nie sein“

Im Frühjahr erwachen auch die Gärten zu neuem Leben und die für die Landschaftsplanerin Birgit Pogats so schöne Arbeit im Freien beginnt von Neuem.

Karin Feldhofer



Alles blüht, wächst und gedeiht.

**Familienzeit: Woher kommt Ihre Liebe zum Gärtnern und was bedeutet Ihr Garten für Sie?**

**Birgit Pogats:** Bereits als kleines Mädchen war ich entweder bei meinen Omas oder bei meiner Mama im Garten und durfte in kleinen Beeten meine eigenen Pflanzen säen und ernten. Und diese Leidenschaft ist bis heute geblieben. Mein Garten ist ein unerschöpflicher Ort der Veränderung, eine Oase der Entspannung und Treffpunkt für die ganze Familie, wenn es draußen wieder wärmer ist. Es wird auch gemeinsam gearbeitet. Mein Mann schneidet Bäume und Sträucher, meine drei Kinder helfen

beim Bepflanzen und auch für die beiden Enkelkinder gibt es laufend etwas zu entdecken.

**Familienzeit: Wie sieht Ihr „Gartenjahr“ aus?**

**Birgit Pogats:** In der ruhigen Zeit, dem Winter, ruht alles unter einer dicken Schicht aus Schnee und Eis, die Regenfässer sind umgedreht, die Geräte im Gartenhäuschen verstaut und die Gedanken widmen sich neuen Möglichkeiten, denn ganz fertig wird mein Garten wohl nie sein. Wenn die Sonne wieder kräftiger wird und sich die Erde erwärmt, erwachen die Pflanzen aus ihrem Winterschlaf und die Blühsaison beginnt. Rasch reagieren meine Pflanzen auf Sonne, Wärme und Licht. Schneerosen, Leberblümchen, Dirndlstrauch und Haselnuss gehören zu den ersten Stauden und Sträuchern, die zu blühen beginnen. Schneeglöckchen, Krokusse und Blausterne sprießen und sind die ersten bunten Tupfen im Garten. Danach



Auch der Enkelsohn hilft mit.



Birgit Pogats auf ihrem Lieblingsplätzchen.

geht es Schlag auf Schlag. Überall treiben die Knospen aus, der Garten wird grün und bunt.

**Familienzeit: Was darf in Ihrem Gemüsebeet nicht fehlen?**

**Birgit Pogats:** Radieschen, Karotten, Erbsen, Bohnen und vieles mehr haben ihren fixen Platz im Beet. Bereits vorgezogene Gemüsepflanzen wie Paradeiser und Kürbisse wandern erst in frostfreien Nächten nach draußen. Auch Kräuter wie Schnittlauch, Zitronenmelisse, Pfefferminze, Thymian oder Rosmarin dürfen im Garten nicht fehlen.

**Familienzeit: Haben Sie eine Lieblingsecke?**

**Birgit Pogats:** Ich genieße die Vielfalt in meinem Garten, aber mein Lieblingsplätzchen ist ein großes altes Bett auf dem ich es mir bei schönem Wetter mit einem Buch gemütlich mache. ■



**Kittenberger**  
Erlebnisgärten

**AUF INS WUNDERLAND DER GARTENFANTASIE!**

- über 40 faszinierende Themengärten und wieder 2 NEUE Gartenhighlights
- tierische Freunde, u.a. Alpakas, Ziegen und Kängurus
- Spiel & Spaß für die ganze Familie im Abenteuer.Garten
- Genuss im Gartenrestaurant Glas.Haus
- Shoppingvergnügen im Erlebnis.Gartencenter



© Paul Plutsch

Öffnungszeiten:

18. März - 31. Oktober: Mo - Sa: 9 - 18 Uhr, So & Feiertag: 10 - 17 Uhr  
2. November - 23. Dezember: Mo - So: 10 - 19 Uhr

Kittenberger Erlebnisgärten

Laabergstraße 15, 3553 Schiltern bei Langenlois

Tel.: +43 (0)2734/8228-0 Fax: DW-20 E-Mail: office@kittenberger.at

Tipp:  
**30 % Ermäßigung**  
auf jede Kinderkarte  
mit dem Familienpass



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

BEZAHLTE ANZEIGE



**SONNENTOR®**

Endlich  
raus zu  
**SONNENTOR!**

Entdecke unsere Welt der  
Kräuter und Gewürze!



Bio-Bengelchen  
Frühlingsfest  
7. Mai in  
Sprögnitz

**SONNENTOR ERLEBNIS**

3910 Sprögnitz 10 | Telefon: +43(0)2875/7256-100  
[www.sonnentor.com/erlebnis](http://www.sonnentor.com/erlebnis)

**20% Ermäßigung**  
für die ganze Familie  
auf die **SONNENTOR**  
Betriebsführung

BEZAHLTE ANZEIGE

**Wir bauen moderne Wohnungen  
und Reihenhäuser in ...**

Gefördert vom  
Land NÖ!

**Waldegg-Oberpiesting**

**Junges Wohnen**

12 Wohnungen  
schlüsselfertig  
Miete  
Top-Ausstattung



HWB = max. 32,4 kWh/m²a

**Eggendorf, Sportplatzgasse**

80 Wohnungen  
17 Reihenhäuser  
schlüsselfertig  
Miete mit Kaufoption  
Top-Ausstattung



HWB max = 24,00 kWh/m²a

**atlas**  
Wo wir zu Hause sind

**JETZT ANMELDEN**  
[info@atlas-wohnbau.at](mailto:info@atlas-wohnbau.at)

BEZAHLTE ANZEIGE



Mitteleuropa ist die Heimat des Holunders. Auch Niederösterreichs Landschaftsbild ist von diesem Wildbeerenstrauch geprägt. Wenn der Hollerbusch in weißer Pracht erblüht, freuen sich alle Gartenliebhaber: Jetzt friert es nicht mehr und frostempfindliche Pflänzchen wie der Kürbis können ins Freiland

# Alles Holler

Marietheres van Veen

gesetzt werden. Wer hingegen in Niederösterreich „Holla verzapft“ verbreitet Unsinn. Und sogar eine Bezirkshauptstadt ist nach diesem Strauch benannt: Hollabrunn, die Weinviertler Metropole, leitet sich von einem Hollerbusch und einem Brunnen ab.

„Wenn du am Hollerbusch vorbeigehst, zieh' deinen Hut!“, hieß es lang im Volksmund. Im Schwarzen Holunder, auch Holler, Holder oder Hulla genannt, leben Hausgeister, die die Familie beschützen, wird erzählt! Die Blüten dieser Schutzpflanze sind

sehr beliebt. Sie eignen sich sowohl zum Verfeinern von Getränken als auch als Speise und ihre heilsame Wirkung ist ebenfalls allseits beliebt. Als Tee getrocknet im Winter hilft die Hollerblüte bei grippalen Infekten und auch der Beere wird heilende Wirkung unter anderem bei Asthma und Rheumatismus zugeschrieben. Im Frühjahr im Palatschinkenteig herausgebacken erfreuen die Blüten der Familie Gaumen. Auch Holunderblütensirup ist ein Genuss. Er verfeinert ein in Niederösterreich sehr beliebtes Mixgetränk, den Kaiserg'spritzen. ■

## „Wia uns da Schnowe gwochsn is“

Wenn auch Sie, liebe Leserinnen und Leser, alte Redewendungen aus Niederösterreich kennen oder diese tagtäglich benutzen, freuen wir uns über Ihre Zuschriften an [noe-familienland@noel.gv.at](mailto:noe-familienland@noel.gv.at). Gerne drucken wir diese in einer der nächsten Ausgaben der Familienzeit ab.

Karin Feldhofer

**„Zum Glick zagt si di Liesl jetzt wieder öfter.“** „Zum Glück scheint jetzt wieder öfters die Sonne.“

**„Nehm ma nu an Drüwastrara bevua ma ham gengan?“**  
„Trinken wir noch ein letztes Getränk, bevor wir nach Hause gehen?“

**„Jetzt kumman die Behl und die Huanausa boid wieder aussa.“**  
„Bald werden die Bienen und Hornissen wieder herumschwirren.“

**I hob's gern so richtig bachalwoam daham.“** „Ich mag es, wenn es zuhause wohlig warm ist.“

**„Des hob i jetzt agrad vagessn.“** „Das hab ich jetzt tatsächlich vergessen.“

**„Mei Kotz is maunchmoi baaz- augad.“** „Meine Katze hat manchmal verklebte Augen.“

**„Bist ma nu feind oder samma wieder quad?“** „Bist du mir noch böse oder vertragen wir uns wieder?“

**„Buama und Mentscha geht's her do!“**  
„Buben und Mädchen, kommt bitte her zu mir.“

**„Kumm, moch ma uns heit an Lenz.“**  
„Komm, machen wir es uns heute gemütlich.“

**„Den Keutzn kaunn i ned auf an Sitz zaumessen.“**  
„Dieses große Stück kann ich nicht auf einmal essen.“ ■



**FANTASIANA**  
ERLEBNIS-PARK STRASSWALCHEN

**-10%**  
auf den regulären  
Eintrittspreis

Preis gültig pro eingetragener Person im Familienpass, ausgenommen Freitags in der Vor- und Nachsaison; nicht in Verbindung mit anderen Aktionen.

[www.fantasiana.at](http://www.fantasiana.at)  
Märchenweg 1 - 5204 Strasswalchen +43 06215/8181

BEZAHLTE ANZEIGE

Die GEDESAG baut für Sie  
Gefördert & Provisionsfrei

MEIN HEIM  
**GEDESAG**



Wenn ich einmal groß bin, möchte ich modern wohnen!

**Ihr Wohntraum liegt ganz in der Nähe**

Wie auch immer ihr eigenes Haus, die eigene Wohnung aussehen soll. Wir finden etwas für Sie.

Erfüllen Sie sich Ihren Traum. Vielleicht wäre so ein schickes Reihenhaus oder eine Wohnung mit dazugehörigen Badeteich genau etwas für Sie?

Wir finden bestimmt das richtige Objekt, damit Ihrer Zukunft im neuen Haus nichts mehr im Weg steht.

[www.gedesag.at](http://www.gedesag.at)  
Besichtigung & Beratung: 02732/ 833 93  
3500 Krems/Donau, Bahnzeile 1

Freuen Sie sich als Familienpass-Inhaber bei Schlüsselübergabe auf Ihr Begrüßungsgeschenk!

BEZAHLTE ANZEIGE

# Blühende Fantasie



## Lavendel, Lilie, Löwenzahn

Von Virginie Aladjidi & Emmanuelle Tchoukriel | Gerstenberg 2016  
ISBN 978-3-8369-5949-0

Manche Kinder kennen jede Blume beim Namen, andere begeistern durch ihr Know-how über Krabbel- oder Nage-tiere, um nur einige Beispiele zum Thema Natur anzusprechen. Kinder-literatur spielt dabei als Bezugsquelle und Informationspool nach wie vor eine zentrale Rolle. Moderne Sachbü-cher für Kinder arbeiten mit und neben anderen medialen Angeboten, indem sie beispielsweise zu weiterführenden Recherchen anregen. Ein neugierig

machender Rechercheanlass kann das Blumenbuch „**Lavendel, Lilie, Löwenzahn**“ sein. Dieser Band ver-zückt Kleine sowie Große durch seine naturgetreuen, ästhetisch schönen Abbildungen. Wer die dort gezeigten und beschriebenen Pflanzen auch auf Fotos betrachten oder mehr über ihren Lebensraum nachlesen möchte, greift zusätzlich zu einem Bestimmungsbuch oder befragt das Internet. ■



## Pflanz mal was!

### Vom Säen bis zum Ernten

Von Annelie Johansson, Lena Granefeld & Nadia Nörbom | Beltz & Gelberg 2017  
ISBN 978-3-407-82219-2

Auch für die Gartenarbeit finden sich online unzählige Tipps. Jedoch ist es oftmals sehr viel angenehmer alles auf einen Blick, klar formuliert, strukturiert und mit inspirierenden Bildern vor uns haben. Genau dafür ist das Gartensachbuch „**Pflanz mal was!**“ ein wahrer Schatz. Dieses Buch macht Kindern Lust aufs Gartln und fokussiert jene Faszi-nation, die uns alle jeden Frühling aufs Neue erfreut: das Wunder eines Samenkorns, aus dem ein Keimling erwacht. ■

## INFORMATIONEN:

Mag.<sup>a</sup> Andrea Kromoser ist freie Germanistin. Im Rahmen ihrer Initiative erzählt sie Erwachsenen von Büchern für Kinder:  
[www.familienlektüre.at](http://www.familienlektüre.at)

FOTOS: Gerstenberg, Beltz & Gelberg

## RAUM FÜR DIE GANZE FAMILIE

In der Therme Laa warten auf die kleinen Gäste und ihre Eltern eigene Kinderbecken und Rutschen, eine abenteuerliche Familien-Textilsauna, ein buntes Animationsprogramm, sowie jede Menge Raum zum gemeinsamen Kuseln und Entspannen. So wird der Tag auch für Mama & Papa zur Erholung.

**Tipp:** Mit der neuen Familienoase noch entspannter den Thermentag genießen! Das Paket beinhaltet eine reservierte Liegeinsel im eigens abgetrennten Ruhebereich, eine gepackte Badetasche mit Bademäntel und -tüchern, Küchenstation, Wickelraum, Spielecke und vieles mehr!

### FAMILIENPASS-VORTEIL

Alle im Familienpass eingetragenen Kinder (bis zum 14. Geburtstag) erhalten auf ihren Tages-Thermeneintritt 10% Rabatt\*

\*Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen u. Rabatten sowie dem Sonnenschein-Tarif. Freier Eintritt für Kinder unter 3 Jahren!



Therme Laa – Hotel & Silent Spa  
Thermenplatz 1, 2136 Laa an der Thaya  
+43 (0) 2522/84 700 570  
therme@therme-laa.at

[www.therme-laa.at](http://www.therme-laa.at)  
Ein Resort der VAMED Vitality World



### Outdoor Mandala-Designer

Ravensburger Spieleverlag, 2017

Der Mandala-Designer beinhaltet vier Schablonen, die beliebig zusammengesteckt und ausgemalt werden können. Die beiliegende kurze Bildbeschreibung ist gut verständlich. Durch die Konzentration auf das Ausmalen wirken Mandalas beruhigend. Eine gute Möglichkeit der Verbindung von Aktivitäten an der frischen Luft mit Entspannung und Kreativität für Kinder ab 5 Jahren. ■



### Auf sie mit Gebrumm!

#### Welche Hummel setzt sich durch?

Ravensburger Spieleverlag, 2017

Jedes Kind muss so rasch als möglich in der richtigen Blume landen und gleichzeitig Aufgaben lösen. Schnellig-

keit und Geschicklichkeit sind gefragt, denn die Angel mit der Hummel wird immer länger. Ein sehr unterhaltsames Spiel für Jung und Alt, das mit Adaptionen für unterschiedlich alte Spieler/-innen ab 5 Jahren gespielt werden kann. Sieger können auch mehrere Hummeln sein. ■



### Planet Coaster

PC-Spiel von Frontier Developments

Im Aufbauspiel „Planet Coaster“ gestalten gestalten Spielerinnen und Spieler ab 12 Jahren eigene Vergnügungsparks - der Kreativität sind kaum Grenzen gesetzt. Es fördert auf unterhaltsame Weise vorausschauendes, planerisches Denken sowie Vorstellungsvermögen. Via Steam Workshop können eigene Kreationen online mit anderen geteilt werden. Aufgrund der vielen Möglichkeiten bereitet das Spiel langfristig Freude mit hohem Wieder-spielwert. ■



### Disney Art Academy

Konsolenspiel von Nintendo

„Disney Art Academy“ ist ein Zeichen(lern)spiel für Kinder ab 8 Jahren mit bekannten Charakteren aus dem Disney-Universum. Wie viele Schritt-für-Schritt-Hilfen man in Anspruch nehmen will, kann selbst entschieden werden. Wer Übung hat, kann ohne Unterstützung Motive nachzeichnen. Das Spiel bietet auch für Anfänger/-innen bald Erfolgserlebnisse, wenn aus den Einzelschritten ein schönes Ganzes wird. ■

## INFORMATIONEN:

Soz.-Päd.<sup>in</sup> Marion Fahrngruber MSc MA rezensiert unsere Spiele, Mag.<sup>a</sup> Karina Kaiser-Fallent ist Projektleiterin der BuPP ([www.bupp.at](http://www.bupp.at)) und empfiehlt die elektronischen Spiele.



Leseland Niederösterreich



## buchstäblich anders

*Ausgefallene Alphabet-Bücher aus aller Welt*

Eine Wanderausstellung der Internationalen Jugendbibliothek

über 80 Bücher in 22 Sprachen \* Workshops für alle Generationen

bis 31. Mai 2017  
NÖ Landesbibliothek  
St. Pölten, Landhausplatz 1  
freier Eintritt

Informationen unter  
[zeitpunktlesen.at](http://zeitpunktlesen.at)



BEZAHLTE ANZEIGE

# CHICO

HÄNGEMATTEN

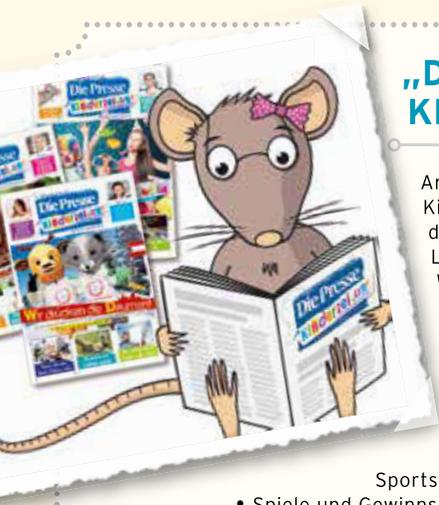
**- 5 % Rabatt**  
für Inhaber des  
NÖ Familienpasses

**FÜR EINEN  
ENTSPANNTEN  
START IN DEN  
FRÜHLING**

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

BEZAHLTE ANZEIGE

# Schaufenster



## „DIE PRESSE“- KINDERZEITUNG

An alle Leseratten: „Die Presse“-Kinderzeitung bringt jeden Samstag die besten Geschichten für junge Leser von 6 bis 12 Jahren. Jetzt 4 Wochen gratis und unverbindlich testen!

Das ist drin:

- Nachrichten aus Österreich und aller Welt
- Wissenswertes zu den Themen Technik, Natur und Umwelt
- Interviews mit Sportstars
- Tier- und Sportgeschichten
- Spiele und Gewinnspiele
- Witze und Rätsel
- Kurzgeschichten
- Veranstaltungstipps
- Kinotipps
- u.v.m.

Mit der Leseratte Nele jeden Samstag staunen und spannende neue Welten entdecken!

Jetzt 4 Wochen gratis testen unter [DiePresse.com/family-test](http://DiePresse.com/family-test)

„Die Presse“-Kinderzeitung, Hainburger Straße 33, 1030 Wien  
Tel 01/514 14-70 | E-Mail [aboservice@diepresse.com](mailto:aboservice@diepresse.com)  
[DiePresse.com/kinderzeitung](http://DiePresse.com/kinderzeitung)

BEZAHLTE ANZEIGE

## NEUE SAISON IM FAMILYPARK

Ab 1. April öffnet Österreichs größter Freizeitpark wieder seine Tore. Wie gewohnt erwartet die Besucher des beliebten Ausflugsziels wieder jede Menge Neues. 2017 gesellen sich wieder zwei neue Bahnen dazu und erweitern damit das Angebot auf mittlerweile 28 Fahrattraktionen in dem 14 Hektar großen Park. „Alles Einsteigen!“ heißt es ab Mai beim **Waldexpress**. Hier erwartet die Gäste eine tolle Fahrt mit einer Dampflok durch Wald und Wiese. Viel Spaß verspricht auch die **Gockeljagd**. Auf einem Riesenhahn reitet man quer durch den Bauernhof, umringt von lustigen Tieren. Zusätzlich wird es mit dem **düsteren Totenkopfturm** und der **Ziegengaudi** zwei außergewöhnliche neue Kletterbereiche geben. Auch sonst kommt im Familypark garantiert keine Langeweile auf! Die bunte Mischung aus Fahr- und Wasserattraktionen, Kletteranlagen und Erlebnisbereichen macht den Park zum perfekten Ausflugsziel für die ganze Familie.



FAMILYPARK, Märchenparkweg 1, 7062 St. Margarethen  
Tel 02685/60707  
[www.familypark.at](http://www.familypark.at) | [www.facebook.com/familypark.bgld](http://www.facebook.com/familypark.bgld)

BEZAHLTE ANZEIGE



## MINI MOBIL NEU Der Erlebnisbereich im Technischen Museum Wien.

Hier findest du alles zum spannenden Thema Mobilität! Fahre mit unterschiedlichen Fahrzeugen auf dem Verkehrsparcours durch Stadt, Tunnel und Land. Meistere dabei mit anderen Kindern die Herausforderungen im Straßenverkehr. Oder hast du Lust, den Flughafen und sein geschäftiges Treiben zu entdecken? Hilf beim Sicherheitscheck der Gepäckstücke und beim Einladen des Flugzeugs. Steuere als Pilot oder Pilotin aus dem Cockpit einen kleinen Flieger und versuche damit über die Wolken zu fliegen. Die Kleinsten unter euch können in der Zwischenzeit das Weltall erkunden, eine Rakete steigen lassen oder eine Mondlandschaft bauen.

Bei der Raststation kannst du dich mit deinen Eltern von den Abenteuern des Straßenverkehrs und des Flughafens erholen. Genügend Sitzgelegenheiten und eine Getränkestation sorgen dafür, dass sich auch Erwachsene wohlfühlen.

**Betriebszeiten - mini mobil:** Werktags täglich von 9.00 bis 17.45 Uhr  
Sa, So und feiertags von 10.00 bis 17.45 Uhr  
[www.technischesmuseum.at](http://www.technischesmuseum.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

## BARFUSSWEG SCHRATTENBERG

Unser Barfußweg führt über eine ca 5 km lange, grenzüberschreitende Strecke. Es gibt 12 Stationen, welche unterschiedliche Sinneseindrücke vermitteln. Die Strecke ist für Familien und Gruppen bestens geeignet. Eine Raststation bietet regionale Speisen und Getränke.

Hauptstraße 25, 2172 Schrattenberg  
Tel 02555/23450 | [www.barfussweg.at](http://www.barfussweg.at)



BEZAHLTE ANZEIGE

## Mit dem Familienpass sparen!



Tolle Aktionen &  
aktuelle Angebote  
unter

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

WERBUNG

NEU!



# WIESELBURGER MESSE

MESSE WIESELBURG



## Schwerpunkt FAMILIE

Kostengünstige Teilnahmemöglichkeit

**WIESELBURGER MESSE**  
Messe Wieselburg GmbH  
Volksfestplatz 3, 3250 Wieselburg

info@messewieselburg.at  
Tel.: +43 (0) 74 16 / 502 - 0



**29. 06. - 02. 07. 17** mehr Infos auf [www.messewieselburg.at](http://www.messewieselburg.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

DER KULTURSOMMER  
FÜR DIE GANZE FAMILIE!



Sa, 13. Mai & So, 14. Mai 2017 - Muttertag!  
**OAFUCH KEMA & DOA**  
KULTUR.HAND.WERK

10-17 Uhr | Burgarena Reinsberg  
Handwerksfest zum Mitmachen und Ausprobieren!  
für die ganze Familie

"Oafuch kema & doa" ist ein Fest für die ganze Familie. Ein Fest, an dem das alte Handwerk wieder auflebt und dessen Motto auch gleich Programm ist. Und so kann am Muttertagswochenende Jung und Alt zur "Burgarena Reinsberg" hinaufwandern. Es erwartet die ganze Familie ein zweitägiges Fest, an dem gedreht wird, Körbe geflochten werden, gedangelt wird oder getöpft.



**20%**  
Nachlass mit  
dem Familien-  
pass!

Sa, 22. Juli & So, 23. Juli 2017

## DORNRÖSCHEN

...NICHT NUR FÜR KINDER



15.30 Uhr | Burgarena Reinsberg  
Humorvolle Aufarbeitung eines Märchenklassikers in 3 Akten  
ab Kinder 4 Jahren

Was passiert, wenn ein König die 13te Fee seines Königreiches nicht zur Taufe der Prinzessin einladen möchte und Wünsche im Zorn ausgesprochen werden, die gar nicht so gemeint sind? Der Klassiker unter den Märchen, neu aufgearbeitet, verzaubert witzig und charmant die ganze Familie. Einschlafen werden bei dieser Neufassung zum Schmunzeln garantiert nur die Märchenfiguren. Freuen sie sich auf eine Reise in eine magische Welt!

**20%**  
Nachlass mit  
dem Familien-  
pass!

### WEITERE VERANSTALTUNGEN:

- 21 & 22. Mai **Hänsel & Gretel** - Kinder-Opern-Wanderung
- 24. Mai **Young Voices** in Concert
- 28. Mai **Kinder-Zaubernachmittag** zum Mitmachen
- 10. Juni **BurgBall** - 25 Jahre Dorfwerkstätte Reinsberg
- 17. Juni **Seer** - Live-Tour 2017
- 24. Juni **Reggaejam** - Reggae-Festival
- 8. Juli **Sašo Avsenik** & seine Oberkrainer
- 28. Juli **Kammerhofer** - Geh schleich di
- 4. - 13. August **Ritter Rüdiger** - Familien-Musical
- 18. & 19. August **Rigoletto** - Oper von Giuseppe Verdi
- 29. & 30. August **Summercamp-4-Kids** - Wissenschaft & Technik
- 10. September **Trachtenfrühschoppen** - 50 Jahre MV Reinsberg



**BURGARENA**  
reinsberg

TICKETS UND WEITERE INFOS UNTER +43 (0) 7487 21388 ODER [WWW.BURGARENA.REINBERG.AT](http://WWW.BURGARENA.REINBERG.AT)

BEZAHLTE ANZEIGE



# Verloren, geehrt, gefeiert!

Natascha Ricker

## 9. Mai: Tag der verlorenen Socke

Einen Moment der Stille für jede verlorene Socke und jeden grausamen Schleudergang, der Sockenpaare trennt. Seit 1998 verändern zwei Hausfrauen aus England das Denken vieler – das Mysterium der verlorenen Socke soll nicht mehr geduldet werden. So begannen sie, an diesem Tag zwei ungleiche Socken zu tragen. Also, sei solidarisch und gedenke an diesem Tag den verlorenen Socken!

## 14. Mai: Muttertag

Welch verückender Tag für Mütter! Mit Ursprung in der Römerzeit verändert sich die Art des Feierns seit dem 19. Jahrhundert durch neue Einflüsse. Prinzipiell sollten Frauen mehr Anerkennung für Mutterschaft bekommen, doch wegen der steigenden Kommerzialisierung ging die anfängliche Bedeutung rasch verloren.

## 1. Juni: Internationaler Kindertag

In über 145 Ländern wird an die Bedürfnisse von Kindern gedacht und werden Kinderrechte hervorgehoben. Aufgrund historischer Ereignisse gibt

es weltweit mehrere Tage, an denen er in unterschiedlicher Art und Weise gefeiert wird. Aber die Idee ist überall dieselbe: Kinder haben Rechte, müssen geschützt werden und haben eine Stimme!

## 11. Juni: Vatertag

Der Vatertag hat eine grundlegend andere Bedeutung als der Muttertag. Er wurde im 20. Jahrhundert als Pendant etabliert. In Österreich beschenkt man Väter mit Kleinigkeiten, während in anderen Ländern die Männer einen gemeinsamen Herrrentag daraus machen, mit Ausflügen und rustikalen Treffen. ■

FOTO: iStock.com

Stift und Stadt feiern  
**Maria Theresias  
300. Geburtstag**  
**FAMILIENFEST**  
**13. und 14. Mai 2017**  
Stift Klosterneuburg &  
Rathausplatz Klosterneuburg

- ★ **BASTELN** im kunstTRAUMstift
- ★ **KULINARISCHES**
- ★ Historisches Riesenrad
- ★ **MODESCHAU**
- ★ Zaubershow und Stelzengeher
- ★ **FAMILIENMESSE**
- ★ **KUNSTHANDWERKSMARKT**

*Hand  
made  
market*

**NÖ FAMILIENPASS Ermäßigung**  
Familienticket für das Fest  
€ 25,- (statt € 34,-)

BEZAHLTE ANZEIGE

www.stift-klosterneuburg.at | Stift Klosterneuburg | Stiftsplatz 1  
3400 Klosterneuburg | 02243/411-212 | tours@stift-klosterneuburg.at

www.noefamilienland.at

**NÖ Familienland**  
GENERATIONEN LEBEN ZUKUNFT

Die NÖ Familienland GmbH bietet gemeinsam mit NÖ Gemeinden Schulische Nachmittagsbetreuung (ganztägige Schulform in getrennter Abfolge) an Pflichtschulen in ganz Niederösterreich an.

**Wir suchen Sie!**

Für die Betreuung der SchülerInnen im Freizeiteil sucht die NÖ Familienland GmbH laufend:

**HortpädagogInnen | SozialpädagogInnen  
LehrerInnen und FreizeitpädagogInnen**

**Persönliche Anforderungen:** Verantwortungsbewusstsein, Zielstrebigkeit, Kreativität und Flexibilität  
**Arbeitszeit:** Teilzeitbeschäftigung 20-30 Wochenstunden  
**Mindestentgelt:** € 1.934,- brutto (Basis Vollzeitbeschäftigung)

**Schriftliche Bewerbung mit Foto an:**  
NÖ Familienland GmbH, Landhausplatz 1,  
3109 St. Pölten oder [martina.kern@noel.gv.at](mailto:martina.kern@noel.gv.at),  
Martina Kern, Tel. 02742 9005 13562

WERBUNG



# SaisonCard

**Familienkarte = SaisonCard für Ihre Kinder gratis!**

Ihr Gratis-Ticket für:

- gratis Bergbahnen (laut Betriebszeiten)
- gratis geführte Wanderungen
- gratis Schwimmbäder
- gratis Museen
- und vieles mehr von Mitte Mai bis Mitte Oktober

[www.pyhrn-priel.net](http://www.pyhrn-priel.net)  
#uppermoments



BEZAHLTE ANZEIGE

Das Mittelalter  
ist dunkel und  
voller Rätsel

*Hadamar von  
Kuenring*

DIE  
LEGENDEN  
VON  
**AGGSTEN**  
DAS GEHEIMNIS DES  
MAGISCHEN STEINS



Familienermäßigung auf  
[www.familienpass.at](http://www.familienpass.at)

Das live  
Abenteuerspiel auf  
der Burgruine Aggstein!

[www.abenteuerspiel-aggstein.at](http://www.abenteuerspiel-aggstein.at)

Ruine Aggstein / 3642 Aggsbach Dorf  
Telefon: +43 (0) 2753 8228  
e-Mail: [info@ruineaggstein.at](mailto:info@ruineaggstein.at)

BEZAHLTE ANZEIGE



## WILLKOMMENER FAMILIEN-ZUWACHS

### Die neuen Familienpass-Vorteilsgeber

Die angegebenen Vergünstigungen gelten für die auf dem Familienpass eingetragenen Personen nur bei gleichzeitiger Konsumation bzw. Inanspruchnahme einer Leistung durch den Familienpass-Inhaber. Der Familienpass muss vor der Bestellung vorgewiesen werden.

Im Folgenden finden Sie eine Auflistung der neuen Vorteilsgeber.

Den aktuellen Stand aller Vorteilsgeber finden Sie im Internet unter [noe.familienpass.at](http://noe.familienpass.at) sowie im jährlich erscheinenden Vorteils katalog.

- Information Wickeltisch Spielplatz Spielecke/Zimmer
- Kinderspeisekarte Kinderhochstuhl Barrierefrei
- Auch für Familienpass/karten-Inhaber anderer Bundesländer

#### AMSTETTEN



##### Rudolf Hürner GmbH Installationen - Heizungsbau - Service

1 Abgasmessung kostenlos beim Kauf einer Heizung Ihrer Wahl oder 1 kleines Goodie-Bag kostenlos beim Kauf eines neuen Bades. Familien-Meisterbetrieb in Sachen Heizung, Sanitär, Sanierungen, Service uvm.!

3300 Amstetten, Mühlbachstr. 3  
Tel.: 0 74 72/65 8 35 | Mobil: 0676/32 27 058  
E-Mail: [rhuerner@huerner-service.at](mailto:rhuerner@huerner-service.at) | [www.huerner-service.at](http://www.huerner-service.at)

#### AMSTETTEN ARDAGGER STIFT



##### MostBirNhaus - Erlebniswelt rund um die Mostbirne u. das Mostviertel

10 % Erm. auf den Eintritt (Vater, Mutter, Kinder). Multimedialstationen rund um den Weg des Mostes von der Blüte bis ins Glas (Dauer Rundgang: 1 Std.). Infos zu ÖZ u. Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage.

3321 Ardagger Stift, Stift 14  
Tel.: 0 74 79/64 00 | E-Mail: [office@mostbirnhaus.at](mailto:office@mostbirnhaus.at)  
[www.mostbirnhaus.at](http://www.mostbirnhaus.at)

#### BADEN



##### EisPeter Baden Eisgenuss in höchster Vollendung

1 Waffelpackung kostenlos ab einer Konsumation von € 10,- (pro Konsumation im Salon). Unser Eis bereiten wir tägl. frisch für Sie zu. Wir freuen uns, Sie u. Ihre Familie in unserem Eissalon zu begrüßen. ÖZ siehe Webseite.

2500 Baden bei Wien, Beethoveng. 1  
Tel.: 0 22 52/45 2 63 | E-Mail: [eissalon@eispeter-baden.at](mailto:eissalon@eispeter-baden.at)  
[www.eispeter-baden.at](http://www.eispeter-baden.at)

#### GÄNSERNDORF DEUTSCH WAGRAM



##### QUADWELT CHRIS Verkauf - Service - Reparatur

10 % Erm. auf Zubehör u. Reparaturen wie Service, Instandsetzung etc.! Ihr Spezialist für Quad ATV Moped u. Roller. Motorroller ab € 890,-, Mopeds ab € 1.999,-, Quad & ATV's ab € 2.490,-. Alles in Top-Markenqualität!

2232 Deutsch Wagram, Bockfließstr. 212  
Tel.: 0676/61 25 766 | E-Mail: [info@quadwelt-chris.at](mailto:info@quadwelt-chris.at)  
[www.quadwelt-chris.at](http://www.quadwelt-chris.at)

#### GMÜND HEIDENREICHSTEIN



##### Textil und Kreativ INGRID SÄUERL

10 % Erm. auf Ihren Einkauf (mit gültigem Familienpass; ausgen. Sonderangebote). Wolle, Handarbeit, Basteln, Nähen, Dekoartikel, Damenmode, Wäsche (Damen u. Herren), Strumpfware - Fabriksverkaufspreise, Taschen.

3860 Heidenreichstein, Stadtpl. 21  
Tel.: 0 28 62/52 126 | Mobil: 0664/73 35 63 29  
E-Mail: [saeuerl@kreativutextil.at](mailto:saeuerl@kreativutextil.at) | [www.saeuerl-kreativ-u-textil.at](http://www.saeuerl-kreativ-u-textil.at)

#### HOLLABRUNN



##### RadSchmiede Arwed Höchsmann Lust auf mehr Radfahren

5 % Erm. auf Fahrräder, Zubehör u. Ersatzteile. Zu guten Preisen finden Sie genau das passende Fahrrad (E-Bike, MTB, Cross-/Trekking-Bike, Rennrad, Kinderrad) od. nutzen Sie das ausgezeichnete Werkstattservice (alle Marken).

2020 Hollabrunn, Bahnstr. 22  
Tel.: 0676/97 28 039  
Facebook: [radschmiede.at](http://radschmiede.at) | [www.radschmiede.at](http://www.radschmiede.at)



## HOLLABRUNN FELLING



### Erlebnis Perlmutter Manufaktur Handwerkskunst Exklusiv & Elegant

Familienkarte € 9,- statt € 12,-. Die schillernde Perlmutterwelt des Waldviertels. Tauchen Sie ein in die Vielfalt dieses Naturmaterials. Filmvorführungen, Produktionsbesichtigung, Shop, Spielplatz mit „Knopferl“-Sandkiste.

2092 Felling 37  
Tel.: 0 29 16/203 | E-Mail: info@perlmutter.at  
[www.perlmutter.at](http://www.perlmutter.at)

## HOLLABRUNN ZELLERNDORF



### Zelli's Stiefelsuche & Retzerlandhof Themenweg & Weinviertler Gastlichkeit

1 Kugel Eis kostenlos im Retzerlandhof (gültig nach Konsumation eines „Zelli's Kinderschnitzers“ für Kinder -12 J.)! Der außergewöhnliche Themenweg mit berühmter Kellergasse Maulavern & Zelli's Stiefelsuche erwarten dich.

2051 Zellerndorf  
Tel.: 0 29 45/22 14 25  
[www.zellerndorf.at](http://www.zellerndorf.at) | [www.retzerlandhof.at](http://www.retzerlandhof.at)

## KORNEUBURG SPILLERN



### Golfplatz Spillern NEU! 18-Loch Puttinggrün „Die Alpen“

1 Runde „Alpengolf“: 2 Erw. u. 2 Kinder € 15,- (statt € 17,-), jedes weitere Kind € 3,- (statt € 3,50). Einzigartig in Österreich ist das neue 18-Loch Puttinggrün „Die Alpen“. Ein Spaß für die ganze Familie.

2104 Spillern, Wiesener Str. 100  
Tel.: 0 22 66/81 2 11 | E-Mail: gcspillern@golf.at  
[www.gcspillern.at](http://www.gcspillern.at)

## KREMS STADT



### HAARVIRUS Get infected

10 % Erm. auf alle Dienstleistungen für die ganze Familie bei Vorlage des Familienpasses. Hohe Qualität zum fairen Preis. Günstig und gut Haare lassen! ÖZ: Mo-Fr von 9.00-18.00 Uhr, Sa von 9.00-14.00 Uhr.

3500 Krems, Bahnhofpl. 17  
Tel.: 0 27 32/82 3 83 | E-Mail: silvia.sekyra-baumgartner@outlook.at  
[www.haarvirus.at](http://www.haarvirus.at)

## KREMS REGION NIEDERGRÜNBACH



### Diamond Club Ottenstein

Kostenlose Golfmitgliedschaft f. Kinder -14 J.!  
Kostenlose Drivingrange f. die ganze Familie!  
50 % Erm. auf eine Familienschnupperstunde bei Head Pro Andreas Lauss nach Anmeldung.  
Kindertrainings u. Camps siehe Homepage.

3532 Niedergrünbach 60  
Tel.: 0 28 26/74 76 | E-Mail: info@golfclub-ottenstein.at  
[www.golfclub-ottenstein.at](http://www.golfclub-ottenstein.at)

## LILIENFELD ST. AEGYD



### Reiterbauernhof MAHO Urlaub bei Familie Hütterer

Kostenloser Glücksbringer in Form eines echten Hufeisens ab 1 Nächtigung. Wohnen im gemütlichen Blockhaus. Familien- u. kinderfreundliche Atmosphäre. Wir sind auf Wanderreiter, Tierfreunde u. Familien spezialisiert.

3193 St. Aegydy, Wällischgraben 4  
Tel.: 0 27 68/20 0 33 | E-Mail: huetterer@maho-pferde.at  
[www.maho-pferde.at](http://www.maho-pferde.at)

## MELK MANK



### Rad Fuchs

10 % Erm. bei Kauf eines Fahrrades der Eigenmarke Rad-Fuchs inkl. Zubehör u. Bekleidung sowie auf Ersatzteile u. Arbeitszeit bei Service von Nov.-Jän.! Service u. Carbonrahmenreparatur ganzjährig gegen telefonische Voranmeldung.

3240 Mank, Bahnhofstr. 16  
Tel.: 0 27 55/23 10 | E-Mail: wolfgang@rad-fuchs.at  
[www.rad-fuchs.at](http://www.rad-fuchs.at)

## MELK PÖGGSTALL



### Niederösterreichische Landesausstellung 2017 „Alles was Recht ist“ - 1.4.-12.11.

Familienkarte € 18,- statt € 20,-. Das Miteinander steht im Mittelpunkt der Landesausstellung. Tipp: Jeden Sa/So/Ftg. um 14.30 Uhr: Familienrundgang durch die Ausstellung für alle kleinen Gäste u. ihre großen Begleiter!

3650 Pöggstall, Schloss Pöggstall, Hauptpl. 1  
Tel.: 0800 24 10 45 | E-Mail: info@noe-landesaussstellung.at  
[www.alleswasrechtist.at](http://www.alleswasrechtist.at)

## MELK ST. LEONHARD



### d' Greisslerei OG regional und nachhaltig

Wir laden ein zu einem sinnvollen Familienausflug mit kostenloser Lebensmittelkunde (Wert € 5,-), Bewusstseinsbildung zur Müllvermeidung für Familien, insbesondere Kinder. Telefonische Terminvereinbarung erbeten.

3243 St. Leonhard, Hauptpl. 6  
Tel.: 0664/17 70 089 | E-Mail: heimat@d-greisslerei.at  
[www.d-greisslerei.at](http://www.d-greisslerei.at)

## MELK TEXING



### Sports & More - Manfred Stadler e. U. Sportfachhandel

20 % Erm. auf Bekleidung, da uns die sportliche Betätigung, vor allem in der Familie sehr wichtig ist! Optimale Sportausrüstung und unser individuelles Service ist der Grundstein für mehr Freude und Spaß an der Bewegung.

3242 Texing, Steingrub 23  
Tel.: 0 27 55/47 3 06  
E-Mail: office@sportsandmore.at



## MISTELBACH



### Asia One Inh. Qiu Jian Jun

10 % Erm.! Genussvolles Speisen in einem schönen Restaurant. Sushi - Wok - Buffet - Teppanyaki. Kommen Sie vorbei u. fangen Sie an zu genießen. Täglich geöffnet!

2130 Mistelbach, Oberhoferstr. 5  
Tel.: 0 25 72/20 193

## MISTELBACH HERRNBAUMGARTEN



### NONSEUM Erfindungen, die wir auch nicht brauchen

Familienkarte (2 Erw. + 2 Kinder) um € 18,- (statt € 24,-). Dieses einzigartige Museum hat einen besonders aufrichtigen Charakter: es nützt wirklich niemanden, das aber sehr gewissenhaft und mit aller Liebe.

2171 Herrnbaumgarten, Poysbrunner Str. 9  
Tel.: 0 25 55/27 37 | Mobil: 0650/66 67 076  
E-Mail: info@nonseum.at | www.nonseum.at

## MISTELBACH SCHRATTENBERG



### Barfußweg Schratzenberg Gemeindeamt Schratzenberg

Der Barfußweg Schratzenberg (ca. 5 km lang) ist für Familien und Gruppen bestens geeignet. Unterschiedliche Sinneseindrücke werden auf 12 Stationen vermittelt. Eine Raststation bietet regionale Speisen und Getränke.

2172 Schratzenberg, Hauptstr. 25  
Tel.: 0 25 55/23 4 50  
www.barfussweg.at

## SCHEIBBS



### das.photo - Jürgen Thoma

10 % Erm. auf Baby-, Kinder- u. Familienfotos. Ihr persönliches Fotoatelier in Scheibbs für Hochzeit, Portrait, Lifestyle, Erotik, Newborn, Business, FineArt.

3270 Scheibbs, Flecknertorg. 3  
Tel.: 0650/96 59 165 | E-Mail: photo@das-photo.at  
www.das-photo.at

## SCHEIBBS



### Juwelier Meisterbetrieb - Walter ERNST DIADORO-Partner

5 % Erm. bei Barzahlung (ausgen. Reparaturen, Aktionen u. Batterie-Wechsel; nicht kombinierbar mit anderen Aktionen, Rabatten u. Gutscheinen). Tapferkeitsurkunde u. -medaille für Kinder beim Ohrlochstechen.

3270 Scheibbs, Hauptstr. 31  
Tel.: 0 74 82/42 122 | E-Mail: uhrmacher.ernst@utanet.at  
www.diadoro.at

## SCHEIBBS GÖSTLING AN DER YBBS



### Gasthof - Rafting Irmtraud u. Rudolf Scheiblechner

Hausgemachtes Skiwasser (0,25 l) f. Kinder kostenlos zum Essen. • Gemütlicher Eisenstraßengasthof • geschmackvolle, moderne Zimmer • ausgewählte Schmankerl der Saison • Feste aller Art • Grillabende • Raftingtouren u. Canyoning.

3345 Göstling an der Ybbs, Stixenlehen 48  
Tel.: 0 74 84/22 44 | E-Mail: info@rafting-mandl.at  
www.rafting-mandl.at

## SCHEIBBS LACKENHOF



### 3D Bogenparcours Ötscher

Gegen Vorlage des Familienpasses zahlt nur ein Kind Eintritt! Der 3D Bogenparcours in Lackenhof am Ötscher ist ein Abenteuer für Anfänger und Profis! 2 km Parcours, 42 Ziele verteilt auf 30 Stationen warten auf SIE!

3295 Lackenhof, Teichwiese 1  
Tel.: 0 74 80/20 0 20 | E-Mail: info@lackenhof.at  
www.3d-bogenparcours-oetscher.at

## ST. PÖLTEN STADT



### HAARVIRUS Get infected

10 % Erm. auf alle Dienstleistungen für die ganze Familie bei Vorlage des Familienpasses. Hohe Qualität zum fairen Preis. Günstig und gut Haare lassen! ÖZ: Mo-Fr von 8.30-18.00 Uhr, Sa von 8.30-14.00 Uhr.

3100 St. Pölten, Domg. 10  
Tel.: 0 27 42/36 7 06 | E-Mail: silvia.sekyra-baumgartner@outlook.com  
www.haarvirus.at

## ST. PÖLTEN LAND HERZOGENBURG



### Erlebnisbad Aquapark u. Minigolfanlage der Stadtgemeinde Herzogenburg

Bei den Tageseintrittsgebühren wird eine Erm. von ca. 20 % gegenüber den Normalpreisen gewährt (ausgen. Saisonkarte). ÖZ: Freibad (0 27 82/84 9 27) Mai bis Sept., Miniaturgolfanlage (0 27 82/83 3 15) Mai bis Ende Sept.

3130 Herzogenburg, Dammstr. 1  
Tel.: 0 27 82/83 3 15 | E-Mail: stadtgemeinde@gde.herzogenburg.at  
www.herzogenburg.at

## ST. PÖLTEN LAND PURKERSDORF



### Naturpark Purkersdorf

„Walderlebnisse für die ganze Familie“: Erw. € 8,- (statt € 10,-), Kinder € 5,- (statt € 6,-). Infos u. Termine siehe Homepage. 10 % Erm. auf eine Naturpark-Jause (Kaffee u. Haustorte) im Naturparkgasthaus Klugmayer. ÖZ: Fr ab 16.00 Uhr, Sa u. So ab 9.00 Uhr.

3002 Purkersdorf, Hauptpl. 1  
Tel.: 0 22 31/63 6 01-810 | E-Mail: info@naturpark-purkersdorf.at  
www.naturpark-purkersdorf.at



## TULLN



### TAEKWONDO TANGUN Tulln

3 Wochen kostenloses Taekwondo-Training! Selbstverteidigung u. Kampfsport - maßgeschneidertes Training für Kinder, Jugendliche u. Erwachsene. Wir fördern körperliche Fitness, Koordination, Selbstvertrauen u. Teamgeist.

3430 Tulln, Karnergasse - Turnsaal Volksschule 1  
**Tel.:** 0664/27 14 815 | **E-Mail:** dietmar.brandl@gmx.at  
**www.tanguntulln.at**

## TULLN ST. ANDRÄ-WÖRDERN



### Wasserschischule Wördern

10 % Erm. auf die Wasserschi-Wakeboardrunde sowie Fun Tubes! Die Ausrüstung wird kostenfrei beigestellt. Gutbürgerliche Küche, Wasserschi, Wakeboard, Fun Tubes (Reifen), Beachvolleyballplatz uvm.! Direkt am Radweg Passau - Wien. Gästesteg für Bootsfahrer. ÖZ: März-Dez.

3423 St. Andrä-Wördern, Am Hafen 1  
**Tel.:** 0 22 42/32 9 55 | **E-Mail:** wsc.w@aon.at  
**www.wasserschischule.info**

## TULLN ZEISELMAUER



### KFZ - Fahrecker Andreas Fahrecker

10 % Erm. auf Material und Arbeitszeit bei Vorlage des Familienpasses. KFZ-Reparatur-Werkstatt aller Marken sowie Ersatzteilhandel mit Reifen, Felgen uvm.!

3424 Zeiselmauer, Gewerbestr. 12  
**Tel.:** 0650/46 23 377 | **E-Mail:** office@kfz-fahrecker.at  
**www.kfz-fahrecker.at**

## WR. NEUSTADT KRUMBACH



### Eis GREISLER Aus Muuh! Wird Wow!

10 % Erm. auf Führungen. Entdecken Sie den Ursprung der Eis Greisslerei u. lernen Sie unseren Betrieb in 3 Stationen kennen. Unterhaltung für die jüngeren Gäste am Kinderspielplatz u. im Streichelzoo. ÖZ siehe Webseite.

2851 Krumbach, Königsegg 25  
**Tel.:** 0 26 47/42 95 055 | **E-Mail:** buchung@eis-greissler.at  
**www.eis-greissler.at**

## ÜBERREGIONAL NIEDERÖSTERREICH



### NAWISMA Natur- und Wildnisschule Marchfeld

15 % Erm. auf Sprache der Vögel, 10 % Erm. + Geschwister kostenlos auf Naturerlebnis, 20 % Erm. auf Naturmonitoring u. auf den Gesamtpreis für die Ausbildung zu Wildnistrainer/Naturmentorin. Nähere Infos siehe Homepage.

2230 Gänserndorf, Johann Marschall Str. 24/1/5  
**Tel.:** 0699/11 46 42 93 | **E-Mail:** office@nawisma.at  
**www.nawisma.at**

## ÜBERREGIONAL OBERÖSTERREICH



### Gmundner Keramik Manufaktur

Führung mit ausführlichem Einblick in die Malwerkstätten. Keramik selbst bemalen mit original Formen, Farben u. Werkzeugen. Sie finden bei uns das gesamte Sortiment mit besonderen Schnäppchen. Infos siehe Homepage.

4810 Gmunden, Keramikstr. 24  
**Tel.:** 0 76 12/786-79 | **E-Mail:** office@gmundner.at  
**www.gmundner.at**

## ÜBERREGIONAL OBERÖSTERREICH



### OÖ Landesgartenschau Kremsmünster 2017 Spiel & Spaß im Blütenparadies - 21.4.-15.10.

Familienkarte € 14,50 inkl. aller eingetragenen Kinder -15 J. frei. Von 21.4.-15.10.2017! Ein volles Programm, das bunter nicht sein könnte!  
 • 10 Schaugärten • 10 Themengärten • 10 Küchengärten • Kinder- u. Familienprogramm

Markt Kremsmünster-Stift Kremsmünster-Schloss Kremsegg  
**Info:** 0 75 83/51 5 15 | **E-Mail:** gartenschau@kremsmuenster2017.at  
**www.kremsmuenster2017.at**

## ÜBERREGIONAL OBERÖSTERREICH



### Mitterhuemer MENSCH | ENERGIE | TECHNIK

7 % Erm. auf das gesamte Sortiment (ausgen. Aktionen, Kostenvoranschläge, Zustellung u. Montage, Reparaturen u. Gutscheine). Wir sind der führende Komplettanbieter von technischer Gebäudeausstattung im Großraum Steyr!

4400 Steyr, Ennsstr. 31a  
**Tel.:** 0 72 52/79 93 00 | **E-Mail:** info@mitterhuemer.at  
**www.mitterhuemer.at**

## ÜBERREGIONAL WIEN



### Alpenverein Edelweiss

1x kostenlose Tageswanderung + Eintritt in unsere Kletterhallen. • Familien-Mitgliedschaft mit Versicherungsschutz • viele Freizeit-Vorteile • Gutscheine. „Familie sicher am Berg“ Kurse, Abenteuerwochen u. Jugendgruppen.

1010 Wien, Walfischg. 12  
**Tel.:** 01/51 38 500 | **E-Mail:** office@alpenverein-edelweiss.at  
**www.alpenverein-edelweiss.at**

## ÜBERREGIONAL WIEN



### Sommerrodelbahn Hohe Wand Wiese

Kinderfahrt: € 3,- (statt € 3,50), Erw. € 4,- (statt € 4,50). Die 850 m lange Sommerrodelbahn mit rasanten Kurven u. einem Abschlussprung sorgt für Adrenalin u. Nervenkitzel bei Jung u. Alt. Vielfältiges Angebot an Speisen u. Getränken. Infos u. ÖZ siehe Homepage.

1140 Wien, Mauerbachstr. 174  
**Tel.:** 01/93 46 711 | **E-Mail:** office@hohewandwiese.com  
**www.hohewandwiese.com**



# Was ist los im NÖ Familienland?

Spiel, Spaß und Spannung für Groß und Klein auf einen Blick.  
Das bietet Ihnen unser Veranstaltungskalender.  
Also raus aus dem Alltag und rein ins Vergnügen!

1

## Familienfest auf der Schallaburg

21.05.2017 | 9-18 Uhr

Ganz unter dem Motto „Familienfest der Begegnung und Vielfalt“ laden die NÖ Familienland GmbH und die Schallaburg zum wiederholten Mal alle Generationen ein, einen spannenden Tag auf der Schallaburg zu verbringen. Neben einer Kreativwerkstatt, einem Kalligraphie Workshop und einer Musicalvorstellung warten zahlreiche weitere Attraktionen auf alle Besucherinnen und Besucher!

2

## Familienstag Grafenegg

18.06.2017 | 11-17 Uhr  
Schloss Grafenegg

Das Schloss Grafenegg wird unter dem Motto „Hokuspokus Musikus“ zum Schauplatz für Konzerte, Workshops und Spiele. Auch heuer ist die NÖ Familienland GmbH wieder mit einer Fotozone, Kinderschminken und vielem mehr vertreten und freut sich auf einen gemeinsam verbrachten Tag voller Spaß!





**3**  
**Historisches Burgtreiben**  
 29.04.-01.05.2017  
 Renaissanceschloss Rosenberg

**4**  
**Bio-Bengelchen  
Frühlingsfest**  
 07.05.2017 | 10-17 Uhr  
 Sonnentor Sprögnitz

**5**  
**Oafoch kema & doa**  
 13.-14.05.2017 | 10-17 Uhr  
 Burgarena Reinsberg  
 Handwerksfest zum Mitmachen  
 und Ausprobieren!

**6**  
**Kinderführung**  
 20.05.2017 | 10-12 Uhr  
 Harrachpark,  
 Bruck an der Leitha

**7**  
**Das Filzfest im Wald**  
 20.-21.05.2017 | 10-17 Uhr  
 Kirchberg am Wechsel  
 Das Filzfest bietet neben jeder  
 Menge Filzarbeiten auch einen  
 Filzkunstwanderweg zum Thema  
 Märchen.

**8**  
**Klangschmiede**  
 24.-28.05.2017  
 Ybbsitz

**9**  
**Frühlingsgartentage**  
 25.-28.05.2017  
 Schloss Hof

**10**  
**Kinder-  
Zaubernachmittag**  
 28.05.2017 | 15 Uhr  
 Burgarena Reinsberg  
 Kinder können aktiv an einer  
 Zaubershow teilnehmen und  
 mitzaubern.

**11**  
**Mimis Sonntag  
„Rapunzel“**  
 04.06.2017 | 15-15.45 Uhr  
 MAMUZ Museum, Mistelbach

**12**  
**Römerfestival**  
 10.-11.06 & 17.-18.06.2017  
 Römerstadt Carnuntum  
 Besucher/-innen können rö-  
 misch-antikes Leben aus nächs-  
 ter Nähe erleben und dabei  
 selbst Teil davon werden.

**13**  
**Buntes Vatertagsfest**  
 11.06.2017 | 10-17 Uhr  
 Kittenberger Erlebnisgärten,  
 Schiltern

**14**  
**Kinder- und Spielefest**  
 11.06.2017 | 10-17 Uhr  
 Museumsdorf Niedersulz  
 Alte und teilweise vergessene  
 Kinderspiele werden vorgestellt,  
 es gibt einen „Lebenden Bauern-  
 hof“ und zwei Naturspielplätze.

**15**  
**Erlebnisausstellung  
„Garten Eden“**  
 bis 14.01.2018  
 Das Kunstmuseum Waldviertel,  
 Schrems

# Was uns blüht

In dieser Doppelkolumne kommen zwei Menschen unterschiedlicher Generationen mit ihren Überlegungen zum Leitthema unserer Ausgabe zu Wort. Diese vielleicht überraschenden Gedanken werden oft zum Schmunzeln und Nachdenken anregen können. In dieser Ausgabe erfahren wir, welche gedanklichen Bilder bei Maximilian und Alexander (8) und ihrer Nenn-Oma Stefanie (65) zu unserem Leitthema „Blütezeit“ entstehen.



Blütezeit, wer freut sich nicht auf diese wunderbare, wohltuende Zeit im Frühjahr? Alle sehnen sich danach, auf diese ersten Blüten. Blütezeit heißt aber auch Vergänglichkeit... Das lässt in mir die Frage entstehen: Wann in unserem Leben ist diese Hochzeit der Blüten?

Ist die Jugend dafür vorgesehen oder doch das fortgeschrittene Alter? Ich denke, dass durch die Vielfältigkeit dieser Blüten unser Leben so bereichert wird. In der Jugend glaubt man, es sei das Vorrecht, in der Blüte zu stehen - das hat auch seine Berechtigung. Im Laufe des Lebens zeigt es sich jedoch, dass es schon auch besondere Blüten gibt, die erst in den späteren Jahren spürbar werden. Die Schattierung bekommt einen anderen Wert, die Farbnuancen ändern sich. Es ist eine andere Intensität und doch kommt es auf den Blickwinkel an. Sehe ich diese Schönheit oder blicke ich durch sie hindurch oder darüber hinweg? Lass ich's in mein Herz? In der Familie - in der Partnerschaft, wenn die Kinder heranwachsen - was erlebt man doch da an Freude. Doch auch diese Blüten gehen. Sie verändern sich und man darf sie auch gehen lassen. In strahlende Kinderaugen zu sehen, die voll Vertrauen auf einen blicken, ein lachendes, offenes, strahlendes Gesicht zu erblicken, das sind diese besonderen Momente, Blüten für die Seele. Ich habe bei meiner Tätigkeit als Nenn-Oma häufig die Gelegenheit dazu - das lässt mich sehr dankbar sein. Doch sind es nicht immer diese Momente voller Glück. In meiner ehrenamtlichen Tätigkeit als Hospizbetreuerin darf ich erleben, dass es besonders viele Facetten gibt von leuchtend über schimmernd bis traurig. Worauf richtet sich mein Blick? Vielleicht ist es das Privileg des Älterwerdens, die Vielfalt dieser Blüten sehen und spüren zu können und sich dabei wohlfühlen. ■

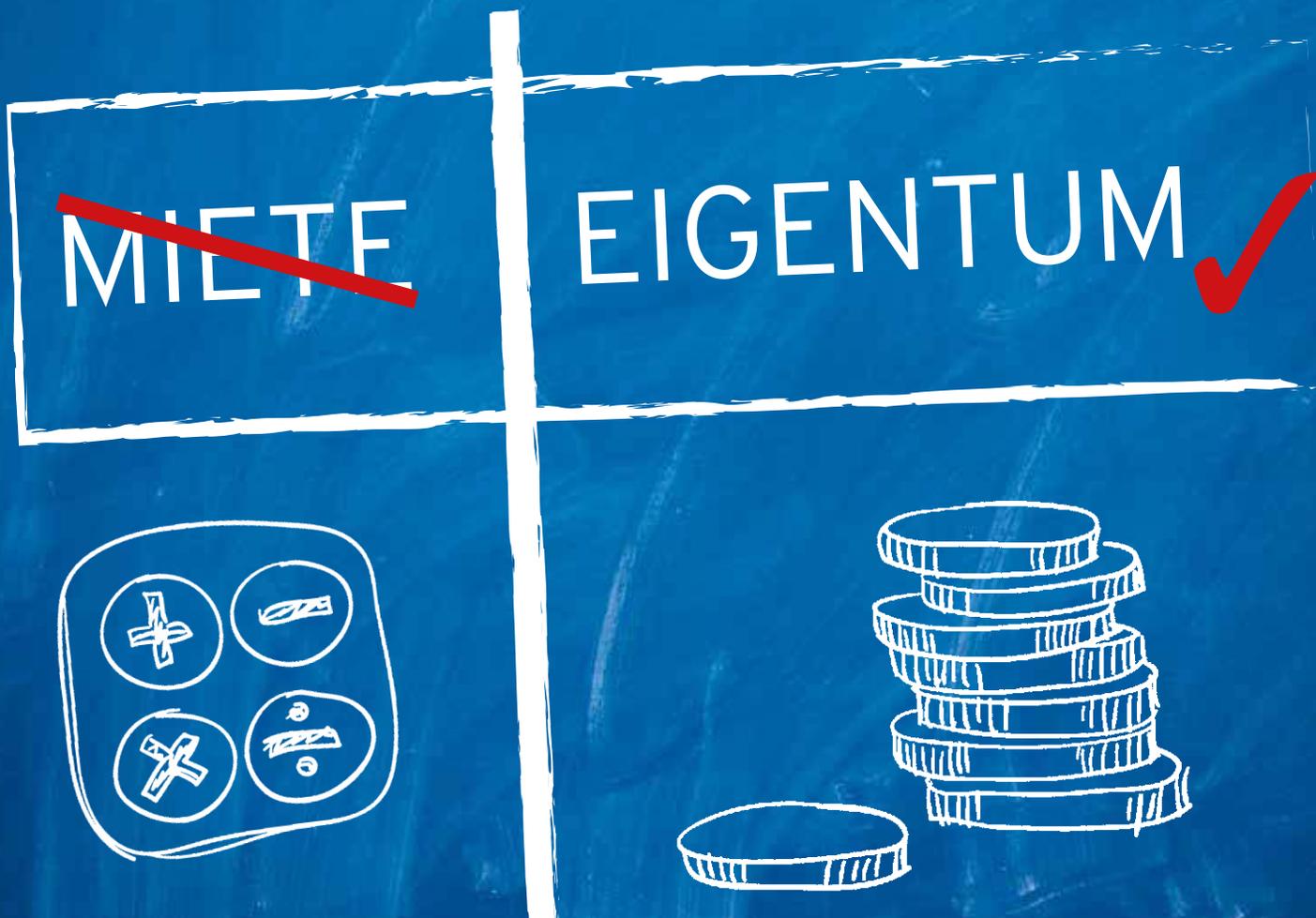


Wir haben keine Lieblingsjahreszeit, aber im Frühling kann man wieder auf der Terrasse sitzen, wandern gehen, es wird wärmer und man muss sich nicht mehr so warm anziehen - und es sind Osterferien. Zu Ostern feiern wir, dass Jesus aufersteht und der Osterhase kommt. Der kommt in der Nacht und versteckt Geschenke, Ostereier und Süßigkeiten. Wir haben herausgefunden: Wenn man sich seit langer Zeit etwas wünscht und oft darüber geredet hat, dann bringt das der Osterhase. Der ist sehr klug. Den haben wir schon mal unter unseren Büschen gesehen als er da gelegen ist und geschlafen hat. Der Osterhase ist goldbraun. Der Frühling kommt dann, wenn alles wieder grün wird und Knospen bekommt. Im Kalender steht ein Tag, an dem der Frühling beginnt. Die Menschen sind zuerst ein Kind, dann jugendlich, dann erwachsen und dann ist man alt. Das ist wie in der Natur. Jeder Mensch hat eine Lieblingsjahreszeit, aber trotzdem ist es am schönsten, wenn man ein Kind ist, weil man dann noch am längsten zum Leben hat.

Und Muttertag gibt es! Da basteln wir Geschenke in der Schule für die Mama, weil das der Tag ist, an dem man an die Mutter denkt. Das Gleiche ist beim Vatertag, da basteln wir auch Geschenke und denken an den Papa. Eigentlich wäre es schön, wenn es einen Kindertag geben würde. Und einen Oma- und Opertag. Aber eigentlich sind der Muttertag und Vatertag auch für die Oma und den Opa. Der Kindertag sollte im Juli an unserem Geburtstag sein, weil wir ihn ja erfunden haben! Ein Frühlingsfeiertag wäre auch schön, wenn alle feiern, dass der Frühling endlich da ist. ■

## MACHEN SIE MIT!

Die Familienzeit ist auf der Suche nach weiteren generationenübergreifenden Pärchen, die gerne zu einem von uns vorgegebenen Thema in dieser Rubrik schreiben möchten. Bei Interesse stellen Sie sich der Redaktion kurz per E-Mail über [noe-familienland@noel.gv.at](mailto:noe-familienland@noel.gv.at) mit Namen, Alter und (Verwandschafts-)Beziehung vor.



# WIR MACHEN WOHN(T)RÄUME WAHR.

Seit über 5 Generationen, im ganzen Land.

Egal, was Sie planen - planen Sie zuvor einen Besuch in Ihrer Landesbank ein.  
Rechnen Sie mit der Erfahrung der Finanzierungs- und Förderspezialisten:

**Wohn-Hotline: 0800 20 100!**

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

 **HYPO NOE**  
NIEDERÖSTERREICHS LANDESBANK

Diese Marketingmitteilung wurde von der HYPO NOE Landesbank AG, Hypogasse 1, 3100 St. Pölten, erstellt und dient ausschließlich der unverbindlichen Information. Die Produktbeschreibung erfolgt stichwortartig. Irrtum und Druckfehler vorbehalten. Stand 3/2017

# Für Abenteurer und Genießer!



Bezahlte Anzeige

Wohlfühlen mit  
eigenem Wellness-  
& Poolbereich im  
Paradiso\*\*\*\*\*



Das neue  
Sauna-Bergdorf  
„AusZeit“ und  
die Cabrio-Therme  
„Tropicana“  
sind täglich bis  
24 Uhr geöffnet!



## Family Weekend

**3 Urlaubstage / 2 Nächte**

inklusive Zutritt in die öffentliche Therme  
mit Piratenwelt Aquapulco, Cabrio-Therme  
Tropicana und Sauna-Bergdorf „AusZeit“  
auch am An- & Abreisetag.

### Ihre Extras:

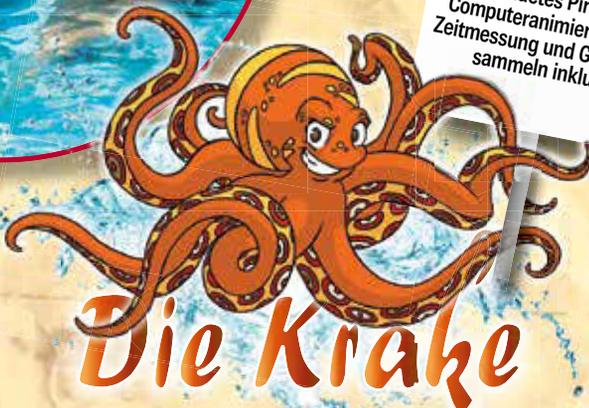
- Verwöhn-Halbpension
- Kinderprogramm  
mit Malen, Basteln, Spielen
- Kindermittagstisch  
im Kids-Club
- Vitamingruß im Zimmer

**Package-Preis für  
2 Erw. + 1 Kind** (3 bis 14 J.)

im DZ Comfort der Eltern ..... ab € **681,-**  
Aufzahlung für jedes weitere Kind (bis 14 J.) € 84,-  
Maximal 2 Erw. + 2 Kinder (bis 14 J.) im DZ.

Tägliche Anreise möglich!

**NEU - die Krake!**  
Auf Doppelreifen geht es im  
Aquapulco mitten durch die  
Tentakel der Krake und ein  
gestrandetes Piratenschiff.  
Computeranimierte Effekte,  
Zeitmessung und Golddukaten  
sammeln inklusive!



# Die Krake

Bezahlte Anzeige

