Familienzeit

DAS NÖ FAMILIENMAGAZIN
FÜR ALLE GENERATIONEN
Ausgabe 02 | Juni 2016

Freizeit ist freie Zeit. Oder?

Unser Familienthema
Seite 9

Ein Beruf macht Schule

Freizeitpädagoge/Freizeitpädagogin
Seite 34

Ferienbetreuung ist gefragt

Niederösterreich setzt auf den konsequenten Ausbau
Seite 36

P.b.b. | GZ 02Z032529M | Landhausplatz 1, 3109 St. Pölten

Das Kompetenzzentrum für Familienarbeit setzt Projekte für und mit Familien um.

SERVICELEISTUNGEN FÜR FAMILIEN | VEREINBARKEIT FAMILIE UND BERUF | BEWEGUNGS- UND BEGEGNUNGSRÄUME | DENKWERKSTATT FAMILIE

SERVICELEISTUNGEN FÜR FAMILIEN

Das Familienservice-Team ist von Montag bis Freitag, 08:00 bis 16:00 Uhr, unter der Telefonnummer 02742 9005 19001 erreichbar.

VEREINBARKEIT FAMILIE UND BERUF

Als aktiver Partner von NÖ Gemeinden bieten wir in ganz Niederösterreich qualitätsvolle Schulische Nachmittagsbetreuung und leistbare, hochwertige Ferienbetreuung an.

BEWEGUNGS- UND BEGEGNUNGSRÄUME

Mit der Förderaktion „Schulhöfe und Spielplätze in Bewegung“ - eine Kooperation zwischen dem Land Niederösterreich, der NÖ Familienland GmbH und der Aktion „Natur im Garten“ - unterstützt die NÖ Familienland GmbH Gemeinden und Schulen bei der Umsetzung von naturnahen, bedürfnisgerechten Spielplätzen und Schulfreiräumen.

DENKWERKSTATT FAMILIE

Ein wichtiger Aufgabenbereich der NÖ Familienland GmbH widmet sich dem Blick in die Zukunft. In der „Denkwerkstatt Familie“ erarbeiten wir Antworten auf Fragen zu Bedürfnissen von Familien im Wandel der Zeit.
Ziel ist es, im Dialog mit den Menschen zukunftsweisende Konzepte zu entwickeln und brauchbare Projekte zu realisieren, die im Leben der Familien ankommen.

„Familie ist dort, wo Menschen füreinander Verantwortung übernehmen.“

www.noe-familienland.at

WERBUNG

– Inhalt –

BEWÄHRTES

EIN KAFFEE MIT LANDESRÄTIN SCHWARZ: **Familienzeit – Freizeit** – Seite 6
UNSER FAMILIENTHEMA: **Freizeit ist freie Zeit. Oder?** – Seite 9
AUS DEM FAMILIENALBUM: **Das Leben ist ein Fluss** – Seite 14
FAMILIENRAT: **(Frei-)Zeitfresser Medien? – die Mischung macht's** – Seite 16
KINDER HABEN RECHTE: **Das Recht auf Freizeit und Spiel** – Seite 19
WILLST DU DAS WISSEN?: **Stark, stärker, Statik** – Seite 23
MITTENDRIN IM LEBEN: **Im zweiten Frühling mach ich, was ich will** – Seite 25
DAS MACHT SPASS: **Bastel- und Rätselseiten** – Seite 26
VOR DEN VORHANG: **Ein Beruf macht Schule – Freizeitpädagoge/-in** – Seite 34
ZUHAUSE IN NIEDERÖSTERREICH: **Wildes Vergnügen** – Seite 39
INTERNATIONALE TAGE: **Von Mensch und Vogel** – Seite 42
AUS DEINER SICHT: **Meine heurigen Sommerpläne** – Seite 50

SERVICE/TIPPS

Vorgeschaut – Filmtipps – Seite 28
Nachgefragt – Expertentipp – Seite 30
Unterwegs im NÖ Familienland – Seite 32
Ausprobiert – Medientipps – Seite 40
Die neuen Familienpass-Vorteilsgeber – Seite 44
Was ist los im NÖ Familienland? – Seite 48

Daheim schmeckt's am besten – **5** | Mittendrin im Leben – **12**
Treffpunkt Familie – **17** | Neue Nachmittagsimpulse – **18** | Preisverdächtiger Einsatz – **18**
Deine Familie ist meine Freizeit – **20** | NÖ Frauenlauf – **21** | Handgemachte Freizeit – **22**
Mein Spiel(t)raum wurde Wirklichkeit! – **31** | Ferienbetreuung ist gefragt – **36**
Betty Bernstein wird MUSICALisch – **43** | Familiensingwochen des BHW – **43**
In ein neues Leben starten – **43** | Happy Hippie Family – **47**

– 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.noe-familienland.at **Konzept und Redaktionsleitung:** Mag.ª Barbara Trettler, Mag.ª Michaela Kienberger | **Redaktion:** Mag.ª Barbara Trettler, Mag.ª Michaela Kienberger, Veronika Berger Bakk. phil., Karin Feldhofer, Natascha Ricker, Mag.ª Anita Sames, Mag.ª Vera Streller | **Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe:** 10. August 2016 | **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 Verlags-ges.mbH | **Anzeigen:** NÖ Familienland GmbH, Informationen bei Marketingservice Thomas Mikscha GmbH, 3100 St. Pölten, Tel.: 02742/76896 | **Auflage:** 130.000 Stück | **Ausgabe:** Juni 2016
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.noe-familienland.at

MIX Aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C092709 www.fsc.org

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

Editorial

Zu keiner anderen Jahreszeit nimmt das Thema Freizeit so viel Platz ein wie im Sommer. Mit all den Wünschen, Vorstellungen, aber auch Erinnerungen, die der nahende Urlaub und die Sommerferien in uns auslösen – aber auch ganz praktisch. Der Löwenanteil des Urlaubsbudgets an Zeit und Geld wird jetzt verbraucht, der Familienurlaub will geplant und viele Ferienwochen der Kinder wollen organisiert werden. Gerade Familien müssen einiges an Anstrengungen unternehmen, damit letztlich alle eine wirklich unbeschwerte Zeit verbringen können.

Die vielfältigen und erschwinglichen Ferienbetreuungsangebote in ganz Niederösterreich sind da eine große und willkommene Hilfe. Nicht nur innerhalb einer Familie, sondern ganz generell, gehen die Vorstellungen über das, was Freizeit eigentlich ist und wie sie gestaltet werden sollte, oft weit auseinander. Wie unterschiedlich Menschen diese kostbaren Stunden und Tage verbringen, was sie bewegt und entspannt – oft gleichzeitig – ist eine Frage, der nachzugehen den eigenen Horizont ebenso erweitern kann wie eine Urlaubsreise.

Diese Ausgabe der Familienzeit gewährt Einblicke in die Freizeitgestaltung unterschiedlichster Menschen und Generationen und beinhaltet jede Menge Informationen und Anregungen zu diesem Thema. Was immer Sie und Ihre Lieben in diesem Sommer erleben und aus Ihrer Freizeit herausholen werden – wir wünschen Ihnen wunderschöne Tage und möglichst viel Familienzeit!

Ihre Redaktion

DER NEUE NÖ FAMILIENPASS

Einer für alle Generationen

noe.familienpass.at

JETZT AUF NOE.FAMILIENPASS.AT BEANTRAGEN UND VIELE VORTEILE GENIESSEN

- **Erweiterung des Bezieherkreises** auf alle, die gerne Zeit mit Kindern verbringen
- bis zu **-50% Rabatt** bei über 700 Partnerbetrieben
- **günstiger Versicherungsschutz** der NÖ Versicherung
- **Gratis-Abo** des Familienmagazins „Familienzeit"

Familienpass-Telefon: **02742/9005-1-9005**
Homepage: **noe.familienpass.at**

WERBUNG

LK-Präsident Ing. Hermann Schultes, LH Dr. Erwin Pröll und Anton Kellner, MBA (SeneCura Grafenwörth), unterstützen die Aktion „Gut zu wissen".

Daheim schmeckt's am besten

Regionale Lebensmittel in den Küchen des Landes

Täglich werden über 50 Prozent aller Mahlzeiten nicht zuhause verspeist, sondern in öffentlichen und privaten Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen sowie der Gastronomie. Meist wissen die Kundinnen und Kunden allerdings nicht, woher ihr Essen auf dem Teller stammt. Daher legten Landeshauptmann Dr. Erwin Pröll und Landwirtschaftskammer-Präsident Hermann Schultes im Rahmen der österreichweiten Aktion „Gut zu wissen" ein gemeinsames Bekenntnis für mehr Transparenz bei der Herkunftskennzeichnung ab.

Vorbildwirkung für andere Großküchen

Durch die Teilnahme an der Aktion wolle das Land NÖ Vorbild sein. Überall dort, wo man die Verantwortung trage, welche Lebensmittel verwendet werden, werde die Aktion ab Sommer durchgeführt, so Pröll. Dazu zählen die Landhausküche oder die Großküchen der Pflegeheime und Kliniken. Oft werden über die Großküchen des Landes auch Kindergärten und Schulen versorgt. „Ab Sommer wird in den Küchen des Landes NÖ die regionale Herkunft von Fleisch und Eiern sichtbar gemacht. Damit wollen wir den Konsumentinnen und Konsumenten Transparenz und Sicherheit geben und beispielgebend für andere Großküchen sein", erläutert Pröll. Schon in der Vergangenheit hat das Land intensiv auf heimische Produkte gesetzt. „Über 90 Prozent der Produkte und 80 Prozent der Fleischprodukte in den Landesküchen kommen aus Niederösterreich", so Pröll.

Gesunde Ernährung durch regionale Lebensmittel

„Jetzt wollen wir das Bewusstsein für regionale Lebensmittel zusätzlich stärken. Gesunde Ernährung beginnt schon beim Griff ins Regal. Jeder beeinflusst durch sein Kaufverhalten Produktionsbedingungen und Qualitätsstandards. Außerdem muss uns klar sein: Wer auf regionale Lebensmittel setzt, sichert Arbeitsplätze, eine funktionierende Nahversorgung und stärkt die Landwirtschaft. Darüber hinaus bedeuten Lebensmittel aus der Region kurze Transportwege und damit einen Beitrag zum Klima- und Umweltschutz", so Pröll.

Landwirtschaftskammer-Präsident Schultes sagte, dass die Landwirtschaftskammer Niederösterreich mit der Aktion „Gut zu wissen" Vorreiter sei. „Wir wissen, dass das Heimatbewusstsein immer stärker wird", betonte Schultes, und dass es daher für die Konsumenten immer wichtiger werde zu wissen, woher die Lebensmittel, die sie konsumieren, kommen.

„Wir wollen eine gesetzlich verpflichtende Kennzeichnung von Fleisch und Eiern in der öffentlichen Verpflegung, in Kantinen, Schulen und Kindergärten", so Schultes über die Forderung der Landwirtschaft. Eines ist aber sowohl Pröll als auch Schultes wichtig: „Für die Wirte darf das ‚Gut zu wissen'-Siegel keine Zusatzbelastung und -verpflichtung sein." ■

FOTO: NÖ Landespressedienst/Filzwieser

Familienzeit – Freizeit

Im persönlichen Gespräch mit LR Schwarz

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

Familienzeit: Frau Landesrätin, die Herkunft des Wortes Freizeit kommt von „Friedenszeit". In unseren Ohren klingt es wie eine Kombination aus den Begriffen Freiheit und Zeit. Was sind Ihre spontanen Assoziationen mit dem Begriff?
Landesrätin Schwarz: Für mich bedeutet Freizeit zur Ruhe zu kommen, frei zu werden von dem, was von außen her unser Tun bestimmt und in Frieden mit sich und seinen Bedürfnissen zu sein. Ich verbringe meine freie Zeit gerne mit Menschen, die mir wichtig sind, wie meine Kinder und gute Freunde. Aber auch Zeit, die man mit sich selbst verbringt, ist sehr wichtig. Ich denke, die Menschen haben das Alleinsein heutzutage ein bisschen verlernt. Dabei ist es für Menschen jeder Altersgruppe wichtig, Zeit für sich zu haben und zur Ruhe zu kommen. Wenn Freizeit durchorganisiert ist, fehlt die Möglichkeit, abzuschalten und Dinge aufzuarbeiten.

Familienzeit: Gerade beim Freizeitprogramm von Kindern hat man oft den Eindruck, dass die Grenzen verschwimmen. Laut dem Onlinelexikon Wikipedia gelten als Freizeit – im Sinne von arbeitsfreier Zeit – jene Zeitphasen, über die der Einzelne frei verfügen kann und in denen er frei von bindenden Verpflichtungen ist.
LR Schwarz: Es macht mich manchmal sprachlos, wenn Kinder für ihre sogenannte Freizeitgestaltung einen Terminkalender benötigen und dieser voll mit Dingen ist, die alle mit angeleiteten und zielgerichteten Aktivitäten zu tun haben. Gerade für Kinder ist Zeit, in der sie nichts tun, sehr wichtig. Sie müssen Freizeit auskosten können und auch nichts tun dürfen. Die besten Ideen entstehen oft in der Zeit, in der einem „langweilig" ist. Ich habe meinen Töchtern, als sie noch klein waren, immer viel Raum für eigene Beschäftigung gegeben – dabei hatten sie die kreativsten Ideen. Ob ich darüber immer erfreut war oder nicht, ist eine andere Geschichte *(lacht)*.

Das gilt übrigens auch für uns Erwachsene. Leider ist Langeweile heutzutage unmodern, Beschäftigung liegt im Trend. Meiner Meinung nach ist das aber ein Weg in die falsche Richtung, denn Entschleunigung ist wichtig, um auch zur Ruhe zu kommen. Besonders unsere Senioren erleben hier einen harten Schnitt, wenn sie von der Arbeitswelt in die Pension kommen. Dann gilt es, mit der neuen Fülle an Freizeit umzugehen.

Familienzeit: Kinder verbringen immer mehr Zeit in der Schule und, indem sie immer öfter am Nachmittag betreut werden, auch ihre Freizeit. Passt das zusammen – Schule und Freizeit?
LR Schwarz: Das kann gut zusammenpassen, hängt aber sehr von der Gestaltung ab. Daher setze ich mich für das Modell der Ganztagsschule in getrennter Abfolge ein. Hier finden die Unterrichtszeiten am Vormittag statt und nach dem Mittagessen und der Lern- bzw. Hausaufgabenstunde

folgt der Freizeitteil, der auch tatsächlich ein solcher sein soll. Das ist enorm wichtig, denn Kinder brauchen ausreichend Zeit, um sich zu erholen und dabei das, was sie lernen und erfahren, zu verarbeiten. Daher kommt auch der Umgebung – dem Raumangebot – drinnen wie draußen in der Schule eine immer wichtigere Rolle zu. Schulhöfe sollen so gestaltet sein, dass sie zu Bewegung anregen und Begegnungen und das gemeinsame Spiel ermöglichen. Beim Spielen sind Kinder ganz sie selbst und müssen keine Erwartungen erfüllen.

Auch Rückzugsorte für jedes Kind, das seine Ruhe haben möchte, sollen zugelassen und vorhanden sein. Im Laufe meiner zahlreichen Schulbesuche in ganz Niederösterreich habe ich hier schon die kreativsten Lösungen kennengelernt. Unsere Pädagoginnen und Pädagogen lassen sich tolle Dinge einfallen.

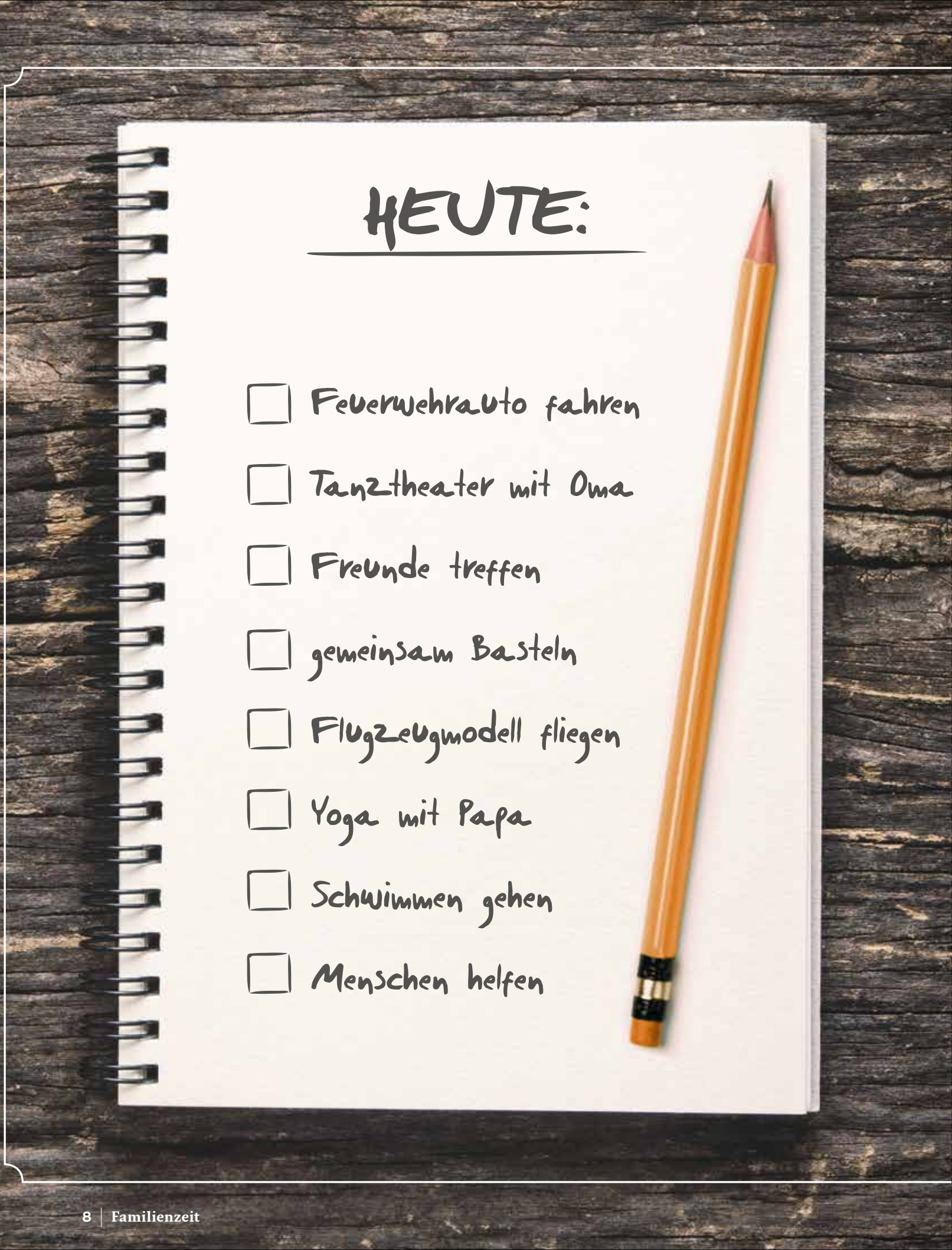
Familienzeit: Dazu passt die Beobachtung, dass Freizeit und alles, was damit zusammenhängt, enorm kommerzialisiert zu sein scheint. Kann man sich Ihrer Meinung nach Qualitätszeit kaufen?
LR Schwarz: Ich denke, dass man sehr wohl dann auf ein passendes Angebot zurückgreifen kann, wenn man seine Bedürfnisse gut kennt und sehr genau weiß, was man tatsächlich braucht, um sich zu erholen, Spaß zu haben oder Kraft zu tanken. Umgekehrt sollte es nicht so sein, dass man ohne Ende mit Angeboten bombardiert wird, die scheinbare Bedürfnisse wecken. So manche Urlaubsgestaltung wirkt auf mich wie Schwerstarbeit und auch für Kinder bedeutet ständige Dauerbespaßung wohl eher Stress – auch wenn die Erwachsenen es eigentlich gut meinen. Um Ihre Frage zu beantworten: Bestimmt ist es wichtig, dass Familien leistbare Angebote vorfinden und nutzen können. Aber ebenso wichtig ist die Erkenntnis – und auch die Forderung – dass es ganz viele Arten gibt, Freizeit sinnvoll zu verbringen, ohne dass man dafür Geld ausgeben muss.

Familienzeit: Wie würden Sie die Zutaten Ihres persönlichen Rezeptes für eine gelungene Freizeitgestaltung beschreiben?
LR Schwarz: Die Bedürfnisse mehrerer Menschen auf einen Nenner zu bringen und öfter etwas Neues auszuprobieren, sind wichtige Zutaten für die Freizeitgestaltung. Nicht zu viel zu erwarten und nicht zu viel unterbringen zu wollen, könnte die Zubereitungsart sein. Gelassenheit und Humor als Würze und eine Prise Bereitschaft, sich auch überraschen zu lassen, runden das Freizeitrezept ab *(schmunzelt).*

Familienzeit: Welche Freizeitpläne haben Sie für den Sommer?
LR Schwarz: Da meine beiden Töchter mittlerweile erwachsen sind und nicht mehr bei mir wohnen, genieße ich es immer besonders, wenn ich viel Zeit mit ihnen verbringen kann. Ich freue mich auch, wenn ich gute Freunde zu mir nachhause einlade und wir gemütliche Stunden in meinem Garten oder im Wohnzimmer verbringen können. Kochen gehört zu meinen Leidenschaften und so macht es mir immer viel Spaß, wenn ich für Gäste kochen darf. Sehr gerne gehe ich aber auch meiner Gartenarbeit nach oder lese in Ruhe ein Buch.

Familienzeit: Frau Landesrätin, vielen Dank für Ihre Zeit! ■

FOTOS: steve.haider.com, iStock.com


HEUTE:
Feuerwehrauto fahren
Tanztheater mit Oma
Freunde treffen
gemeinsam Basteln
Flugzeugmodell fliegen
Yoga mit Papa
Schwimmen gehen
Menschen helfen

Freizeit ist freie Zeit. Oder?

Wie sieht wertvoll verbrachte Freizeit aus? Wir haben vier Menschen mit vier verschiedenen Geschichten und Lebensumständen aus Niederösterreich besucht und ihre Art der Freizeitgestaltung kennengelernt.

TEXT: Veronika Berger

Die eigene Freizeit für die Sicherheit anderer

Alexandra Uitz ist seit acht Jahren Feuerwehrfrau und bekleidet mittlerweile das Amt des „Verwaltungsmeisters". Frühere Arbeitskollegen sind der Grund für ihr heutiges Hobby, denn deren Begeisterung wirkte ansteckend. Ehrenamtliche Betätigung war ihr durch ihre vorangegangene Aktivität bei der Jugendrettung nicht unbekannt. Dass sie ihre Freizeit gerne anderen widmet, war immer schon so. „Ich möchte meine Zeit nicht sinnlos vertrödeln. Außerdem habe ich das sogenannte Helfergen, das man vermutlich bei mindestens 90 Prozent unserer Leute findet. Für mich ist ehrenamtliches Engagement etwas Selbstverständliches und es tut gut, etwas zurückzugeben", so die junge Feuerwehrfrau der Freiwilligen Feuerwehr St. Georgen am Steinfelde.

Immer mehr Mädchen und Frauen interessieren sich für die Arbeit der Feuerwehr. Längst sind Action, Technik und Kameradschaft nicht mehr nur Männern vorbehalten und Alexandra Uitz würde jederzeit anderen Frauen raten, der Freiwilligen Feuerwehr beizutreten. „Ob Frau oder Mann spielt keine Rolle mehr. Obwohl ich am Anfang schon das Gefühl hatte, mich behaupten zu müssen. Ich bin zu Beginn gleich in der Bewerbsgruppe gelandet und bekam den schwersten Job dort. Aber ich habe mich bewährt! Mein damaliger Ausbildner ist inzwischen mein Freund", meint sie lachend, sobald sie an ihre Anfänge zurückdenkt.

Auch ihr Bruder und ihr Vater sind Mitglieder der Feuerwehr St. Georgen. Das gegenseitige Verständnis sei im Alltag wichtig, so Alexandra Uitz. Manche Beziehungen seien durch die Mitgliedschaft bei der Feuerwehr auf eine harte Probe gestellt. Zu jeder Tages- und Nachtzeit können Alarmierungen eintreffen und dann zählen Minuten.

Egal, ob sie gemeinsam beim Essen sitzen oder Geburtstag feiern – die Feuerwehrleute lassen augenblicklich alles liegen und stehen, um zur Wache zu fahren. „Du musst heutzutage jemanden finden, der sich das antut. Manche Feuerwehren haben da zu kämpfen, denn deine Freizeit besteht dann durch die Ausbildung, Übungen, Besprechungen, Feste und Einsätze aus Arbeit und Engagement. Aber ich möchte nichts anderes machen. Allein der Gaudi und des Zusammenhalts wegen. Beides kann ich in dieser Form nirgendwo anders haben."

Alexandra Uitz brennt für die Feuerwehr

FOTOS: iStock.com, FF St. Georgen

Franz Wutzl fliegt auf Modellbau

• (Gem-)Einsam Tüfteln und Sammeln

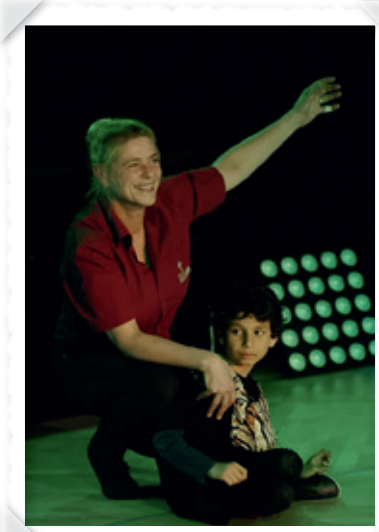
Es hört sich an, als würde sich ein Schwarm Bienen nähern. Doch was am Gelände des Eisenbahnersportvereins St. Pölten fliegt, sind unterschiedliche Modelle ferngesteuerter Flugzeuge, Hubschrauber und Drohnen. Am Boden flitzen ferngesteuerte Autos mit Geschwindigkeiten von bis zu 70 km/h. Hier trifft sich die Sektion „Modellbau". Ihrem Obmann, Franz Wutzl, sieht und hört man die Passion für seinen Sport an, wenn er über sein Hobby spricht oder seine Geräte durch die Luft manövriert. Seit seinem 16. Lebensjahr hat ihn die Begeisterung dafür nicht mehr losgelassen, inzwischen ist er Teil der österreichischen Nationalmannschaft im ungesteuerten Freiflug. Hier gilt es, sein Fluggerät so zu präparieren und an die thermischen Gegebenheiten des Austragungsortes anzupassen, dass das Flugobjekt siebenmal täglich möglichst für mindestens drei Minuten in der Luft bleibt, nachdem es von der Leine gelassen wurde. Nur selten landet es im Anschluss sanft auf einer Wiese. Daher gilt es, das Flugzeug vor dem nächsten Start möglichst genau zu prüfen und alle erlittenen Schäden auszubessern.

„Wir Modellbauer brauchen Geduld, Bedacht und auch Perfektionismus. Wir geben nicht auf, bis wir ein Ziel erreicht haben. Und dann suchen wir nach Neuem, das wir noch nicht können", so Franz Wutzl, während sich seine Kollegen austauschen und einander neueste Errungenschaften vorführen. „Ich mag alles an diesem Sport: den Bau, die Weiterentwicklung, den Wettbewerb und das Fliegen selbst. Hier kann ich stundenlang abschalten. Für mich ist das Entschleunigung pur!" Der Wunsch nach Entschleunigung zeigt sich auch in seinem zweiten Hobby, dem Camping. „Bei beidem komme ich herum, lerne Menschen und Länder auf eine Art kennen, wie es mir anders bestimmt nicht möglich wäre. Andere Freizeitgestaltung kann ich mir nicht mehr vorstellen." Woran es Franz Wutzl aber langsam mangelt, ist zusätzlicher Platz für all seine Modelle samt Zubehör, denn sein Keller platzt bald aus allen Nähten. „Aber zum Glück hat meine Partnerin Verständnis! Sie hat ihr Pferd, ich den Modellbau."

Mit Musik und Tanz Grenzen überwinden

Die Musik tönt schon von weitem. Rhythmische Klänge, mitreißende Stücke, dazwischen die Stimme einer selbstbewussten Frau, die dennoch gerne in den Hintergrund tritt. Kristel Demaere ist gebürtige Belgierin und hat nach internationalen professionellen Stationen ihren Beruf 1999 im Wienerwald zum Hobby gemacht. Früher hat sie die Animationsteams großer Hotelketten ausgebildet und die Abendshows choreografiert. Heute steht sie nicht mehr selbst an vorderster Front, sondern gibt 30 Jahre Bühnenerfahrung mit ihrem Verein „Bellarina Dance Performance" an Kinder und Jugendliche weiter. Als Tanzschule will sie sich aber keinesfalls verstanden wissen: „Hier kommen Kinder und Jugendlich mit allen nur erdenklichen Hintergründen zusammen und lernen voneinander. Nichts ist besser geeignet, um persönlich zu wachsen, zu kommunizieren, zusammenzuarbeiten und einander respektieren zu lernen als Musik, Tanz und Schauspiel." Zu den zahlreichen „Bellarinas" zählen Menschen mit und ohne Behinderung. Laut Kristel Demaere kann jeder Mensch, der sich bewegen kann, auch zu Musik tanzen. „Jedes Kind kommt aus demselben Grund – zum Tanzen und Spaß haben. Und das ist meine Aufgabe! Es geht nicht um perfekte Schritte. Alle hier können voneinander lernen." Besuche bei Proben und Auftritten bestätigen die sichtbar riesige Freude der „Bellarinas". Sie strahlen vor, während und nach der Show. Kleingruppen ganz unterschiedlichen Alters- und Leistungsniveaus wechseln einander ab. 18-Jährige folgen Vierjährigen, neu Hinzugekommene tanzen mit jenen, die schon über zehn Jahre dabei sind und spektakulären Showtanz mit Hebefiguren zum Besten geben. Leistungsdruck ist nicht spürbar.

Die Programme hingegen sind detailliert choreografiert, die Kostüme individuell geschneidert, Licht und Musik an jede Show angepasst. Kristel Demaeres Erfahrung macht sich bemerkbar. Sogar in der Hofburg haben die „Bellarinas" schon gastiert. „Im Sommer steht eine Reise mit Auftritten in Deutschland an, für die wir Spenden gesammelt haben. Jedes Kind wächst durch solche Erfahrungen und sollte nicht aus finanziellen Gründen zuhause bleiben müssen. Alle, auch diejenigen, die hier gebückt hereinkommen, sollen am Ende ihrer ‚Bellarina'-Zeit zuversichtlich und aufrecht herausgehen."



Kristel Demaere übertanzt Barrieren.

DIY – Des Glückes eigene Schmiedin

„Langeweile war mir immer schon fremd, mit zwei kleinen Kindern ist das erst recht so." Ina Eggenfellner ist Mutter zweier Söhne. Johannes und Stefan sind vier und zwei Jahre alt und halten ihre Mama auf Trab. „Man könnte sagen, ich habe immer Freizeit – oder nie. Es ist purer Luxus für mich, den ganzen Tag mit den Kindern beisammen zu sein und ihnen in ihrer Entwicklung zuzuschauen. Aber natürlich lebe ich jetzt eine andere Art von Alltag." So wie bei vielen Eltern veränderte sich mit den Kindern auch die Art und Menge ihrer Erholungsphasen. „Ich finde mein Freizeitglück innerhalb der eigenen vier Wände. Solange die Kinder klein sind, bilde ich mir Nischen zuhause", so die Grafikdesignerin, die im zweifachen Sinn gelernt hat, kreativ mit knapper Freizeit umzugehen. DIY, auch als „Do it yourself" bekannt, liegt im Trend. Die Schnelllebigkeit unserer Zeit führt dazu, dass viele Menschen aus unterschiedlichen Motiven die Freude am Basteln, Heimwerken, Nähen, Kochen oder Backen neu entdecken. Die einen aus Spaß an der Arbeit mit den eigenen Händen, die anderen suchen Entschleunigung und manche, wie Ina Eggenfellner, machen außerdem aus der Not eine Tugend. „Mir macht vieles Freude. Seit ich mit den Kindern viel Zeit im Garten verbringe, baue ich Gemüse an, habe unseren Briefkasten gezimmert, weil uns alle Baumarktmodelle zu klein waren, ich habe Zäune selbst gebaut und vor allem nähe ich seit einiger Zeit unheimlich gerne. Das mache ich dann, wenn die Buben im Bett sind. Dabei schalte ich komplett ab und beschäftige mich mit etwas, das mir wirklich Spaß macht – vom Schnitt und von der Stoffauswahl bis zum letzten angenähten Knopf." Ein Zusatznutzen des familientauglichen Hobbys liegt auf der Hand und zeigt sich in der Ausstattung ihrer Söhne – Ina Eggenfellners Kinder tragen viele Unikate. Johannes, der ältere der beiden Brüder, liebt Fahrzeuge aller Art. Kein Wunder also, dass in seinem Kleiderkasten einige Stücke mit Feuerwehrauto, Bagger und Co. darauf warten, von ihm getragen zu werden. ■

Ina Eggenfellner bastelt an ihrer Freizeit.

FOTOS: Martin Krauhs, NÖ Familienland GmbH

Muttertag bringt die Generationen zusammen – nicht nur beim Generationentreff Mühldorf.

Mittendrin im Leben

Unter der Dachmarke „Mittendrin im Leben“ finden laufend Veranstaltungen für Niederösterreichs ältere Generation statt, die interessiert und aktiv mit beiden Beinen mittendrin im Leben steht.

Sowohl Sozialwissenschaft als auch Marketing sprechen heute gerne von der sogenannten Generation Gold oder auch den Best Agers. Wir werden tatsächlich immer älter und verbringen daher viele Jahre der aktiven Freizeitgestaltung abseits von Familienverpflichtung und Berufsleben, in denen neue Dimensionen und Möglichkeiten – auch der persönlichen Entwicklung – stecken. Reisen, Studieren, Sport, neue Hobbys und neue Freundschaften sind längst nicht mehr an die Jugend gebunden. Auch Niederösterreich stellt Initiativen auf die Beine – sowohl für Best Agers als auch für generationenübergreifende Projekte. Unter dem Motto „Mittendrin im Leben“ werden auch in Zukunft laufend Veranstaltungen angeboten und neue Räume erschlossen.

Landesrätin Schwarz unterstützt generationenübergreifende Initiativen.

„UNI aktivplus“ für Wissbegierige

„Ich bin begeistert, wie selbstbewusst und offen ältere Menschen heutzutage sind. Sie blicken über den Tellerrand und wollen dabei Neues lernen und ausprobieren. Mit der Seniorenitiative ‚Mittendrin im Leben‘, deren Name Programm ist, wollen wir der Nachfrage nach passenden Angeboten gerecht werden“, so Landesrätin Schwarz im Zuge der „UNI aktivplus“, einer Reihe von Weiterbildungsveranstaltungen in Niederösterreich. In Kooperation mit dem Generationenreferat des Landes NÖ und den niederösterreichischen Fachhochschulen St. Pölten, Wiener Neustadt und Krems stehen wissenschaftliche Workshops zur Wahl, die aktuelles Wissen vermitteln, zum Diskutieren anregen und dem Wunsch nach Horizonterweiterung nachkommen. Der inhaltliche Bogen der Uni-Einheiten spannt sich von digitaler Fotografie über gesundes Altern bis hin zu selbst gestalteten Radiobeiträgen.

Generationenspielplätze für Alt und Jung

Im Zuge der Aktion „Schulhöfe und Spielplätze in Bewegung“ werden in Niederösterreich auch sogenannte Generationenspielplätze gefördert, die auf die Bedürfnisse und Wünsche unterschiedlicher Altersgruppen gleichermaßen Rücksicht nehmen. Beide Zielgruppen gestalten und entwerfen den zukünftigen Treffpunkt

FOTOS: NÖ Familienland GmbH

aktiv mit. Ein fertiges Spielplatzvorzeigeprojekt findet man etwa in Langenlois, wo manche Bereiche des Spielplatzes barrierefrei sind. Neben den bei Kindern beliebten Spielgeräten findet man dort auch seniorengerechte Elemente und ausreichend Sitzgelegenheiten. Wie wertvoll und verbindend schon der gemeinsame Prozess der Projektentwicklung ist, zeigte auch die sogenannte Pflanzwerkstatt in Kilb, wo sich zahlreiche Kinder und Senioren/-innen der Gemeinde zum Pflanzen und Begrünen des gemeinsamen Freiraums trafen. Denn bevor ein Spielplatz eröffnet wird, steht eine gemeinsame Pflanzaktion bevor – Hecken zum Verstecken, Naschobst zum Kosten und buntes, naturnahes Blühwerk fürs Auge. Menschen jeden Alters waren mit Feuereifer bei der Sache und packten gemeinsam fleißig an. Auch in Haag eröffnet noch im Frühsommer ein neuer Generationenspielplatz.

Kontakte knüpfen und voneinander lernen

Viele Initiativen zwischen Seniorenvereinen, Schulen, Kindergärten oder Pflegeheimen führen die Generationen zusammen. Die Zeiten, in denen viele verschiedene Jahrgänge unter einem Dach vereint lebten, sind zwar nicht vorbei, aber doch eher zur Seltenheit geworden. Umso mehr bemühen sich viele Vereine, Institutionen und Bildungseinrichtungen um den Kontakt und die Kommunikation zwischen den unterschiedlichen Altersgruppen. So brachte z. B. die Schulische Nachmittagsbetreuung der Volksschule Mühldorf, die die Muttertagsfeier des Generationentreffs besuchte, ein buntes Programm mit und wurde dafür mit Kuchen und Saft belohnt. Landesrätin Schwarz zeigte sich bei ihrem Besuch in Mühldorf begeistert: „Es ist schön zu sehen, dass es Vereine wie den ‚Generationentreff Mühldorf' gibt, die sich

In Kilb arbeiten Alt und Jung an einem gemeinsamen Spielplatz.

um das Zusammenleben und den Austausch der Generationen kümmern, gemeinsame Feste organisieren und Unternehmungen tätigen. Das ist, wie man sehen, hören, aber vor allem spüren kann, ein großer Gewinn für alle und ein Schatz, den jede Gemeinde mit Angeboten wie diesen heben kann." ■

MITTENDRIN im Leben

SENIOREN SPORT 55+ Master of the Year

Seniorensportlerin/Seniorensportler des Jahres 2016 gesucht

Um Seniorinnen und Senioren aus Niederösterreich, die außergewöhnliche sportliche Leistungen erbringen, einmal im Jahr vor den Vorhang zu bitten, wurde der „Seniorensport-Master oft the Year" ins Leben gerufen.

Teilnahmeberechtigt sind alle Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher ab 55 Jahren, die außergewöhnliche sportliche Leistungen erbracht haben. Entweder durch eine Top-Platzierung bei einer nationalen oder internationalen Meisterschaft (Beispiele: Weltmeisterin im Turmspringen, Top-3 Platz bei Schimeisterschaft, usw.), oder durch eine außergewöhnliche, bemerkenswerte sportliche Leistung (Beispiel: mit 76 am Race across America teilgenommen, mit 90 Jahren täglich mit dem Rad 50-100 km unterwegs, usw.).

Wer kann nominieren:

1. Jede Niederösterreicherin oder Niederösterreicher, die/der eine Sportlerin oder einen Sportler kennt
2. Jeder Sportverband und jede Seniorenorganisation
3. Jede Sportlerin und jeder Sportler kann sich selbst nominieren

Die Bewerbung muss beinhalten:

- Persönliche Daten (Foto, Alter, genaue Adresse, e-Mail oder Telefonnummer für allfällige Rückfragen)
- Sportart, das Besondere an der Leistung in kurzer Beschreibung, Belege über die außergewöhnliche Leistung (Zeitungsberichte, Fotos u.a.)
- Bei Meisterschaften: Titel der Meisterschaft, Termin und Austragungsort, Kopien von Ergebnislisten oder Zeitungsberichte, Protokolle u.a.

Die Nominierung erfolgt einfach und unbürokratisch.
Schriftlich per Post: NÖs Senioren, 3100 St. Pölten, Ferstlergasse 4
Per e-Mail: machmit@noe-senioren.at

Anmeldeschluss: 30. September 2016

WERBUNG

Das Leben ist ein Fluss

Eine Familie wie damals

Eine niederösterreichische Künstlerfamilie plaudert aus dem Nähkästchen

TEXT: Marietheres van Veen

Emily ist vier Jahre alt und die Tochter des Musikerpaares Cornelia und Martin. Sie sind im zauberhaften Gobelsburg bei Langenlois zuhause. Wir haben Emily und ihre Eltern besucht, um zu erfahren, wie wohl die Freizeitgestaltung in einem Haushalt aussieht, in dem es keinen Nine-to-five-Job gibt.

Cornelia und Martin sind beide Musiker. Cornelia spielt Oboe und unterrichtet sowohl Kinder als auch Erwachsene im Chorgesang. Die künstlerische Leitung von Konzerten und Festivals mit musikalischem Austausch verschiedener Kulturen sind ebenfalls ein Schwerpunkt der gelernten Ethnologin. Sambia ist ihre zweite Heimat. Martin spielt Klavier und Posaune, komponiert und unterrichtet am Oberstufenrealgymnasium in Krems Jugendliche in Sachen Musik.

„Emily hat unser Leben ordentlich durcheinandergewirbelt. Sie bringt Struktur in unseren Alltag. Uns ist es wichtig, die Zeit mit ihr intensiv zu erleben und Fixpunkte wie Kindergarten oder auch gemeinsames Essen ganz bewusst wahrzunehmen“, erzählen die beiden. Und das ist manchmal schwieriger, als es auf den ersten Blick scheint. Als Kunstschaffende sind beide „nachtorientiert“. Konzerte und Festivals finden zumeist am Abend oder in die Nacht hinein statt. Geregelte Arbeitszeiten gibt es kaum. Um zu komponieren oder kreative Denkprozesse zu starten, bedarf es Ruhe und Rückzug. Ihre Freizeit verbringen sie am liebsten mit Emily und dann heißt es: raus in die Natur, entweder mit dem Rad oder zu Fuß. Martin macht gerne Sport. Cornelia liest gerne und pflegt in ihrer Freizeit ihre Freundschaften. Emily ist oft mit dabei.

Die Freizeit ist im fernsehfreien Haushalt gefüllt mit Sport, Lesen und Nachbarschaftspflege.

„Ich bin gerne Vater. Emily ist viel bei mir, auch wenn ich am Klavier sitze und komponiere. Das passt gut. Oft schläft sie am Abend, wenn ich Klavier spiele, im Klavier ein... Und es kommt ja auch eine Zeit, in der sie uns weniger braucht“, schwärmt Martin, der mit seiner Tochter gerne kocht und dabei oft auch Unfug mit ihr treibt. Cornelia empfindet die gemeinsamen Fixtermine, wie das Eltern-Kind-Turnen oder den Kinderchor, den Emily besucht, in keiner Weise als lästige Mutterpflicht, sondern als intensive Freizeitgestaltung mit ihrer Tochter: „Da bin ich weg von Haushalt und Arbeit. Wir beide, Emily und ich, freuen uns jede Woche schon sehr darauf!“

FOTOS: Marietheres van Veen

Da beide Musiker zum Großteil freiberuflich tätig sind, genehmigen sie sich als Familie auch manchmal eine Auszeit. „So wie kürzlich: Da legte Emily am Abend eine CD mit Orchestermusik auf. Wir haben eine Dreiviertelstunde miteinander getanzt. Dann ist sie ins Bett gefallen. Da weder Martin noch ich einen Termin am nächsten Tag in der Früh hatten, konnten wir Emily ausschlafen lassen“, erinnert sich Cornelia lächelnd.

Freizeit, im Sinne von arbeitsfreier Zeit, wird im fernsehfreien Haushalt von Emily mit Sport, Lesen und Nachbarschaftspflege genutzt. „Das mag ich an Afrika so sehr. Das Leben ist ein Fluss. Alles ist so fließend. Die Kinder kommen von der Schule, helfen im Haushalt, machen ihre Aufgaben und danach gehen sie raus und spielen mit den anderen Kindern. Es gibt keine Fixtermine, keine fixen Aufgaben. Das Thema ‚Freizeitstress‘ ist in Afrika noch nicht angekommen“, kommt die Musikerin ins Grübeln. Cornelia ist als eines von sechs Kindern in Eggenburg groß geworden. Martin stammt aus Paudorf. Beide haben, bevor Emily auf die Welt kam, in Wien gewohnt. Mit Kind war der Entschluss schnell gefasst: Wir wollen wieder am Land leben. ■

www.vitalwelt.at

VITALWELT
BAD SCHALLERBACH
Gallspach - Grieskirchen - Geboltskirchen
Haag am Hausruck - Wallern

Familien-Kurzurlaub mit Piratenfeeling für kleine und große Wasserratten

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 Jahre
- 2 Familien-Eintritte in den Wasserpark „Aquapulco – die Piratenwelt“ (9 bis 22 Uhr)
- Vitalwelt-Gästekarte mit zahlreichen Ermäßigungen für Ausflugsziele in der Region (zB. für den Zoo und Aquazoo Schmiding)
- 50 % auf den Eurothermenpass beim Ersteintritt von Mo. bis Fr.
- Kinder unter 6 Jahre erhalten 18 Euro Ermäßigung auf den Angebotspreis

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.

©teufel

ab **€269,00** pro Familie in einer Pension inkl. Frühstück

pro Familie inkl. Frühstück
in einem ***Hotel ab € 324,00
im ****Parkhotel Stroissmüller ab € 464,00

zzgl. Tourismusabgabe. Anreise täglich möglich.
Gerne können Sie Ihren Aufenthalt verlängern.

Weitere Vitalwelt-Ausflugsziele:

Zoo Schmiding

Erlebnisberg Luisenhöhe

Kohle-Bahnhof Scheiben

Tourismusinfo **Vitalwelt Bad Schallerbach**
4701 Bad Schallerbach · Promenade 2
e-mail info@vitalwelt.at
Telefon +43 (0) 72 49/420 71-0
Telefax +43 (0) 72 49/420 71-13

Finde uns auf Facebook

BEZAHLTE ANZEIGE

(Frei-)Zeitfresser Medien?

Die Mischung macht's

TEXT: Michaela Kienberger

Tipps

- Treffen Sie zeitliche und inhaltliche Absprachen mit Ihrem Kind, die dafür sorgen, dass Ihr Kind mit der Zeit immer mehr eigene Gestaltungsmöglichkeiten hat.
  - Klare Vorgaben für kleine Kinder, wie z. B. „eine Sendung" (Vorteil: Dauer ist festgelegt) oder ein Wecker, der die abgelaufene Zeit verdeutlicht, helfen Kindern beim Akzeptieren.
  - An ältere Kinder kann man Zeitgutscheine für den Mediengebrauch ausgeben, über die sie innerhalb der getroffenen Absprachen frei verfügen können. Mehr Computerzeit, weil das nächste Level erreicht werden will, bedeutet dann evtl. den Verzicht auf das Fernsehen an diesem Tag.
- „Verhandeln" Sie unter Einbeziehung aller Familienmitglieder einen „Medienvertrag" (für den auch das Medienverhalten der Erwachsenen zur Diskussion stehen soll), der verschriftlicht wird und den alle „unterschreiben".
  - Kinder fühlen sich ernst genommen und wertgeschätzt in ihrer Meinung und halten sich eher an Vereinbarungen, die sie mitentwickelt und verstanden haben. Achten Sie auf das Einhalten der Vereinbarung und passen Sie sie stets an neue Gegebenheiten an.
- Unterstützen Sie das Kind beratend bei seinen Entscheidungen, verwenden Sie Programmzeitungen und Informationsmaterialien – das stärkt von Anfang an den kritischen Umgang Ihres Kindes mit dem Angebot.

Ob der Junior hinter seinem Computer abgetaucht ist, das Töchterchen mit seinem Smartphone surft, die Mutter ein tägliches Rendezvous mit ihren Serienlieblingen hat oder der Vater am Sonntag lieber Fußball schaut, als mit den Kindern Fußball zu spielen – alle Familienmitglieder nutzen in ihrer freien Zeit auch gerne Medien, und bei den Großen wie Kleinen dienen sie der Entspannung, der Unterhaltung und der Information. Und doch sind es oft die Medien, die Anlass zu Uneinigkeiten und sogar Streit geben, wenn es um die Freizeitgestaltung in der Familie geht. Vor allem Kinder und Jugendliche stoßen mit ihren Medienvorlieben oft auf Unverständnis bei den Eltern, die ihren Nachwuchs lieber mit anderen Dingen beschäftigt sehen würden. Bei näherer Betrachtung geht es in der Konkurrenz zu anderen Aktivitäten aber nicht um ein „Entweder ... oder", sondern um ein begründetes „Sowohl ... als auch". Dabei spielt auch das Vorbild eine wesentliche Rolle, denn Medienhandeln ist soziales Handeln und wird zuallererst in der Familie gelernt. Schon deswegen sind Verbieten und Verteufeln keine glaubwürdigen Erziehungsansätze und auch nicht zielführend. Kinder sollen nicht nur bewahrt, sondern befähigt werden, und dafür benötigen sie die Unterstützung Erwachsener, die sich ehrlich und offen für das Medienhandeln der Kinder interessieren und einen entwicklungsentsprechenden Rahmen setzen. Begleiten Sie Ihr Kind beim Medienkonsum und zeigen Sie Interesse für die Lieblingsmedien Ihrer Kinder. Wer nur den Bildschirm sieht, sieht nicht die Inhalte und das, was die Kinder interessiert und fasziniert. Sie entnehmen den Medien Themen, die sie auch in ihrem Alltag beschäftigen und die sie für die Bewältigung ihrer Entwicklungsaufgaben brauchen. Lassen Sie sich Figuren, Spiele und Funktionen erklären. Der Expertenstatus, den Sie dem Kind damit zugestehen, stärkt dessen Selbstbewusstsein. Die sich daraus ergebenden konstruktiven Gespräche ermöglichen Ihnen einen Einblick in das, was die Kinder tun, und die Möglichkeit, Ihre elterliche Position zu vertreten und Ihre Meinung zu begründen.

Medien aktiv nutzen

Eine der positiven Funktionen, die die Neuen Medien – allen voran das Smartphone – mit sich bringen, ist die Möglichkeit, vom passiven Medien-

FOTO: iStock.com

konsumenten zum aktiven und kreativen Produzenten zu werden. Bitten Sie Ihr Kind um das Festhalten des Familienurlaubes auf Video oder um seine Hilfe bei der Erstellung eines Fotobuches. Neben der Inhaltsebene haben Medien in der Familie auch eine Funktion auf der Beziehungsebene. Das Gespräch über Medien und ihre Inhalte und der gemeinsame Fernsehabend können die Kommunikation in einer Familie auch anregen, anstatt sie einzuengen, und auch Computerspiele und Handys führen nicht zwangsläufig zu Vereinzelung.

Für Jugendliche sind die realen und die virtuellen Räume eine Lebenswelt, in der sie sich ganz selbstverständlich bewegen. Man trifft sich in den sozialen Netzwerken wie in einem Kaffeehaus und auch aus demselben Motiv: Kontakt zum eigenen sozialen Umfeld außerhalb des Elternhauses! Auch die Computerspiele spielen die Kinder am liebsten zu zweit oder in größeren Gruppen, und ein wichtiger Teil des Spieles ist das Fachsimpeln vor und nach dem Spielen. Wenn Mediennutzung aber das einzige ist, was das Kind tun will, wenn wichtige Lebensbereiche darunter leiden und es sich von der Familie und Aktivitäten mit den Freunden zurückzieht, ist Handeln gefordert. Dann geht es dem Kind gar nicht gut, und oft verweist der Rückzug in die mediale Welt dann auf Gründe, die ihren Ursprung im realen Umfeld haben. ■

Treffpunkt Familie

Austausch bei mir zuhause

Was macht meine Familie noch stärker? Wie nutzen wir Medien? Woher schöpfe ich meine Energie? Zu diesen Fragen können sich interessierte Eltern zuhause in einer moderierten Gesprächsrunde (Dauer: ca. zwei Stunden) kostenlos, auf Wunsch auch in mehreren Sprachen, austauschen. Die Fachstelle NÖ bietet suchtvorbeugende Projekte zu Nikotin, Alkohol, Glücksspiel, Essstörungen etc. an. ■

INFORMATIONEN:

www.fachstelle.at | **Tel.:** 02742/314-40

ASTRO Qualibuyer®

SIE HABEN NOCH KEINE ASTRO KUNDEN-KARTE?

Dann kommen Sie in eine unserer Filialen – und fragen Sie nach den Vorteilen einer Astro-Karte.

FÜR NEUKUNDEN:
Bei Abgabe dieses Inserates erhalten Sie bei Ihrem ersten Einkauf auf einen Artikel Ihrer Wahl **-30 %** (ausgenommen Spielware, Aktionen und Abverkäufe) Gültig bis 31-08-2016.

Unsere Markenwelt:

LEVI'S, playmobil, Ravensburger, LEGO, HUBER, s.Oliver, Wrangler, WMF, Triumph, Skiny, LERROS, PUMA, NIKE, ESPRIT, Reebok

Astro Filialen

●Vösendorf, Marktstrasse 4 ●Wien 3, Franzosengraben 9 ●Langenzersdorf, Meisengasse 4 ●Wr. Neustadt, Pottendorferstrasse 37 ●Krems, An der Schütt 39 ●Mistelbach, Ernstbrunnerstrasse 8b

Kundenkarteninfo: Frau Ritter 0664/16 81 788
www.astro.co.at · www.qualibuyer.at

BEZAHLTE ANZEIGE

V. l. n. r.: Dr. Joachim Bensel – Mitinhaber der Forschungsgruppe Verhaltensbiologie des Menschen, Gerald Koller – Autor und Konzeptentwickler Resonanzpädagogik®, Landesrätin Mag.ª Barbara Schwarz, Mag.ª Barbara Trettler – Geschäftsführung NÖ Familienland GmbH, Mag. Murat Düzel – Leitung Integrationsservice NÖ Landesakademie

Neue Nachmittagsimpulse

Ein Anstieg von rund 50 % mehr Kindern in ganztägiger Betreuung seit dem Schuljahr 2012/13 verdeutlicht den wachsenden Wunsch berufstätiger Eltern nach entsprechenden Rahmenbedingungen. Die NÖ Familienland GmbH führte im laufenden Schuljahr mit 244 Gruppen bereits an 176 Schulstandorten den Freizeitteil der Schulischen Nachmittagsbetreuung durch. Insgesamt werden in Niederösterreich über 16.000 Kinder auch am Nachmittag betreut. Im Rahmen der Qualitätssicherung veranstaltete die NÖ Familienland GmbH erstmals eine Fachtagung mit Vorträgen und Workshops (inter-)nationaler Bildungsexperten/-innen. Die Themen reichten von Elternarbeit, rechtlichen und organisatorischen Grundlagen oder Konfliktmanagement bis hin zu aktuellen Schwerpunkten wie interkultureller Arbeit. Allen Personen- und Berufsgruppen, die im Schulbereich tätig sind, bot sich ein Rahmen zum Austausch. Landesrätin Schwarz eröffnete die Fachtagung und betonte die Notwendigkeit des quantitativen und qualitativen Ausbaus ganztägiger Betreuungsformen an Schulen. ■

FOTOS: NÖ Familienland GmbH

Preisverdächtiger Einsatz
für Kinderrechte

„Von Charles Dickens stammt das Zitat ‚Kinder erleben nichts so scharf und bitter wie Ungerechtigkeit'. Die Verleihung der Kinderrechtepreise versucht dem intensiv entgegenzuwirken und ehrt Menschen, Initiativen und Organisationen, die sich für die Rechte der Kinder besonders einsetzen. Kinder sind unsere Zukunft und brauchen besonderen Schutz. Für ihre Rechte einzustehen, ist erklärtes Ziel der niederösterreichischen Landespolitik. Ich halte das für eine beispielhafte Vorzeigeinitiative", würdigt Landesrätin Schwarz den Kinderrechtepreis, der heuer bereits zum dritten Mal vergeben wird. Anlässlich des internationalen Tages der Kinderrechte verleiht die NÖ Kinder & Jugendanwaltschaft gemeinsam mit der Donau-Universität Krems den Preis am 21. November.

Bewerben können sich sowohl Einzelpersonen als auch Vereine und Initiativen, Unternehmen oder auch Schulklassen. Die Kriterien für die Preisvergabe sind die Umsetzung der Kinderrechte bzw. der Bezug zu Kinderrechten, Nachhaltigkeit, Partizipation im Besonderen sowie Prävention und Protektion im Sinne der Kinderrechte. ■

INFORMATIONEN:

Informationen und Anmeldebedingungen:
www.kija-noe.at/angebote/projekte/noe-kinderrechtepreis

Einreichfrist: bis zum 31. August 2016

FOTO: gugler* brand & digital

Das Recht auf Freizeit und Spiel

Kinderrechte sind Menschenrechte. Ein eigener Absatz der Kinderrechtskonvention widmet sich dem Recht auf Spiel und Freizeit, erläutert unsere Expertin.

TEXT: Gabriela Peterschofsky-Orange

Kinder haben ein Recht auf Freizeit und Spiel. So steht es im Artikel 31 der UN-Kinderrechtekonvention, die auch Österreich unterzeichnet hat. Was meint die Kinderrechtekonvention nun damit?

Absatz 1 lautet:
„Die Vertragsstaaten erkennen das Recht des Kindes auf Ruhe und Freizeit an, auf Spiel und altersgemäße aktive Erholung …"

Und in Absatz 2 steht:
„Die Vertragsstaaten … fördern die Bereitstellung geeigneter und gleicher Möglichkeiten … für die aktive Erholung und Freizeitbeschäftigung."

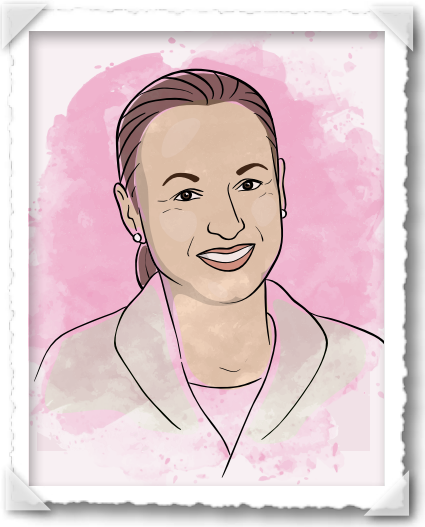
Vor kurzem titelte eine große Tageszeitung: „Spielregeln für ehrgeizige Eltern". Wie ist das nun mit altersgemäßer Erholung und freiwilliger Teilnahme bzw. der Förderung der aktiven Erholung und Freizeitbeschäftigung? Bei sportlichen Aktivitäten sollten Fairness, Sportlichkeit, auch gegenüber dem Gegner, Freiwilligkeit und Freude am Spiel und Miteinander im Mittelpunkt stehen! Ein wichtiger Aspekt bei Freizeit und Spiel ist auch, außer der nötigen Erholung und der Freude am Spiel, dass Kinder und Jugendliche soziale Kompetenzen erlernen können.

Wo hört der Spaß auf?

Es ist aber nicht gemeinschaftsfördernd, wenn Kinder und Jugendliche unter den Anfeuerungsrufen ihrer Erziehungsberechtigten lernen: renne deinen Gegner nieder, faule, damit du gewinnst, halte dich nicht an Regeln, sonst bist du der Verlierer, spotte über die anderen. Diese Liste lässt sich leider noch weiter fortsetzen. Natürlich will jede Mannschaft, jede/-r Sportler/-in gewinnen, aber um welchen Preis?

Nicht jede Sportart passt für jedes Kind, und Freizeit und Spiel sollen Freude bereiten und auch der Erholung dienen! Freizeit und Spiel sind eben Kinderrechte! ■

„Kinder sollen die Sportart und das Tempo bei Freizeit und Spiel zumindest mitbestimmen, wenn schon nicht selbst bestimmen dürfen."



kija
NÖ Kinder- & Jugend Anwaltschaft

Mag.ª 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

FOTO: iStock.com | ILLUSTRATION: BLAEK Design Studio

Deine Familie ist meine Freizeit

Wer in der Freizeit gerne mit Jungfamilien und Kindern arbeitet, findet in Niederösterreich mehrere Möglichkeiten vor.

Die Ausbildungen des Familienverbandes zum/zur Mitarbeiter/-in oder Leiter/-in von Eltern-Kind-Gruppen und -Zentren besuchen karenzierte Mütter besonders gerne, die das dort erworbene Wissen auch für die eigene Familie nutzen.

Eine andere Art der Freizeitbeschäftigung mit Kindern sind sogenannte Vorlesepatenschaften. Der Wert und die Bedeutung des Lesens für Kinder ist wissenschaftlich vielfach belegt.

Schon früh mit Büchern in Berührung zu kommen und gut lesen zu können, kann für Kinder nur ein Gewinn sein. In Niederösterreich sind für die Diözese St. Pölten derzeit 25 Vorlesepaten/-innen in Kindergärten, Bibliotheken und Eltern-Kind-Zentren im Einsatz, lesen den Kindern vor, erzählen Geschichten und bringen ihnen die fabelhafte Welt der Bücher nahe. ■

INFORMATIONEN:

Info und Anmeldung zu Eltern-Kind-Gruppen-Arbeit bei Anita Nussmüller, MEd., Tel.: 0676/8266-15328
Infos zu Vorlesepatenschaften bei Gerlinde Falkensteiner, Tel.: 0676/8266-15342

FOTOS: Fachstelle Beziehung-Ehe-Familie, Gerlinde Falkensteiner

Qualität von Mensch zu Mensch.

Hilfswerk.

IHR sozialer Nahversorger.

HILFSWERK

Wir sind erster Ansprechpartner in sozialen Fragen: Mit einer vielfältigen Dienstleistungspalette begleiten wir Menschen jeden Alters in alltäglichen, aber auch außergewöhnlichen Situationen.

- Mobile Pflege- und Demenzberatung
- Hauskrankenpflege, Heimhilfe
- Mobile Physio- und Ergotherapie, mobile Logopädie
- Ehrenamtlicher Besuchsdienst
- Notruftelefon, Menüservice
- Produkte rund um Gesundheit, Sicherheit und Wohlbefinden
- Kinderbetreuung, (mobile) Tagesmütter/-väter
- Kinderbetreuungseinrichtungen für Klein- und Schulkinder
- Professionelles Lerntraining – Mehr als nur Nachhilfe
- Psychotherapie, Familien-, Partner- und Jugendberatung
- Vertrauliche Beratung am NÖ Frauentelefon 0800 800 810 und am NÖ Krisentelefon 0800 20 20 16
- Bildungsangebote für die ganze Familie

Rufen Sie uns an – Wir sind gerne für Sie da!

NÖ Hilfswerk, Tel. 02742/249
service@noe.hilfswerk.at www.hilfswerk.at

BEZAHLTE ANZEIGE

NÖ Frauenlauf

Wir laden Sie herzlich zum elften NÖ Frauenlauf am 28. August 2016 in St. Pölten ein!

FOTO: Kohl KG

Egal ob Anfängerinnen, Hobbyläuferinnen, aktive Sportlerinnen (mit oder ohne Vereinszugehörigkeit) oder Nordic-Walkerinnen, jung oder alt, der NÖ Frauenlauf ist für alle geeignet! Die Strecken führen rund um den Ratzersdorfer See, um den Viehofener See und entlang der Traisenpromenade. Es gibt Erwachsenen- und Kinderläufe, also ein Sportereignis für die ganze Familie.

- Laufstrecken: 10 km; 5,2 km; 2,5 km
- Nordic Walking, Einzelwertung: 5,2 km
- Einzel- und kostenlose Teamwertungen
- NEU: Finishermedaille für alle
- Gratis-Funktionsshirt für alle Nennungen bis 30.6.2016
- Kinderläufe: 500 m und 1.000 m
- Unterhaltung: Bungeetrampolin, Riesenrutsche, Hüpfburg

„An diesem Tag gibt es nur Gewinnerinnen und Gewinner: Frauen, die im Wettkampf mit Freude ihre sportlichen Grenzen ausloten und Papas, die mit dem Nachwuchs die Läuferinnen anfeuern – so gesehen ein Erlebnis für die ganze Familie“, freut sich Landesrätin Mag.[a] Barbara Schwarz schon wieder auf den elften NÖ Frauenlauf im August. Bewegung hält fit, geistig und körperlich – bis ins hohe Alter. Deshalb kann damit nicht früh genug begonnen werden. Es ist jedoch nie zu spät und gemeinsam bewegen macht auch doppelt so viel Spaß. ■

INFORMATIONEN:

www.noe-frauenlauf.at

Im malerischen Waldviertel liegt das Gesundheits - & Fastenhotel. Den Großteil des Jahres werden Tee-Saft-Fasten sowie Obst-Gemüse-Fasten angeboten. Im sogenannten "Wohlfühlsommer" - von 17.7.–7.8.2016 - ist das Hotel Klosterberg für alle geöffnet, die relaxen, wandern, radfahren und die Natur genießen wollen. Die Küche bietet in dieser Zeit gesunde Vollwertkost und bewusste Hausmannskost an.

Bei der Wahl der Lebensmittel wird großen Wert auf Nachhaltigkeit und Regionalität gelegt, daher wird es auch als kontrolliertes Biohotel geführt.

VORTEIL: **Jedes Kind erhält 1 kostenloses Getränk pro Tag. Gitterbett für Kinder -2 J. kostenlos, Kinder -12 J. (im Zimmer der Erw.) 50 % Erm.!**

Gesundheitshotel Klosterberg** | 3921 Langschlag 170**
Tel.: 02814/8276 | info@klosterberg.at | www.klosterberg.at

BEZAHLTE ANZEIGE

Wissen, Spiel & Spaß in 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. Römische Fußbodenheizungen, Innenräume mit duftenden Küchen, stattlichem Mobiliar und bunten Wandmalereien oder das Wasserplätschern im Thermenbereich bringen die Römer ins Hier und Jetzt.

VERANSTALTUNGSHIGHLIGHTS

4. – 7. August **Carnuntum 333. Spätantikenfestival**
18. September **Kinderfest**

Römerstadt Carnuntum | T. +43 (0) 2163/3377-0
www.carnuntum.at

BEZAHLTE ANZEIGE

Handgemachte Freizeit

Handwerken, Selbermachen, Ausprobieren. Nicht nur Kinder sind von Handwerk in all seinen Formen und Ausprägungen fasziniert. In Niederösterreich bieten sich zwei ideale Freizeitziele für all jene an, die gerne Handwerke kennenlernen und selbst ausprobieren wollen.

MAMUZ Schloss in Asparn/Zaya

Im MAMUZ Schloss in Asparn/Zaya locken Handwerkskurse für Erwachsene, die auf historischen Handwerkstechniken der Steinzeit bis ins Mittelalter basieren. Wer etwa Schatztruhen schnitzen, mobile Lehmkuppelöfen bauen und Pfeilspitzen schmieden möchte, ist hier gut aufgehoben. Auch Kinderkurse sind buchbar. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Schloss Hof

Auch auf dem Gelände des barocken Schloss Hof lässt sich leicht Zeit verbringen mit historischer Handwerkskunst. Wer das Töpfern, Drechseln oder Korbflechten in den Handwerksstuben kennenlernen möchte oder Hufschmieden und Tierärzten über die Schulter schauen will, kann dies in barockem Ambiente erleben. Außerdem erwarten die Besucher Erlebnispfade, Workshops für Kinder und Einblicke in Berufe wie Falkner, Brandweinbrenner, Fuhrmann oder Kammerjungfer. ■

INFORMATIONEN:

www.mamuz.at
www.schlosshof.at

FOTOS: MAMUZ, SKB/Dieter Nagla

BEZAHLTE ANZEIGE

VOESTALPINE STAHLWELT

Auf in das Abenteuer Stahl!

Super Sommer für Erzengerl und Stahlburschen
Das sind ja gute Aussichten: Die voestalpine Stahlwelt hat in den Sommerferien von 9. Juli – 10. Sept. 2016 wieder ein dicht gedrängtes Programm: Familienführungen mit Werkstouren, Experimentedeck-Workshops und die einzigartigen DORA-Dampflokfahrten. Als besonderes Highlight können alle Familien von 15.7.–13.8. ihr persönliches 360-Grad-Erinnungsfoto auf der Panoramaterrasse knipsen!

Tuff-Tuff: Zug fährt ein!
Bei einer Rundfahrt mit der altehrwürdigen Dampflokomotive DORA leuchten nicht nur Kinderaugen, die exklusiven Fahrten in den Ferien begeistern jeden Eisenbahnfan.

Eine Expedition zum „heißen Riesen" oder doch aufs Experimentedeck?
Wer genauer hinschauen will, dem sei eine Werkstour zum „heißen Riesen", dem Hochofen A, ans Entdeckerherz gelegt oder ein Experimentedeck-Workshop, bei dem die voestalpine-Forscher der Zukunft in die Rolle von Wissenschaftlern schlüpfen.

Anmeldung: www.voestalpine.com/stahlwelt
Aktuelle Infos: www.facebook.com/stahlwelt
Besucherservice: 050304/15-8900 (Mo-Fr 8-13 Uhr)

TIPP!
15.7.–13.8.2016
GRATIS 360-Grad-Erinnungsfoto für jede Familie!

SOMMERPROGRAMM FÜR FAMILIEN IM ÜBERBLICK:

9. JULI – 10. SEPT. 2016

- **Experimentedeck-Workshop:** Mo-Sa 12.00-13.30 Uhr,Ki. -15 J.: 6 Euro, Erw.: 8 Euro, Eintritt in die voestalpine Stahlwelt inkludiert!
- **Familienführung mit Werkstour:** Mo-Fr 13.30-16.30 Uhr, Sa 09.30-12.30 Uhr
  Ki. -15 J.: 6 Euro (statt 12 Euro), Erw.: 9 Euro (statt 16 Euro)
- **Familienführung ohne Werkstour:** Sa 15.00-17.00,
- **DORA Dampflokfahrt:** Jeden Sa 14.00-15.00, 15.15-16.15 Uhr (9. Juli – 3. Sept. 2016),
  Ki. 6-15 J.: 6 Euro / Person (statt 8 Euro),
  Erw.: 12 Euro / Person, (statt 14 Euro), Kinder unter 6 gratis.

TICKETS JETZT SCHON ONLINE BUCHBAR!

Stark, stärker, Statik

Schon mal probiert, etwas auf einem Blatt Papier, das auf zwei Stützen liegt, zu platzieren? Klappt nicht, Grund ist die Statik.

TEXT: Natascha Ricker

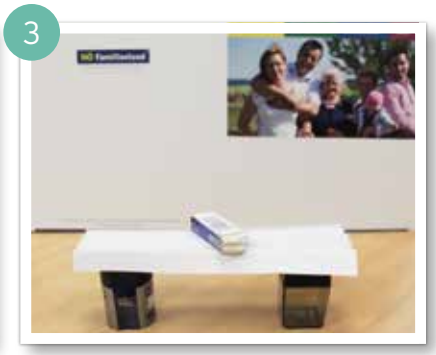
1

Das Wort „Statik“ kommt aus dem Griechischen, bedeutet „Lehre vom Gleichgewicht“ und ist sehr wichtig für die Architektur. Um zu erfahren, wie sie wirkt, hol dir Papier, Schere, Klebeband, zwei Stützen und einen Gegenstand – wir haben es mit Büroartikeln gemacht. Zuerst wird die Tragfähigkeit eines einfachen Blatt Papiers getestet. Falte es und leg es auf die Stützen (Foto 1).

2

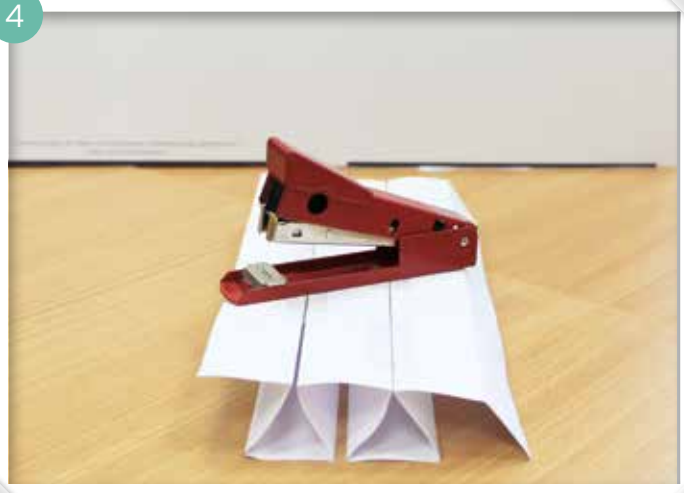
Wenn du dein Objekt darauf gibst, merkst du, dass das Papier knickt (Foto 2). Das Gewicht kann sich nicht verteilen, weil es geballt auf einem Punkt des Papiers wirkt. Um die Kraft zu verteilen, falte das Papier wie eine Ziehharmonika. Wenn du deinen Gegenstand nun auf das Papier legst, wirst du merken, dass es hält (Foto 3)! Das Gewicht kann sich gleichmäßig verteilen.

3



Du kannst das in verschiedenen Versionen probieren, wie du auf den Fotos 4 und 5 erkennen kannst. Also, liebe Ingenieurinnen und Ingenieure, viel Spaß beim Ausprobieren! ■

4



5

FOTO: NÖ Familienland GmbH

WERBUNG

ARBEITSLAND
Ausbilden. Beschäftigen. Fördern.

Jetzt Abschluss bzw. Weiterbildung machen. Fast gratis, aber sicher nicht umsonst!

Das Land Niederösterreich und der Europäische Sozialfonds unterstützen Sie bei Ihrer Aus- und Weiterbildung und übernehmen:
- bis zu 90% der Kurskosten und Prüfungsgebühren
- oder max. EUR 3000,-

NUR 10% Selbstbehalt für Ihre Aus- und Weiterbildung.

Was wird gefördert?
- Nachholung von beruflichen Abschlüssen (z.B. Lehrabschlüsse)
- Umschulungen, wenn diese zu einer Höherqualifizierung führen
- Berufsbezogene Weiterbildungsmaßnahmen

Die Antragstellung kann 13 Wochen vor und bis 2 Wochen nach Kursbeginn erfolgen.

Den Weiterbildungsscheck beantragen können ArbeitnehmerInnen mit maximal einem Pflichtschulabschluss, Personen mit maximal Pflichtschulabschuss, die seit mindestens einem Jahr als Ein-Personen-Unternehmen tätig sind sowie ArbeitnehmerInnen mit einem formal nicht anerkannten beruflichen Abschluss im Ausland, die als Hilfskräfte tätig sind.

Im Vorfeld der Qualifizierungsmaßnahme muss verpflichtend ein Bildungsplan bei einer anerkannten, anbieterneutralen Bildungsberatung erarbeitet werden, zum Beispiel:

- Netzwerk Bildungsberatung NÖ
- Bildungsberatungen von gesetzlichen Interessensvertretungen
- Bildungsberatungen mit IBOBB-Zertifizierung

Weitere Informationen zum **NÖ Weiterbildungsscheck** und den Kooperationspartnern unter:
www.noe.gv.at/bildungsfoerderung
weiterbildungsscheck@noel.gv.at

NÖ ArbeitnehmerInnen-Hotline
02742/9005-9555
(Montag bis Donnerstag von 8 bis 16 Uhr und Freitag von 8 bis 13 Uhr)

„Gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds"

BEZAHLTE ANZEIGE

FALKENSTEINER CLUB FUNIMATION KATSCHBERG ★★★★
VOLLPENSION PLUS P.P. AB € 227,-
3 Nächte im Familienzimmer Klassik (2 Raum-Wohneinheit) p.P. inkl. Vollpension PLUS.
2 Kinder bis 5,9 Jahre GRATIS im Zimmer der Eltern!

FALKENSTEINER HOTEL CRISTALLO ★★★★
GENUSS HOCH DREI P.P. AB € 208,-
3 Nächte im Doppelzimmer Royal (1 Raum-Wohneinheit) p.P. inkl. Vollpension PLUS.
1 Kind bis 5,9 Jahre GRATIS im Zimmer der Eltern!

Limitiertes Angebot. Gültig auf regulären Zimmerpreis, Rabatt bereits berücksichtigt. Gültig 13.05.-02.07.2016 & 10.09.-26.10.2016.

INFO & BUCHUNG: Tel. +43/(0)4734/319-801 oder -802
reservations.katschberg@falkensteiner.com
katschberg.falkensteiner.com

FMTG Services GmbH, Columbusplatz 7-8, A-1100 Wien,
FN 304169 h, ATU64058147, FB-Gericht: Wien, Firmensitz: Wien

Partner von Miles & More Lufthansa

Im zweiten Frühling mach ich, was ich will

TEXT: Vera Streller

Der Benediktinermönch und Schriftsteller Anselm Grün beginnt in einem meiner Lieblingsbücher zum Thema Älterwerden mit der Feststellung „Der Mensch wird von allein alt. Aber ob sein Altern gelingt, hängt von ihm allein ab. Es ist eine hohe Kunst, in guter Weise älter zu werden" („Die hohe Kunst des Älterwerdens", Anselm Grün, 2007).

Es gibt ein Leben nach dem Beruf

Das Älterwerden will gestaltet werden, Lebensbereiche verändern sich – in der Familie und im beruflichen Alltag. Die körperliche Kraft nimmt ab, die geistig-spirituelle Kraft nimmt zu. Mit der bewussten Auseinandersetzung mit dem Sinn des Alters, mit dem Loslassen von geliebten Menschen und Tätigkeiten beginnt auch die Erkenntnis, dass nun nochmals ganz neue Wege eingeschlagen werden können. Neue Wege mit Neugier und Begeisterung beschreiten, das hält lebendig. Denn Aktivität um der Aktivität willen hinterlässt auf Dauer eine innere Leere.

„Endlich FREI-ZEIT" heißt die Mitgliederzeitung einer großen Seniorenorganisation in Niederösterreich und drückt mit ihrem Titel die oft im Erwerbsleben herbeigesehnte Zeit nach der Pensionierung aus. Plötzlich ist nach jahrzehntelanger beruflicher Tätigkeit sehr viel Freizeit vorhanden. Einige Menschen genießen diese Entschleunigung sehr, andere behalten ihr hohes Tempo im Freizeitverhalten bei: Aus dem Ruhestand ist heutzutage bei vielen Pensionisten/-innen ein Unruhestand geworden, denn viele schätzen ein reges Reise- und Kultur- und/oder Sportleben. Andere wiederum fallen in ein tiefes Loch, denn Pensionierung führt oft zu einer Sinnentleerung des Alltags, besonders, wenn der Beruf eine sehr wichtige Rolle eingenommen hat. Der Alltag muss neu strukturiert werden, die freie Zeit kann befreiend, erfüllend erlebt werden, z. B., wenn ich mich intensiv um die Enkelkinder kümmern oder endlich Hobbys nachgehen kann, zu denen im Erwerbsleben einfach keine Zeit vorhanden war. Freizeit kann aber auch als belastend empfunden werden („Keiner braucht mich mehr …") und mündet oft in den Rückzug und die Einsamkeit.

Man ist so alt, wie man sich denkt

Sich mit anderen und für andere engagieren, nicht nur um sich selbst kreisen – dies ist ein guter Wegweiser zur Zufriedenheit (auch in jüngeren Jahren!). Im Herbst des Lebens ist auch oft zum ersten Mal die Zeit zum Nachdenken über den eigenen Lebensweg gegeben und somit auch die Gelegenheit, sich mit der Vergangenheit auszusöhnen und Ja zu seinem persönlichen Schicksal zu sagen. Solange wir das Leben gestalten können, sollten wir dies auch bewusst tun. Die verzagte Haltung „Das zahlt sich ja nicht mehr aus für mich!" führt zu Fremdbestimmung und bitteren Gedanken. Nutzen Sie Ihre Freizeit für positive Gedanken und neue Wege, die Ihnen und Ihren Lieben bzw. Ihrer Umgebung schöne Stunden in gegenseitiger Wertschätzung und Lebensfreude bringen. ■

Das Älterwerden will gestaltet werden.

FOTO: iStock.com

Basteltipp

Freizeitdrehrad

VON: Susanne Reichardt

Bastelutensilien:
stabiler Karton, Kartonrolle (z. B. Kern einer Küchenrolle), Schere und Cuttermesser, Zirkel und Lineal, Klebstoff, schwarzer Filzstift und andere Farbstifte

Zuschneiden der Bauteile:
Von der Kartonrolle ein 10 cm langes Stück abschneiden und am unteren Rand gleichmäßig einschneiden. Auf dem stabilen Karton folgende Teile zuerst aufzeichnen und dann ausschneiden:

- 1 Quadrat mit 10 x 10 cm
- 1 Pfeil
- 1 großer Kreis mit 35 cm Durchmesser
- 2 kleine Kreise mit je 8 cm Durchmesser

Den äußeren Durchmesser der Kartonrolle abmessen. Ein Loch mit dieser Größe in die Mitte des großen Kreises und in die Mitte eines kleinen Kreises schneiden.

Bau der Radhalterung:
Den kleinen Kreis mit Loch über die Kartonrolle schieben und mit ca. 5 mm Abstand zum unteren Rand verkleben. Dann die Kartonrolle auf das Quadrat kleben. Den Pfeil auf den zweiten kleinen Kreis kleben.

Gestaltung und Zusammenbau:
Jetzt gilt es noch, das Freizeitglücksrad mit einem Lineal in Felder einzuteilen und diese nach eigenen Ideen zu gestalten. Das fertige Rad wird anschließend lose auf die Küchenrollenhalterung gelegt und durch das Verkleben des Anzeigepfeil-Kreises mit der Halterung in Position gehalten. Die Entscheidungshilfe für die passende Freizeitaktivität ist nun fertig und kann mithilfe der Trägerplatte an jedem beliebigen Ort installiert werden. ■

Buchstaben-salat

VON: Rätselagentur Michaela Zens

In diesem Buchstabensalat sind 14 verschiedene Aktivitäten versteckt, denen du in deiner Freizeit nachgehen kannst. Du findest von oben nach unten und von unten nach oben, von rechts nach links und von links nach rechts folgende Wörter:

RADFAHREN	WANDERN
FAULENZEN	SINGEN
MUSIZIEREN	LESEN
FORSCHEN	LAUFEN
BASTELN	REITEN
SPIELEN	MALEN
SCHWIMMEN	BAUEN

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

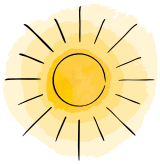
AUFLÖSUNGEN: Niederösterreich-Rätsel: TULLN | HORN
MÖDLING | ST. PÖLTEN | **Rebus:** SONNE - HAMMER - ZUG - LEITER
Lösungswort: SOMMERZEIT | **Symbolrätsel:** LAMA | GRAS | MOND
DEKA | Lösungswort: Mank

Niederösterreich-Rätsel

Ordne die Buchstaben in der richtigen Reihenfolge und finde die vier niederösterreichischen Städte!

Rebus

Finde heraus, welche Gegenstände dargestellt sind. Dann streichst du die angegebenen Buchstaben durch (beim ersten Wort sind das der dritte, vierte und fünfte Buchstabe), die restlichen ergeben aneinandergereiht das Lösungswort.


3 4 5

1 2

2 3

1 5 6

Lösungswort:

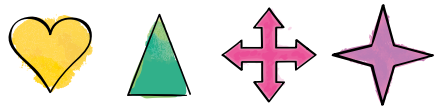
Symbolrätsel

Wenn du die gesuchten Begriffe errätst, ergibt die vorletzte senkrechte Reihe das Lösungswort, das sowohl eine Stadt als auch einen Fluss im Mostviertel im Bezirk Melk bezeichnet:

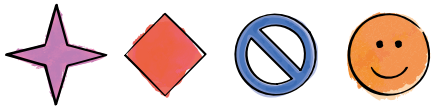
südamerikan. Kamelart

grüne Pflanzen auf der Wiese

ist in der Nacht am Himmel zu sehen



Kurzwort für eine österr. Gewichtseinheit



Lösungswort:

FOTOS: spreitzerdrei | **ILLUSTRATION:** BLAEK Design Studio

TEXT: Klaudia Kremser

FILMTIPP

BACH IN BRAZIL
(Ab 24.06.2016)

Deutschland/Brasilien 2015 | Länge: 92 Minuten
Genre: Musik/fremde Kulturen/Freundschaft
Empfohlen ab elf Jahren

Der pensionierte Musiklehrer Marten Brückling erfährt, dass ihm sein Jugendfreund Karl die Original-Abschrift eines Notenblattes von Johann Sebastian Bach hinterlassen hat. Marten muss sich die Noten allerdings persönlich in Brasilien abholen, wo Karl lange gelebt hat. Als er wieder heimreisen will, wird ihm sein Gepäck samt Noten und Reisepass gestohlen. Candido, der Deutsch kann, verspricht, ihm zu helfen. Marten soll dafür nur einigen Kindern in der Jugendarrestanstalt Musikunterricht geben.
Erzählt wird dieser Familienfilm aus der Perspektive von Fernando, einem der Straßenkinder. Deren Probleme und ihr Leben im Arrest regen durchaus zum Nachdenken an, im Mittelpunkt steht aber vor allem die Begeisterung für die Musik. Während der kauzige, aber liebenswerte Marten die Bach-Stücke auf seinem Euphonium streng nach sämtlichen Regeln spielt, „leben" die brasilianischen Kinder die Musik und interpretieren sie freier. Die oft sehr witzigen Verständigungsschwierigkeiten werden in einigen untertitelten bzw. gar nicht synchronisierten Szenen deutlich. Die wunderschöne Barockstadt Ouro Preto in den Bergen nördlich von Rio de Janeiro und das malerische Schloss Bückeburg in Niedersachsen dienen als sehenswerte Kulisse für diesen eher märchenhaften als realistischen Feelgood-Film, der ganz auf die Kraft der Musik als Mittel zur Überwindung von kulturellen Barrieren sowie von Vorurteilen setzt. ■

DVD-TIPP

ERINNERUNGEN AN MARNIE
(Ab 11.03.2016)

Japan 2014 | Länge: 98 Minuten
Genre: Anime/Familie/Freundschaft
Empfohlen ab elf Jahren

Die zwölfjährige asthmakranke Anna wird von ihrer Pflegemutter für die Sommerferien zu Verwandten aufs Land geschickt, weil dort die Luft besser ist. Bald fühlt sie sich wie magisch zu einem baufälligen Haus hingezogen, in dem sie ein blondes Mädchen zu erkennen glaubt. Marnie wird schließlich zu einer Freundin, wie Anna schon länger keine mehr hatte. Doch Marnie ist auch von einem Geheimnis umgeben, das Anna erst mit der Hilfe von Sayaka lösen kann, als diese mit ihrer Familie ins Haus einzieht.
Animationsfilme aus Japan, sogenannte Animes, erfreuen sich bei Jugendlichen großer Beliebtheit. Wenn sie so wunderschön gezeichnet sind wie dieser Film, eine Produktion des berühmten Studios Ghibli, ist das nicht verwunderlich. Aber neben den detailreichen Bildern (Licht/Schatten, Hintergründe usw.) müssen natürlich auch der Ton (Musik, Geräusche, Stille) und die Geschichte stimmen. Als alltagsnahe Erzählung setzt der Film ganz auf das Gefühlsleben der Hauptfigur, das eher durch ihre Mimik und kleine Gesten deutlich wird als durch große dramatische Wendungen. Für Anna, die sich als Außenseiterin fühlt und die unter ihrer Situation als Waisen- bzw. Adoptivkind leidet, verschwimmen Träume bzw. Fantasie und Wirklichkeit. Sie muss sich erst mit ihrer Vergangenheit auseinandersetzen und lernen, sich selbst und anderen zu verzeihen, um am Ende gelöst und glücklich in die Zukunft sehen zu können. ■

DEMNÄCHST IM KINO:

Mikro & Sprit (ab 24.06.)
Daniel ist ein Außenseiter. Gemeinsam mit Théo, dem Neuen in seiner Klasse, konstruiert er ein fahrbares Haus, mit dem sich die beiden auf eine abenteuerliche Sommerreise begeben.

Ice Age – Kollision voraus (ab 30.06.)
Auf seiner Jagd nach der Nuss wird Scrat ins All katapultiert, wo er unabsichtlich kosmische Kettenreaktionen auslöst. Sid und seine Freunde müssen also dringend etwas unternehmen.

INFORMATIONEN:

Mag.ª Klaudia Kremser, MAS,
arbeitet seit mehr als 15 Jahren im Bereich Kinder- und Jugendfilm (Kino, Festivals, Produktion) sowie Jugendschutz (Altersfreigaben und Empfehlungen).

Lust auf Familienurlaub in der Vitalwelt Bad Schallerbach?

Erlebnisgarantie zwischen Piraten, Gorillas und Grubenabenteuern.

Als einzigartige Piratenwelt lockt Österreichs beliebtester Wasserpark „Aquapulco" mit einem 13 Meter hohen Piratenschiff, Wasserrädern und -kanonen, fünf megacoolen Riesenrutschen, aufregenden Musik-, Wasser- und Feuershows sowie einem 5D-Wasserkino. Komplettiert wird das Ganze durch eine Baby-Bay, wo auch die kleinsten Gäste auf ihre Kosten kommen. Und für Muttis und Papis bietet sich die direkt angeschlossene, einzigartige Cabrio-Therme „Tropicana" an, wo Relaxen und Urlaubsfeeling unter Palmen angesagt ist.

Die Vitalwelt hat aber noch jede Menge mehr zu bieten. Wie wär's etwa mit einem Ausflug in den nahegelegenen Zoo und Aquazoo Schmiding? Dort warten rund 2000 Tiere – unter anderem die einzigen Gorillas Österreichs – auf große und kleine Besucher. Abenteuerspielplätze und ein Streichelzoo runden dieses tierische Angebot ab.

Rein in die Grube oder rauf auf den Berg?

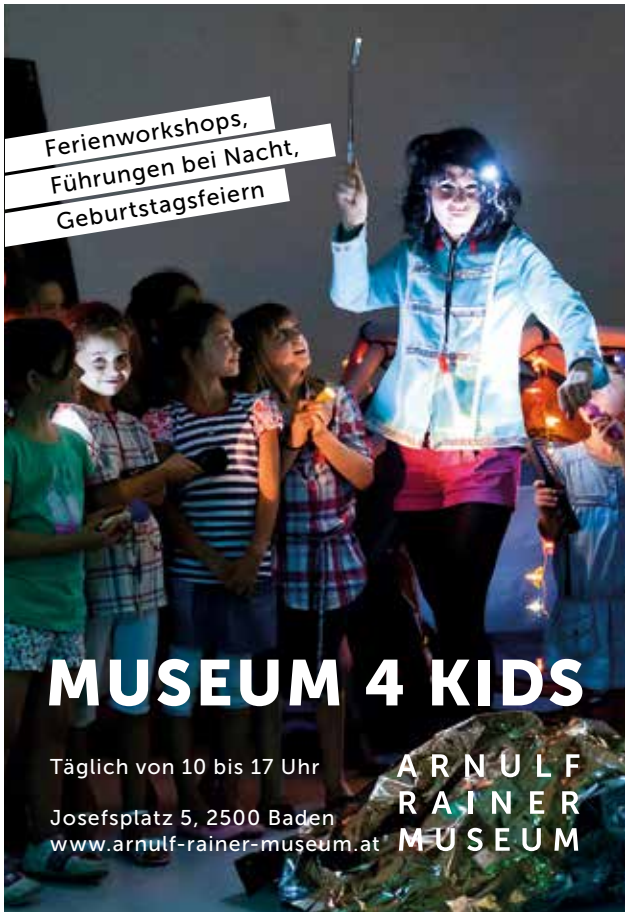
Doch auch zahlreiche andere Ausflugsziele scharren schon in ihren Startlöchern. Im Kohlebahnhof Scheiben in Geboltskirchen gibt es wieder eine Zeitreise der ganz besonderen Art. Mittels Fahrrad-Draisine oder Grubenlok folgen Sie hier der Spur des „Braunen Goldes". Und gleich nebenan wartet der neue Naturerlebnisweg, der entlang der ehemaligen Kohletrasse bis zum Trattnach-Ursprung führt. Abenteurer sollten hingegen einen Abstecher in den Wald-Hochseil-Park „goruck" in Haag am Hausruck wagen. Auf fünf verschiedenen Parcours bewegen Sie sich hier in den unterschiedlichsten Schwierigkeitsstufen und Höhen. Die Natur erleben, erspüren und genießen heißt es schließlich am „Weg der Sinne", einer ganz außergewöhnlichen Themenroute hinauf auf die Luisenhöhe, wo die neue barrierefreie Erlebnisbergbahn und die generalsanierte Sommerrodelbahn in Betrieb gegangen sind.

© Röbl

VITALWELT
BAD SCHALLERBACH
Gallspach - Grieskirchen - Geboltskirchen
Haag am Hausruck - Wallern

Tourismusverband Urlausbregion Vitalwelt Bad Schallerbach
Promenade 2
4701 Bad Schallerbach
Telefon: 07249/420 71-0
Mail: info@vitalwelt.at
oder im Internet unter:
www.vitalwelt.at

BEZAHLTE ANZEIGE



BEZAHLTE ANZEIGE

NÖGKK: Sport, Spiel und Abenteuer

NÖ Gebietskrankenkasse lädt zum Kinderbewegungstag in Ybbs/Donau

© www.shutterstock.com

NÖGKK
NÖ Gebietskrankenkasse
Wir versorgen Sie!

Jede Menge Sport, Spiel und Abenteuer bietet der bewährte Kinderbewegungstag der NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) am 10. September 2016 in Ybbs/Donau. Auf die Kinder wartet eine Hitparade an Bewegungsmöglichkeiten, außerdem stellen sich regionale Sportvereine und Organisationen vor. Die Kids können Trendsportarten wie Bull-Riding, Kanufahren im Hallenbad und Bungee-Trampolin ausprobieren. Klettern, eine Torschusswand, Beachvolleyball, eine Riesenrutsche sowie Reaktions- und Schnelligkeitstests stehen ebenfalls auf dem Programm. Außerdem locken Stationen wie Schnuppertauchen, Ballontiere, Dr. Bubble (Riesenseifenblasen), Vorstellung des Samurai-Programmes für Kinder, Kinderpolizei und einem Rettungswagen zum Besichtigen. Umrahmt wird der Aktionstag von einem Bühnenprogramm mit Musik- und Sporteinlagen sowie einem Gewinnspiel.

Detailinformationen zum Programm gibt es unter der Tel. Nr. 050899-1254 oder im Internet unter www.noegkk.at.

NÖGKK Kinderbewegungstag

Wann: **10. September 2016, 10:00 bis 17:00 Uhr**
Wo: **Freizeitzentrum Ybbs, Sportplatzstraße 6, 3370 Ybbs**
EINTRITT FREI!

BEZAHLTE ANZEIGE

NACHGEFRAGT
EXPERTENTIPP

Lebensgefahr Fenstersturz

So schützen Sie Ihr Kind!

Etwa alle drei Wochen stürzt in Österreich ein Kind aus einem geöffneten Fenster. Die Folgen sind schwerste Verletzungen, nicht selten sogar mit Todesfolge. Die Niederösterreichische Versicherung AG weist mit ihrer Informations- und Präventionskampagne auf das Thema hin. Mithilfe eines verschließbaren Fenstergriffs soll der tödlichen Gefahr ein nicht nur sprichwörtlicher Riegel vorgeschoben werden. Die Folgen eines solchen Sturzes sind fatal und reichen von Prellungen und Knochenbrüchen bis hin zu lebensgefährlichen Verletzungen. Schon aus zwei Metern Höhe kann ein ungebremster Sturz auf den Kopf für ein Kleinkind tödlich enden.

Bereits ein kurzer Moment, in dem wir unser Kind bei geöffnetem Fenster oder offener Balkontür unbeaufsichtigt lassen, kann einen folgenschweren Unfall auslösen.

Deshalb der Appell an alle Eltern:

Unterschätzen Sie nicht die Gefahr – auch wenn Ihr Kind noch sehr klein ist! Der Nachwuchs findet Wege, um in die Höhe eines Fensters zu gelangen. Ob Sessel oder Schaukelpferd – alles dient als Kletterhilfe. Sicherheit bietet der Einbau eines verschließbaren Fenstergriffes, mit dem das Fenster nicht weiter als zehn Zentimeter geöffnet werden kann. ■

Gewinnspiel:

Haben Sie kleine Kinder? Auf 33 Familien warten je drei Sicherheitsfenstergriffe, zur Verfügung gestellt von der NV Versicherung. Teilnahme und Gewinnspielbedingungen: **www.noe-familienland.at**

INFORMATIONEN:

Mag. Bernhard Lackner
Vorstandsdirektor Niederösterreichische Versicherung AG | Tel.: 02742/9013-0
www.noevers.at

FOTO: NV Versicherung | ILLUSTRATION: BLAEK Design Studio

BEZAHLTE ANZEIGE

Mein Spiel(t)raum wurde Wirklichkeit!

Förderinitiative „Schulhöfe und Spielplätze in Bewegung“: Die ersten 20 Schulfreiräume und zehn Spielplätze werden eröffnet.

Die warme Jahreszeit lockt alle Generationen ins Freie und auch die zahlreichen niederösterreichischen Spielplätze ziehen an den langen Sommertagen Menschen jeden Alters an. Im Rahmen der Förderaktion „Schulhöfe und Spielplätze in Bewegung“ werden derzeit 20 teils öffentlich zugängige Schulfreiräume und zehn Spielplätze fertiggestellt und größtenteils noch vor den Sommerferien eröffnet. Spielplätze sind nicht nur Bewegungsräume, sie sind auch Orte der Begegnung für alle Altersgruppen, Kommunikationszentren in den Gemeinden und oft Ausgangspunkt für Freundschaften. „Bedürfnisgerecht ausgestattete Schulfreiräume bieten den Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit, ihre Pause und den Freizeitteil in der Schulischen Nachmittagsbetreuung draußen zu verbringen, aber auch die eine oder andere Unterrichtsstunde im Freien zu genießen“, freut sich Landesrätin Mag.[a] Barbara Schwarz über die zahlreichen neuen Freiräume.

Gemeinsam planen und gestalten

Über 1.500 Schülerinnen und Schüler, aber auch einige Seniorinnen und Senioren haben sich, gemeinsam mit Vertreterinnen und Vertretern von Gemeinden, Schulen und Eltern, aktiv an der Umsetzung dieser 30 Projekte beteiligt. In der „Spielforscher-Werkstatt“ konnten die Kinder und Jugendlichen vorab ihre Wünsche sammeln und im Rahmen einer gemeinsamen „Pflanz-Werkstatt“ halfen sie nochmals tatkräftig beim Begrünen der Flächen mit. In der Marktgemeinde Kilb beteiligten sich sogar die Seniorinnen und Senioren beim Bepflanzen ihres Generationenspielplatzes.

Spielen? – Aber sicher!

Damit das Spielen und Bewegen in den neu gestalteten Freiräumen auch zum sicheren Abenteuer wird und Kinder und Jugendliche ohne Gefahr ihre Grenzen ausloten können, findet vor der offiziellen Eröffnung eine sicherheitstechnische Endabnahme durch den TÜV Österreich statt. Die Marktgemeinde Maria Laach am Jauerling freut sich bereits über ihren neu gestalteten, öffentlich zugängigen Schulfreiraum, der Mitte Mai im Beisein von Landesrätin Schwarz eröffnet wurde. Viele begeisterte Kinder konnten es kaum erwarten, auf das Baumhaus zu klettern, im Sand zu spielen und den Hüpfgurt auszuprobieren. Eine große Pergola lädt auch die Erwachsenen ein, sich auf dem Spielplatz zu treffen und gemütliche Stunden miteinander zu verbringen. ■

Schulfreiräume:

VS+NNÖMS Bad Großpertholz, VS Gmünd, VS Ziersdorf, VS Stockerau, Praxisvolksschule Krems a. d. Donau, VS Furth bei Göttweig, VS Perchtoldsdorf, VS Feistritz am Wechsel, NNÖMS St. Pölten-Pottenbrunn, VS+NNÖMS St. Pölten-Viehofen, NNÖMS Schwechat

Öffentliche Schulfreiräume:

VS+NMS Haag, VS St. Peter in der Au, VS Alland, VS Gänserndorf, VS Hadres, VS Maria Laach am Jauerling, VS Eschenau, NMS Stronsdorf, VS Absdorf

Spielplätze:

Euratsfeld, Oed-Öhling, Oberwaltersdorf, Trumau, Dürnstein-Unterloiben, Kilb, Altlichtenwarth, Wieselburg, Schwarzenbach, Bad Traunstein

INFORMATIONEN:

www.noe-familienland.at/bewegungs-und-begegnungsraeume

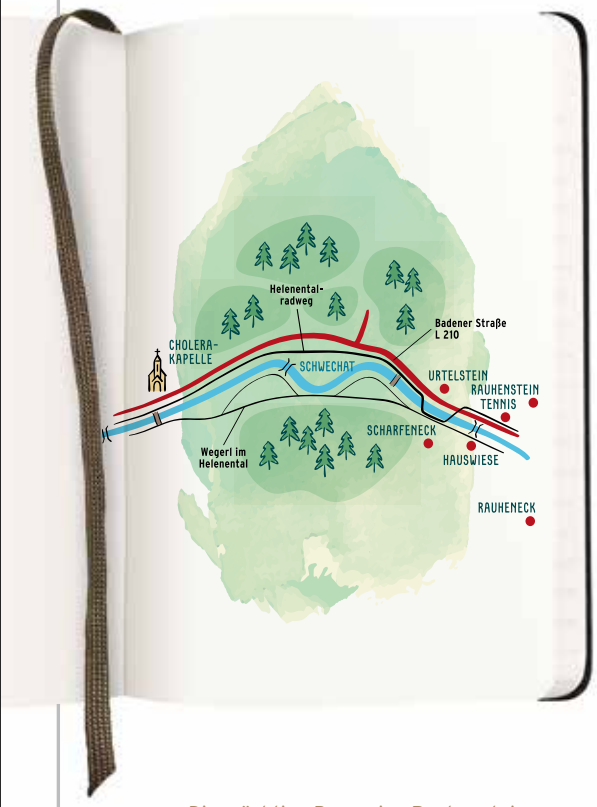
Der neue Spielplatz gefällt den Kindern sichtlich gut.

FOTOS: NÖ Familienland GmbH

Das Helenental

Im Hochsommer kann man sich als liebevolle Eltern mit dem Zauberwort „Ausflug“ bei den Heranwachsenden schnell unbeliebt machen – außer man kombiniert ein reizvolles Ziel mit Spaß und kühlem Nass!

TEXT: Andi Dirnberger



Die mächtige Burgruine Rauhenstein

Nicht umsonst haben viele Schutzhütten und Ausflugsziele in niedrigen bis mittelhohen Lagen im Juli Urlaubssperre und die wirklich hochgelegenen Ziele – teilweise mit Aufstiegshilfen – dafür Hochsaison.

Es geht aber auch anders, und ein Zauberwort heißt Flusswandern. Beim hohen Regulierungsgrad unserer heimischen Flüsse sind die Möglichkeiten dazu allerdings sehr beschränkt. Eine löbliche Ausnahme: die Schwechat im Helenental und in der Wienersdorfer Schwechatau. Ausgangspunkt unseres Ausfluges ist die Kurstadt Baden, mit öffentlichen Verkehrsmitteln bestens erreichbar, weshalb das Auto gerne zuhause bleiben darf.

Welche Burgruine darf es heute sein?

Vom ÖBB-Bahnhof führt die Buslinie R wie „Rauhensteiner“ bis zum Holzrechenplatz beim Hotel Sacher, und rechts oben sehen wir bereits die mächtigen Mauern und den hohen Turm der Burgruine Rauhenstein. In gut 15 Minuten sind wir oben, und nach gut 160 Stufen genießen wir einen tollen Ausblick vom Burgturm hinunter ins Helenental – oder gegenüber zur Burgruine Rauheneck. Diese ist zwar flächenmäßig kleiner, dafür aber etwas höher gelegen und bietet jenen Panoramablick über Baden, der von der Rauhenstein aus nicht möglich ist. Außerdem hat die Rauheneck weitaus weniger Stufen und einen dreieckigen Turm. Allerdings dauert es etwas länger, bis man dort ist. Also unten entscheiden, welche der Ruinen es sein soll.

Die Schwechat mit Schuhen durchwandern!

Im Anschluss daran geht’s ins Helenental, vorbei bei der Hauswiese (Gastwirtschaft), wo es auch eine von mehreren noch bestehenden Furten durch die Schwechat gibt.

Diese Natter war mindestens ebenso überrascht wie der Autor.

Der vom Antonssteg übrig gebliebene Whirlpool

FOTOS: Andi Dirnberger, iStock.com | **ILLUSTRATION:** BLAEK Design Studio

Ab hier ist die Schwechat praktisch unreguliert und bietet sich aufgrund der geringen Wasserführung ideal dazu an, mit etwas älteren Sportschuhen (die Steine sind mitunter rutschig) durchgangen zu werden.

Vorher noch ein Hinweis: Eigentlich gibt es hier drei Burgruinen, nur von der Scharfeneck sind nur noch ein paar Mauerreste übrig, leicht zu finden, wenn man direkt nach der Hauswiese einen scharf links abbiegenden Weg (unmarkiert) abzweigt und hochgeht.

Der andere Badespaß im Schwechat-Whirlpool

Wir bleiben jetzt aber unten in der Schwechat und nähern uns der Radüberführung vor dem Urtelstein. Hier bestand etwas unterhalb bis in die 30er-Jahre der Antonssteg, den ein Hochwasser damals mitgenommen hat. Geblieben sind die darunterliegenden Steinplatten, und diese laden wie ein öffentlicher Whirlpool zur Abkühlung ein. Einfach hinsetzen und genießen! Spätestens nach dem Urtelstein werden der Fluss und die begleitende Au breiter, und seitdem hier vor einigen Jahren auf der jeweils anderen Uferseite neben dem „Wegerl im Helenental" auch ein Radweg angelegt wurde, sind viele der einst verborgenen Flussstellen transparent geworden. Immer wieder finden sich trotz des Niederwassers auch Stellen, in denen man ganz untertauchen kann, manchmal sogar beschwimmbare Passagen, und auf jeden Fall hunderte Möglichkeiten, einen Staudamm zu errichten. Und nebst den herrlichen Schotterbänken, die mit jedem Hochwasser ihren Standort ändern, sieht man in ruhigeren Flussstellen mitunter auch immer wieder kapitale Fische. Dieser Flussabschnitt zwischen Hauswiese und Cholerakapelle ist keine drei Kilometer lang und damit auch für den Rückweg mehr als überschaubar. Und wenn die Kinder den Ausflug rückblickend mit „cool" bewerten, dürfte man es wohl genau richtig getroffen haben. ■

Manche Schotterbänke sind längst keine Geheimtipps mehr.

ANFAHRT UND VERPFLEGUNG:

Baden Bahnhof (ÖBB), Weiterfahrt mit WLB-Buslinie R (Rauhensteiner) bis zur Endstation. Einkehrmöglichkeiten im Gasthaus Hauswiese und im Radlertreff Tennisplatz.

Komm zum Abenteuerfest auf DIE GARTEN TULLN!

Am 15. August hast du die Gelegenheit zum Spielen, Forschen und Entdecken.

Es erwartet dich Niederösterreichs größter Abenteuer- und Naturspielplatz sowie ein spannendes Programm: Basteln mit Sachen aus der Natur, Forschungsstationen, ein Musiktheater und vieles mehr sorgen für jede Menge Spaß.

Hast du schon einmal Tiere im Teich beobachtet? Bei unserer Forschungsstation im Forschergarten hast du dazu die Gelegenheit. Gemeinsam mit Biologinnen und Biologen geht es auf Entdeckungsreise. Winzig kleine Wassertiere, die normalerweise für unsere Augen unsichtbar sind, kannst du unter dem Mikroskop bestaunen. Eine lustige Herausforderung wird sicher auch das Keschern, wo du mit einem Netz vorsichtig die Tiere und Tierchen aus dem Wasser schöpfst, um sie anschließend betrachten zu können. Natürlich werden sie dann wieder behutsam freigelassen.

Beim Musiktheater zum Mitmachen begleitest du den Igel Nig bei seinem Besuch im Garten.

Auch für die Eltern gibt es ein spannendes Angebot: Führungen durch die Schaugärten der GARTEN TULLN, ein Blüten- und Kräuterschwerpunkt sowie die Ausstellung „Pflanzen auf Reisen" lassen Natur und Garten mit allen Sinnen und aus neuen Blickwinkeln erleben.

Tipps von den Profis gibt es am „Natur im Garten" Infostand, wo die Expertinnen und Experten der Aktion bei allen Fragen rund um das naturnahe Gärtnern helfend zur Seite stehen.

Details zu Programm und Eintritt:
„Natur im Garten" Telefon +43 (0)2742/74 333
www.naturimgarten.at
www.diegartentulln.at

ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG DAS LANDES NÖ

© Natur im Garten/Sandra Ranzenhofer

Montag, 15. August 2016 von 9:00 bis 18:00 Uhr

Veranstaltungsort:
DIE GARTEN TULLN
Am Wasserpark 1
3430 Tulln

BEZAHLTE ANZEIGE

Endlich Freizeitpädagogin: Claudia Ortner nach der Überreichung ihres Diploms mit Mag. Dr. Andreas Weissenbäck, Vizerektor KPH Wien/Krems.

Ein Beruf macht Schule – Freizeitpädagoge/-in

Mit dem Schuleintritt der Kinder und der Berufstätigkeit der Eltern rückt im Familienalltag ein Thema in den Vordergrund: eine gute Betreuung der Kinder nach Unterrichtsschluss.

TEXT: Michaela Kienberger

Schule ist längst zum Lebensraum für Kinder geworden – sie verbringen hier einen guten Teil ihrer Zeit – und so formieren sich an immer mehr niederösterreichischen Schulen Teams aus Lehrern/-innen und im Freizeitteil tätigen Pädagogen/-innen, um die Kinder und Jugendlichen gemeinsam bestmöglich durch den Schultag und ins Leben hinein zu begleiten.

Im Freizeitteil an ganztägigen Schulen sind Lehrer/-innen, Erzieher/-innen und, seit einigen Jahren, Freizeitpädagogen/-innen im Einsatz. Letztere haben eine fachspezifische Ausbildung durchlaufen. So auch Claudia Ortner aus Wieselburg, die nach einer Lehre und Berufsjahren als Floristin und Dekorateurin zunächst eine Ausbildung zur Tagesmutter absolvierte und in Folge als „Mobile Mami" im Einsatz gewesen ist. Ein Hinweis aus dem Bekanntenkreis machte sie auf den Hochschullehrgang für Freizeitpädagogik an der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems aufmerksam, den sie nach einem Aufnahmegespräch erfolgreich absolvierte. „Ich konnte sehr viel Wertvolles aus der Ausbildung mitnehmen und sehr viel von unseren motivierten und kompetenten Professoren/-innen lernen. Dazu erhielt ich ein gut geschnürtes Paket an kreativen Ideen, Spielen und wertvollem Hintergrundwissen mit auf meinen beruflichen Weg", erinnert sich die begeisterte Freizeitpädagogin, die aufgrund ihrer Vorausbildung bereits während des Lehrganges berufsbegleitend im Einsatz gewesen ist. Dass neben der Stoffvermittlung auch der Auseinandersetzung mit praktischen Erfahrungen genügend Zeit eingeräumt wurde, hat sie daher in besonders guter Erinnerung, denn dieser Teil der Arbeit sei oft mindestens genauso wichtig wie jede Theorie. Nach dem Unterricht, den Lern- und Hausaufgaben geht es nämlich bewegt, frei, kreativ und lustig weiter. Dafür sorgen die bestens dafür ausgebildeten Freizeitpädagogen/-innen, die den größtmöglichen Nutzen für die Kinder in Kopf und Herz haben und ganz genau wissen: Entwicklung und Lernen – das hat ganz viel mit Bewegung und Spiel und den gemeinsamen Erfahrungen mit anderen in den meist klassen- und jahrgangsgemischten Gruppen zu tun.

„Für mich ist es sehr wichtig, dass sich die Kinder in ihrer Freizeit austoben können und ich versuche, jedes Kind auch am Nachmittag individuell zu fördern und seine Stärken positiv hervorzuheben."

Allen, die nun überlegen, diese Ausbildung und damit den Schritt in diesen Beruf zu machen, rät Frau Ortner, vor allem aufgeschlossen zu sein, keine Angst vor Neuem und Spaß am kreativen Tun zu haben – alles andere komme dann ganz von selbst. ■

Die Ausbildung:

Der Hochschullehrgang Freizeitpädagogik wird an Pädagogischen Hochschulen angeboten – in NÖ an der PH Niederösterreich und der KPH Wien/Krems. Er findet berufsbegleitend statt und dauert zwei Semester. Die jährlich ca. hundert Absolventen/-innen tragen die Bezeichnung „akademische/-r Freizeitpädagoge/-in". Neben Vorlesungen und Seminaren sind auch Hospitationen und Praxiseinheiten Teil der Ausbildung.
www.kphvie.ac.at | www.ph-noe.ac.at

FOTOS: NÖ Familienland GmbH

LiWa – Infrarotheizungen

steigern das Wohlbefinden – bei geringer Lufttemperatur

in nur 4 min
100 % Wirkungsgrad
bei 98 % Energieeffizienz

JETZT MINUS 70 %
(nur mit Ihrem NÖ Familienpass)
Berechnungstabelle & Preisliste anfordern: **0664/40 36 548** - Herr DI Mayr

gesunde, staubfreie Wärme
➜ **ALLERGIE REDUZIEREND**

behagliches trockenes Raumklima
➜ **KEIN SCHIMMEL**

aufhängen, anstecken, genießen
➜ **KEINE UMBAUARBEITEN**

keine Wartung – kein Service – sehr geringe Energiekosten (zB: 70 m² Whg. ca. € 1,50 / Tag)
220 - 230 Volt - Steckdose genügt

20 Jahre Erfahrung - 10 Jahre Garantie
LiWa - die registrierte Marke!

Angenehmes Gefühl Infrarotstrahlen sind jene unbedenklichen langwelligen Wärmestrahlen, die die Sonne zu uns auf die Erde schickt und die uns das Gefühl der wohligen Wärme und Kraft vermitteln. Sie werden nicht mehr als Licht wahrgenommen, aber als wärmend empfunden. Die Energiefreisetzung in Form von Wärme erfolgt erst dann, wenn die Strahlen auf eine Oberfläche – also auf Materie – treffen. Es ist ein Leichtes, sich dieses angenehme Gefühl auch nach Hause zu holen. LIWA bietet mehrere Varianten an, um Infrarot in den eigenen vier Wänden zu integrieren. Eine sind Heizpaneele: Sie können ohne großen Aufwand in jedem Raum angebracht werden. Der größte Vorteil von Infrarot-Heizpaneelen ist, dass so gut wie keine Luftströmung im Raum entsteht und kein unnötiger Staub aufgewirbelt wird. Bei vielen herkömmlichen Heizsystemen wird nur die Luft erwärmt, die aufsteigt. Die kalte Luft hingegen senkt sich an kalten Gegenständen im Raum wieder nach unten. Eine LIWA-Carbon Crystal Infrarotheizung nutzt die Eigenschaften von Kohlenstoff- und Quarzkristallen sowie Carbon. Durch energetische Anregungen wird somit die Infrarotstrahlung der Sonne nachgeahmt.

Wie von der Sonne gestreichelt
Seelenschmeichler.

Infrarot-Heizpaneele werten das Zuhause gehörig auf. LIWA setzt dabei auf Service, Innovation und Qualität – als Schlüssel zu einer guten Partnerschaft

LiWa Licht & Wärme GmbH
Löckherstraße 30 | 4880 St. Georgen
Tel. 0664/40 36 548
Mail: office@liwa.at
www.liwa.at
www.schwitzkabinen.at

BEZAHLTE ANZEIGE

BEZAHLTE ANZEIGE

Ferienbetreuung ist gefragt

Ferienbetreuung wird für Familien immer bedeutender. Niederösterreich präsentiert eine innovative Studie zur Zufriedenheit mit Ferienbetreuungsangeboten und setzt auf den konsequenten Ausbau.

85 % Zufriedenheit mit Ferienbetreuung in NÖ

Der Sommer naht und mit ihm eine für viele berufstätige Eltern herausfordernde Zeit. In den unterrichtsfreien Wochen decken viele Gemeinden die steigende Nachfrage nach Betreuungsangeboten mit Ferienbetreuung ab. Die NÖ Familienland GmbH fungiert als aktiver Partner der niederösterreichischen Gemeinden bei der Durchführung der Angebote. Im Sommer wird für meist sechs Wochen ganztägige Betreuung in den Gemeinden angeboten. Die vielfältigen Programme reichen von Ausflügen und Projekten über Wochenthemen und vieles mehr. Die NÖ Familienland GmbH unterstützt dabei die Freizeitpädagogen/-innen in ihrer Arbeit und bietet praxisrelevante Weiterbildungen zum Thema Ferienbetreuung an. Ab sofort bietet die NÖ Familienland GmbH allen Gemeinden, die künftig ebenfalls Ferienbetreuung anbieten wollen, ein besonderes Service: Im Mai wurde der Praxisleitfaden „Ferienbetreuung in NÖ“ herausgegeben. Parallel dazu wurden im Rahmen einer Pressekonferenz erste Ergebnisse einer eigens in Auftrag gegebenen Studie präsentiert. „Da es zur Ferienbetreuungssituation noch keine österreichische Erhebung gab, das Thema aber immer wichtiger wird, haben wir die Studie ‚Ferienbetreuung von Schulkindern in NÖ‘ am Österreichischen Institut für Familienforschung an der Universität Wien in Auftrag gegeben“, so Landesrätin Schwarz. Das Ergebnis fällt sehr positiv aus.

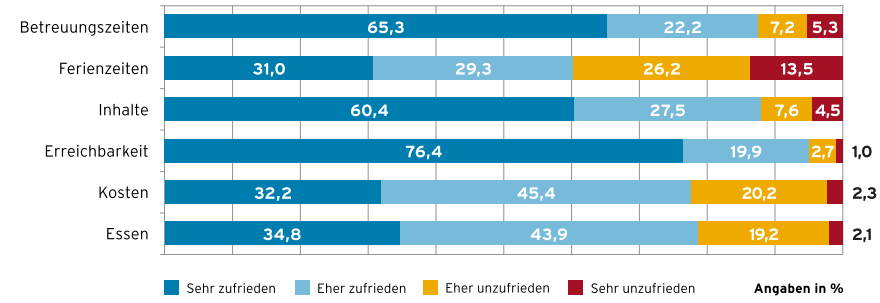
V. l. n. r.: Mag.ª Claret Eis (pädagogische Leitung NÖ Familienland GmbH), Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Mazal (ÖIF), Landesrätin Mag.ª Barbara Schwarz, Dr. Markus Kaindl (ÖIF) und Mag.ª Barbara Trettler (Geschäftsführung NÖ Familienland GmbH) bei der Präsentation der Studienergebnisse und des Leitfadens für Gemeinden „NÖ Ferienbetreuung“

FOTOS: iStock.com, NLK Pfeiffer, NÖ Familienland GmbH

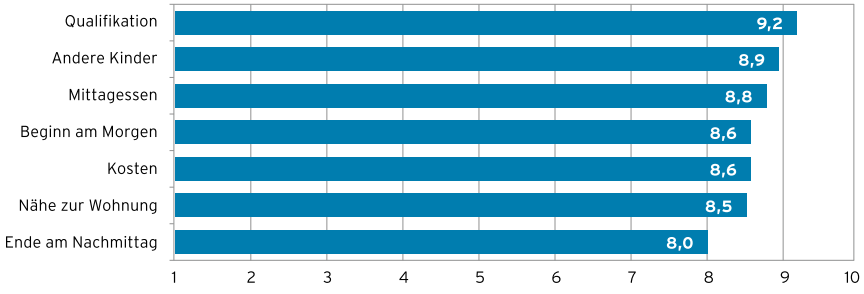
Ergebnisse:

- Rund 50% aller Eltern greifen in den Sommerferien auf Unterstützung durch Verwandte bzw. Bekannte oder Einrichtungen zurück. Von diesen Eltern wünschen sich 37 % eine andere, zusätzliche Betreuungsform, vor allem am Schulstandort, oder mehrtägige Veranstaltungen ohne Übernachtungen.
- Rund ein Drittel der Eltern wünscht sich die Gemeinde als Anbieter der Ferienbetreuung.
- Viele Eltern bevorzugen regionale Betreuungsangebote. Wurden Angebote am selben Schulstandort genutzt, an den das Kind auch während des Schuljahres geht, sind 76 % der befragten Eltern sehr zufrieden mit der Erreichbarkeit. Rund 60 % aller Eltern wünschen sich außerdem Ferienbetreuung bis mindestens 16 Uhr.

Zufriedenheit mit den Angeboten am Schulstandort (Sommer 2015)



Wünsche an die organisatorische Ausgestaltung der Angebote



Wichtigste Wünsche an die organisatorische Ausgestaltung der Ferienbetreuung
(1 = gar nicht wichtig | 10 = besonders wichtig)

Gesucht: die beste Ferienbetreuung Niederösterreichs

Die Zahl jener Gemeinden, die bereits Ferienbetreuung anbieten, wächst kontinuierlich. Das Land NÖ setzt dabei mit Förderungen und Anreizen sowohl auf den konsequenten quantitativen als auch auf den qualitativen Ausbau. Einer dieser Anreize ist der Wettbewerb zur Suche nach der besten Ferienbetreuung mit dem kreativsten, lustigsten und abwechslungsreichsten Programm für die Kinder. Eingelangt sind 51 Projekte, deren Bandbreite von themenbezogenen Sport- oder Zirkuswochen über eine Kinderkulturwoche, Ferien am Bauernhof bis zu Forschungsunternehmungen und Waldlehrpfaden reicht. Eine dreiköpfige Jury bewertet Inhalte und organisatorische Parameter wie zum Beispiel die Möglichkeit ganztägiger Betreuung als Unterstützung für berufstätige Eltern, die Ausbildung der eingesetzten Kräfte, die Vielfältigkeit des Programms und den Einbezug lokaler Vereine und Institutionen. Als Preise winken den Gemeindestandorten für ihre Kindergruppen ein Musicalworkshop, Riesenseifenblasen-Mitmachworkshops und Bau- und Konstruktionssteine eines niederösterreichischen Start-up-Unternehmens. Überreicht werden die Gewinne bei einem gemeinsamen Ferienauftaktfest am 6. Juli im Landhaus Sankt Pölten.

Zweite Kinder Business Week in NÖ

Die NÖ Familienland GmbH organisiert diesen Juli in Kooperation mit der WKNÖ die zweite Kinder Business Week in NÖ. Das Erfolgsprojekt einwöchiger kostenloser Ferienbetreuung wird auch heuer zum zweiten Mal unzählige Kinder nach Sankt Pölten locken. Von 18. bis 22. Juli sind sie ganztags betreut und können in Form von Workshops zahlreiche mögliche Berufe und Tätigkeitsfelder kennenlernen. In den Pausen zwischen den Einheiten sind die Freizeitpädagogen/-innen der NÖ Familienland GmbH für die Kinder da und haben viele Ideen für Spiel und Spaß im Gepäck. Kostenlose Mittagsverpflegung und Jausen für den kleinen Hunger zwischendurch runden die Kinder Business Week ab und lassen keine Wünsche offen. ■

TIPP:

Auskünfte zu Ferienbetreuungsprojekten und freien Plätzen erhalten Sie bei Ihrer Gemeinde. Zusätzlich informiert die „Family App" des Bundesministeriums BMFJ über Ferienbetreuungsangebote, News, Termine und familienfreundliche Arbeitgeber.

INFORMATIONEN:

Der Leitfaden für Gemeinden „NÖ Ferienbetreuung" ist unter **www.noe-familienland.at/aktuelles** abrufbar.

Abbildungsverzeichnis: vgl. Österreichisches Institut für Familienforschung an der Universität Wien (ÖIF) Studie: Ferienbetreuung von Schulkindern in NÖ (Zwischenbericht, nicht veröffentlicht), Wien 2016, S. 21 (obere Grafik) | vgl. Österreichisches Institut für Familienforschung an der Universität Wien (ÖIF): Studie: Ferienbetreuung von Schulkindern in NÖ (Zwischenbericht, nicht veröffentlicht), Wien 2016, S. 31 (untere Grafik)

3 WOCHEN FERIENBETREUUNG in NÖ

Für Kinder von 7 bis 14 Jahren!

2. KINDER BUSINESS WEEK IN NIEDERÖSTERREICH

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

18. - 22. Juli ´16

Ein Ferienbetreuungsprojekt der NÖ Familienland GmbH

Wie? Wo? Was? Wann?
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
25.7. - 5.8.2016 im WIFI St. Pölten

Für Kurzentschlossene noch RESTPLÄTZE vorhanden

Meistertischler
Roboterbauer
Filmemacher
miniMEISTER gehen auf Entdeckungsreise
Malermeister
Style-Kids
Küchenmeister
uvm...

www.noe.wifi.at WIFI Niederösterreich

NÖ Familienland WIFI Kids Academy WKO NÖ

WERBUNG

WERBUNG

NÖGKK lädt zum Natur-Erlebnistag

„Faszination Natur“ für die ganze Familie am 27. August in Schwarzenau

www.noegkk.at

Naturerlebnisse für die ganze Familie stehen am 27. August 2016 in Schwarzenau auf dem Programm. Die NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) veranstaltet gemeinsam mit vielen Partnern einen Natur-Erlebnistag mit spannenden, lehrreichen und herausfordernden Aktivitäten für Groß und Klein.

Foto: www.shutterstock.com

Viel Spaß bieten Geocaching, die moderne Schatzsuche für die ganze Familie, ein Kletterturm oder geführte Kurzwanderungen durch die Natur. Ein Foto-Spaziergang, Qi Gong, aber auch Lauf- und Fahrradtipps laden ebenfalls ein, die Natur zu genießen. Weiters gibt es Infos über die Motorik in der Natur, Smovey und Biathlon. Neben einem Kinderprogramm und Naturholzspielen stehen zusätzlich ein Hindernislauf und eine Torschusswand mit Radarmessung für die kleineren Besucher zur Verfügung. Wissenswertes aus Expertenhand erfährt man über Erste Hilfe und Heilmittel aus der Natur. Praktische Ernährungstipps sowie Infos über gesunde regionale Produkte runden das Programm ab.

Nähere Infos gibt es unter www.noegkk.at oder telefonisch unter 050899-2454.

NÖGKK-Natur-Erlebnistag

Wann: Samstag, 27. August 2016, 10:00 bis 17:00 Uhr

Wo: Sportplatz Schwarzenau, 3900 Schwarzenau

Eintritt frei!

NÖGKK
NÖ Gebietskrankenkasse
Wir versorgen Sie!

BEZAHLTE ANZEIGE

ILLUSTRATION: BLAEK Design Studio

Wildes Vergnügen

TEXT: Marietheres van Veen

Manchmal passiert Kurioses. Schnecken können schneller sein als Menschen. Dann, wenn der Salat diesen kleinen gefräßigen „Monstern" zum Opfer fällt, fehlt, wenn kein Salat am Tisch steht, das Tüpfelchen auf dem i! Sonja Stadler, die Zaunreiterin und Kräuterpädagogin aus Hohenberg bei Lilienfeld, weiß Abhilfe: „Die Natur bietet uns eine Vielzahl an Möglichkeiten. Die Alternative zum Gartensalat ist ein gesunder und bunter Salat aus Wildkräutern!"

Frühsommerlicher Wildkräutersalat für vier Personen

Je eine Handvoll:

- Vogelmiere
- Taubnessel (die nicht brennende und zart lila blühende Schwester der Brennnessel)
- die jungen Triebe des wilden Hopfens
- Gänseblümchen
- junge Löwenzahnblätter
- Spitzwegerich

Die Kräuter gut waschen, die Blätter von den Trieben zupfen, dabei nochmal kontrollieren, trockenschleudern und in eine Schüssel geben.

Zitronen-Olivenöl-Dressing:
Den Saft einer Zitrone mit Honig oder zwei Teelöffeln Zucker und einem Teelöffel Salz verrühren und mit hochwertigem Olivenöl verquirlen. Kurz vor dem Servieren über den Wildkräutersalat gießen.

Guten Appetit!

Schmeckt gut, ist gesund und macht viel Spaß. Wenn die Kräuter am Vortag gepflückt wurden, ist es besser, sie in frisches, kaltes Wasser zu legen. Zum Bestimmen der Wildkräuter ist es nützlich, ein Kräuterbuch zur Hand zu nehmen. ■

DIE WELT IST GROSS

THEATER FÜR DIE GANZE FAMILIE

Landestheater Niederösterreich

Jugend Abo 14+
Ein spannendes Abo Paket für jung und jung gebliebenes Publikum.

Die Welt ist groß und Rettung lauert überall von Ilja Trojanow
Die Verwandlung von Franz Kafka
Der Junge mit dem Koffer von Mike Kenny
Wie es euch gefällt von William Shakespeare

Familien Abo
Erleben Sie zauberhafte Abenteuer mit unseren drei Kinderproduktionen.

Das Traumfresserchen von Michael Ende
Mio, mein Mio von Astrid Lindgren
Aladdin von Clemens Handler und Gernot Kogler (Gastspiel Theater mit Horizont)

Bestellen Sie jetzt unser Programm!

Landestheater Niederösterreich
Rathausplatz 11, 3100 St. Pölten
T 02742/90 80 80 600
karten@landestheater.net
www.landestheater.net

BEZAHLTE ANZEIGE

Diesmal: Spiele für drinnen und draußen

Sommer- und Ferienzeit sind Familien- und Spielezeit. Zum Spielen ist niemand zu alt! Unsere Medientipps geben Ideen zur gemeinsamen Freizeitgestaltung für jedes Wetter und Alter, für drinnen und draußen.

INFORMATIONEN:

Die Buchtipps stellte uns die zertifizierte Waldpädagogin **DI[in] Birgit Pogats** zur Verfügung. **Marion Fahrngruber MSc MA** ist Sozialpädagogin und hat die Spiele für uns getestet und bewertet.

Sound Quartett (ab 5 J.)
und **Crazy Animals Xoomy® Pocket**
(ab 7 J.)
Ravensburger Spieleverlag, 2016

Beide Spiele sind optimal für kleine Kinder, für unterwegs und für lange Urlaubsfahrten. Beim Sound Quartett verkörpert jeder Mitspieler ein Tier und muss mit dem jeweiligen Tierlaut angesprochen werden. Ziel ist, möglichst viele Tiersets zu sammeln. Das tierisch lustige Quartett sorgt für Urlaubsspaß. Mit Xoomy® Pocket können Kinder überall Bilder malen, der Zeichentisch ist immer dabei. Die Motive lassen sich mit Zoomvorrichtung um bis zu 140 % vergrößern. Batterien und Buntstifte sind leider nicht enthalten. ■

FOTOS: Ravensburger, Verlag an der Ruhr

BEZAHLTE ANZEIGE

BEZAHLTE ANZEIGE

Legends (ab 9 J.)
Ravensburger Spieleverlag
2016

Als Abenteurer reisen die Spieler durch die Welt und versuchen, sich möglichst viel Wissen über acht Legenden anzueignen. Ein sehr spannendes Spiel speziell für ältere Kinder und Erwachsene, bei dem durchaus etwas mehr Zeit eingeplant werden darf. Das Spiel ist aufgrund des großen Puzzle-Spielplans und der vielen kleinen Einzelteile für den Strand nicht geeignet, jedoch perfekt für verregnete Urlaubsnachmittage oder laue Sommerabende auf der Terrasse. ■

Mit Cornell die Natur erleben
Joseph Cornell
Mülheim, 2006, Verlag an der Ruhr
ISBN 978-3-8346-0076-9

Joseph Cornell ist Begründer der Naturpädagogik. Dieses Werk umfasst zwei seiner Bücher und ist eine hilfreiche Stütze. Viele Ideen sind so einfach, dass man als Erwachsener gar nicht darauf gekommen wäre, z. B. das Kreisspiel **„Fledermaus und Nachtfalter"**. Weil Fledermäuse in der Nacht jagen, bekommt ein Kind, die Fledermaus des Spiels, die Augen verbunden und ruft „Fledermaus". Die anderen Kinder sind Nachtfalter und rufen als Echo „Falter" zurück. Nun hört die Fledermaus die Falter und fängt sie. ■

Waldwerkeln und Waldgeschichten
Björn Geitmann
Mülheim, 2007, Verlag an der Ruhr
ISBN 978-3-8346-0320-3

Die Kinder entdecken beim Sammeln, Sortieren und Basteln Materialien wie Moos, Borke, Blätter und Lehm und fertigen daraus individuelle Kunstwerke. In Sachtexten erfahren sie mehr über Pflanzen und Tiere des Waldes, und in den Geschichten können sie ihre eigenen Astfiguren und Zapfenwichtel wiederfinden. Nicht nur für Kindergarten und Schule top! **„Netz mit Spinne"** selbst basteln. Alles was man dazu braucht, sind drei fingerdicke Äste, Bindfaden, Lärchenzapfen, Blumendraht und eine Drahtschere. ■

KINDERSICHERHEIT IM AUTO

GRATIS BERATUNG BEIM CLUB
Im Auto gilt: Keine Fahrt ohne Gurt – denn Gurte retten Leben. Eltern und Erwachsene sollten sich ihrer Vorbildwirkung bewusst sein und sich immer anschnallen – nur so lernt ein Kind, dass der Gurt unerlässlich ist. Wer Unterstützung bei der richtigen Kindersicherung benötigt, kann sich an den Club wenden.
Beratung und Montage. Regelmäßige Schulungen sorgen dafür, dass die Clubmitarbeiter ein umfassendes Know-How rund um die richtige Kindersicherung bieten. Bei den ÖAMTC-Stützpunkten erhält man kostenlose Beratung für die richtige Auswahl inkl. Probesitzen, Gratis-Montage im Auto sowie Tipps und auch rechtliche Infos für die richtige Sicherung. Außerdem sind im ÖAMTC-Shop nur club-geprüfte und somit die sichersten Sitze erhältlich.
Gratis Check. Auch Unfallkindersitze und gebrauchte Sitze werden beim Club kostenlos auf Sicherheit und Tauglichkeit überprüft. Wichtig ist, dass Kind und Auto bei der Sitz-Auswahl, bei der Montage sowie beim kostenlosen Check dabei sind.

Mehr Infos unter www.oeamtc.at/kinder.

Kindersitze beim ÖAMTC.
Mit Sicherheit besser unterwegs.
Infos & Beratung bei Ihrem Stützpunkt
oder unter www.oeamtc.at/kinder
ÖAMTC
EIN GUTES GEFÜHL SEIT 120 JAHREN

BEZAHLTE ANZEIGE

Von Mensch und Vogel

TEXT: Natascha Ricker

3. Juli: Bastel-eine-Vogelscheuche-Tag

Unermüdlich steht die Vogelscheuche da, blinkt, glitzert und scheppert. Sie bekommt einen Blaumann angezogen, einen Sonnenhut aufgesetzt und „Accessoires", z. B. Bänder und Spiege. Man kann sie auch in kleiner Form fürs Hochbeet basteln! Also los – alles zusammensuchen und losbasteln!

11. Juli: Weltbevölkerungstag

Um das Jahr 1700 fanden in der Menschheitsgeschichte gravierende Umbrüche statt. Das manifestierte sich in der Bevölkerungszahl, die sich schlagartig verdoppelte. Zum Jahrtausendwechsel vervierfachte sich die Zahl der Weltbevölkerung.

Forscher rechnen mit einer Überalterung der Gesellschaft. Das heißt, weniger Menschen, die das System erhalten, aber mehr, die Hilfe brauchen. Besonders an diesem Tag soll man sich Gedanken machen, wie man zu einer besseren Zukunft beitragen kann.

12. August: Internationaler Tag der Jugend

Dieser Tag soll an die Jugend als wichtige Lebensphase erinnern. Junge sollen Ideen und Wünsche aussprechen und Gehör finden. Da Jugend nicht überall gleichgestellt ist, gibt es Ausschüsse, die sich diverse Themen zum Schwerpunkt gemacht haben. ■

FOTOS: iStock.com, NÖ Familienland GmbH

BEZAHLTE ANZEIGE

WERBUNG

Betty Bernstein
wird MUSICALisch

Betty Bernstein begegnet uns entlang der Bernsteinstraße in über 30 Museen, bei Familienfesten und Führungen – und das seit mehr als zehn Jahren. Das ewig fünfjährige Mädchen feiert seinen 15. Geburtstag – und dazu ist Betty etwas Besonderes eingefallen. Sie feiert ihn mit einem eigenen Musical, das sie in der Region für die Region realisiert. Informationen zu dem schlauen Mädchen von der Bernsteinstraße und zu allen Musicalterminen in Poysdorf, Wolkersdorf, Mistelbach und Zistersdorf sind auf **www.betty-bernstein.at** zu finden. ■

Familiensingwochen
des BHW

Aktivurlaub und Auszeit in NÖ: Musikbegeisterte Menschen erleben bei den Singwochen einen Aktivurlaub der besonderen Art. Geleitet werden sie von ausgezeichneten Fachleuten aus verschiedenen Bereichen.
Urlaub im Kopf für Jung und Alt: Es ist ein Generationen-Ensemble aus Kindern, Eltern und Großeltern, das sich zusammenfindet. Neben dem fixen Programm haben die Teilnehmer/-innen die Möglichkeit, ihre Freizeit individuell zu gestalten. Eine Altersbegrenzung gibt es nicht. ■

INFORMATION/ANMELDUNG:

BHW Niederösterreich GmbH
www.lernende-gemeinde.at

In ein neues Leben starten

Nach wie vor ist Gewalt gegen Frauen ein aktuelles und dennoch oft verschwiegenes Thema. Die Familie sollte ein Ort des bedingungslosen Rückhaltes sein, doch manche Frauen und ihre Kinder brauchen Schutz vor dem eigenen Zuhause. Über psychische und physische Verletzungen zu sprechen, fällt nicht leicht. Trotzdem ist es oft der erste Schritt, die erfahrene Gewalt zu beenden. Die gebürtige Niederösterreicherin Viviana Bach erzählt in ihrem Buch „Tu es nicht" offen über ihr früheres Leid und beschreibt den Weg aus der Gewalt. Sie verarbeitet darin ihre Geschichte auch, um anderen Betroffenen Mut zu machen. ■

INFORMATIONEN:

Kostenlose und anonyme Erstberatung beim
NÖ Frauentelefon 0800/800-810
Buchtipp: Viviana Bach (2016): Tu es nicht
ISBN 978-3-200-04475-3
www.vivianabach.at

FOTOS: A. Luger, Verein „Die Österreichische Bernsteinstraße"

NIEDERÖSTERREICHISCHER
FAMILIEN PASS
noe.familienpass.at

02742/9005-1-9005

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** sowie im jährlich erscheinenden Vorteilskatalog.

i Information (W) Wickeltisch (SP) Spielplatz (SZ) Spielecke/Zimmer
(K) Kinderspeisekarte (H) Kinderhochstuhl (B) Behindertengerecht
Auch für Familienpass/karten-Inhaber anderer Bundesländer

AMSTETTEN AMSTETTEN

Schülerhilfe Amstetten

6 Unterrichtseinheiten kostenlos* (bei Neuanmeldung zur begleitenden Nachhilfe erhält Ihr Kind zusätzlich 3 Doppeleinheiten kostenlos). *Genaue Infos zum Angebot finden Sie auf unserer Homepage.

3300 Amstetten, Hauptpl. 21
Tel.: 0 74 72/63 1 11 | **E-Mail:** amstetten@schuelerhilfe.com
www.schuelerhilfe.at/amstetten

GÄNSERNDORF ENGELHARTSTETTEN

Schloss Niederweiden
Privates Kleinod des Prinzen Eugen von Savoyen

10% Erm. pro Tageskarte für Erw. u. Kinder. Schloss Niederweiden ist ein echter Geheimtipp! Sonderausstellung mit attraktivem Programm „Franz Joseph 1830-1916 | Jagd & Freizeit". ÖZ: bis 27.11.2016, tägl. 10.00-18.00 Uhr.

2292 Engelhartstetten 1
Tel.: 0 22 85/20 0 00
www.schlosshof.at

KORNEUBURG KORNEUBURG

fitdankbaby®
Fitness für Dich & Dein Baby

5 % Erm. auf das Kursprogramm. Hier können Mütter etwas für ihren Körper u. auch die Entwicklung ihres Babys tun. fitdankbaby® ist ein durchdachtes Konzept, das eine mitreißende, effektive Stundengestaltung ermöglicht.

2100 Korneuburg, Laaerstr. 40
Tel.: 0664/13 55 040 | **E-Mail:** uschi.dick@fitdankbaby.at
www.fitdankbaby.com

KREMS REGION GFÖHL

Winnetou-Spiele Gföhl 2016
„Winnetou II" der Winnetou-Trilogie

10 % Erm. an der Tageskasse, sowie freien Eintritt für das 3. u. jedes weitere eingetragene Kind. Termine: 30.7.-28.8., Sa 19.00 Uhr, So 17.00 Uhr. Mo 15.8.: Tag der offenen Tür ab 11.00 Uhr, Vorstellung um 17.00 Uhr.

3542 Gföhl, Freilichtbühne Gföhlerwald
Tel.: 0676/66 73 231 | **E-Mail:** info@winnetouspiele-gfoehl.at
www.winnetouspiele-gfoehl.at

KREMS REGION MÜHLDORF (W) (SZ) (SP) (K) (H)

Gasthof
Weißes Rössl

Hausgemachter Holundersaft (0,25 l) f. Kinder -12 J. kostenlos. Bodenständige sowie kreative Gerichte. Idealer Ausgangspunkt für Ausflüge zu den Sehenswürdigkeiten an der Donau u. im Waldviertel. Direkt am Welterbesteig.

3622 Mühldorf, Markt 17
Tel.: 0 27 13/82 57 | **E-Mail:** info@7handl.at
www.7handl.at

KREMS REGION RASTENFELD (W) (SP) (H) (B)

Hotel Restaurant
Ottenstein

Kinder -6 J. kostenlos, ab 7 J. 50 % erm. sowie eine Flasche Mineralwasser am Zimmer. Stausee Ottenstein, Ausflugsmöglichkeiten, 64 gemütliche Zimmer in einer weitläufigen Bungalow-Anlage. Wandern, baden u. faulenzen.

3532 Rastenfeld, Peygarten/Ottenstein 60
Tel.: 0 28 26/251 | **E-Mail:** rezeption@hotelottenstein.at
www.hotelottenstein.at

MELK MELK

Wachaubad
Melk

10 % Erm. auf die Tageskarte u. eine Familienerm. auf die Saisonkarte. Sprungtürme (1 m, 3 m, 5 m), 2 verschiedene Rutschen, 1 Kleinkindbecken mit Rutsche, 2 Beachvolleyballplätze u. 1 Wiese zum Fußball spielen.

3390 Melk, Fürnbergstr. 12
Tel.: 0 27 52/52 9 79
www.melk.gv.at

MELK MELK

SZ SP K H

Fährhaus Melk
Restaurant - Camping - Zimmer

1 kostenloses Getränk 0,25 l für max. 2 eingetragene Kinder bei Vollkonsumation von 2 Erw. Direkt an der Donau gelegen, am Donauuferradweg, beliebtes Ausflugsziel mit regionaler Küche, Kinderspielplatz, Campinganlage uvm.

3390 Melk, Kolomaniau 3
Tel.: 0 27 52/53 2 91 | **E-Mail:** info@faehrhaus-melk.at
www.faehrhaus-melk.at

MELK LEIBEN

Europaschloss Leiben
mit Landtechnikmuseum

Für Kinder in Begleitung von 2 zahlenden Erw. ist der Eintritt kostenlos! Das Landtechnikmuseum im Schlossgewölbe präsentiert Traktoren der allerersten Generation sowie bewegliche Versuchsmodelle uvm. aus der Landtechnik.

Ökoregio Qualitätssicherungs Ges.m.b.H
Tel.: 0 27 52/70 0 43 | **E-Mail:** info@schloss-leiben.at
www.schloss-leiben.at

MELK MANK

Urlaub am Reiterbauernhof
Greenranch am Schönlehenhof

10 % Erm. auf Ihren Aufenthalt, ausgen. Ferienzeiten u. 1.7.-15.9. Appartement u. Komfortzimmer, Westernreiten, Ponyreiten, reitpädagogische Betreuung, ruhige familiäre Lage, Pool zum Relaxen uvm.!

3240 Mank, Lehen 1
Tel.: 0664/89 55 966 | **E-Mail:** familie.buber@greenranch.at
www.schönlehenhof.at

MISTELBACH MISTELBACH

W SZ K H B

Burger King®
Restaurant

1 KING BOX kostenlos beim Kauf eines Erw. Menüs (Large Menü ab € 4,99) - Sie sparen € 3,89! 1x pro Tag u. eingetragenem Kind einlösbar u. nicht kombinierbar! Gültig bis auf Widerruf. Burger King - Geschmack ist KING.

2130 Mistelbach, Ernstbrunnerstr. 6
www.burgerking.at

MÖDLING WIENER NEUDORF

W SZ K H B

Burger King® Restaurant
Shopping City Süd/Multiplex

1 KING BOX kostenlos beim Kauf eines Erw. Menüs (Large Menü ab € 4,99) - Sie sparen € 3,89! 1x pro Tag u. eingetragenem Kind einlösbar u. nicht kombinierbar! Gültig bis auf Widerruf. Burger King - Geschmack ist KING.

2351 Wiener Neudorf, Allee Nr. 437
Tel.: 0676/77 77 628
www.burgerking.at

MÖDLING WIENER NEUDORF

W SZ K H B

Burger King® Restaurant
IZNÖ-Süd (Straße 1)

1 KING BOX kostenlos beim Kauf eines Erw. Menüs (Large Menü ab € 4,99) - Sie sparen € 3,89! 1x pro Tag u. eingetragenem Kind einlösbar u. nicht kombinierbar! Gültig bis auf Widerruf. Burger King - Geschmack ist KING.

2351 Wiener Neudorf, IZNÖ-Süd (Straße 1)
Tel.: 0676/77 15 357
www.burgerking.at

ST. PÖLTEN STADT ST. PÖLTEN

Leiner
Möbelgeschäft

Bis zu 10 % Erm. auf Ihren Einkauf.
Näheres bei Ihrem Leiner Wohntraum-Profi.

3100 St. Pölten, Rathauspl. 7-10
Tel.: 0 27 42/33 00
www.leiner.at

ST. PÖLTEN LAND ALTLENGBACH

Marktgemeinde
Altlengbach

10 % Erm. auf die Saisonkarte des Freibades. • Schwimmbecken • Nichtschwimmerbecken mit Rutschmöglichkeiten • Babybecken • Familienfreundliche Mietwohnungen u. Reihenhäuser mit Kaufoption • Ausgezeichnete Gastrobetriebe

3033 Altlengbach 93/Hauptstraße
Tel.: 0 27 74/22 69 | **E-Mail:** gemeinde@altlengbach.at
www.altlengbach.gv.at

TULLN TULLN

W SP K H B

Alpenvereinshaus -
Heurigenwirt

Kinder -10 J. erhalten einmalig einen naturtrüben Apfelsaft gspr. (0,25 l) u. 1 Laugenbrezerl. Naturschattengarten mit Hängematten, Liegestühlen, Spielfläche, Sandkiste, Fahrzeuge uvm. ÖZ: Di-So ab 11.00 Uhr, Mo Ruhetag.

3430 Tulln, Donaulände 1
Tel.: 0676/70 74 591 | **E-Mail:** alpenvereinshaus@yahoo.at
www.facebook.com/alpenvereinshaus

WIEN - UMGEBUNG SCHWECHAT

Eisenbahnmuseum Schwechat

Eintritt: Erw. € 6,- (statt € 11,-), Kinder € 4,- (statt € 5,50). Lassen Sie sich von alten Eisenbahnen begeistern u. genießen Sie eine Fahrt mit der kleinen Feldbahn. Besondere Kinderprogramme u. Kindergeburtstage.

2320 Schwechat, Hintere Bahng. 2b
Tel.: 0676/47 57 597 | **E-Mail:** info@eisenbahnmuseum.at
www.eisenbahnmuseum.at

WR. NEUSTADT WR. NEUSTADT

Trachtenmode Elke Wainig

15 % Erm. auf Alles (nicht kombinierbar mir anderen Rabatten)! Wir bieten Trachten u. Mode für Damen, Herren u. Kinder - auch in Zwischen- u. den großen Größen. ÖZ: Mo-Fr 9.00-12.00 u. 14.00-18.00 Uhr, Sa 9.00-12.00 Uhr.

2700 Wr. Neustadt, Roseng. 14
Tel.: 0699/10 18 55 45 | **E-Mail:** info@trachten-elkewainig.at
www.rosengasse14.at

ZWETTL BURG RAPPOTTENSTEIN

Burg Rappottenstein

Familienkarte bei Burgführung erm. um € 20,- statt € 28,- (gültig für 2 Erw. + Kinder zw. 6 u. 15 J.). Bei einer Führung durch die mächtige Burg Rappottenstein erleben Sie das mittelalterliche Ambiente der Festungsanlage.

3911 Burg Rappottenstein
Tel.: 0 28 28/82 50 | **E-Mail:** burg@atf.at
www.burg-rappottenstein.at

ZWETTL SCHWEIGGERS

Waldviertler Erdäpfelwelt

10 % Erm. auf den Eintritt. Im Rathaus Schweiggers dreht sich alles um des Waldviertels beliebte Erdfrüchte, die Erdäpfel. Spannend u. lehrreich wird vermittelt, welchen Stellenwert Erdäpfel in aller Welt genießen.

3931 Schweiggers, Hauptpl. 25
Tel.: 0 28 29/82 34 | **E-Mail:** gemeinde@schweiggers.gv.at
www.schweiggers.gv.at

ZWETTL WALDHAUSEN

1. Waldviertler Kinderbauernhof Familie Kurz

10 % Erm. in der Vor- u. Nachsaison (ausgen. Schulferien u. verlängerte Wochenenden). Moderne Ferienwohnungen u. Campingplatz. Ein Paradies für Kinder mit Spielscheune, Streichelzoo, Kinderspielplatz, Badeteich uvm.!

3914 Waldhausen, Kamles 4
Tel.: 0 28 77/75 08 | **E-Mail:** info@kinderbauernhof-kurz.at
www.kinderbauernhof-kurz.at

ÜBERREGIONAL NIEDERÖSTERREICH

FAIRER-JAKOB.at - alles für die Schule

15 % Erm. auf alle Schulsachen. Fairer-Jakob.at - der Online-Shop f. Schulbedarf! Übersichtlich u. kundenorientiert mit rascher Lieferzeit! Überzeugen Sie sich selbst u. testen Sie unseren 15 % Gutscheincode (FAMILIE15).

3261 Steinakirchen am Forst, Unterer Markt 12
Tel.: 0 74 88/20 3 00 | **E-Mail:** info@fairer-jakob.at
www.fairer-jakob.at

MIT DEM FAMILIENPASS DEN SOMMER GENIESSEN!

Für Familienpassinhaber heißt es Spaß haben und dabei sparen.

Im aktuellen Vorteilskatalog finden Sie wieder jede Menge -50 % Gutscheine aus dem Freizeitbereich.

Weitere Infos auch auf www.familienpass.at

Happy Hippie Family

Das „NÖ Familienfest auf der Schallaburg“ stand im Zeichen der bunten 70er-Jahre.

Menschen jeden Alters mit Hippie-Bändern um den Kopf, bunt gekleidete Familien posieren vor einem Camper und Bastelstationen, die in ein anderes Jahrzehnt einladen. Auch die heuer leider kühlen Pfingsttemperaturen haben der Flowerpower-Atmosphäre nichts anhaben können und lockten am Pfingstsonntag, dem internationalen Tag der Familie, tausende Menschen zum „NÖ Familienfest auf der Schallaburg“. Sowohl das Innere der historischen Burg als auch der Schlossgarten verwandelten sich in einen kunterbunten familienfreundlichen Abenteuerspielplatz voll Spiel, Spaß und Information. Die Familientageskarte inkludierte auch den Eintritt in die laufende Ausstellung „Die 70er – Damals war Zukunft“.

Programm für alle Generationen

Auch der Kasperl besuchte die Schallaburg und sorgte für laut lachende Kinder. Viele von ihnen waren zuvor schon beim Kinderschminken in wilde Tiere verwandelt worden. Sportliche Kinder konnten im Burggarten beim Kistenklettern, Zielwerfen oder Stelzengehen ihre Geschicklichkeit unter Beweis stellen. Der Märchensommer Niederösterreich gastierte mit einem Auszug aus seinem aktuellen Programm „Aladin und die Wunderlampe – neu erleuchtet“, bei dem auch Bundesministerin Karmasin und Landesrätin Schwarz zusahen und im Anschluss von Aladin und dem Fliegenden Teppich interviewt wurden. Beide Damen zeigten sich erfreut über die vielen Besucherinnen und Besucher und beeindruckt vom Programm. Die Landesrätin gab außerdem den Startschuss zur „Mittendrin im Leben“-Generationen-Schnitzeljagd, bei der sich altersdurchmischte Teams auf die Suche durchs Schlossareal begaben.

„Mittendrin im Leben“-Generationen-Schnitzeljagd

Sie zeigte sich von den Teams überzeugt: „Mit dem gesammelten Wissen und Geschick aller Altersstufen, für die es sowohl die Erfahrung der Älteren als auch die Neugierde und den Umgang mit moderner Technik der Jugend braucht, lassen sich alle Rätsel lösen.“ Auf die drei Bestplatzierten warten ganz besondere Preise und Erinnerungsstücke – eine niederösterreichische Künstlerin wird die drei Familien porträtieren. Die fertigen Kunstwerke werden ihnen im Sommer überreicht. ■

Theater, Spiele, Kasperl und Co. beim „NÖ Familienfest auf der Schallaburg“.

FOTOS: Richard Marschik, Martina Siebenhandl

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

Kindersonntag!

26.06.2016 | 14–16 Uhr
Stift Altenburg

2

Kinder-Nacht im Schloss/Park

30.06.2016 | Ab 20 Uhr
Schloss Artstetten

Bei diesem Erlebnis wird das Märchenschloss bzw. der Park einmal in der Nacht besichtigt und ein mystischer Fackel-Spaziergang zur Familiengruft und durch den weitläufigen Schlosspark unternommen.

3

Thementag: Kinderalltag anno dazumal

03.07.2016 | 10–17 Uhr
Museumdorf Niedersulz

Bei Mitmachstationen können Kinder das Alltagsleben im Dorf vor 100 Jahren aktiv erleben.

4

Altes Handwerken für Kinder

07.07.2016 | 9–17 Uhr
Krahuletz-Museum

5

Drachenbootrennen

09.07.2016 | **Raabs**

Es wird wieder gepaddelt, getanzt und gefeiert unter der malerischen Kulisse der Burg Raabs.

6

Hänsel & Gretel – Mitmach-Kindermusical

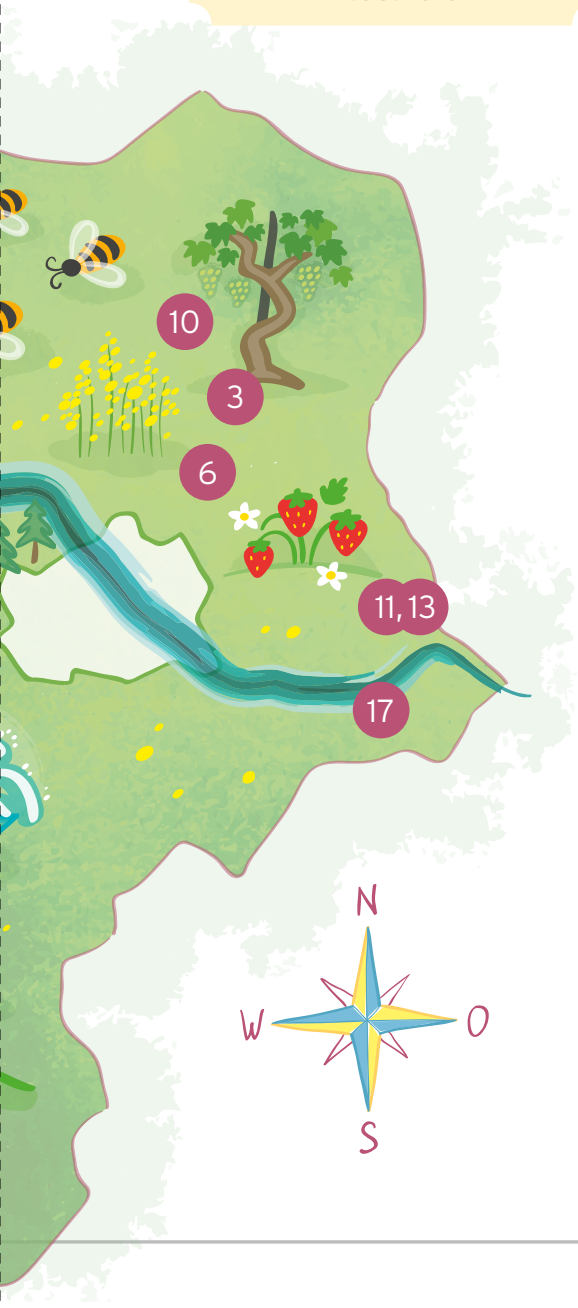
12.07.2016 | 16:30 Uhr
Groß-Schweinbarth, Meierhof

Das Publikum, Kinder im Alter von zweieinhalb bis zehn Jahren, wird aktiv in das Stück miteinbezogen und zum Mitspielen animiert.

7

Geführte Wanderung am Planetenweg Puchenstuben

14.08.2016



8

Mohnstrudel-Wandertag

21.08.2016
Mohndorf Armschlag

Die Gäste lernen das Mohnstrudelwandernetz kennen und erhalten ein Stück hausgemachten Mohnstrudel.

9

NÖKISS

26.-28.08. & 02.-04.09.2016
Augustiner Chorherrenstift Herzogenburg

Das größte Kinderkulturfestival Österreichs bietet auch heuer ein spannendes, abwechslungsreiches Programm. Ebenfalls vor Ort ist die NÖ Familienland GmbH mit einem Infostand und einer spannenden Foto-Station, in der man seine persönlichen Erinnerungen festhalten und mitnehmen kann.

10

Hunnenfest

27.-28.08.2016 | 10-17 Uhr
MAMUZ Schloss Asparn/Zaya

Eindrucksvolle Reitershows, ein buntes Familienprogramm, historische Handwerker und mongolische Musik versetzen die Besucher zurück in hunnische Zeiten. Höhepunkt sind die Reiterkrieger.

11

Spezialführung „Altes Handwerk neu erlebt“

28.08.2016 | 13:30 Uhr
Schloss Hof

12

Alm- und Hüttenroas

28.08.2016 | **Hochkar**

13

Kleine Handwerker ganz groß

04.09.2016 | **Schloss Hof**

14

3. Sonntagberger BIKE & RUN

10.09.2016

15

Zeitreise ins Mittelalter „Sagen, Mythen und Legenden“

10.-11.09.2016 | **Eggenburg**

Über 300 Künstler/-innen und rund 190 Händler/-innen und Handwerker/-innen begeistern im historischen Altstadtkern fürs Mittelalter.

16

Lange Nacht der Naturparke

17.09.2016 | Ab 19 Uhr
Naturpark Hohe Wand

Nachtwanderung und Mitmachstationen für die ganze Familie!

17

Kinderfest

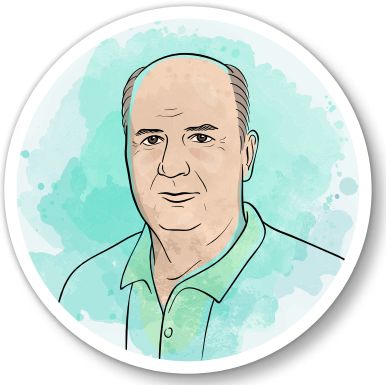
18.09.2016 | 9-17 Uhr
Römerstadt Carnuntum

Junge Römerfreunde können zahlreiche Aktivitäten ausprobieren, die typisch für das Leben in einer römischen Stadt waren. Gleich beim Eintritt treten die kleinen Besucherinnen und Besucher die Zeitreise an, wenn sie sich mit römischen Gewändern in Bürgerinnen und Bürger von Carnuntum verwandeln.

ILLUSTRATION: BLAEK Design Studio

Meine heurigen Sommerpläne

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. Sarah (12) und ihr Großvater Jochen (73) berichten in dieser Ausgabe über ihre Sommerpläne.



Wenn mir während meiner Berufstätigkeit Urlaub „Zeit für die Familie" und „weg vom Stress des Berufsalltags" bedeutete, so haben sich für mich als Pensionist die Schwerpunkte in Richtung „Abwechslung vom Alltag" und „Neues sehen" verschoben. Ich bin zum Camper mutiert und fahre gerne mit dem Wohnwagen durch Europa, vorzüglich in den Süden. Meine Frau und ich schätzen die Nebensaison und brauchen den Jungen in der Hauptsaison nicht die Ferienplätze wegnehmen. Wenn junge Leute gemeinsam mit uns in der Vorsaison am Campingplatz sind, haben wir das aber sehr gerne, denn nur die Alten ist auch etwas einseitig. Im Sommer haben wir es zuhause auch sehr schön und hoffen auf schönes Wetter zum Grillen auf der Terrasse, Baden im eigenen kleinen Pool und möglichst häufige Treffen mit Familie und Freunden. Ich freue mich auch auf die Übertragungen der Fußball-EM, wo auch Österreich diesmal wieder dabei ist. Im Freundeskreis planen wir „Public Viewing" und hoffen auf tolle Stimmung. Für den Herbst ist ein stimmungsvoller gemütlicher Segeltörn mit Freunden vor Griechenland geplant und als krönender Abschluss der heurigen Urlaubssaison ausnahmsweise eine aufwändigere Kreuzfahrt von Singapur zur australischen Ostküste und mit dem Flieger wieder zurück, was für uns aber schon beschwerlich ist. Fast hätte ich's vergessen: Eigentlich freue ich mich auch auf handwerkliche Aufgaben zuhause, die schon längere Zeit anstehen, vielleicht sogar die eine oder andere Aufgabe als Vater und Großvater! ■

In den Ferien werde ich ganz schön viel zu tun haben, weil meine Eltern beide arbeiten und nicht neun Wochen frei haben können und ich nicht die ganzen Ferien allein sein möchte. Zum Glück kann sich meine Mama gleich die ersten beiden Wochen freinehmen. In diesen zwei Wochen werden wir entweder einen spontanen Urlaub zu einem österreichischen See machen oder wir bleiben zuhause und machen kleine Ausflüge. Mein Highlight in den Sommerferien ist aber ein Feriencamp, in dem ich letztes Jahr schon war und wo ich dieses Jahr unbedingt wieder hinwollte, weil ich schon einige Kinder vom Vorjahr kenne. Im August gehe ich eine Woche in eine Ferienbetreuung, wo man Ausflüge und coole Dinge machen kann. Der einzige Nachteil daran ist, dass ich jeden Tag so früh aufstehen muss wie in der Schulzeit. Also sind meine ersten fünf Wochen ziemlich voll, doch für die weiteren vier Wochen habe ich noch nichts vor. Aber es ist auch gut, nicht die ganzen Ferien volles Programm zu haben. Leider werde ich auch nicht ganz darum herumkommen, fürs nächste Schuljahr zu lernen. Ich fände es voll cool, wenn es Projekte geben würde, wo Kinder in meinem Alter arbeiten dürfen. Oder zumindest eine Woche freiwillig im Tierheim, Pflegeheim, bei Menschen mit Behinderungen oder auch bei kleinen Kindern schnuppern gehen können. Dann sind wir beschäftigt und können währenddessen anderen helfen. Da hätten beide Seiten was davon! Ich würde gerne die Arbeiten in einem Pflegeheim kennenlernen. ■

ILLUSTRATION: BLAEK Design Studio

WENN DER KATSCHBERG RUFT!

Falkensteiner Hotels Katschberg
10 % RABATT FÜR FAMILIENPASS-BESITZER

Wenn der letzte Schnee geschmolzen ist, die Almen in voller Frische erblühen, Skier gegen Wanderstöcke getauscht werden und die Sonne uns mit wohligen Temperaturen verwöhnt, wird es Sommer am Berg- und Sommerzeit ist Aktivwochenzeit im Falkensteiner Resort Katschberg!

Die Top-Familienregion der südlichen Alpen hat auch in der warmen Jahreszeit allerhand zu bieten: Ob man auf über 200 km vernetzten Wanderrouten **das Naturerlebnis**, im großzügigen Adventure Park mit Hochseilgarten **den Nervenkitzel**, in Österreichs höchstgelegenen alpinen Pferdezentrum **das Glück der Erde** oder am Kinderspielplatz Katschhausen kindgerechte **Unterhaltung** sucht – hier kommen alle auf ihre Kosten. Die Destination Katschberg-Rennweg hat sich in den letzten Jahren zu einem ganz besonderen Juwel der Alpen etabliert, insbesondere, wenn es um Familienurlaub geht! Die drei Falkensteiner-Vorzeigeadressen - der Club Funimation Katschberg, das 4 Sterne Hotel Cristallo und die luxuriösen Premium Apartments edel:weiss - fügen sich hier, jedes auf seine Weise, nahtlos ein. Im Hotel Cristallo setzt man besonders auf kulinarische Genüsse und erholsames Ambiente für die ganze Familie mit eigenem Kinder-SPA. Im Club Funimation stehen Spaß und Unterhaltung der kleinen Urlaubsgäste ganz besonders im Mittelpunkt. Wer eines der stilvollen Premium Apartments bewohnt, braucht auf Hotelannehmlichkeiten des anliegenden Hotels Cristallo nicht zu verzichten. Im Sommer und Herbst warten die Falkensteiner Häuser am Katschberg noch mit einem besonderen Highlight auf: den **Aktiv-Wochen mit Falky**! Ein abwechslungsreiches Angebot - von Zirkus- über Ballspielwochen bis hin zu Tradition und Handwerk – bietet kleinen und großen Hotelgästen ein wöchentlich neues Betreuungsprogramm. Nach ereignisreichen Stunden in unberührter Natur kann in beiden Häusern auf je 2000 qm Aquapura SPA mit beheizten Außenpools, Ruheräumen, großzügigen Saunalandschaften relaxt und bei verwöhnenden Massage- und Kosmetikbehandlungen neue Kraft getankt werden. Wenn der Katschberg ruft, wird Urlaub zur Erholung!

Welcome Home!

BEZAHLTE ANZEIGE

CLUB FUNIMATION KATSCHBERG ****
VOLLPENSION PLUS
P.P. AB € 227,-*

3 Nächte im Familienzimmer Klassik (2 Raum-Wohneinheit) p.P. inkl. Vollpension PLUS

2 Kinder bis 5,9 Jahre GRATIS im Zimmer der Eltern!

HOTEL CRISTALLO ****
GENUSS HOCH DREI
P.P. AB € 208,-*

3 Nächte im Doppelzimmer Royal (1 Raum-Wohneinheit) p.P. inkl. Vollpension PLUS

1 Kind bis 5,9 Jahre GRATIS im Zimmer der Eltern!

PREMIUM APARTMENTS EDEL:WEISS
APARTMENT COMFORT
45M² AB € 345,-

3 Nächte im Apartment Comfort, Nutzung des Angebotes im Hotel Cristallo möglich.

Vollpension zubuchbar gegen Aufpreis.

* Limitiertes Angebot. Gültig auf regulären Zimmerpreis, Rabatt bereits berücksichtigt. Gültig 13.05.-02.07.2016 & 10.09.-26.10.2016. Angebot der Premium Apartments edel:weiss exkl. Endreinigung und Garage.

INFO & BUCHUNG: Tel. +43/(0)4734/319-801 oder -802
res.katschberg@falkensteiner.com · katschberg.falkensteiner.com

Partner von Miles & More Lufthansa

FMTG Services GmbH, Columbusplatz 7-8, A-1100 Wien, FN 304169 h, ATU64058147, FB-Gericht: Wien, Firmensitz: Wien

WIEN NORD

EINFACH LOSLEBEN. WIR SCHAFFEN DAS.

BEZAHLTE ANZEIGE

Das Sicherheitsnetz für den Start ins Erwachsensein: Start plus

- Kompaktschutz speziell für die Ansprüche von jungen Erwachsenen (Haftpflicht, Eigentumsschutz, Rechtsschutz, Unfallschutz)
- Bei Kombination günstige Einstufung bei KFZ-Haftpflichtprämie
- Sicherheit bereits ab € 20,– im Monat

Mehr Informationen erhalten Sie bei Ihrem NV-Kundenberater ganz in Ihrer Nähe!

Start plus | Speziell für junge Erwachsene!

Niederösterreichische
Versicherung AG
Neue Herrengasse 10
3100 St. Pölten
www.noevers.at

NV

Die Niederösterreichische Versicherung

Wir schaffen das.