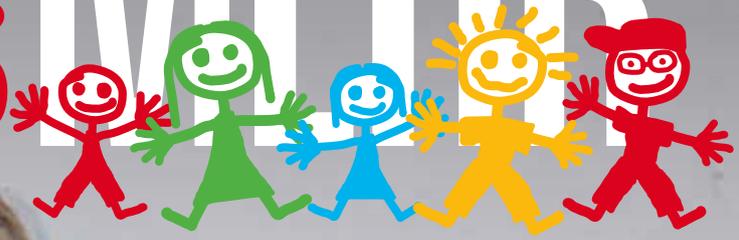


ZWEI **3** MEHR

Ausgabe 15/2013

DAS STEIRISCHE FAMILIEN-MAGAZIN



FAMILIE UND ERHOLUNG

**GEWINNEN
SIE EINEN FAMILIEN-
URLAUB IN DER
STEIERMARK!**
MEHR INFOS AUF SEITE 2

EXPERTINNEN-RUNDE:
URLAUB VON DER FAMILIE

MIT KINDERAUGEN:
AB IN DIE FERIEEN!

TYPISCH FAMILIE?
FAMILIEN[AUS]ZEITEN!

A6 Fachabteilung Gesellschaft und Diversität



Das Land
Steiermark

→ Bildung, Familie und Jugend

FAMILIENURLAUB STEIERMARK

familien
urlaub
steiermark

Woher kommt eigentlich die Nuss? Und wieso ist der Apfel so gesund?
Wie weiß ich, welche Beeren ich essen darf?



Foto: © Steiermark Tourismus/ikarus.cc

UNSERE

Kinder haben so viele Fragen. Und nichts ist lehrreicher und aufregender, als ihnen die Antworten vor Ort zu geben. Während eines spannenden Familienurlaubes im Grünen Herz Österreichs wandern wir mit unseren Kleinen durch den Wald, pflücken Beeren und sammeln Holz für kleine Hütten, die die Tiere im Winter brauchen. In vielen Betrieben werden gesunde Naschereien und „guter Zucker“ statt Eiskugeln angeboten – sehr zur Freude kleiner Gäste. Und in so mancher Küche dürfen kleine KöchInnen ans Werk gehen und selbstkreierte Köstlichkeiten für die Eltern zubereiten.

Köstlichkeiten aus Garten und Wald:

- 4 Tage/3 Nächte Inklusiv-Pension
- Sammeln von Beeren und Früchten aus Wald und Garten
- „Reise durch die Küche“ – von den Kleinen selbst zubereitete Leckereien

Um z.B. € 195,- pro Erw. im Doppelzimmer.

Infos, Buchungen &
Katalogbestellungen:
Steiermark Tourismus
Tel.: +43 (0) 316/4003-0

www.familienurlaub-steiermark.at



UNSERE GEWINNFRAGE: WIE VIELE AUSFLUGSZIELE GIBT ES BEI FAMILIENURLAUB STEIERMARK?

- a) 8
- b) 12
- c) 16

Die Antwort finden Sie auf
www.familienurlaub-steiermark.at

Die richtige Antwort an
gewinnspiel@zweiundmehr.at oder an das
Familienmagazin ZWEI UND MEHR, c/o
Kinderbüro – Die Lobby für Menschen bis 14
Karmeliterplatz 2/3, 8010 Graz
Einsendeschluss: 31. Juli 2013

Almwellness Tonnerhütte
Tel.: +43 (0) 3586/30077
tonnerhutte@muehlen.at
www.tonnerhuetten.at



ZWEI UND MEHR
verlost in diesen drei Hotels
jeweils einen Kurzurlaub:
3 TAGE / 2 NÄCHTE
für 2 Erwachsene und 2 Kinder
inkl. Halbpension!

Kinderhotel Appelhof
Tel.: +43 (0) 3859/2223
reception@appelhof.at
www.appelhof.at



Berggasthof Hollhaus
Tel.: +43 (0) 3688/2302
info@hollhaus.at
www.hollhaus.at





Bernhard Seidler
Chefredakteur und GF Kinderbüro
bernhard.seidler@kinderbuero.at

EDITORIAL

Liebe ZWEI UND MEHR-LeserInnen!

Wir haben im Vorfeld zu diesem Magazin eine Umfrage in Familien, bei Kindern und Eltern, gemacht.

Vor den Sommerferien entwickeln zahlreiche Familien Glücksgefühle: Endlich mehr Zeit mit den Kindern und mit der Familie, vielleicht ein Familienurlaub, ein vielfältiges Angebot an Freizeitmöglichkeiten, (hoffentlich) hohe Temperaturen und zumeist gutgelaunte Menschen. Diese Glücks- verwandeln sich nach den Sommerferien überwiegend in Frustgefühle: Die Schule beginnt und in der Arbeit ist wieder wirklich viel los, die Betreuung der Kinder hat nicht immer geklappt, der Urlaub ist ohne Erholungswert und Auslöser für viele Streitigkeiten und das Wetter war auch schlecht.

Geht es Ihnen auch so?

Grund genug für das Team der ZWEI UND MEHR-Redaktion, diesen Glücks- und Frustgefühlen auf die Spur zu gehen: Wir trafen ExpertInnen, diskutierten mit Kindern, interviewten Eltern und recherchierten in vielen Büchern und Ratgebern, um die Gründe für diese Erfahrungen herauszufinden und – noch wichtiger – um Lösungen für viele Ihrer Herausforderungen zu erarbeiten.

ZWEI UND VIEL MEHR Lesespaß!

Sie können sich vorstellen, dass uns das sehr viel Spaß gemacht hat und wir sehr viel Wissenswertes erfahren haben ... So viel, dass wir kurzerhand beschlossen haben, den Umfang dieser Sommerausgabe zu vergrößern und Ihnen alle Geschichten in die Hand zu geben. Lesen Sie selbst! Genießen Sie den Sommer und berichten Sie uns über Ihre Gefühle, die wir gerne in der nächsten Ausgabe veröffentlichen.

Viel Spaß beim Lesen und Erholen wünscht Ihnen

Bernhard Seidler

INHALT

URLAUB VON DER FAMILIE	4 – 6
ABENTEUERFERIEN FÜR ALLE	8 – 9
ALTERNATIVEN ZUM FERNSEHER	10
WAS MACHT EIGENTLICH ...?	12
SOMMER – SONNE UND WÄRME	13
WIE GROSSELTERN IHREN KINDERN HELFEN	14 – 15
WAS MACHST DU IN DEN FERIEEN?	16 – 17
TOTAL ENTSPANNT	20 – 21
PARTNERBETRIEBE DES ZWEI UND MEHR-STEIRISCHEN FAMILIENPASS	23 – 29
DREISAM UM DIE WELT	30 – 31
LERNEN OHNE STRESS	32 – 33
GEFRAGTE GENERATIONENARBEIT	34 – 35
GEMEINdeSAM FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	36
DAS NEUE STEIERMÄRKISCHE JUGENDGESETZ	37
CONCHITA WURST: MASCARA MUSS IMMER DRAUF	38 – 39
GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN	40 – 41
TIPPS FÜR KIDS	44 – 45
TYPISCH FAMILIE? – FAMILIEN[AUS]ZEITEN UND MEHR SERVICE	46 – 47 48 – 50

IMPRESSUM

Herausgeber:

Land Steiermark, A6 Fachabteilung Gesellschaft und Diversität
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

Medieninhaber, Hersteller, Verlags- und Herstellungsort:

Verein Kinderbüro – Die Lobby für Menschen bis 14
Tel.: 0316/90370-180, Fax: 0316/90370-186
www.kinderbuero.at, info@kinderbuero.at
www.zweiundmehr.at, redaktion@zweiundmehr.at

Chefredaktion und Anzeigenkontakt:

Bernhard Seidler

Redaktion/AutorInnen:

Bibiana Falkenberg, Elke Jauk-Offner, Eva Schlegl, Thomas Stanzer,
Corinna Steinert, Tina Veit, Brigitte Weutz; Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

Layout/Grafik:

„Der Herr Bertl“ OG Werbeagentur, Paulusgasse 13/2/6, 1030 Wien

Druck:

Druckerei Berger, Wiener Straße 80, 3580 Horn

Fotos:

Jimmy Lunghammer, Pilo Pichler, Doris Sporer, George Konstantinov,
Hansjörg Schwab, Land Steiermark, Manfred Baumann, Michael Mey,
ORF, FratzGraz, Frida & freD, Klimpt, Familie Schöler-Haring, Archiv,
Kinderdrehscheibe, Franz Langmann, WOCHEN, istockphoto.com

Kostenlos 3 x jährlich erhältlich bei allen steirischen SPAR-, EUROSPAR-
und INTERSPAR-Märkten. Auflage dieser Ausgabe: 50.000 Stk.

URLAUB VON DER FAMILIE

ExpertInnen-Runde im Talk: Wie Eltern und Kinder in den Ferien gleichermaßen auf ihre Kosten kommen und warum auch eine getrennte Urlaubszeit von Klein und Groß für ein gutes Miteinander sorgen kann.

Von Elke Jauk-Offner

Nikola Köhler Kroath: „Wenn man ohne Eltern einen Teil seiner Ferien verbringen kann, vermittelt das ein Gefühl von Freiheit.“

Die Ferien stehen vor der Tür. Allerdings kehrt mit ihnen nicht notwendigerweise Friede-Freude-Eierkuchen-Stimmung ein. Die Urlaubszeit kann für Familien auch ganz schön anstrengend sein. Was verursacht Stress?

Nikola Köhler-Kroath: Kinder wollen zumeist aktiv sein, während Eltern sich lieber erholen wollen. Das kann zu Konflikten führen. Rückblickend sagen Kinder dann oft: „Der Urlaub war soooo fad.“

Alfred Piech: Die Kinder haben mehr Freizeit und gehen später schlafen, sie langweilen sich zeitweise, sie wollen etwas unternehmen, das verursacht höhere Kosten für die Eltern.

Barbara Gartner-Hofbauer: Die Sommerferien sind überhaupt eine lange Zeit, die Eltern in puncto Kinderbetreuung immer wieder vor große Herausforderungen stellen – nicht so sehr bei Krippen- oder Kindergartenkindern, da haben die Einrichtungen ja zum Großteil geöffnet. Aber vor allem für Schulkinder

ist das Angebot nicht so groß.

Köhler-Kroath: Es ist für Erwerbstätige nicht einfach, einen Urlaubsanspruch von fünf Wochen mit den Ferienzeiten der Kinder und vielleicht auch einer Patchworkfamiliensituation unter einen Hut zu bringen. Zudem fallen die Großeltern als mögliche Betreuungspersonen immer häufiger aus, weil sie selbst noch im Arbeitsleben stehen. Kosten vergleichen und sich über Förderungen informieren sind wichtig.

Die gemeinsame Zeit – wie sollte sie gestaltet sein?

Köhler-Kroath: Um Stress im Urlaub für beide Seiten zu vermeiden, ist eine gute Absprache zwischen allen Beteiligten notwendig, damit jede und jeder auf seine/ihre Kosten kommt.

Gartner-Hofbauer: Die gemeinsame Planung und ein Mitspracherecht der Kinder sind wichtig – etwa zu eruieren, ob es eine Vorliebe für die Berge oder das Meer gibt und es dementsprechend Urlaub in Österreich oder im Ausland sein soll.

Piech: Es ist immer ratsam, dorthin in Urlaub zu fahren, wo auch andere Kinder sind, wo es Angebote für verschiedene Altersklassen gibt. So hat man nicht den Stress, dass man ständig etwas unternehmen muss.

Köhler-Kroath: Wenn eine Freundin oder ein Freund in den Urlaub mitfahren darf, ist das gerade bei Einzelkindern ein großer Vorteil. So können sie Zeit mit Gleichaltrigen und nicht nur mit Erwachsenen verbringen, denn das kann auch für die Eltern anstrengend sein.

Andreas Loinig: Nur in einer kindgerechten Umgebung wird sich auch bei den Eltern Entspannung einstellen. Da eignen sich beispielsweise Campingplätze gut – sie sind eine sichere und geschützte Umgebung, in der man viele Annehmlichkeiten genießen kann. Man muss ja nicht unbedingt im Zelt übernachten, es gibt ja Bungalows.



Andreas Loinig: „Im gemeinsamen Urlaub stellt sich nur in einer kindgerechten Umgebung auch Entspannung für die Eltern ein.“



Runder Tisch mit: Mag.^a Nikola Köhler-Kroath (FRida & freD – Das Grazer Kindermuseum), Mag.^a Barbara Gartner-Hofbauer (WIKI Kinderbetreuungs GmbH), Alfred Piech DSA (Kinderland Steiermark) und Andreas Loinig (Österreichische Kinderfreunde/Landesorganisation Steiermark).

Warum kann aber auch Urlaub von der Familie für Kinder und Jugendliche eine wesentliche Rolle spielen?

Köhler-Kroath: Die Zeit mit Gleichaltrigen ist etwas ganz anderes als ein Familienurlaub. Wenn man ohne Eltern einen Teil seiner Ferien verbringen kann, stärkt das das Selbstbewusstsein und vermittelt ein Gefühl von Freiheit, es gehört auch Mut dazu. In der Gruppe können Kinder und Jugendliche Aktivitäten, Abenteuer und Spaß erleben, die es meist nur mit Freunden und Freundinnen gibt. Es sind oft Erlebnisse, an die man sich viel später als ErwachseneR immer wieder erinnert. Je älter Kinder werden, desto mehr wollen sie auch alleine unternehmen.

Loinig: In Feriencamps kann man Neues ausprobieren und ohne Erfolgsdruck experimentieren, man darf sich dreckig machen und lauter sein, ohne dass die NachbarInnen gleich Stress machen. Erholungsaktionen bieten einen geschützten Freiraum. Natürlich gibt es Regeln im Zusammenleben, allerdings läuft doch Vieles freier ab. Wichtig ist, dass die Kinder bei der Gestaltung der Programme eingebunden sind und selbst mitentscheiden können.

Und was bedeutet es für die Daheimgebliebenen?

Köhler-Kroath: Nehmen die Kinder an solchen Ferienaktionen teil, hat man auch als Elternteil ein bisschen mehr freie Zeit trotz Arbeit, kann FreundInnen treffen.

Loinig: Zudem machen Kinder in Camps oft

Dinge, die sie vorher zuhause nie gemacht haben, danach aber schon – wie das Bett zum Beispiel, das ist ein angenehmer Nebeneffekt für die Familie. Darüber hinaus fahren Eltern, die ihre Kinder zu uns schicken, auch mal zu zweit auf Urlaub, das braucht es manchmal einfach.

Wie gehen Eltern mit dem „Urlaub von der Familie“ überhaupt um?

Piech: Einerseits sind viele Eltern oft ratlos, was sie ihren Kindern an Möglichkeiten für eine sinnvolle Freizeitgestaltung anbieten können, und andererseits haben viele große Schwierigkeiten, loszulassen und ihre Kinder für zwei bis drei Wochen in andere Hände zu geben. Meistens sind mehrere Überzeugungsgespräche dafür notwendig. Gerade in angespannten Familiensituationen tut es ganz gut, dass ständig jemand da ist, der einen betreut, dass das Essen regelmäßig auf den Tisch kommt, dass gespielt wird und grundsätzlich eine Ansprechperson da ist.



Alfred Piech DSA:
„Mit anderen Kindern Zeit zu verbringen und zu spielen, fördert die Entwicklung sozialer Fähigkeiten.“

Köhler-Kroath: Eltern trauen den Kindern eine längere Abwesenheit von zuhause oft nicht zu. Viele fragen dann auch ganz genau nach und wollen wissen, was die Kinder alles gemacht haben. Früher hat sich niemand in diesem Ausmaß dafür interessiert. Eltern sind sehr kritisch, man hat manchmal das Gefühl, dass sie einem nicht so richtig vertrauen.



Klingt lustig, kann aber auch ganz schön anstrengend sein: die Urlaubszeit. Kinder wollen etwas erleben, Erwachsene sich erholen.

Jetzt ist das Handy am Anfang schon ein großes Thema, allerdings sind die technischen Geräte nach kurzer Zeit vergessen und das Miteinander-Spielen tritt wieder in den Vordergrund und damit auch das Entwickeln sozialer Fähigkeiten. **Loinig:** Die Individualisierung ist schon weit fortgeschritten, früher war ein Programm nicht so wichtig, da gab es einfach den Spielplatz und den Wald. Auch wenn die Absenz von sonst gewohnten technischen Angeboten der Freizeitgestaltung wie Computer, iPod und Ähnlichem für die TeilnehmerInnen anfangs oft ungewohnt ist, so zeigt sich bald, dass Kinder und Jugendliche nach wie vor Freude am gemeinsamen Tun in der Gemeinschaft mit Gleichaltrigen haben. Wir haben einmal ein Internetcafé mit drei Notebooks eingerichtet – an den ersten drei Tagen war es völlig überlaufen, in der zweiten Woche ist keiner mehr hingegangen.

Wie haben sich die Bedürfnisse und das Verhalten der Kinder und Jugendlichen verändert – vor allem auch in Hinblick auf Handy und Co?

Piech: Früher waren die Kinder weniger konsumorientiert als heute. Es gab kein Fernsehen, keine Computerspiele. Sie haben sich einfach an bestimmten Orten getroffen, ihre Spiele organisiert und so „soft skills“ entwickelt.

BEISPIELE FÜR 24 STUNDEN-ANGEBOTE:

- **Jugend & Familiengästehäuser**
Tel.: 05/70 83 - 100, E-Mail: gerhard.wendl@jufa.eu
- **Kinderland Steiermark**
Alfred Piech DSA, Tel.: 0650/781 38 78
E-Mail: alfred.piech@kinderland-steiermark.at
- **Evangelische Jugend Steiermark**
Martina Lind-Kuchar, Tel.: 0699/188 776 08
E-Mail: ej-stmk@evang.at
- **Österreichische Kinderfreunde** Landesorganisation Steiermark, Andreas Loinig, Tel.: 0664/480 553 25
E-Mail: andreas.loinig@kinderfreunde-steiermark.at

TAGESBETREUUNG:

- **FRATZGRAZ** – Freizeit und Aktivitätszentrum für Kinder, Ernst Muhr, Tel.: 0316/903 70 - 150
E-Mail: ernst.muhr@fratz-graz.at
- **FRida & freD** – Das Grazer Kindermuseum
Mag.a Nikola Köhler-Kroath, Tel.: 0316/872 77 04
E-Mail: nikola.kroath@stadt.graz.at
- **WIKI Kinderbetreuungs GmbH**
Sandra Benko, Tel.: 0316/426 565 - 123
E-Mail: benko@wiki.at

Barbara Gartner-Hofbauer:
„Für den Familienurlaub ist eine gute Absprache zwischen den Elternteilen und mit den Kindern wichtig.“

Was spricht für die Angebote der Tagesbetreuung, was für jene mit Nächtigung?

Gartner-Hofbauer: Man sollte sich Gedanken darüber machen, ob man dem Kind eine Nächtigung zumuten will und ab welchem Alter es das am besten schaffen kann. Das sollten die Eltern gut einschätzen können.

Loinig: Wir betreuen jeden Sommer 1400 Kinder und nur an die zehn Kinder fahren mit Heimweh frühzeitig heim. Heimweh ist oft eine Altersfrage. Natürlich ist es eine Umstellung, in einem fremden Bett zu schlafen, es sind ja nicht wie auf Schulausflügen vertraute Lehrpersonen und KlassenkameradInnen dabei. Sind FreundInnen oder große Geschwister mit, sieht es schon wieder ganz anders aus.



ENGLISCH

Vacation from the family

The holiday season doesn't bring a delirium of joy. The interests of parents and children don't always match, boredom spreads all around, child care has to be organized. A vacation from their own family is important for children, too. Spending time with peers conveys the feeling of freedom and independence, advances the development of one's personality, strengthens confidence. Good child care facilities leave room for co-creating, for independent decision making, for experiencing one's own ideas. All without TV and computer games.

Neu ab Herbst 2013: SchülerInnen-/Lehrlings-Ticket oder Top-Ticket

Mit Beginn des Schuljahres 2013/2014 kommt es in der Steiermark zu einer Neustrukturierung der bisherigen Schüler- und Lehrlingsfreifahrt. Als wesentlichste Neuerung gilt die Einführung des Top-Tickets: dieses neue, preisgünstige Ticket gilt ein Jahr lang für alle öffentlichen Verkehrsmittel in der ganzen Steiermark.

SchülerInnen-/Lehrlings-Ticket um € 19,60

Das ist – wie bisher – der Freifahrausweis für alle SchülerInnen und Lehrlinge, die im Verbundlinienverkehr 3- bzw. 4-mal pro Woche zwischen Wohnort und Schule/Lehrstelle unterwegs sind. Zum unveränderten Selbstbehalt von € 19,60 gilt dieses Ticket während des **Schuljahres** an Werktagen von Montag bis Samstag und in den kleinen Ferien (nicht jedoch in den Sommerferien) in den Tarifzonen bzw. auf der Strecke zwischen Wohnort und Schule/Lehrstelle. In den Städten Graz, Leoben und Bruck/Kapfenberg wird dieses Ticket für die Strecke zwischen Wohnort und Schule/Lehrstelle ausgestellt, in der übrigen Steiermark gilt dieses Ticket in den aufgedruckten Tarifzonen. Eine Aufzahlung auf das neue Top-Ticket ist in beiden Fällen sofort oder nachträglich möglich.



NEU: Top-Ticket um € 96,00

Das neue Top-Ticket ist eine uneingeschränkte Jahres-Netzkarte für alle Verbundlinien in der ganzen Steiermark. Zum günstigen Gesamtpreis von € 96,00 (inkl. Selbstbehalt) gilt das Top-Ticket jeweils **von 1. September bis 30. September des Folgejahres** an allen Tagen der Woche (also von Montag bis Sonntag und auch in den Sommerferien). Neben den Schulfahrten also ideal z. B. für alle Freizeitfahrten, Fahrten zu getrennt lebenden Eltern oder Betreuungseinrichtungen.

Neu: Das Top-Ticket können aber auch all jene kaufen, die die grundlegenden Anspruchsvoraussetzungen erfüllen, jedoch nicht regelmäßig (3- bzw. 4-mal pro Woche) von/zur Schule/Lehrstelle fahren und deswegen keinen Anspruch auf das SchülerInnen-/Lehrlings-Ticket hätten. Z. B. weil sie im Internat oder zu nahe bei der Schule wohnen bzw. zu Fuß gehen oder mit dem Fahrrad fahren.

Ersatz: Das Top-Ticket ersetzt damit die bisherigen Aufzahlungsmöglichkeiten in den Stadtzonen (Graz, Leoben und Bruck/Kapfenberg), die Nachmittags-Bildungskarte und – ab 2014 – auch das Ferien-Ticket für die Sommerferien.

Kein Erlagschein mehr notwendig:

Erhältlich sind alle SchülerInnen- und Lehrlings-Tickets – wie bisher – bei den Verkehrsunternehmen. Nicht mehr notwendig ist die Einzahlung des Selbstbehaltes per Erlagschein – sowohl das SchülerInnen-/Lehrlings-Ticket um € 19,60 als auch das neue Top-Ticket um € 96,00 kann direkt bei den Verkehrsunternehmen bezahlt werden.

→ **Infos:** www.verbundlinie.at und Mobil Zentral unter Tel. 050-678910

ABENTEUERFERIEN

Die finanzielle Unterstützung des Landes Steiermark: jetzt neu auch für Angebote mit Tagesbetreuung. Und: ein Überblick über die AnbieterInnen.

PIPPILOTTA

Viktualia

Rollgardina Pfefferminz Efraimstochter Langstrumpf war höchst empört. Da wurden ihr doch tatsächlich die Ferien vorenthalten, bloß weil sie nicht in die Schule ging, „so eine Ungerechtigkeit. Ich will auch Ferien!“ Kein Wunder: Abwechslung vom Alltag, Abenteuer erleben, keine Hausaufgaben – all das macht Ferien zur liebsten Jahreszeit für Kinder. Oft genug werden sie für Eltern aber auch einfach zur Belastung, zum Spagat zwischen Job und Kinderbetreuung, zur finanziellen Herausforderung.

Infos

zur Kinderferien-Aktivwoche des Landes Steiermark unter www.zweiundmehr.steiermark.at

Kinderferien-Aktivwochen, wie sie viele heimische AnbieterInnen im Programm haben, können hier Entlastung schaffen. Dank der finanziellen Unterstützung durch das Land Steiermark soll möglichst vielen Kindern und Jugendlichen die Teilnahme an derartigen Programmen ermöglicht werden. „Für Familien mit geringerem Einkommen, Mehrkindfamilien und Alleinerziehende gewährt das Land Steiermark unter bestimmten Voraussetzungen eine Beihilfe – nicht nur für Angebote mit Nächtigung, sondern jetzt neu auch für solche mit Tagesbetreuung. Damit soll auch die Vereinbarkeit von Beruf und Familie gefördert werden“, sagt Martina Grötschnig, Leiterin des Referates Gesellschaft und Generationen der A6 Fachabteilung des Landes Steiermark.

Kinder von sechs bis 15 Jahren, die ihren Hauptwohnsitz in der Steiermark haben, müssen dafür mindestens fünf Tage durchgehend betreut werden. Infrage dafür kommen Angebote von gemeinnützigen AnbieterInnen, die nicht auf Gewinn ausgerichtet sind und die das Gütesiegel des Landes Steiermark für Kinderferien-Aktivwochen tragen beziehungsweise sich im Anerkennungsverfahren befinden.

Die AnbieterInnen:

MIT NÄCHTIGUNG

JUFA – Jugend &

Familiengästehäuser

Ferien camps zu Sprache (Englisch), Sport und Bewegung (z.B. HipHop, Basketball, Fußball), Kreativität (z.B. Musiktheater, Kinderkunst, Reporter), Abenteuer (z.B. WWF, Jurten camp), Diät, Camps für Bett nasser.

„Day Camps“ und Begleitung bei besonderem Betreuungsbedarf möglich.

Tel.: 05/70 83 - 10

www.jufa.at

DIE KINDERFREUNDE STEIERMARK

Fußballcamp, Surfen, Segeln, Tauchen und Reiten, Funsport am Wörthersee, Abenteuer-Erlebniscamp an der Salza. Zirkus- und Zauberworkshops, Musicalcamp in Sekirn am Wörthersee, Musik- und Tanzworkshops in Italien, Zeltcamp, Sprach- und Kulturferien in England und Malta.

Tel.: 0316/825 512 - 22

www.kinderfreunde-steiermark.at

KINDERLAND STEIERMARK

Turnusse im Feriendorf Turnensee. Mit Sportzentrum, Disco- und Theaterkeller, Berghüttenwanderung, Seekarneval und olympische Ferienspiele, eigener Badestrand. Reit- und Actionwochen. Kinderlandvilla „Richard Zach“ in St. Radegund mit Fußballplatz, Spielwiese und Schwimmbad.

Tel.: 0316/82 90 70

www.kinderland-steiermark.at

Spiel, Spaß und Spannung für Klein und Groß!



Kinderferien-Aktivwochen werden vom Land Steiermark mit einer Beihilfe unterstützt.

FÜR ALLE

Elke Jauk-Offner
Freie Journalistin
elke.jauk@gmx.at



Fotos: FratzGraz und Frida & freD



Der Natur auf der Spur sein.

EVANGELISCHE JUGEND STEIERMARK
Camps zu den Schwerpunkten: „4 Elemente – 1 Zauber“, Himmelsstürmer oder Computeruni (Burg Finstergrün), Wasserspaß am Ossiacher See oder in Kroatien, Reiterwoche (Obervogau), „Klar Schiff“ am Schwarzlsee. Camps für Jugendliche in Österreich, Kroatien, Deutschland und Korsika.
Tel.: 0316/82 23 16
<http://sofrei.ejoe.at>

MIT TAGESBETREUUNG

WIKI Kinderbetreuungs GmbH
Koch- und Erlebnisferien in der WIKI Erlebnisküche in Graz in Kooperation mit der erlebnisreich Veranstaltungen GmbH. Koch-, Sport-, Spiel- und Kreativprogramm
Schwerpunkte: gesunde Ernährung, gemeinsames Kochen, Spaß in der Natur (Fit & g'sund, Forscherexpress, Olympische Spiele).
Tel.: 0316/426 565 - 115
www.erlebniskueche.at

Frida & freD – Das Grazer Kindermuseum
Sommerakademie unter dem Motto „Ein Sommerbautraum“. Die neun Sommerwochen haben einen wöchentlichen Schwerpunkt, inhaltlicher Bogen: Architektur und Kunst im öffentlichen Raum. Gemeinsam werden Bau- und Kunstwerke erschaffen. Ausflüge zum Skulpturenpark, Erzberg.
Tel.: 0316/872
www.fridaundfred.at

FRATZGRAZ – Freizeit- und Aktivitätszentrum für Kinder
Jede Woche ein neues Thema: Zauberei. Bewegung. Kochen gestern und heute. Vom Abfall zum hippen Design. Der Natur auf der Spur. Gestalten mit Lehm und Stroh. Geheimnisse des Buchbindens, Filzens. Zukunftsträume. Abenteuercamp mit Übernachtung am Biobauernhof/Hierzerteich.
Tel.: 0316/77 31 78
www.fratz-graz.at



Gemeinsam Woche für Woche Abenteuer bestehen.



BOSNISCH/KROATISCH/SERBISCH

Subvencionirani aktivni tjedni za djecu

Pokrajina Štajerska u sklopu akcije dječjih praznika podržava obitelji s niskim primanjima, obitelji s više djece i samohrane roditelje pod određenim uvjetima u obliku novčane pomoći za aktivne tjedne za djecu. U smislu usklađivanja zanimanja i obitelji na ovaj se način podupiru i zaposleni roditelji. Potpora se daje za praznike majka-dijete ili otac-dijete za djecu od 3 godine te za aktivne tjedne tokom dječjih praznika za djecu od 6 do 15 godina bilo s noćenjem ili – sada po novom – također i s dnevnim boravkom.



Foto: Jimmy Langhammer

ALTER-NATIVEN ZUM FERNSEHER

Gemeinsam kochen, garteln, basteln: Landesrat Mag. Michael Schickhofer will das Bildungshaus Schloss St. Martin zum Familienbildungszentrum machen.

Familienzuwachs im Büro: Landesrat Michael Schickhofer erhielt das ZWEI UND MEHR-Symbol in Gestalt von PlayMais-Figuren von Geschäftsführer Siegfried Wurm.

ER wird es nicht müde zu betonen: Die Familie liege ihm am Herzen – nicht nur die eigene, sondern alle steirischen Familien. „Deshalb setze ich auch einen ganz persönlichen Schwerpunkt in der Familienpolitik“, sagt Landesrat Michael Schickhofer. „Aus den vielen Gesprächen mit Müttern und Vätern, mit PädagogInnen und BetreuerInnen kristallisiert sich immer wieder heraus, dass Kinder bestmögliche Unterstützung aus dem Elternhaus brauchen, weil die persönlichen und beruflichen Lebenschancen entscheidend davon abhängen.“ Die Zahlen würden ja eine deutliche Sprache sprechen: 66 Prozent der Kinder von AkademikerInnen, jedoch nur acht Prozent der Kinder von Eltern aus bildungsferneren Schichten, entscheiden sich für ein Studium.

MOTIVIEREN UND BEGEISTERN
Eltern sollen daher dazu bewegt werden, ihre Kinder für Bildung und Know-how zu motivieren und zu begeistern, so Schickhofer – mit langfristiger und nachhaltiger Wirkung. Dafür wird es für Familien verstärkt niederschwellige Angebote in den Erwachsenenbildungs-

zentren – vor allem im Bildungshaus Schloss St. Martin in Graz – geben. Auf dem Programm stehen Inhalte, die nur auf den ersten Blick banal wirken: Gemeinsames Kochen, Garteln und Basteln haben heutzutage vielfach den Status familiärer Selbstverständlichkeit verloren. „Wissen wird nicht mehr automatisch in der Großfamilie von Generation zu Generation weitergegeben, damit gehen auch Fähigkeiten und Fertigkeiten verloren.“

VORBILDWIRKUNG
Gemeinsam Familienzeit zu verbringen, müsse wieder mehr Wert haben. „Es ist vielfach eine Frage des Setzens von Prioritäten, nicht so sehr eine Frage des Geldes“, plädiert Schickhofer für sinnvolle Alternativen zum Fernseher. „Ich möchte auch die Eltern im Hinblick auf ihre Vorbildwirkung sensibilisieren.“ Im Bildungshaus Schloss St. Martin scharrt man jedenfalls bereits in den Startlöchern: „Wir starten im September mit den Familienbildungsangeboten und dem 1. St. Martiner Familienfest am 7. September“, berichtet Direktorin Anna Thaller.



WIKI MIT DEM QUALITÄTSSIEGEL „LEITBETRIEBE AUSTRIA“ AUSGEZEICHNET

WIKI Marketingleitung Mag.^a U. Hackinger, WIKI Obmann B. Ederer, Leitbetriebe GF Mag.^a M. Rintersbacher, WIKI GF Mag. H. Kűhschweiger

ALS erster steirischer Sozialorganisation ist es WIKI gelungen, die strengen Kriterien für die Qualifizierung als österreichischer Leitbetrieb zu erfüllen. Die offizielle Verleihung fand in der Wiener Generali-Arena statt.

Leitbetriebe Austria ist ein unabhängiges, branchenübergreifendes Wirtschaftsnetzwerk, das die vorbildhaften Unternehmen der österreichischen Wirtschaft auszeichnet und verbindet. Durch die Zertifizierung gelang WIKI die Etablierung eines sozialökonomischen Unternehmens in einem wirtschaftsdominierten Netzwerk. Ziel ist es, den Anforderungen aus Wirtschafts- und Arbeitswelt noch besser gerecht zu werden und auf Basis einer interdisziplinären Zusammenarbeit

individuelle Dienstleistungen zu entwickeln. Ein konkretes Beispiel dafür ist die neue betriebliche Kinderbetreuung der Knapp AG, ebenfalls ein Mitglied der Leitbetriebe Austria. Diese wird im Herbst dieses Jahres als zehntes betriebliches Kinderbetreuungsprojekt von WIKI eröffnet. Darüber hinaus gewinnen nachhaltige Qualitätskriterien auch im Sozialsektor zunehmend an Bedeutung. Insbesondere in der Betreuung von Kindern und Jugendlichen gilt es, Qualitätsstandards als strategischen Unternehmensbereich zu definieren. Der Erfolg dieser Vorgehensweise wird durch das konstante Unternehmenswachstum der WIKI Gruppe sichtbar. Trotz wirtschaftlicher Rezession konnte WIKI seine Unternehmensbereiche konstant erweitern und in den letzten zwei Jahren über 150 neue Arbeitsplätze schaffen. Soziales und Wirtschaft – eine erfolgsversprechende Synergie.

Kontakt:

Mag.^a Ulrike Hackinger
+43 (0)316/42 65 65 – 134
hackinger@wiki.at



WAS? AQUATOPIA Das Kinderforschungs- U-Boot

Aquatopia – Das Kinderforschungs-U-Boot

Aquatopia ist ein imaginäres Forschungs-U-Boot, das durch Wasserrohre, Kanäle und Reservoirs, Flüsse und Seen, Wasserflaschen und Badewannen reist. Die Crew beobachtet, notiert und diskutiert unser tagtägliches Verhältnis zu Wasser und der damit verbundenen Abwasser/Müllproduktion.

Diesen Sommer wird das U-Boot im Hafen des Karmeliterplatz in Graz anlegen. Der Kapitän und die Forschungs-Crew möchten Kinder und alle Interessierten einladen vorbei zu kommen, um das U-Boot und seine Unterwasserwelt zu erkunden. ... auch Du könntest ein(e) Forscher(in) auf dem U-Boot werden!

Verschiedene Aktivitäten und künstlerischen Arbeiten werden unser tägliches Verhalten thematisieren und uns auffordern, unser Verhältnis zu Wasser und Müll in unserer Umwelt zu reflektieren – sowohl als Verbraucher und als Nutzer.

Kontaktieren Sie bitte unseren Kapitän unter captain@aquatopia.at Entdecken Sie das U-Boot auf Reisen www.aquatopia.at

WO?
Karmeliterplatz
in Graz

WANN?
24. Juni - 20. Juli,
9.00 - 20.00 Uhr

WER?
Jeder!

www.kinderbuero.at



15 JAHRE KINDERBÜRO

2013 feiert das Kinderbüro sein 15-jähriges Bestehen, vor allem aber seine 15-jährige Arbeit für die Umsetzung eines kindgerechten Lebensumfeldes in Österreich.

In Kooperation mit:
Institut für
Zeitgenössische Kunst,
TU Graz.

Gefördert von:



WAS MACHT EIGENTLICH ... DIE KINDER- DREHSCHLEIBE?



Infos:

Kinderdrehscheibe

Brandhofgasse 13
8010 Graz

Tel. 0316/37 40 44
oder 0810/00 12 42
zum Ortstarif

Fax: 0316/37 40 44 - 40
e-mail:
kinderdrehscheibe@
stmk.volkshilfe.at

Unsere Bürozeiten:

Montag
von 13:00 bis 17:00
Mittwoch und Freitag
von 08:30 bis 13:00

Was ist die Kinderdrehscheibe?

Die Kinderdrehscheibe, finanziert durch das AMS Steiermark und das Land Steiermark unter der Rechtsträgerschaft der Volkshilfe, informiert steiermarkweit über Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen, Tageseltern sowie über Kurzzeitbetreuungsmöglichkeiten, Ferienbetreuung und Freizeitaktivitäten. Sie erhalten Auskunft über Standorte, Tages- und Jahresöffnungszeiten, Kosten, freie Plätze, Gruppengröße, Integrationsmöglichkeiten von Kindern mit Beeinträchtigungen und pädagogische Schwerpunkte der Einrichtungen. Auch informieren wir über Kinderbetreuungsbeihilfen und Fördermöglichkeiten.

Auf der Homepage www.kinderdrehscheibe.net finden Sie unter der Rubrik „Kurzzeitbetreuung“ eine Plattform für Personen, welche Betreuungsaufgaben übernehmen möchten und für Eltern, die eine stundenweise Betreuung für ihr/e Kind/er benötigen. Sie können aber auch Kurzdaten zu den Einrichtungen, aktuelle Beiträge und andere wichtige Informationen rund um Kinder und Familien auf der Homepage abrufen.

Einmal im Jahr erscheint die Broschüre „Platz? Da!“, welche einen Überblick über alle steirischen Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen, sowie FerienbetreuungsanbieterInnen schafft.

Alle Serviceleistungen der Kinderdrehscheibe sind kostenlos.

Welche Aufgabe hat die Kinderdrehscheibe?

Die Kinderdrehscheibe sieht ihre Aufgabe darin, Eltern bei der geeigneten Auswahl eines Betreuungsplatzes bestmöglich zu unterstützen, damit ein Wiedereinstieg nach einer Berufs- bzw. Babypause durch eine geregelte Kinderbetreuung gewährleistet werden kann. Sie ist dabei behilflich, Beruf und Familie besser vereinbaren zu können.

Welche Vorteile haben die Eltern von Ihren Angeboten?

Durch die immer aktualisierte Datenbank können Eltern unkompliziert Informationen zu freien Plätzen der unterschiedlichen Standorte einholen. Gerade in Gemeinden außerhalb von Graz ist es oft schwierig, eine geeignete Betreuungsmöglichkeit zu finden – hier kann die Kinderdrehscheibe durch die zuverlässige Abfrage der Daten schnelle Hilfe leisten.

Durch ihre Aufgabenbereiche kann die Kinderdrehscheibe den Bedarf an Betreuungsplätzen in den Regionen steiermarkweit aufzeigen, Eltern an zuständige Stellen weitervermitteln und damit einen Beitrag leisten, Betreuungsangebote flächendeckend anzubieten, um damit die Vereinbarkeit von Beruf und Familie sicherzustellen.

Welche Entwicklungen sind in den nächsten Jahren in der Kinderbetreuung zu erwarten?

Der weitere Ausbau von Betreuungsplätzen, eine Ausdehnung von Tages- und Jahresöffnungszeiten, aber auch eine Ausweitung von flexiblen Betreuungsangeboten werden weiterhin notwendig sein, um Familien mit Betreuungsbedarf optimal zu unterstützen.

Die Kinderdrehscheibe berät und informiert fachgerecht.



Foto: Kinderdrehscheibe

Dr.ⁱⁿ Rosemarie Kurz
Referentin für Generationenfragen, ÖH UNI GRAZ
Ehrenpräsidentin der GEFAS Steiermark



Foto: Doris Sporer

SOMMER – SONNE UND WÄRME

Endlich kann ich mein Fahrrad aus dem Keller holen und starte damit meine erste Tour durch die Grazer Straßen.

WIE

schon seit einigen Jahren fällt mir auf, dass mein Fahrrad groß und schwer ist – im Vergleich zu all den schnittigen Straßen-, Allround- und Mountainbikes: Mein „Brummi“ hat schon gut 20 Jahre auf dem Buckel, einen stabilen (schweren) Rahmen, einen äußerst bequemen, gut gefederten Sattel und seit Jahren klackert oder scheppert immer irgendetwas. Und doch hält er mich fit. Schon das Schieben der letzten Meter zu meiner Adresse ist oft eine Herausforderung.

Mit den Enkelkindern gibt es dann noch das Trampolinspringen – die wilden Buben dürfen mich peppeln. Kinder von heute leben permanent unter „Hochspannung“, sind in Folge nervös oder auch aggressiv. Sie brauchen Spannungsabbau durch intensives Bewegen. Wir sitzen und sitzen – in der Schule, im Büro, im Auto, vor dem Fernseher, beim Surfen... Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfälle werden allmählich als „normal“ angesehen. Aber sie sind vermeidbar!

Spielerische Aktivitäten im Miteinander der Generationen können physische, psychische und emotionale Leistungsfähigkeiten aktivieren. Wir können den Morgen tänzerisch begrüßen, keinen Lift benutzen, das Auto in der Garage lassen... Mit Ausdauersport und gezielter Gymnastik unterstützen wir Aufbau und Erhalt unseres Bewegungsapparates, kurbeln die Fettverbrennung

an und erzeugen Glückshormone. Humor und Lachen sind die billigste und effektivste Medizin.

Gesundheit ist kein Zufallsprodukt und es ist nie zu spät, neue Akzente zu setzen!

Unser Körper ist unser bester Freund! Langjährige Vergehen gegen Geist und Körper bleiben zwar lange unbemerkt, aber die Stunde der Wahrheit kommt für alle Menschen, wenn sich so um das 50. Lebensjahr erste wesentliche Verschleißerscheinungen zeigen.

Dem Leben Jahre geben oder den Jahren Leben geben?

Im Verlauf der letzten 100 Jahre entstand ein neues Lebensalter durch den Zugewinn von bis zu 40 Jahren: die „gewonnenen Jahre“. Nach dem Arbeitsleben beginnt ein von gesellschaftlichen Verpflichtungen vergleichsweise freies Leben. Und doch steht unser persönliches „Gesundheitshaus“ auf einigen Säulen und fehlt nur eine Säule, so wird es schwierig.

- Ausgewogene Ernährung,
- tägliches Fitnessprogramm,
- Eingebundensein in soziale Netze,
- erfüllende Tätigkeiten im Gemeinwesen gewährleisten unser Wohlbefinden.

Wenn wir in Frieden leben möchten, müssen wir unsere NachbarInnen ins gute Leben einbeziehen, denn der Wert eines Lebens wird daran gemessen, wie viele Leben es berührt.

„Gesundheit ist nicht alles, aber alles ist ohne Gesundheit nichts!“

Arthur Schopenhauer

WIE GROSSELTERN IHREN KINDERN HELFEN



Foto: istockphoto.com

Besonders Familien mit kleinen Kindern erfahren von ihren Eltern sowohl hinsichtlich Kinderbetreuung als auch finanziell tatkräftige Unterstützung. Eine aktuelle Studie des ÖIF hat dies näher untersucht.

Von Mag. Georg Wernhart, ÖIF an der Universität Wien

DAS Österreichische Institut für Familienforschung (ÖIF) an der Universität Wien analysierte diese Thematik aus Sicht der Großeltern, aber auch aus Sicht der erwachsenen Kinder. Als Datengrundlage dienten der Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE 2007) und der Generations and Gender Survey (GGG 2009).

REGER KONTAKT

Zunächst zeigte sich, dass nach wie vor ein reger Kontakt zwischen den Generationen in Österreich besteht. Wenn die Eltern außerhalb des eigenen Haushalts ihrer Kinder leben, haben über 70 Prozent der Kinder trotzdem

mindestens einmal in der Woche telefonischen Kontakt zu ihrer Mutter und weitere zwölf Prozent zumindest monatlich. Der Kontakt zum eigenen Vater fällt im Vergleich weniger intensiv aus, trotzdem besteht auch hier zu über 70 Prozent zumindest ein monatlicher Kontakt. Auch persönliche Besuche zwischen den Generationen finden durchaus häufig statt. 56 Prozent treffen ihre Mutter und 49 Prozent ihren Vater zumindest wöchentlich. Nur rund vier Prozent geben an, ihre Mutter nie zu treffen. Interessant hierbei ist, dass Telefonate nicht die persönlichen Treffen ersetzen, sondern im Gegenteil: Jene, die im regen telefonischen Kontakt zu ihren Eltern stehen, treffen diese auch häufiger. (Siehe Abb. 1)

Abb. 1: Kontakt und Treffen mit den eigenen Eltern

Quelle: GGS 2009; ÖIF

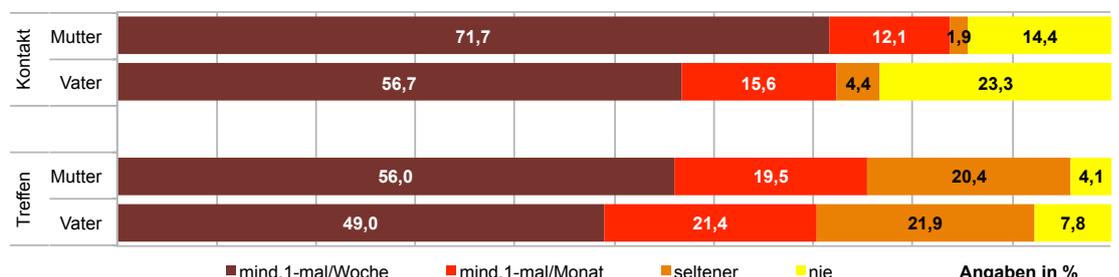
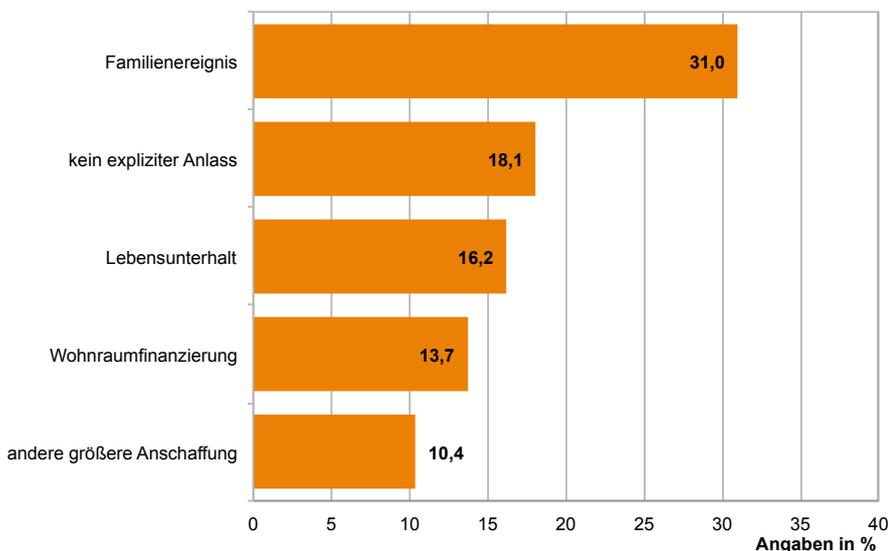


Abb. 3: Top 5-Gründe für Geldgeschenke

Quelle: SHARE 2007; ÖIF



MEHR ZU DEM THEMA

erfahren Sie in der Studie von Markus Kaindl und Georg Wernhart (2012): „Wie Großeltern ihre Kinder und Enkelkinder unterstützen. Persönliche und finanzielle Hilfe von Großeltern aus Sicht der Großeltern und der erwachsenen Kinder“ (ÖIF-Working Paper, 78).

Zum Download auf www.oif.ac.at



ENKELKINDBETREUUNG

Diese hohe Kontaktintensität zwischen den Generationen bildet das Fundament der großelterlichen Unterstützungsleistungen. Der quantitativ bedeutendste Teil entfällt hierbei auf die Enkelkindbetreuung. Bereits bei unter dreijährigen Enkelkindern helfen über 45 Prozent der Großeltern mehr oder weniger regelmäßig bei der Kinderbetreuung mit. Am häufigsten helfen die Großeltern, wenn das Enkelkind im Alter von drei bis sechs Jahren ist. Elf Prozent betreuen dieses sogar täglich, weitere 15 Prozent zumindest einmal die Woche. In diesem Alter sind beide Elternteile wieder vermehrt erwerbstätig und Großeltern übernehmen deswegen auch in einem größeren Ausmaß die Enkelkindbetreuung. Vor allem nach dem Kindergarten bzw. wenn dieser in den Ferien geschlossen ist, aber auch bei kurzfristigen Notfällen, wenn die Eltern verhindert sind, helfen Großeltern aus. Mit zunehmendem Alter der Enkelkinder sinkt erwartungsgemäß auch die Intensität der Betreuung durch die Großeltern. Ab dem 14. Lebensjahr der Enkelkinder kann von so gut wie keiner Betreuung mehr ausgegangen werden. Dies darf jedoch nicht als Kontaktabbruch zwischen den Generationen missverstanden werden. Es findet nur keine Betreuung im engeren Sinn mehr statt. (Siehe Abb. 2)

FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG

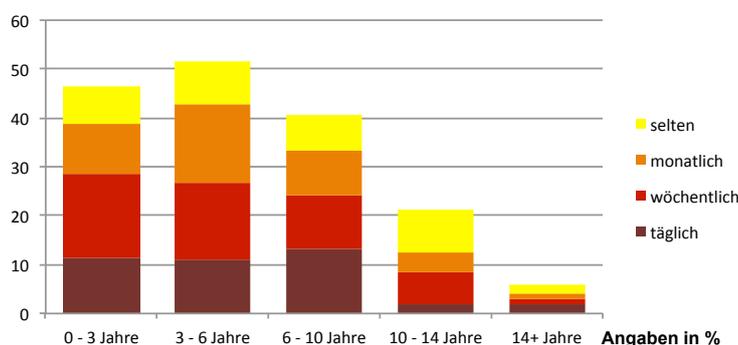
Großeltern helfen aber nicht nur bei der Enkelkindbetreuung mit, sondern greifen ihren Kindern auch finanziell unter die Arme. So ergab die Studie, dass rund ein Drittel der Großelternhaushalte ihre/seine Kinder mit Geld unterstützt. Im Durchschnitt erhielt jedes un-

terstützte Kind 1.500 Euro in den letzten zwölf Monaten. Wurde Geld direkt an das Enkelkind gegeben, so waren dies immer noch rund 1.000 Euro. Am häufigsten werden von den Großeltern Geldgeschenke zu Familienereignissen (Geburt, Hochzeit, Geburtstage etc.) gegeben, jedoch sind bereits über 16 Prozent der Geldgeschenke zur Unterstützung des Lebensunterhalts der Kinder gedacht, gefolgt von Wohnraumfinanzierung (Hauskauf, Möbelkauf etc.) und anderen größeren Anschaffungen. In 18 Prozent der Fälle wurde kein expliziter Anlass von den Großeltern für das Geldgeschenk genannt. (Siehe Abb. 3)

Abschließend wurde noch der Frage nachgegangen, ob Großeltern, wenn sie z.B. aus Distanz- und/oder körperlichen Gründen nicht bei der Enkelkinderbetreuung mithelfen können, dies mit Geldleistungen kompensieren. Dies ist überwiegend nicht der Fall. Jene Großeltern, die ihren Kindern bei der Enkelkindbetreuung helfen, sind überwiegend auch jene, die sie finanziell unterstützen.

Abb. 2: Häufigkeit der großelterlichen Hilfe nach Alter des jüngsten Enkelkindes

Quelle: SHARE 2007; ÖIF





WAS MACHST DU IN DEN FERIEEN? UND WORAUF FREUST DU DICH AM MEISTEN?



Das haben wir Noah, Lea, Julia, Caroline und Clemens gefragt.



CAROLINE

(8): „Wir werden für ein paar Tage nach Wien fahren, ins Museum gehen, Fahrradtouren machen, viel baden gehen, manchmal auch den Kletterpark besuchen. Und ich werde auch manchmal bis Mittag schlafen und viele Bücher lesen. Wenn Schule ist, hat man für all das viel weniger Zeit. Deswegen ist es wichtig, dass es auch die Ferien gibt, denn nur dann kann man tun, was man will.“



NOAH

(7): „In den Ferien werde ich mit meiner Mama zu meiner Oma nach Klagenfurt fahren. Darauf freue ich mich sehr. Ich werde im Garten Fußball spielen, in den Wörthersee baden gehen, Klavier üben und mit der Oma Salat machen. Den Salat baut sie im Garten an. Am meisten freue ich mich, dass ich viel Zeit mit meiner Mama verbringen kann. Wenn Schule ist, können wir nur am Wochenende und am Nachmittag Zeit miteinander verbringen.“



LEA

(7): „Meine Mama ist aus Schweden und wir fahren in den Ferien immer nach Schweden. Auch heuer. Meine Oma hat eine Winterwohnung in Stockholm und ein Sommerhaus am Meer. Dort werden wir sein. Ich werde mit meiner Cousine und meinem Cousin spielen, im Meer baden und Schwedisch reden. Das Schönste an den Ferien ist, dass man den ganzen Tag tun kann, was man will. Und man hat auch mehr Zeit, mit FreundInnen zu spielen.“





JULIA

(7): „Wir fahren heuer ans Meer, zuerst nach Kroatien, dann nach Italien. Dort werde ich meine Zehen in den warmen Sand eingraben, ganz viel im Meer baden und Sandburgen bauen. Ich werde auch Muscheln sammeln und dann damit

verschiedene Sachen basteln. Und wir werden am Strand Hot Dogs essen. Genau so müssen für mich Ferien sein. Im Meer baden, mehr fernsehen dürfen, viel lesen und aufstehen, wann man will.“



CLEMENS

(8): „Wir fahren heuer nach Irland, darauf freue ich mich schon sehr. Ich war schon in Schottland, aber Irland soll viel grüner sein. Das Beste an den Ferien ist, dass ich immer ein neues Land kennenlernen kann. Ich werde aber auch Klavier üben, viel lesen, vor allem von Stephen Hawking. Ich werde in unserem Pool baden und endlich meinen Freund Lorenz treffen. Der wohnt in Kärnten und immer wenn ich ihn besuche, übernachten wir im Hotel seines Onkels. Das ist immer lustig.“

KLEINE KINDERZEITUNG

Die **Kleine Kinderzeitung** richtet sich an junge LeserInnen zwischen sechs und zwölf Jahren, erscheint jeden Samstag und ist nur im Abo erhältlich.

JETZT BESTELLEN

und die ersten vier Ausgaben kostenlos lesen!

Preis: 5,90 Euro/ Monat für Abonnenten der Kleinen Zeitung, 7,90 Euro/ Monat für Nicht-Abonnenten.



ZWEI MEHR

18



Abo-Hotline: 0800/875 875 oder online unter www.kleinezeitung.at/kinderzeitung



www.suche-tagesmutter.at

Familienähnlich, individuell und flexibel!

Sie suchen eine liebevolle Betreuung für Ihr Kleinkind, Ihr Kindergartenkind oder eine Ergänzung zum schulischen Unterricht Ihres Kindes?

Besuchen Sie uns auf www.suche-tagesmutter.at
Hier finden Sie alle freien Volkshilfe Tagesmutterplätze.

Kontakt und Informationen:

Tel.: 0316/8960-29000

E-Mail: office.sozialzentren@stmk.volkshilfe.at



volkshilfe.
KINDERBETREUUNG



Eva Schlegl
freie Journalistin
eva.schlegl@aon.at

IN SIEBEN STUNDEN VON 100 AUF 0

URLAUB

– die schönste Zeit des Jahres. Soweit die Theorie. Und jetzt zur Praxis: Urlaub kann nervig sein. Und stressig. Und anstrengend. Oder alles zusammen. Da braucht nur der Partner/die Partnerin, ein Kind/die Kinder nicht mitmachen, und schon ist alles ganz anders, als man es sich beim Buchen der Traumdestination mit Traumhotel, Traumessen und Traumstrand vorgeträumt hat.

Natürlich kann man auch selbst zum „Urlaubs-Crasher“ werden. Ein bisserl herumzicken, schon ist er gelaufen. Ich zicke natürlich nicht! Aber, zugegeben, vor zwei Jahren stand unser Italienurlaub wegen mir auf der Kippe. Ich hatte einfach zu viel um die Ohren und vermeintlich keine Zeit und damit auch keine Lust auf Nichtstun in der Ferne. Ich muss doch noch... Und dann ist ja auch noch... Und wann bitte, soll ich ... Aber der Urlaub war schon gebucht, und deshalb raffte ich mich nach einer durchgeschriebenen Nacht mit letzter Kraft auf und packte um fünf Uhr in der Früh die Koffer. Um sechs Uhr saß ich fix und fertig (mit der Welt) am Beifahrersitz. Unrund, unausgeschlafen und unansprechbar.

70 Kilometer nach der Grenze passierte es: verdichtetes Verkehrsaufkommen, Stau, Riesenstau, Endlosstau. Vor uns, neben uns, hinter uns Blechkolonne. Nichts ging mehr. Meine Tochter Katja war begeistert. Noch nie hatte sie auf einer Autobahn Menschen gesehen, die Federball spielten, ihre Hunde Gassi führten oder am Pannestreifen picknickten. Nach sieben Stunden, in denen ich nichts anderes getan hatte, als in die Luft zu starren, war es vorbei. Plötzlich wieder freie Fahrt. Wenig später saßen wir im Strandcafé beim ersten Cappuccino. Er schmeckte herrlich. Und das Meer war so blau, und die Luft war so gut, und die Sonne war so warm. Der Urlaub hätte schöner nicht werden können.

Manchmal braucht es einen Stau, damit das Leben wieder Fahrt aufnehmen kann.





ENTSPANNT

Thomas Stanzer,
freier Journalist
thomas.stanzer@aon.at



STRESS IM URLAUB – NÖ!

STRESS rund um den Urlaub, wie Eva schreibt, gibt es bei uns nicht. Unsere Auszeit ist immer perfekt. Schon lange bevor es losgeht genauso wie hinten nach. Beim Planen sind wir (zwei Erwachsene und zwei immer größer werdende Kinder) uns immer einig. Dass zwei mit dem Zelt umherziehen wollen und zwei ins Hotel in einer coolen Großstadt, ist noch nie passiert. Meistens wird es letztendlich Kroatien.

Auch beim Packen gibt es bei uns keinen Stress. Diskussionen, ob Nintendos und Co dabei sind, brauchen wir nie führen. Wir mussten auch noch nie umdrehen und einen vergessenen Reisepass holen.

Jegliche Fahrerei ist bei uns total entspannt. Gott sei Dank hören alle gerne das, was mir (der meist am Lenker dreht) gefällt, also meditative, beruhigende Töne. Modernes von Rihanna, Lady Gaga, Adele oder so mögen „wir“ nicht. Wir trinken alle gesundes Wasser und jausnen Obst statt Cola, Energy Drinks und Pommes, wenn wir an einer Raststation halten. Und wir maulen nicht, wenn wir es um gerade zwei Autos nicht auf die Fähre geschafft haben – wissend, dass wir nur ein paar Stunden in brütender Hitze warten müssen.

Sind wir am Ziel, wird weiter nicht geschimpft. Nicht über die spitzen Steine am Ufer, über zu kaltes Wasser, lästige Wolken, die zu heiße Sonne, den ungemütlichen Wind, gemeine Gelsen, keinen Platz im Gastgarten, die ausverkauften Schokokrapfen in der Früh oder die vielen „Ausländer“ am Strand, die uns am Morgen den besten Platz am Meer streitig machen.

Stress im Urlaub? 1000 Gründe gibt es dafür. Aber alles ist halb so wild, solange alles mit Humor abgeht. Dann wird es erholsam. Im Urlaub und abseits davon.



ZWEI UND MEHR- STEIRISCHE FAMILIENAPP

Für Ihre mobile Welt – die ZWEI UND MEHR-Steirische FamilienAPP!

MIT DIESER APP GENIESSEN SIE FOLGENDE VORTEILE:

EINFACHE BEDIENBARKEIT – große Symbole und ein durchgehendes Designkonzept erleichtern die Navigation

POSITIONSBEZOGENE ABFRAGEN – Anzeige von Angeboten der Partnerbetriebe und Infostellen in der Nähe

NAVIGATION – übersichtliche Anzeige der Partnerbetriebe und Infostellen innerhalb einer Karte, Routenberechnung

NEWSLEISTE – die wichtigsten News auf einen Blick

OFFLINE VERFÜGBARKEIT – verwendbar ohne permanente Internetanbindung, volle Kontrolle über das Update der Inhalte

ALSO, nutzen Sie diese Möglichkeit der einfachen Daten- und Informationsbeschaffung. Die FamilienAPP des Landes Steiermark steht für Android™ Smartphones zur Verfügung und kann unter www.zweiundmehr.steiermark.at mit der Verlinkung auf Google Play heruntergeladen werden.



Den ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpass wollen wir haben, weil damit ...



... sind wir immer bestens über steirische Familienangebote und Leistungen informiert – von Geburt an – über alle Generationen.

... ersparen wir uns Geld durch Ermäßigungen bei vielen Partnerbetrieben.

... erhalten wir die Elternbildungsgutscheine im Wert von € 20,-.

... können wir die Familienermäßigung im Verkehrsverbund Steiermark nutzen.

... bekommen wir Tipps und Informationen für die Freizeitgestaltung.

... haben wir eine aktuelle Orientierungshilfe für Informations-, Service- und Beratungsstellen.

DER ZWEI UND MEHR- STEIRISCHE FAMILIENPASS



Die kleine Karte mit großen Vorteilen.

Das Antragsformular und weitere Informationen finden Sie unter www.familienpass.steiermark.at

Die aktuelle Familienpass-Broschüre kann per E-Mail oder telefonisch angefordert werden.

Amt der Steiermärkischen Landesregierung
A6 FAGD Referat Gesellschaft und Generationen
Karmeliterplatz 2, 8010 Graz
Tel. 0316/877-3927

familie@stmk.gv.at

www.zweiundmehr.steiermark.at

www.gesellschaftundgenerationen.steiermark.at



HIER

präsentieren wir Ihnen einen Auszug aus **über 800 Partnerbetrieben** des ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpasses. Mehr Informationen zu diesen und weiteren Angeboten finden Sie unter www.familienpass.steiermark.at oder in der Informationsbroschüre 2013.

Viel Spaß beim Familienausflug und bitte den ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpass nicht vergessen!



AUSZUG AUS ÜBER 800 PARTNERBETRIEBEN

ABENTEUERHOF SCHIEFER

Die gebotenen Freizeitmöglichkeiten wie Reiten, Fischen, Bogenschießen, die persönliche Betreuung und die gemütliche Atmosphäre geben Ihnen die Garantie für einen erlebnisreichen Urlaub am Bauernhof inmitten einer herrlichen Bergwelt.



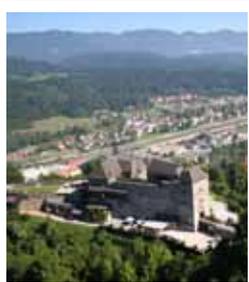
AMETHYST WELT MAISSAU

Die Amethyst Welt Maissau ist eine Ganzjahresattraktion für die gesamte Familie. Zu sehen ist der unterirdische Schaustollen mit der weltweit größten begehbaren Amethystader, eine neu gestaltete Ausstellung



und eine Multimediashow über die Bedeutung des Amethyst in der Geschichte.

AUSZUG AUS ÜBER 800 PARTNERBETRIEBEN DES ZWEI UND MEHR-STEIRISCHEN FAMILIENPASSSES



BURG OBERKAPFENBERG

Auf der über 700 Jahre alten Burg wartet die Ausstellung „Grenzgänge – eine Zeitreise mit Kreuzrittern und Alchemisten“ und die Greifvogelschau. Feiern jeglicher Art, Hochzeiten, Kindergeburtstage etc. sind im mittelalterlichen Flair möglich.



CLUB SPORTUNION NIEDERÖBLARN

Das Wellness-, Trainings- & Alpenflugzentrum bietet mit seinen großzügigen Sportanlagen wie Mehrzweck- und Tennishalle, Aerobicraum, Fitness-Studio etc. für den aktiven Gast sowie für Schulgruppen und Trainingscamps ein umfangreiches Angebot.

ELTERN-KIND-ZENTRUM DEUTSCHLANDSBERG

„Familie sein“ und „Familie leben“ wird hier unterstützt. Neben gegenseitigem Erfahrungsaustausch und/oder Diskussionen mit Gleichgesinnten werden über das Jahr verteilt immer wieder Vorträge und Workshops zu allen elternrelevanten Themen angeboten.



ELTERN-KIND-ZENTRUM SÜD

Die Schwerpunkte dieses Zentrums in der Südsteiermark sind Information, Austausch, Begegnung und Bildung zu den Themen: Erziehung, Gesundheit, Ernährung, Bewegung, Entwicklung



des Kindes, Möglichkeiten der Förderung, Vorträge und Kurse, gemeinsame Aktivitäten und vieles mehr.



FAMILYPARK NEUSIEDLERSEE

Fliegende Fische, Apfelflug oder Götterblitz! Das sind einige der über 80 einzigartigen Attraktionen in Österreichs größtem Freizeitpark! Ganz neu gibt es heuer eine weitere spektakuläre Attraktion: Rattenmühle – die Familienachterbahn! Mit Vollgas durch die Mühle sausen. Ein atemberaubender Fahrspaß!



FUM – FILM UND MEDIEN AKADEMIE

Hier lernen Kinder und Jugendliche praxisorientiert und unter fachkundiger Anleitung mit professionellem Equipment film- und medienrelevante Inhalte und Themen wie z.B. Kamera, Regie, Licht, Ton, Schauspiel, Casting, Maske, Spezialeffekte, Schnitt etc. kennen.

H2O ERLEBNIS-THERME

Unter der Sonnenkuppel sorgen der „Blaue Blitz“, die Doppelreifen-Rutsche, die H2O Speedy Rutsche, der Colorado River, die stündliche Welle im Acapulcobecken, ein Edelstein-Whirlpool, ein Baby-Jumbo-Pool, ein Clown- und Sternepool uvm. für Kinderjauchzen.



HAUS DER MUSIK – DAS KLANGERLEBNIS

Es wird Ihnen ein Klangerlebnis der besonderen Art geboten. Sie bekommen einen Eindruck über die Faszination der Musik von der Vergangenheit bis in die Zukunft und werden zum interaktiven Spiel mit



Musik angeregt, erhalten musikhistorische Informationen und erleben unerwartete Klänge.



DER LOSER. MEIN ERLEBNIS BERG

Die komfortable Auffahrt über die 9 km lange Panoramastraße führt zum optimalen Ausgangspunkt für Wanderungen ins Herz des Toten Gebirges mit atemberaubendem Blick ins Ausseerland. Der kristallklare Augstsee lädt zu einem Rundgang entlang des informativen Geotrails ein.



EDELSTEINHAUS MAISSAU

Das einzigartige „Zentrum für edle Steine“! Schwerpunkte sind die Präsentation von Mineralien und Edelsteinen – vom Rohstein bis zum fertigen Schmuckstück – sowie sensationelle Ausstellungsstücke von ausgesuchter Schönheit und Einzigartigkeit wie sie noch nie gezeigt wurden.

ERLEBNISPAK URZEITWALD

Erforschen Sie 600 Millionen Jahre Erdgeschichte im 12.000 m² großen Familien-Erlebnispark Urzeitwald Gosau. Alle Stationen laden zu spielerisch sportlicher Herausforderung ein. Absoluter



Höhepunkt ist der Flug auf dem Rücken eines Flugsauriers aus der Familie der Pteranodons.

FAHRRADVERLEIH HUBER

Neben dem FAHRRADVERLEIH bietet Reifen Huber auch einen modernst eingerichteten Fahrradverkaufs-Shop. Unser bestgeschultes Fachpersonal erledigt sämtliche Fahrrad-reparaturen zu Ihrer größten Zufriedenheit.

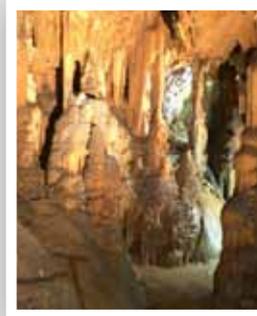


Öffnungszeiten Fahrradwerkstätte: MO bis FR 07:00 – 12:00 und 13:00 – 17:00 Uhr, Samstag 08:00 – 12:00 Uhr. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



GEBETSROITHER – MOBILHEIME UND WOHNWAGEN

Seit über 30 Jahren bietet das Familienunternehmen Gebetsroither Campingurlaub für die ganze Familie in Mobilheimen und Wohnwagen auf den schönsten Campingplätzen Europas, ebenso wie Verkauf und Vermietung von Reisemobilen, Wohnwagen und Vans für SelbstfahrerInnen.



GRASSLHÖHLE IN DER OSTSTEIERMARK

Ein Tropfstein reiht sich an den anderen, tausende Sinterröhrchen wachsen von der Decke herab und Millionen Wassertropfen strahlen und glitzern im Scheinwerferlicht. In ewiger Nacht hat die Natur ein Wunderwerk vollbracht.

HAYDN-HAUS EISENSTADT

Joseph Haydn, sein Leben, seine Musik! Nirgendwo sonst wird das private Leben und Schaffen Joseph Haydns so umfassend dargestellt. In den behutsam rekonstruierten Räumen, in „Zimmer, Kuchl und



Cammer“, begegnet uns Haydn so vielfältig, wie ihn nur wenige kennen.

HELDENBERG MIT AUSBILDUNGSZENTRUM DER LIPIZZANER

Der neue Heldenberg vereint Geschichte, Kultur, Spannung und Spaß! Besuchen Sie die Gedenkstätte Radetzky, die Kreisgräben mit dem Neolithischen Dorf, die Lipizzaner der Spanischen Hof-



reitschule, Kollers Oldtimer, den Englischen Garten oder das gemütliche Heldenberg Café.

AUSZUG AUS ÜBER 800 PARTNERBETRIEBEN DES ZWEI UND MEHR-STEIRISCHEN FAMILIENPASSSES

JEUX DRAMATIQUES

„Spielend die Welt entdecken, lustvoll ernsthaft den inneren Spuren folgen, in bekannten und unbekanntem Rollen erleben, was hinter den Dingen ist.“ Die Jeux Dramatiques sind eine Theatermethode, die in der Intensivphase auf die Sprache verzichtet, um Verständnis, Freude und Erkenntnis über das Tun zu erleben.



Die Jeux Dramatiques sind eine Theatermethode, die in der Intensivphase auf die Sprache verzichtet, um Verständnis, Freude und Erkenntnis über das Tun zu erleben.



KINDERHOTEL SEMI ****SUPERIOR

SEMI ist ein TOP Kinderhotel neben Europas größter Kinder- und Familientherme in Lutzmannsburg! Hier gibt es Spaß und Abenteuer für Kinder sowie Erholung und Entspannung für Eltern und Großeltern.

LURGROTTE PEGGAU

Sanftes Scheinwerferlicht fällt in die Dunkelheit, auf den gut gesicherten, bequem zu gehenden Weg. Es ist der Schmelzbach, der dieses unterirdische Labyrinth der Lurgrotte belebt und das Gestein zu einzigartigen und kunstvollen Formen geschliffen hat.



MUSEEN HÜTTENBERG

Hüttenberg bietet eine Vielfalt an attraktiven und unterschiedlichen Museen. Neben dem Heinrich Harrer Museum mit beeindruckenden Exponaten von seinen Reisen warten auf Sie noch das Schauberg-



werk, die Mineralienschau und das Puppenmuseum.



NATURSCHUTZZENTRUM WEITENTAL MIT STREICHELZOO

Die Tierwelt präsentiert sich mit geschützten Tierarten wie verschiedenen Adlern, Uhus, Käuzen und Greifvögeln. Weitere Attraktionen: Bienenvavillon mit lebendem Schaustock, lebender Ameisenhügel und ein Streichelzoo mit Ziegen, Schafen, Hühnern, etc.



OEKOPARK HARTBERG

Das Science Center für naturwissenschaftliche Ökologie mit Sternwarte, Klimaturm – Weltblick, Mineralienwelt, Wasserleben, MAXOOM-Kino mit Großbild- und 3D-Filmen, Aquarien & Terrarienlandschaft, Dia- und Fachvorträgen.

SCHAUBERGWERKE TERRA MYSTICA & TERRA MONTANA

Die „Wunderwelt im Berg“ und „Die Arbeitswelt der Bergleute“ repräsentieren keines der üblichen montanhistorischen Schaubergwerke, sondern führen vielmehr zu den Wurzeln unserer gemeinsamen abendländischen Kultur und in jene Grenzbereiche unseres Suchens nach Erkenntnis.



SCHLOSS HOF

In Schloss Hof wird das Zeitalter des Barock mit dem prachtvollen Schloss, den Gartenanlagen über 7 Terrassen und dem idyllischen Gutshof mit den Orangerien und den liebenswerten Tieren zum sinnlichen



Erlebnis. 2013 feiert Schloss Hof den 350. Geburtstag seines Erbauers Prinz Eugen mit einer spannenden Ausstellung.



KUZ – KULTURZENTRUM KAPFENBERG

Durch den Um- und Ausbau eines historischen Wohnhauses wurde Raum für das Museum der Stadt Kapfenberg, eine Galerie, die städtische Bücherei und ein Kulturcafé geschaffen, welche natürlich barrierefrei zugänglich sind.



LANDESMUSEUM BURGENLAND

Das ganze Land im Überblick! Mit den drei Themenbereichen Lebensbilder, Lebensräume, LebensSpuren wird Ihnen ein Bild vom Land und seinen Besonderheiten vermittelt. Ein Veranstaltungsprogramm sowie ein erlebnisorientiertes Kinder-Kulturprogramm ergänzen das Angebot.

MUSIVANA – ZENTRUM FÜR MUSIK UND BEWEGUNG

Hier stehen die Kinder im Mittelpunkt und die Musik wird erlebbar gemacht. Es wird professioneller Musikunterricht für Kinder und ihre Eltern geboten, der speziell an das jeweilige



Entwicklungsniveau des Kindes angepasst ist.

MYTHOS EDELSTEIN

Eine beeindruckende Schau mit über 10.000 Exponaten edler Steine, Mineralien, versteinertes Holz und Fossilien, Raritäten und Kuriositäten der Natur, Kunstobjekten und Kristallgiganten von



den bedeutendsten Edelsteinminen unserer Erde.



REBLAUS-EXPRESS

Vom Wein zum Wald und retour. Die Mischung ist hinreißend! Der Reblaus-Express verbindet auf 40 Kilometern die Reize des Weinviertels mit jenen des Waldviertels. Entlang dieser Strecke findet jede/r nach Typ und Gusto die für sich optimale Wonne. Gratis Fahrrad-Transport!



SALZWELTEN ALTAUSSEE – DER BERG DER SCHÄTZE

Abenteuer pur für die ganze Familie erwartet Sie im größten aktiven Salzbergwerk Österreichs. Kinder ab vier Jahren dürfen die Salzwelten besuchen.

schlossORTH NATIONALPARK-ZENTRUM

Der Nationalpark Donau-Auen mit seiner einzigartigen Flusslandschaft ist von beeindruckender Schönheit. Als „Tor zur Au“ ist das schlossORTH Nationalpark-Zentrum mit Au-Erlebnissgelände-



Schlossinsel die erste Anlaufstelle für einen Besuch und ideal für einen Familienausflug.

SCHNEEBERGBAHN

Österreichs höchstführende Zahnradbahn bietet die faszinierende Kombination von Eisenbahnromantik und alpiner Bergwelt. Egal ob die Fahrt mit dem „Salamander“ oder mit dem traditionellen Nostalgie-



Dampzug erfolgt, Sie erleben intakte Natur und die Schönheiten unserer Bergwelt.

AUSZUG AUS ÜBER 800 PARTNERBETRIEBEN DES ZWEI UND MEHR-STEIRISCHEN FAMILIENPASSSES



SCHULE DER SINNE – ERLEBNISAUSSTELLUNG

Die Schule der Sinne ist ein Museum der besonderen Art! Denn hier – in den fünf ineinander übergreifenden, aber doch eigenständigen Ausstellungen – darf und soll man auch alles anfassen und ausprobieren.



SCHWAZER SILBERBERGWERK

Während der spannenden 90-minütigen Zeitreise in die silberne, mittelalterliche Vergangenheit werden Sie – 800 Meter tief im Stollen – über Geschichte, Abbautechnik, Münzwesen, Berufsgruppen und den schweren Alltag der Knappen informiert: durch Multimediashows und animierte Puppen.

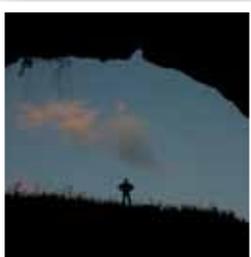
STEIERMARK-CARD

Mit dieser Card kommen Sie in den Genuss, 100 Ausflugsziele bei freiem Eintritt zu besuchen. Die ganze Sommersaison über – von 1. April bis 31. Oktober – haben Sie das Vergnügen, die Steiermark in all ihren Facetten mit einem umfangreichen Programm zu genießen.



STEIERMÄRKISCHER LANDESFECHTCLUB

Fechten ist ein uralter Sport, aber keineswegs altertümlich. Das Sportfechten ist mit der Zeit gegangen und immer noch attraktiv. Im Club sind Interessierte aller Altersgruppen willkommen – von 7 bis 77!



TROPFSTEINHÖHLE KATERLOCH

Österreichs tropfsteinreichste Schauhöhle! Tauchen Sie ein in eine steinerne Märchenwelt aus feinen Kalkkorallen, hauchdünnen, weißen und farbigen Vorhängen, meterhohen, zarten Sinterkerzen, funkelnden Kristallsäulen und erleben Sie den geheimnisvollen Zauber einer unterirdischen Höhlenseelandschaft in 135 m Tiefe.



VOESTALPINE STAHLWELT

Brücken, Autos, Eisenbahn, Rasierklingen, Marsraketen, Suppenlöffel, ... Was wäre unsere Welt ohne Stahl? Ferry und Molekularus, die beiden Comic-Bewohner der Stahlwelt, begleiten die Jungforscher auf ihrer Abenteuerreise in die Welt des Stahls. Werkstour zum Hochofen natürlich inklusive!

WINTER!SPORT!MUSEUM!

Spektakulär – informativ – unterhaltsam! In einzigartiger Weise eröffnen sich auf 1000 m² fantastische Welten des Erlebens und des Erfahrens rund um das Thema Wintersport. Das Museum besitzt eine der



weltweit größten Sammlungen an Wintersportobjekten.

WOLLGENUSS

Die Wollgenuss-Mitglieder aus der Oststeiermark fertigen in Handarbeit edle Produkte aus steirischer Schafwolle und veranstalten Kurse und Workshops, auch für Kinder, Schulklassen und Vereine. Mit den handwerklichen Erfahrungen lernen Sie rasch jene Techniken, die Sie für die Um-



setzung Ihrer eigenen Ideen kennen sollten.



SHOPPINGCITY SEIERSBERG

Es erwartet Sie ein Shopping-Erlebnis der Extraklasse. Weitläufige und helle Malls mit mehr als 200 Shops und 800 Marken garantieren entspanntes Einkaufen und Erlebnis inklusive Wohlfühlatmosphäre für die ganze Familie.



SOMMERRODELBAHN GREBENZEN ST. LAMBRECHT

Bei einer Fahrt auf Steiermarks längster Sommerrodelbahn mitten im Naturpark können Sie das Rodeln auf Schienen auch im Sommer so richtig genießen. Ein unvergesslicher Tag und ein spannendes Erlebnis für die ganze Familie.

SÜDBAHN MUSEUM MÜRZZUSCHLAG

Auf über 3.000 m² wird in zwei denkmalgeschützten Lokomotivhallen die abwechslungsreiche Geschichte der Eisenbahn gezeigt. Außerdem erwarten Sie die größte österreichische Draisinen- und



Motorbahnwagensammlung sowie diverse Lokomotiven und der ece-Kindererlebnisweg.

THEATER IM BAUERNHOF – THEATERWEG ST. JOSEF

Mit dem „Theater im Bauernhof“ und dem „Theaterweg“ bietet das Theaterdorf St. Josef in der Weststeiermark ein österreichweit einzigartiges Erlebnis. Aufführungen finden alljährlich von Ende



Juni bis Anfang August statt. Der Theaterweg ist ganzjährig geöffnet!



WACHAUBAHN

Die Fahrt mit der Wachaubahn eröffnet Ihnen die gesamte Breite der Natur und Kultur der Wachau. Durch die kunstvolle Trassierung in erhöhter Lage ergeben sich tolle Ausblicke in die Welterbe-Landschaft und die Haltestellen entlang der Bahnlinie laden zu wunderbaren Ausflügen ein. Gratis Fahrrad-Transport!



WALDVIERTELBAHN

Die romantische Waldviertelbahn führt in genialer Trassenführung durch zaubernde Landstriche des Waldviertels mit Spaß im eigenen Kinderspielwaggon, Erlebnishalte im Hochwald u.v.m. Spezielle Pauschalangebote bieten Familien ein unvergessliches Bahnerlebnis. Gratis Fahrrad-Transport!

ZOO UND AQUAZOO SCHMIDING

Begegnen Sie Österreichs einzigen Gorillas, Sibirischen Tigern, Nashörnern – mit Nala, dem ersten in Österreich geborenen Nashorn, u.v.m. Durchwandern Sie die weltgrößte begehbare Greifvogelanlage eben-



so wie ein riesiges Tropenhaus – faszinierende Einblicke sind garantiert! Spaß und Action bieten drei riesige Abenteuerspielplätze.

WEITERE PARTNERBETRIEBE

Dies ist eine Auswahl aus über 800 Partnerbetrieben des ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpasses.



Weitere Partnerbetriebe finden Sie unter www.familienpass.steiermark.at (Button „Partnerbetriebe“) oder in der Informationsbroschüre des ZWEI UND MEHR-Steirischen Familienpasses. Nähere Informationen sowie Broschürenbestellung unter www.zweiundmehr.steiermark.at

DREISAM UM DIE WELT

Die Maru Risho. Ihr Name bedeutet: Das Schiff verlässt den Hafen und kehrt sicher wieder zurück.



Viereinhalb Jahre auf den Weltmeeren unterwegs: Alexandra Schöler-Haring, Finn und Peter Schöler.

29.000 Seemeilen in viereinhalb Jahren: Eine Familie hat den Traum von der Weltumsegelung in die Tat umgesetzt. Ein Abenteuer mit vielen Höhenpunkten und wenigen Tiefen.

Von Elke Jauk-Offner

DIE Galapagos-Inseln im Rücken, 21 Tage am Stück auf See, ohne je Festland zu sehen. Und dann: die Inselgruppe Marquesas im pazifischen Ozean. Grüne Berge im goldenen Sonnenlicht, Blütenduft überall, Tränen der Freude – Alexandra Schöler-Haring kann es vor ihrem geistigen Auge noch sehen, erschnuppern und fühlen, als wäre es gestern gewesen.

Viereinhalb Jahre waren sie, ihr Mann Peter und Sohn Finn unterwegs auf ihrem Kataramaran, dessen Name „Risho Maru“ aus dem Japanischen kommt und „das Schiff verlässt den Hafen und kehrt sicher wieder zurück“ bedeutet.

Peter Schöler hat sich bereits im zarten Alter von acht Jahren im Urlaub in Kroatien aus Hölzern und Handtuch ein Boot gebaut und damit den Grundstein für einen Lebenstraum gelegt: einmal die Welt zu umsegeln. Seine Frau hat der Zahntechniker und Musiker später mit dem Segel-Virus einfach angesteckt. Das Ergebnis: Von West nach Ost war das Trio über alle Ozeane unterwegs. Karibik, Venezuela, Kolumbien, Panama, Galapagos-Inseln, Bora-Bora, Tahiti, Neuseeland – dort blieb

die Familie wegen der Hurrikan-Saison sechs Monate – Vanuatu, Neukaledonien, Indonesien, Malaysien, Sri Lanka, Jemen, Ägypten sind nur einige der Stationen auf der großen Reise.

FÜLLFEDERN IN PANAMA

An wirklich kritische Momente kann sich die Freizeitpädagogin, Schauspielerin und Musikerin nicht erinnern, „nur an einen schweren Sturm Richtung Neuseeland.“ Vielmehr fallen ihr reihenweise paradiesische Erinnerungen ein: immer Badeklamotten und Flip Flops, frischer Fisch, saftige Papayas, süße Bananen, viele neue Freundschaften. Und: „Tun und lassen, was man will, selbstbestimmt und deswegen frei, selbstverantwortlich und deswegen achtsam sein.“ Sohn Finn war gerade fünf Jahre alt, als die Familie in See stach. Dadurch bedingte Schwierigkeiten wollen der Mama gar keine einfallen, „man hat die größte und schönste Nähe als Familie und sieht sein Kind aufwachsen.“ Gar keine Herausforderungen? „Vielleicht, dass Finn beleidigt war, als er erfuhr, dass ich ihm die Osterferien unterschlagen habe“, schmunzelt die Grazerin, „oder das schwierige Unterfangen, in Panama eine Füllfeder zu finden.“

Überall glücklich: „Es geht nicht darum, etwas von der berühmten Liste abzuheben“, meint Alexandra Schöler-Haring.

Kamele im Sudan.



Weihnachten – ein Stück Heimat in der Ferne.

Hilfreich auf der Tour: Fischen, Brot backen und alles selbst reparieren können.

Neue Freundschaften auf der ganzen Welt.

Ernsthaft krank war die Familie in den viereinhalb Jahren nie, bloß entzündungshemmende Salben und Mittel gegen Erkältungen wurden aus der riesengroßen Notfallapotheke gebraucht. „Ich denke, gesünder als auf einem Segelboot kann man nicht leben“, resümiert Schöler-Haring. „je simpler man lebt, desto besser geht es einem.“

HUNDE, DIE HAIE JAGEN

Wie man eine Reise dieser Größenordnung finanziert? „Wir haben gespart und das Geld statt in eine Anzahlung einer Wohnung in unsere Reise angelegt. Das Schiff war ja schon da – seit 25 Jahren – das ist bei so einer Reise die größte Investition“, sagt Schöler-Haring. Die ersten drei Volksschuljahre wurde Finn an Bord unterrichtet, zurück daheim ist er „problemlos in die vierte Klasse eingestiegen.“ Was ihm an der Reise am besten gefallen hat? „Das Schwimmen mit den Delfinen im Roten Meer. Der Panama-Kanal und die Brüllaffen im Gattungsee. Das Tauchen am Riff. Balu, der Hund von Valo und Gaston auf Tuao – er jagte Haie! Als die Großmama zweimal zu Besuch kam! Als wir am Rande des aktiven Vulkans auf Tanna in Vanuatu standen. Die Landschaften auf den

Marquesas. Mit dem Motorboot von Gaston zwischen den Korallenköpfen düsen. Die Wüste des Sudans. Die Zugfahrten in Sri Lanka. Als ich die Knochen eines Kamels gefunden habe – die habe ich heute noch.“ Valo und Gaston sind übrigens eine polynesische Familie auf Tuao in den Tuamotus im Pazifik, mit denen die Schölers drei Wochen gelebt haben. „wir haben bitterlich geweint, als wir weitermussten.“

SCHIFF, LEGO UND GITARRE

Dass man sich nach viereinhalb Jahren Abenteuer wieder an festen Boden unter den Füßen gewöhnt, ist freilich nicht einfach. „Es hat doch zwei Jahre gebraucht, um wieder da zu sein. Wobei: So ganz da sind wir noch immer nicht und das passt auch!“

Was wollen sie anderen Familien mitgeben, die über einem Weltreiseplan brüten? Finn: „Ein gutes Schiff.“ Alexandra Schöler-Haring: „Zuerst kleinere Törns ausprobieren. Viel Lego mitnehmen.“ Peter Schöler: „Nichts überstürzen, sondern reifen lassen und sich dann trauen – vor allem der letzte Punkt ist der schwierigste. Und: Gitarre mitnehmen.“



Buch-Tipp der Familie Schöler-Haring

Brigitte Weutz
Soziologin, freie Journalistin
brigitte.weutz@hotmail.com



LERNEN OHNE STRESS

Wenn Schülerinnen und Schüler die Fähigkeit entwickeln, lebenslang lernen zu wollen, ist das Ziel erreicht. Bis es soweit ist, bedarf es der Unterstützung der Eltern.



HR Dr. Josef Zollneritsch
vom Landesschulrat
Steiermark

IST das Ende des Schuljahres absehbar, steht für viele Schülerinnen und Schüler zwischen Schulende und Ferien noch jede Menge Arbeit dazwischen. Entscheidende Prüfungen stehen an, der Lernstress kann steigen. Wie können gesetzte Ziele dennoch gelassen umgesetzt und Lernstress von vornherein vermieden werden?

HR Dr. Josef Zollneritsch vom Landesschulrat Steiermark ist Landesreferent für Schulpsychologie und Bildungsberatung und weiß, welche Voraussetzungen es dafür braucht.

MIT SCHULSTART BEGINNT DAS LERNEN — FÜR KINDER UND ELTERN

Tendenziell steigen Druck und Stress im System Schule. Verantwortlich dafür sind einerseits steigende Bildungsstandards und andererseits der ungebrochene Trend zur Matura. „Wenn Eltern Kinder im Schulsystem haben, sind auch sie mit Aufgaben und dem Lernen belastet. Bereits am ersten Schultag ist organisatorische Unterstützung notwendig.“ Freilich liegt die Verantwortung der Lernergebnisse bei den Schulen, dennoch sollten die Eltern unterstützend da sein, denn die Lernverantwortung liegt auch bei ihnen. Die Frage dabei ist, wie sehr gelingt es den Eltern, den Lernaufwand zu organisieren und die Eigenverantwortung der Kinder zu stimulieren.“

LERNFÄHIGKEIT ERFORDERT ORGANISATION UND ORIENTIERUNG

Organisation ist die halbe Miete – ein Leitspruch, der sowohl für das Lernen als auch für die Hausaufgaben Bedeutung hat: „Auch wenn die Hausaufgabe eine Sache ist, die sich zwischen dem Kind und dem Lehrkörper ereignet, müssen die Eltern dafür sorgen, dass die notwendigen häuslichen Rahmenbedingungen zur Verfügung stehen.“ Sind beide Elternteile voll berufstätig, muss externe Unterstützung organisiert werden. Übernimmt z.B. die Aufgaben weitgehend die Nachmittagsbetreuung in der Schule, so ist es dennoch wesentlich, dass Eltern Interesse dafür zeigen, was in der Schule vorgeht. Bei all den Anforderungen muss es immer möglich sein, dass Kinder Fehler machen dürfen und dass die gemeinsame Zeit zu Hause nicht ausschließlich dem Thema Schule gewidmet wird. Mit zunehmendem Alter des Kindes geht es um Loslassen und Eigenverantwortung. „Es muss klar sein, dass das Lernen immer mehr in den Einflussbereich des Kindes zu gelangen hat. Die Bedingung dafür ist eine gute Orientierung. Je besser der aktive Interaktions- und Kommunikationsprozess zwischen Eltern und Kind läuft, desto besser ist der Lernerfolg. Fühlt sich ein Kind mental, psychisch und emotional unterstützt, ist die Lernfähigkeit höher.“

EINE AUFGABE FÜR DIE GANZE FAMILIE



NACHLERNEN ALS CHANCE

Scheinen vorerst alle Mühen vergeblich, wird gerne auf die Nachhilfe zurückgegriffen. „Die erste Ansprechperson bei schulischen Problemen sollte immer der/die Fachlehrer/in sein. Externe Nachhilfe ist dann sinnvoll, wenn sie rechtzeitig einsetzt wird, um Verständnis-lücken zu schließen und um den Lernmotor wieder in Schwung zu bringen.“ Steht eine Wiederholungsprüfung bevor, beginnt die wahre Herausforderung für die gesamte Familie. „Wiederholungsprüfungen sind eine Beeinträchtigung des Familienlebens, zeitgleich aber auch eine Beziehungschance. Die Hoffnung auf Erfolg und das gemeinsame Meistern der Situation sind der Grundstein für das Gelingen. Fehlt die Beziehungsbasis im Elternhaus, kann ein Widerstandsgefühl des Kindes gegen die Eltern auftauchen. Hier bedarf es oft einer psychologischen Intervention.“

Ein Guter Sommer trotz Nachprüfung

Ein entsprechendes Zeitmanagement ist die Voraussetzung für einen stressfreien Sommer. Gleich am Anfang der Ferien sollte der Stoff gemeinsam gesichtet und eingeteilt werden, bevor man in den Urlaub fährt. Der August kann dann für den Lernprozess genutzt werden, der eine Woche vor der Prüfung abgeschlossen sein sollte. Tägliches Lernen in kleinen Portionen unterstützt den Stressabbau und zeigt, dass das Lernen immer einfacher wird, wenn man erst in den Lernrhythmus hineinkommt. Eine Devise, die nicht nur die nächsten Schuljahre erleichtern kann, sondern das Lernen in einen positiven Blickwinkel rückt, denn: „Das Ziel ist es, die Fähigkeit zu entwickeln, lebenslang lernen zu wollen. Lernen bereichert mein Leben und ich gewinne etwas, wenn ich lerne“, so Dr. Zollneritsch.

TÜRKİSCH

Stressiz Öğrenmek – Bütün Aile İçin Bir Görev

Okul yılının bitmesine yakın öğrenme stresi de çoğalmaktadır. Eyalet Okul Psikolojisi Uzmanı ve Steiermark Eyalet Okul Müdürü Eğitim Danışmanı Dr. Josef Zollneritsch öğrenme stresiyle nasıl baş edileceğini biliyor. „ Öğrenme sorumluluğu anne ve babanıdır“. Anne ve babanın okulun ilk gününde düzenleme konusundaki desteklerini çoktan hazırlamış olmaları gerekir. Genel şartları yerine getirmeliler ve çocuğun öğrenme ve boş zamanlarını değerlendirmesi için daimi ilgi göstermeliler. Çocukların büyüdükçe daha serbest ve bağımsız hareket etmeleri artacaktır. Aile içerisinde ne kadar çok paylaşım ve iletişim olursa başarı da o kadar çok olur. Buna rağmen tekrarlanması gereken sınavlar olabilir, fakat önemli olan başarı umudunu kaybetmemektir. Tatilin başlamasıyla ortak bir yaz tatili ödev planı yapmak tavsiye edilmektedir, ayrıca tatil ve de ders çalışmanın zorunlu olmadığı bir zaman için de yeteri kadar vakit ayrılmalıdır.

Okul Psikolojik ve Danışmanlık bilgilerini 0316 / 345450 iletişim hattından bulabilirsiniz.

GEFRAGTE GENERATIONEN- ARBEIT

In zwei offenen Calls (Aufrufen) hat das Land Steiermark Konzepte im Bereich „Lernen und Leben im Mehrgenerationenkontext“ gesucht. Was wurde daraus? Wir haben genau nachgefragt und können vermelden: voller Erfolg!

Von Eva Schlegl

SOWOHL beim ersten als auch beim zweiten Call haben sich zahlreiche Vereine und Organisationen mit innovativen Ideen gemeldet. Nach genauer Sichtung wurden die jeweils den Zielvorgaben entsprechendsten ausgewählt und in das Förderprogramm des Landes aufgenommen. Die Projekte des ersten Calls sind bereits mitten in der Umsetzungsphase. Dazu zählt unter anderem „Genau jetzt!“ der Tagesmütter Graz-Steiermark in Kooperation mit KiB children care – Verein rund ums kranke Kind. Dabei geht es um die Betreuung kranker Kinder daheim. Michaela Linhart, Geschäftsführerin der Tagesmütter Graz-Steiermark: „Das Projekt ‚Genau jetzt!‘ bietet professionelle Hilfeleistung für berufstätige Eltern kranker Kinder. Seit 1. Jänner sind dafür sechs Betreuerinnen bei uns angestellt.“

BEKANNTE SITUATION

Ein Kind ist krank und die Eltern müssen zur Arbeit. Die Familie benötigt in dieser Situation Betreuung und Pflege für das erkrankte Kind. Die Tagesmütter Graz-Steiermark und KiB children care bilden KinderbetreuerInnen dafür aus, bieten ihnen eine fixe Anstellung und übernehmen die gesamte Organisation einer

flexiblen Betreuung von kranken Kindern. Die erste Ausbildung zur/zum mobilen KinderbetreuerIn in Graz begann bereits im November des Vorjahres, die TeilnehmerInnen erlernten in 126 Unterrichtseinheiten alles über rechtliche und organisatorische Gegebenheiten und erlangten darüber hinaus Basiswissen über Kinderkrankheiten, Ernährung, Gesundheitsförderung und Entwicklungspsychologie. Besonderes Augenmerk wird auch auf Kommunikation und Konfliktbewältigung sowie auf Kenntnisse über die unterschiedlichen Familiensysteme gelegt.

GUT GESCHULT

Seit Jänner sind die mobilen Betreuerinnen im Raum Graz im Einsatz. „Der Plan ist voll aufgegangen. Die Nachfrage ist groß, die Frauen arbeiten supertoll, und die Rückmeldungen der Eltern sind bestens“, zieht Michaela Linhart eine Bilanz. Die sechs ausgebildeten Frauen, die alle Familien- und Lebenserfahrung mitbringen, sind gefragt. Bei einer Grippewelle ist die Nachfrage sogar größer als das Angebot. Das Projekt konnte durch das Förderprogramm „Leben und Lernen im Mehrgenerationenkontext“ auf die Beine gestellt werden und entlastete zugleich das Haushaltsbudget der Familien.



Foto: istockphoto.com

Infos:

Betreuung kranker
Kinder daheim:
Tagesmütter Graz-
Steiermark
www.tagesmuetter.co.at

Familien-
patenschaften:
Eltern-Kind-Zentrum
Gleisdorf
www.ekiz-gleisdorf.at

Durch die Förderung bleiben für die Eltern nur Restkosten von 5,50 Euro pro Stunde für die professionelle Hilfestellung.

JETZT ANMELDEN

Übrigens: Wer Interesse an dieser Form der Betreuung hat, kann sich jederzeit bei „Tagesmütter Graz-Steiermark“ melden und registrieren lassen. Auch dann, wenn gerade kein akuter Bedarf besteht, also kein Kind krank ist. „Denn wenn das Kind krank ist und die Betreuung ins Haus kommen soll, muss alles schnell gehen. Wenn die Formalitäten schon erledigt sind, kann die Betreuerin wesentlich schneller vor Ort sein“, erklärt Michaela Linhart.

PATENSCHAFTEN

Ein Projekt aus dem zweiten Call des Förderprogramms „Leben und Lernen im Mehrgenerationenkontext“ ist das (Aufeinander-)Treffen der Generationen in Form von Familienpatenschaften. Projektleiterin Beate Reiß vom Eltern-Kind-Zentrum Gleisdorf: „Das Generationenprojekt Familienpatenschaften bietet Familien in all ihrer Vielfalt in belastenden Lebensphasen Unterstützung durch Laien. Gemeinsam mit Fachdiensten und professio-

nellen PartnerInnen sollen Ehrenamtliche als FamilienpatInnen gewonnen, ausgebildet und begleitet werden, damit sie als AnsprechpartnerInnen, HelferInnen und Vertrauenspersonen den Familien beistehen können.“

„NACHBARSCHAFTSHILFE“

Derzeit wird an der Feinabstimmung des Projektes (rechtliche Absicherung der Ehrenamtlichen etc.) und an der Ausschreibung für Familien bzw. Patinnen und Paten gearbeitet. Der Startschuss für das Projekt fällt mit September. Dann werden Ehrenamtliche – die sich je nach selbstgewähltem Zeitraum zur Verfügung stellen – Familien in der Kleinregion Gleisdorf beistehen. Auch hier werden im Sinne des generationenübergreifenden Gedankens „Junge Alte“ tätig sein. Bei den Familienpatenschaften steht nicht professionelle Fürsorge, sondern reflektierte Partnerschaft im Vordergrund. Im Projekt wird mit systematischen Mitteln Nachbarschaftshilfe dort in Gang gesetzt, wo sie nicht selbstverständlich vorhanden ist. Kooperationspartnerin ist die Chance B. Wer Interesse hat, kann sich bereits jetzt beim Eltern-Kind-Zentrum in Gleisdorf melden, den Familien entstehen beim Projekt Familienpatenschaften keine Kosten.

LR Mag. Michael Schickhofer mit den GewinnerInnen bei der GEMEINdeSAM Abschlussveranstaltung im forumKLOSTER in Gleisdorf.



GEMEINdeSAM FÜR KINDER UND JUGENDLICHE!

Von Corinna Steinert

ZUM achten Mal ritterten steirische Gemeinden um den Titel der kinder- und jugendfreundlichsten Region der Steiermark. „Der GEMEINdeSAM-Bewerb“, erklärt Landesrat Mag. Michael Schickhofer, „soll unsere Gemeinden dazu motivieren, Kinder- und Jugendpolitik noch stärker in den Fokus zu rücken und jene Kommunen vor den Vorhang bitten, die sich bereits mit großem Engagement für die Bedürfnisse unserer Kinder und Jugendlichen einsetzen!“ Dieses Jahr richtete sich der vom Land Steiermark, FratzGraz, beteiligung.st, Kinderbüro und LOGO Jugendmanagement ausgerichtete Bewerb an Gemeinden, die 2011 und 2012 GEMEINSAM mit Nachbargemeinden erfolgreich Kinder- und Jugendprojekte initiiert oder bereits umgesetzt haben.

Hundertacht Gemeinden reichten insgesamt 22 Projekte ein. Der Bogen spannte sich von der Gestaltung von Freizeitaktivitäten, dem Aufgreifen jugendrelevanter Themen wie Mobilität, Infrastruktur und Informationspolitik über die Herausgabe von Jugendzeitschriften bis hin zur Einrichtung von Kinderparlamenten. Die Jury aus jugendlichen und erwachsenen ExpertInnen hatte alle Hände voll zu tun, eine Auswahl zu treffen. Klar definierte Kriterien halfen: So war u.a. die Einbeziehung von Kindern und Jugendlichen in Projektplanung und -umsetzung ein wichtiger Faktor.

Am 6. Juni kürte die Jury im forumKLOSTER in Gleisdorf neun Projekte, von denen drei exemplarisch genannt seien: Seiersberg, Lieboch und Pirka überzeugten mit einer Trendsportanlage, die zum Treffpunkt für Jugendliche und Erwachsene geworden ist. Judenburg, Fohnsdorf, Oberweg, Reifling und Zeltweg initiierten ein Jugendinformationsportal und organisieren ein gemeindeübergreifendes Sommerangebot. In Gnas, Aug-Radisch, Baumgarten bei Gnas, Grabersdorf, Kohlberg, Maierdorf, Perlsdorf, Poppendorf, Raning und Unterauersbach vermittelt ein großes Angebot Kindern Freude an Bewegung und Sport. Die GewinnerInnen freuten sich u.a. über GEMEINdeSAM-Statuetten, -Ortstafeln und weitere Sachpreise.

Alle eingereichten Projekte, GewinnerInnen und weitere Information auf einen Blick: www.gemeindesam.org

ZWEI UND MEHR
verlost
20x ENTRITTSKARTEN
von Benediktinerstift Admont
und Grebenzen St. Lambrecht

GEWINNFRAGE:

Wie heißt der Preis, der alle zwei Jahre die kinder- und jugendfreundlichsten Gemeinden und Regionen in der Steiermark auszeichnet?

Die richtige Antwort an gewinnspiel@zweiundmehr.at oder an das Familienmagazin ZWEI UND MEHR, c/o Kinderbüro – Die Lobby für Menschen bis 14 Karmeliterplatz 2/3, 8010 Graz
Einsendeschluss: 31. Juli 2013

LIEBE ELTERN, LIEBE ERZIEHUNGSBERECHTIGTE!



Foto: Gallhofer

Als Landesrat stelle ich die Interessen der Kinder in den Mittelpunkt – und die stehen auch bei dem neuen Steiermärkischen Jugendgesetz, das mit 1. Oktober 2013 in Kraft treten wird, im Mittelpunkt. Seine Kernaufgabe: Unsere Kinder und Jugendlichen vor Gefahren und Einflüssen zu schützen, die sich nachteilig auf ihre körperliche, geistige, seelische, sittliche, ethische, charakterliche und soziale Entwicklung auswirken. Es ist mir ein besonderes Anliegen, unsere Kinder und Jugendlichen für den Umgang mit Gefahren und Risiken zum sensibilisieren –

erreicht werden kann dieses Ziel aber nur durch ein starkes Verantwortungsbewusstsein von uns Erwachsenen. Denn: Sie als Eltern und Erziehungsberechtigte tragen die Hauptverantwortung für Ihre Kinder und legen die Regeln fest – unabhängig vom neuen Jugendgesetz! Deshalb ist es für Sie wichtig, über die neuen rechtlichen Rahmenbedingungen und Konsequenzen Bescheid zu wissen – die wichtigsten Informationen haben wir für Sie zusammengestellt.

Ihr Landesrat Mag. Michael Schickhofer



ZAHLEN UND FAKTEN

AUSGEHEITEN

- **bis** zum vollendeten 14. Lebensjahr von **5 bis 21 Uhr**;
- vom vollendeten 14. bis zum vollendeten 16. Lebensjahr von **5 bis 23 Uhr**;
- **ab** dem vollendeten 16. Lebensjahr **unbegrenzt**; Möglichkeit der Aufsichtsübertragung an Personen über 18 mit schriftlicher Bestätigung.

AUFENTHALTSVERBOTE UND AUFENTHALTSEINSCHRÄNKUNGEN

Bis zum vollendeten 15. Lebensjahr ist der Aufenthalt in Räumen, in denen ausschließlich Unterhaltungsspielapparate betrieben werden, verboten.

Bis zum vollendeten 18. Lebensjahr ist der Aufenthalt für Kinder und Jugendliche

- in Nachtlokalen, Bordellen, Peepshows, Swingerclubs, Sexshops, (Sport-)Wettbüros und ähnlichen Einrichtungen,
- in Lokalen, in denen ausschließlich alkoholische Getränke mit gebranntem Alkohol ausgeschenkt werden, sowie
- in Räumen, in denen ausschließlich Geldspielapparate betrieben werden,

verboten.

ALKOHOL, TABAK UND DROGEN

Bis zum vollendeten 16. Lebensjahr: Alkohol, Zigaretten und andere Tabakerzeugnisse sind verboten.

Vom vollendeten 16. bis zum vollendeten 18. Lebensjahr: Getränke mit gebranntem Alkohol und Spirituosen sind verboten.

Drogen (Haschisch, Kokain, Heroin, Ecstasy usw.) sind in Österreich – auch für Erwachsene – immer **verboten**.

AUTOSTOPPEN

Jugendliche dürfen erst **ab** dem vollendeten 16. Lebensjahr alleine autostoppen.

JUGENDGEFÄHRDENDE MEDIEN UND GEGENSTÄNDE

- Jugendgefährdende Medien (mit kriminellen Handlungen, Brutalität, Diskriminierungen, Pornographie), Gegenstände oder Dienstleistungen dürfen Kindern und Jugendlichen nicht angeboten, vorgeführt oder zugänglich gemacht werden.
- Ebenso müssen Sie darauf achten, dass Ihre Kinder keine diesbezüglichen Medien oder Gegenstände erwerben oder besitzen.

ALTERSNACHWEIS

Alter kann nachgewiesen werden durch (bei Leistungen mit Altersbeschränkung):

- offiziellen Jugendausweis, check.it Karte des Landes Steiermark, Schülerschein;
- Führerschein, Reisepass, Personalausweis.

Der Ausweis muss den Namen, das Geburtsdatum und das Foto des Kindes aufweisen.

STRAFEN FÜR ELTERN UND ERZIEHUNGSBERECHTIGTE

- Verhängung einer Geldstrafe (bis zu € 15.000,-);
- Teilnahme an einer Schulung (bei wiederholter Verwaltungsübertretung des Steiermärkischen Jugendgesetzes innerhalb von 3 Jahren).

STRAFEN FÜR JUGENDLICHE (eine der folgenden)

- Geldstrafe bis zu € 300,-;
- Teilnahme an einem Beratungsgespräch;
- Teilnahme an einer Gruppenarbeit;
- Schulung zum Thema Jugendschutz;
- Erbringung einer sozialen Leistung.



„MASCARA MUSS IMMER DRAUF“

Conchita Wurst nahm sich für ein Interview mit uns Zeit. Sie verrät uns unter anderem, wer ihre absolute Bezugsperson ist, ob sie einmal Kinder möchte, wie ihre Karriere weitergehen wird, wo sie gerne Urlaub macht und wie lange sie täglich vor dem Spiegel steht.

Von Eva Schlegl

Nachdem wir ein Familienmagazin sind, als erste Frage: Bist du ein Familienmensch?

Ich liebe meine Familie, wobei ich sagen muss, dass auch meine engsten Freunde definitiv zu meiner Familie gehören. Meine absolute Bezugsperson ist auf jeden Fall meine Mutter. Viele Probleme bespreche ich zwar nicht mit ihr, weil ich weiß, sie würde sich sonst zu sehr aufregen, aber die wirklich wichtigen Dinge bzw. Veränderungen erfährt meine Mutter vor allen anderen in meinem Umfeld.

Hast du Geschwister?

Ich habe Brüder und auch Schwestern, wobei viele davon nicht blutsverwandt sind, aber da mache ich keinen Unterschied. Meine Freunde sind meine Geschwister. Ich liebe meine „echten“ und „unechten“ Geschwister gleich, alle sind für mich mehr als nur ein Teil meiner Familie, vielmehr bin ich mit jeder/m von ihnen viel tiefer verbunden.

Wie sieht deine eigene Familienplanung aus? Möchtest du Kinder haben?

Ich schließe es nicht aus, eines Tages selbst Kinder zu haben, jedoch bin ich definitiv noch nicht bereit, eine so große Verantwortung zu tragen.

Du machst gerade eine tolle Karriere. Haben es Karrierefrauen schwerer als Karrieremänner?

In der Show-Branche wird einem gar nichts geschenkt, und selbst wenn man es einmal geschafft hat, ist man wahnsinnig schnell wieder am Boden. Man kann sich keinen „Polster“ schaffen, man ist immer nur so gut wie das Letzte, das man abgeliefert hat. Wenn du einmal versagst, musst du von vorne beginnen. Deswegen haben es Frauen wie Männer gleich schwer.

Der erste große Auftritt von Conchita Wurst erfolgte bei der ORF-Show "Die große Chance", dann kam die Vorentscheidung zum Song Contest. Mittlerweile feiert Conchita nicht nur als Sängerin Erfolge.

Kannst du dir vorstellen, Kinder und Karriere unter einen Hut zu bringen?

Ich denke, dass man alles schaffen kann. Ich bin mir aber nicht sicher, ob ich meine Karriere vor mein Kind stellen würde. Aber das sehe ich sowieso erst, wenn es soweit ist.

Wie lautet eigentlich deine Berufsbezeichnung? Was sagst du, wenn du nach deinem Beruf gefragt wirst? Welchen Beruf übst du aus?

Ich bin Künstlerin. Langweilige Antwort, nicht wahr?

Anfangs bist du „nur“ als Sängerin aufgetreten. Mittlerweile wirst du von Jean Paul Gaultier höchstpersönlich zur Fashion Week nach Paris eingeladen, machst super Figur in der Talkshow von Stefan Raab, verzauberst am Wiener Opernball... Was kommt als nächstes?

Ach, das weiß ich selten so genau. Ich bin ganz am Beginn meiner Karriere und versuche, soviel wie möglich auszuprobieren. Ein Selbstfindungsprozess. Vom Singen bis Modeln über Moderation bis zu Schauspiel ist für mich alles möglich.

Wie lange braucht Conchita Wurst jeden Tag vor dem Spiegel?

Das kommt drauf an, wie ich drauf bin. Manchmal bin ich in 30 Minuten fertig, manchmal brauche ich bis zu zwei Stunden, wenn man einen sogenannten „bad hair day“ hat.

Geht Conchita Wurst im Urlaub ungeschminkt aus dem Haus?

Nicht nur im Urlaub... (lacht). Um ehrlich zu sein, gibt es ein Ungeschminkt-Sein bei mir nicht wirklich, weil Mascara immer drauf muss, aber es gibt mich auch leger. Jogging-Anzug und Mütze sind für mich genauso wichtig wie das Abendkleid.

Welcher Urlaubstyp bist du? Wie schaut dein ganz persönlicher Traumurlaub aus?

Hmm..., das ändert sich von Mal zu Mal. Ich liebe es, im Hotel am Pool zu liegen, aber auch ein Camping-Urlaub ist mit mir nicht unmöglich. Wichtig ist jedoch: Wenn ich nach Hause komme, muss ich braun gebrannt sein, sonst habe ich nachwirkend kein Urlaubsgefühl.

Wo geht der nächste Urlaub hin?

Ich habe noch keine Ahnung. Skandinavien reizt mich schon seit Langem.

Wäre ein „Dschungelcamp“ auch denkbar?

Conchita Wurst: (... schmunzelt und schweigt) ...*



Foto: Manfred Baumann

Dein schönster Urlaub/dein schönstes Urlaubserlebnis als Kind?

Meistens war ich im Sommer bei meinen Großeltern, und das war das absolute Highlight des Jahres.

*Anmerkung der Redaktion: Conchita Wurst zieht für RTL ins „Wüstencamp“ in Namibia. Im TV ab 10. Juli zu sehen.

GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN: MIT LUST GESUND ERNÄHREN!



Fotos: Jorj Konstantinov

Mit Spaß und Freude g'sund genießen.

Aus dem Projekt „Gemeinsam g'sund Genießen“ entstand die Elternbroschüre „Gesundes Essen & Trinken für die Obst- und Gemüsetiger von morgen“. Lustvoll vermittelt sie: Gesunde Ernährung macht Spaß!

Von Corinna Steinert

JEDEN Morgen steht Tanja Lackner-Pavicic vor der Herausforderung, eine gesunde Jause für ihre Töchter zu richten. Felicitas (7) und Florentina (4) mögen es gerne „bunt“: Gurke, Tomate oder Paprika, eine Apfelhälfte, ein Brot mit Käse, vielleicht auch ein paar Nüsse und eine Trockenfrucht. „Nicht immer eine leichte Aufgabe“, sagt Lackner-Pavicic, denn auch Abwechslung mögen die beiden.

Mit Interesse nahm sie die Elternbroschüre „Gesundes Essen & Trinken für die Obst- und Gemüsetiger von morgen“ wahr, die sich aus dem Projekt „Gemeinsam g'sund Genießen“ entwickelt hat. Übersichtlich und strukturiert verbindet sie das Wissenswertes mit dem Nützlichen: Neben wichtigen Fakten über die „Baumaterialien“ für das Wachstum von Kindern enthält sie viele praktische Tipps und Ideen, wie man z.B. eine gesunde Jause gestalten oder vermeintlichen Obst- und GemüseverweigerInnen die abgelehnten Nahrungsmittel doch schmackhaft machen kann.

Vor allem vermittelt die Broschüre, dass gesunde und ausgewogene Ernährung keinen Verzicht bedeutet. Im Gegenteil: Sie macht Spaß! Denn Essen ist viel mehr als nur Nahrungsaufnahme: Es ist der Treibstoff für unseren Körper und beeinflusst die Funktionen aller unserer Organe. Zu fettige, salz- oder zuckerhaltige Lebensmittel machen müde und schlapp, doch eine ausgewogene Kost fördert die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit und hält fit und beweglich. Das gilt besonders für Kinder, denn durch gesunde Ernährung bleiben sie „am Ball.“

Zwar sind die meisten ÖsterreicherInnen ernährungsbewusst, doch die Umsetzung fällt oft schwer. „Wir essen noch zu fett“, erläutert Martina Karla Steiner vom Gesundheitsfonds Steiermark, „eindeutig zu salzig und zu wenig Obst und Gemüse.“ Laut Gesundheitsbericht 2010 sind 40 Prozent der SteirerInnen übergewichtig, zehn Prozent davon stark. Für Kinder zeigt der Österreichische Ernährungsbericht 2012, dass 22,6 Prozent der sieben- bis neunjährigen Buben

bzw. 20,7 Prozent der sieben- bis neunjährigen Mädchen übergewichtig bzw. adipös sind. Und: GesundheitsexpertInnen beobachten verstärkt eine Zunahme an übergewichtigen Kindern. Langfristig laufen diese Gefahr, auch als Erwachsene übergewichtig zu sein, und sind somit einem erhöhten Krankheitsrisiko ausgesetzt.

Für Kinder ist das Angebot ungesunder Lebensmittel sehr verlockend. Sie „können zwar ab einem gewissen Alter aufzählen, was nun gesund sein soll und was nicht“, erklärt Steiner, „essen werden sie aber meist lieber das Ungesunde.“ Weil sich Ernährungsvorlieben in der Kindheit verfestigen, ist es wichtig, Eltern umfassende und „unabhängige Information zum Thema Essen und Trinken“ zu bieten: „Mehr (und richtiges) Wissen soll dazu beitragen, die gesündere Wahl zu treffen.“

Die Broschüre macht Eltern Mut, sich für gesunde Ernährung zu entscheiden und sich von schlechteren Gewohnheiten zu trennen. Denn wer gut über die tatsächlichen Nährwerte der als gesund beworbenen Kinderlebensmittel informiert ist, tut sich leichter, sie nicht zu kaufen. Wer weiß, dass Kinder den Sinn für die natürliche Geschmacksvielfalt verlieren, wenn sie zu viele Lebensmittel mit Geschmacksverstärkern und Aromastoffen essen, mag sich überlegen, sie zu reduzieren. Wer sich darüber bewusst ist, dass Kinder ein neues Nahrungsmittel bis zu 16 Mal probieren müssen, bevor sie es akzeptieren, wird einem empörten „das schmeckt mir nicht“ mit Gelassenheit begegnen und es zu einem späteren Zeitpunkt nochmal versuchen.



Weiters erklärt die Broschüre genau, warum es auch aus ökologischer Sicht sinnvoll ist, den Fleischkonsum zu reduzieren und bewusst saisonal und regional zu kaufen, oder warum Ernährung eine wichtige soziale Komponente hat. Links zu weiterführender Information, Rezeptvorschlägen sowie wichtige Kontaktadressen runden die Broschüre ab.

„Gemeinsam g’sund Genießen“ ist ein Projekt des Gesundheitsfonds Steiermark und der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse. Die Finanzierung erfolgt im Rahmen der Vorsorgestrategie der Bundesgesundheitsagentur. Die Broschüre „Gesundes Essen & Trinken für die Gemüsetiger von morgen“ ist unter www.gemeinsam-geniessen.at – Kindergärten und Schulen kostenlos verfügbar, kann aber auch direkt beim Gesundheitsfonds Steiermark bestellt werden.

Gemeinsam g’sund
und fröhlich.



ALBANISCH

Na u bëftë shëndet! Kënaqësia e të ushqyerit të shëndetshëm. - Informacione mbi nismën „Gemeinsam G’sund Geniessen“ -

Ushqimi është më shumë se sa thjesht të hash diçka: ai përfshin aspekte shëndetësore, sociale dhe ekologjike. Ushqimi që ne marrim, është si karburant për trupin tonë dhe ndikon mbi funksionet e gjithë organeve. Duke përgatitur së bashku ushqimin dhe duke ngrënë së bashku vaktet, ne ushtrojmë aftësitë tona sociale. Drekat e darkat festive, përshembull me rastin e Pashkëve ose të Krishtlindjeve, janë pjesë e jetës sonë kulturore. Përpos kësaj ushqimi ka një ndikim të drejtpërdrejtë mbi ambientin rrethues. Duke zgjedhur në mënyrë të vetëdijshme sa herë që shkojmë të blejmë prodhimet rajonale dhe sezonale, ne mund të ndikojmë në mbrojtjen e natyrës që na rrethon. Megjithëse dihen përparësitë e padiskutueshme të një ushqimi të shëndetshëm, shprehinë e të ushqyerit keq zenë fill qysh në moshën fëmijërore. Për këtë arsye nisma „Gemeinsam G’sund Geniessen“ e ndërruar nga „Fondi i Shëndetit“ i Steiermark-ut (Gesundheitsfond Steiermark) sidhe „Sigurimi Shëndetësor i Steiermark-ut“ (Steiermärkische Gebietskrankenkasse) iu drejtohet posaçërisht prindërve dhe edukatoreve të kopështeve dhe të çerdheve, duke iu propozuar atyre ide, se si mund të përgatitet dhe të konsumohet me dëshirë një ushqim i shëndetshëm, edhe kur dita është e ngarkuar me plot punë të ngutshme.

„Endlich Ferien“ ist das Motto für fast alle, wenn der Hochsommer einmal da ist. Das heißt aber nicht, dass es gelegentlich nicht fad werden kann. Damit genau das nicht passiert, gibt es hier ein wenig Anregung zur Beschäftigung – mit Unterhaltungswert für lange Zeit.



ZIELSICHER IN DEN SOMMER!

EINEN BOGEN BAUEN

Bogenschießen schult Konzentrationsfähigkeit, Ruhe, Ausdauer, Kraft und Präzision. Bogen und Pfeile kannst Du selbst herstellen. Du brauchst dazu Zeit, ein gutes Messer mit fest stehender Klinge, eine kleine Säge und eine Holzfeile. Einfacher geht's, wenn Du Dir ein „Reifmesser“ besorgst.

Zuerst lässt Du Dir von Papa, Mama, Opa oder jemandem, der sich ein wenig mit Bäumen auskennt, eine Esche zeigen oder eine Hasel. Die Esche ist besser. Säge einen möglichst geraden Ast ab (ungefähr so lang wie vom Boden bis zu Deinem Hals), der so dick ist, dass Du ihn gut umfassen kannst. Je dünner der Ast, desto weniger Spannkraft hat Dein Bogen und desto weniger Arbeit hast Du. Je dicker, desto stärker wird der Bogen. Aus einer Hasel schneidest Du ein paar dünne, gerade Äste für die Pfeile ab (lang wie Dein Arm) und entfernst überall die Rinde.

Daheim markierst Du mit Deinem Messer das Handstück in der Mitte (Bild 1) Deines Bogens. Nun nimmst Du Dir die „Wurfarme“ ober- und unterhalb des Griffs vor. Und zwar so, dass Du von den Seiten des Bogens, die zu Dir schauen, wenn Du ihn schießend hältst, gleichmäßig Rinde und Holz entfernst (am einfachsten mit dem Reifmesser). Die Wurfarme werden flach (Bild 2). Je mehr Holz Du entfernst, umso leichter biegt sich der Bogen. Dann bearbeite die Enden, damit sie schmal zulaufen (Bild 3). Wenn die Enden so dick sind wie Dein kleiner Finger ist, passt das. Nun machst Du an die Enden mit der Feile Kerben für die Sehne. Zuletzt bearbeitest Du mit der Feile das Handstück, bis es sich richtig in Deine Hand schmiegt.

Wenn Du einen dünnen Bogen gebaut hast, funktioniert als Sehne ein normaler Spagat, den Du so fest knotest, dass der Bogen bogenförmig gespannt ist. Zuletzt schnitzst Du die Pfeile: glätte die Oberfläche möglichst gut, mach mit der Säge eine kleine Kerbe an ein Ende (lass Dir helfen, das ist etwas gefinkelt) und eine leichte Spitze ans andere. Wenn Du ans gekerbte Ende mit einem festen Zwirn noch drei halbe Federn bindest (Bild 4), zum Beispiel von einer Krähe, dann fliegt Dein Pfeil besser. Wenn Du die Spitze in ein Feuer hältst, bis sie heiß ist (aber nicht brennt!), ist sie nach dem Auskühlen härter.

Und nun schnapp Dir eine Zielscheibe (gebastelt aus zusammengeklebten Kartons) oder ein paar Luftballons und versuch Dich dort als Robin Hood, wo sich niemand vor Deinen Pfeilen fürchten muss. Viel Spaß!

Super Anleitungen zum Bogenbau findest Du auf youtube.



WÖRTERSUCHE

Im Urlaub zieht es uns oftmals weg von zu Hause. In unserem Suchrätsel haben wir diesmal Begriffe versteckt, die mit Urlaub und Ferien zu tun haben. Findest Du (kreuz und quer und verkehrt!):

- Garten
- Klettern
- Shopper
- Balkonien
- Badesee
- Italien
- Bibione
- Nasebohren
- Kroatien
- Meer
- Lesen
- Griechenland
- Salzwasser
- Knoten
- Sonnenbad
- Schulfrei
- Spielen

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



KENNST DU DICH MIT DEN STIMMEN DER NATUR AUS?

Der Frühlingsherbst ist eine geniale Zeit, um den Vögeln zuzuhören und sie zu beobachten. Jetzt sind die Zugvögel alle da, haben sich eingewöhnt und vielfach auch schon Nachwuchs bekommen. Wenn Du Lust hast, dann steh einmal ganz früh auf und lausche dem Erwachen der Natur!

1. Wie heißt der erste bekannte Vogel?

- Quetzalcoatlus
- Archeopteryx
- Tyrannus aeris

2. Was ist der größte bei uns beheimatete Vogel?

- Höckerschwan
- Steinadler
- Auerhahn

3. Welcher Vogel ist KEIN Zweigsänger?

- Fitis
- Zilpzalp
- Amsel

4. Welcher Vogel ist der häufigste bei uns?

- Haussperling
- Ringeltaube
- Haushuhn

5. Es gibt einen Vogel, der fliegend schlafen kann und der sowieso fast alles in der Luft macht. Welcher?

- Mauersegler
- Rauchschwalbe
- Wiedehopf

6. Welcher Vogel singt in Deiner Nachbarschaft am schönsten?

- Elster
- Amsel
- Rotkehlchen

7. Welcher Vogel zwitschert „kückliVI kückliVI, tixi-tixi-tixi, PI-äh, trrrü-trrrü-trrrü, tixiFIX, tjü-tjü-tjü, ko-ku-kiKLIX, ko-ku-kiKLIX“?

- Singdrossel
- Mönchsgrasmücke
- Buchfink

8. Welcher Vogel wurde vor vielen Jahren aus Asien zu uns gebracht, damit die Adligen etwas Exotisches zum Jagen haben?

- Wespenbussard
- Fasan
- Pirol

1. Den Tyrannosaurus gibt es als „rex“, aber nicht als Luftvariente. Der Quetzalcoatlus ist einer der größten Flugsaurier gewesen. Der älteste ist aber die Archeopteryx. 2. Der bis zu 5 kg schwere, imposante Auerhahn gibt mit seinem knapp 100 cm Flügelspannweite schon etwas her. Der Höckerschwan ist mit einer Flügelspannweite von 240 cm und bis zu 15 kg Gewicht ein wahrlich mächtiges Tier, da kann nicht einmal der Steinadler mit einer Spannweite von bis zu 225 cm mit – oder der Weißstorch, falls Dir das jetzt einfallen sollte. 3. Zweigsänger sind etwa so groß wie „Spatzen“ (Hausperlinge), sitzen gerne auch Zweigen und singen allesamt schön. Es gibt in Europa 63 Arten, dazu gehören Fitis oder Zilpzalp, nicht aber die viel größere Amsel. 4. Der häufigste, wild lebende Vogel in Europa ist der „Spatz“ genannt, an den Flügeln braun-weiß-schwarz gestreifte Haussperlinge mit seinem aufregenden Gezwitscher aus fast jedem Gebüsch. Der häufigste Vogel ist aber das viel zu oft unter unwürdigen Bedingungen gezüchtete Haushuhn. 5. Der Wiedehopf mit seinem markanten Schopf versteckt sich meistens am Boden. Die Schwalben sind wahre Flugkünstlerinnen, wohnen aber in schalenförmigen Nestern aus Gras und Schlamm. Die Mauersegler mit ihrem Klammerfuß können nicht stehen oder vom Boden starten – sie schlafen im Flug und paaren sich auch fliegend. 6. Das musst Du schon selbst herausfinden! Nur soviele sei verraten: Die Elster kann nicht singen, dafür das Rotkehlchen umso kräftiger und die Amsel umso schöner. 7. Tatsächlich findest Du in Vogelbüchern derartige Beschreibungen von Gesängen und im Vergleich wirst Du wirklich Ähnlichkeiten erkennen. Die kleine Mönchsgrasmücke hat einen wunderbaren, fragenden, aber nicht so vielfältigen Gesang. Der Buchfink singt mit tiefen Tönen eine viel einfachere Variante wie „zit-zit-zit-zit-selt-selt-selt-tit-tit-tit-tit“. So singeweitlich wie gefragt ist – wie ihr Name schon sagt – die Singdrossel. 8. Der sich von Wespen und deren Larven ernährenden Wespenbussard ist im Sommer ebenso schon quasi ewig bei uns heimisch wie der hübsche, gelbe Pirol. Freu Dich, wenn Du den scheuen, flötenden Sängern siehst! Eingebürgert hat man den zu den Hühnern zählenden Fasan.

Antworten:





Thomas Stanzer,
freier Journalist
thomas.stanzer@aon.at

TIPPS FÜR KIDS

KINO



DIE MONSTER-UNI

Glotzkowski ist zurück. Diesmal geht es um die Geschehnisse vor dem ulkigen Einsatz bei der Monster AG. Zusammen mit seinem blauen Zottelfreund Sulley muss das grüne Einauge zuerst einmal die Monster-Uni besuchen, um zu lernen, wie man der perfekte Erschrecker und überhaupt der größte Erschrecker von Monstropolis wird. Und dann gilt es auch noch, sich zusammenzurufen, denn zuerst ist sich das spätere Traumteam unter der bunten Monsterhorde gar nicht grün. Garantierter Lachspaß an Regentagen für die ganze Familie.

GAMES



FINDET NEMO — FLUCHT IN DEN OZEAN

Nun schwimmt der possierliche Clownfisch auch dreidimensional

auf der Spielkonsole. Nintendo hat für den 3DS ein neues Abenteuer rund um Nemo, Dorie, Marlin und Co entwickelt. Diesmal gilt es, der Aquariumsbande aus der Arztpraxis zur Flucht zu verhelfen und die Fische über unzählige Hindernisse zum Korallenriff zu führen. Für zusätzliche Abwechslung sorgen mehr als 20 Minispiele im Spiel. Von der Bundesstelle für Positivprädikatisierung empfohlen für Kinder ab sechs Jahren. Kostet etwa 30 Euro.

SPIELE



SPINNENGIFFT UND KRÖTENSCHLEIM

Wer ein Monster erschaffen will, braucht allerhand Zutaten. Blöd nur, wenn ein Kobold Mäusedreck,

Würgewurzel, Bibberkraut, Krötenschleim und Co versteckt hat. Wer die passenden Zutaten findet, steckt einen Zauberchip in den Hexenkessel. Ist der Kessel voll, steigt ein Ungeheuer empor. Wer ein Monster erweckt, bekommt einen Hexenornden. Wer am meisten Monster und Orden schafft, gewinnt. Das Brettspiel für Kinder von sechs bis zwölf Jahren wurde mit dem Kritikerpreis 2012 ausgezeichnet und kostet knapp 20 Euro.



NEW STYLE BOUTIQUE

Mehr als 12.000 Kleidungsstücke und Accessoires lassen sich in der neuen Style Boutique für den NDS 3D zu individuellen Stilen für Frauen und Männer zusammenstellen. SpielerInnen steigen von der Aushilfe in der Style-Boutique zur Chefin/zum Chef auf. Als StilberaterIn gilt es, die Wünsche der KundInnen zu erfüllen, die Boutique-Einrichtung en vogue zu halten und neue Aufgaben zu lösen, die im Spielverlauf freigeschaltet werden. Das von der Bundesstelle für Positivprädikatisierung empfohlene, sehr umfangreiche Spiel kostet wohlfeile 40 Euro.

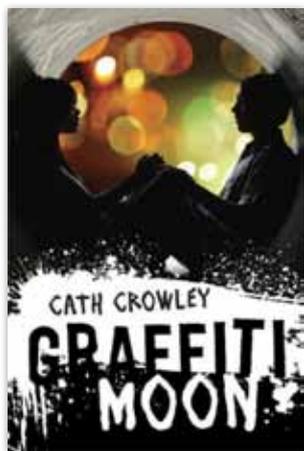
(HÖR)BÜCHER MUSIK



MOZART FÜR KINDER – NACHTMUSIK UND ZAUBERFLÖTE

Wolfgang Amadeus (mehr Spaß macht es,

wenn Du das „eu“ als solches aussprichst) war schon als Kind ein derart musikalisch geniales Kerlchen, dass er die Zuhörenden gleichermaßen begeisterte, wie er die Musikprofis seiner Zeit zur Verzweiflung brachte. Um den jungen Mozart geht es in dieser Buch-CD-Kombination. Begleite ihn bei einer holprigen Kutschenfahrt durch fremde Länder, tanz mit beim Maskenball, sing mit Papagena und tauch ein in das Leben eines Musikgenies aus vergangenen Tagen. Empfohlen ab sechs Jahren, zu haben um rund 20 Euro.



GRAFFITI MOON

Spießigen Erwachsenen sind sie ein Gräuel, für junge Menschen ein Zeichen der Freiheit und ein Mittel der Kommunikation: die kunstvollen Graffitis. So auch für Shadow, dessen gesprühte Botschaften sich tief

in Lucys Herz festgesetzt haben. Ohne ihn zu kennen, muss sie den Sprayer treffen. Dann verspricht ihr der schräge Ed, sie Shadow vorzustellen, und die beiden beginnen eine Reise durch die nächtliche Welt der gesprühten Poesie. 260 eben in deutscher Sprache erschienene Seiten für werdende Jugendliche kosten rund 17 Euro.



LINDSEY STIRLING

So wenig einfallsreich es ist, eine CD nach sich selbst zu benennen, so imposant ist der Inhalt.

Zwölf Titel enthält die erste CD der 26-jährigen Violinistin, der die Kritik bescheinigt, einen neuen Musikstil geschaffen zu haben: mit einer Mischung aus klassischer Komposition, feurigen Rhythmen und Tanzeinlagen. Zu haben um rund zwölf Euro. Wem das nicht reicht, findet auf youtube Stirlings eindrucksvolle Interpretationen der Musik vom Herrn der Ringe, Assassins Creed oder Skyrim.



RICO, OSKAR UND DER DIEBSTAHLSTEIN

Rico wohnt zusammen mit seiner Mama und dem Hund Porsche in einer Wohnung in Berlin. Seit sein Freund Oskar im selben Wohnhaus lebt, ist sowieso alles super. Bis die Buben einen Toten im Stiegenhaus finden, der sich als Nachbar Fitzke entpuppt und der Rico seine Steinsammlung vererbt. Noch bevor sich Rico über die Steine hermachen kann, wird das wertvollste Exemplar gestohlen. Damit beginnt ein Abenteuer, das die beiden weit weg von daheim führt. Spannung, Spaß und Gefühl für Kinder ab zehn als Hörbuch (oder Buch) um rund 15 Euro zu haben.



Bibiana Falkenberg,
Psychologin, Supervisorin und Coach
typischfamilie@zweiundmehr.at

TYPISCH FAMILIE?

FAMILIEN[AUS]ZEITEN

DER Sommer naht und mit ihm die Sehnsucht nach Erholung, Entspannung und dem Auftanken von Lebensenergie. Die zehnjährigen Zwillinge Nina und Florian fühlen sich gehetzt, ausgelaugt und kraftlos. Die Schule nimmt ihre ganze Zeit und Kraft in Anspruch. Schularbeiten und Tests stehen an der Tagesordnung. Die Vorbereitungen dafür lassen kaum Zeit zum Durchatmen. Ihren Eltern ergeht es ganz ähnlich. Berufliche Erfordernisse und das Familienmanagement binden ihre Energien. Immer öfter taucht die Frage auf: Wie können wir es schaffen, mehr Entspannung und Erholung in den Alltag hereinzuholen?

FAMILIENALLTAG

Eltern und Kinder sind gefordert, sowohl die Aufgaben ihrer Lebensbereiche – wie Beruf und Schule – zu bewältigen, als auch die oftmals vorstrukturierten Freizeitprogramme mitzuintegrieren. Es fehlen Zeiten, die keinen Reglementierungen unterworfen und selbst gestaltbar sind, in denen den Alltagsaufgaben bewusst der Rücken zugekehrt wird, um den Blick in Richtung freie Zeit zu verändern. Gibt es diese Zeiten, über die Familien frei bestimmen können, und wenn ja, wie sind diese zu gestalten?

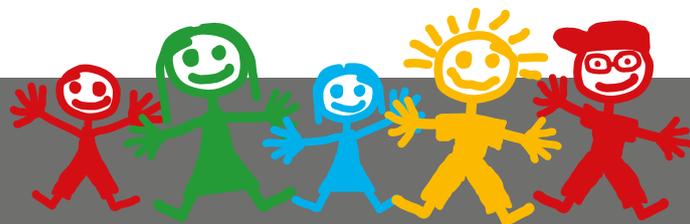
INDIVIDUELLE ANTWORTEN

Bereits die Erkenntnis, frei über Zeit bestimmen zu können, ist ein erster Schritt in Richtung Selbstbestimmung und diese eröffnet Handlungsmöglichkeiten.

„Was möchte ich in dieser Zeit tun, damit ich für mich einen maximalen Wert an Erholung und Entspannung erreichen kann?“ Diese Frage gilt es in einem weiteren Schritt zunächst individuell zu beantworten. Hilfreich kann es sein, sich an Momente und Situationen zurückzuerinnern, die diesem Sehnsuchtswert annähernd nahegekommen sind.

Was waren dafür ausschlaggebende Rahmenbedingungen? Waren es Naturerlebnisse, körperliche Aktivität, Gespräche, spielerische Momente? Welche Bilder tauchen dazu auf?

Sich klar zu werden, „woran ich es merken werde, dass ich mich entspannt, erholt und energetisch aufgeladent fühle und woran es die anderen Familienmitglieder erkennen können?“, ist hilfreich, um sich der Auswirkungen bei sich und im Familiensystem bewusst zu werden. Die Antworten darauf erleichtern die wirksame und nachhaltige Umsetzung.



Wenn Sie Fragen und/oder Meinungen rund um das Thema Familie haben, schreiben Sie an:

typischfamilie@zweiundmehr.at oder an das Familienmagazin ZWEI UND MEHR
c/o Kinderbüro
Karmeliterplatz 2
8010 Graz

UMSETZUNGSMÖGLICHKEITEN

Wenn sich jedes Familienmitglied mit diesen Fragen auseinandergesetzt hat – Kinder sind in der Beantwortung hinsichtlich Kreativität und Spontanität meist gute Vorbilder – geht es um die Umsetzung. Nicht die Realisierung der „einen perfekten Aktivität“ ist von Bedeutung, vielmehr steht die Berücksichtigung der wichtigsten Rahmenbedingungen, die jede/r persönlich braucht, um Entspannung und Erholung erleben zu können, im Vordergrund. Die Ausführungen selbst sollen ein Experimentierfeld bleiben.

Gemütliches Laufen vor der Haustür, Uno-Spiel, Dart-Meisterschaften, „Abtanzen“ im Wohnzimmer, Basketballspiel im Park, Naturerkundung im näheren Umfeld, Tischtennis im Keller, Lesestunde, gemeinsames Musizieren, Faulenzen am Balkon, Yogastunde zuhause, Gespräche beim gemeinsamen Kochen...

Es gibt unzählige Möglichkeiten, Auszeiten zu gestalten – der Fantasie sind hierbei keine Grenzen gesetzt. Wer an welcher Aktivität teilnimmt, ist genauso flexibel handhabbar wie die Aktivität selbst. Es gibt keine Regeln und Vorgaben – Vater und Tochter kochen gemeinsam, die gesamte Familie spielt Monopoly, Mutter und Sohn entwickeln neue „dance moves“ u.v.m.

Unabdingbar ist jedoch, dass jede Aktivität spontan und ohne viel Vorbereitungsanstrengung umgesetzt werden kann. Sobald Hilfsmittel wie zum Beispiel ein Auto benötigt werden, sind sowohl der Zeit- als auch der Erholungswert gemindert.

CHANCEN WAHRNEHMEN

Für Familien sind Entspannungs- und Erholungsoasen deshalb so bedeutsam, weil sie einen Ausgleich für den sonst oftmals kräftezehrenden Alltag darstellen. Charles Kurault, US-amerikanischer Nachrichtenkorrespondent, soll einmal gesagt haben: „Die schönsten Erinnerungen sind stets Erlebnisse, für die man sich Zeit genommen hat. Ich weiß genau, dass ich immer durchs Leben gehetzt bin, zu viel Ungeduld und Rastlosigkeit im Gepäck gehabt, zu viele Chancen verpasst, zu viele wertvolle Menschen im aufgewirbelten Staub übersehen habe.“

Damit der Staub, aufgewirbelt von den täglichen Erfordernissen des Alltags, nicht den Blick für sich selbst und die eigene Familie trübt, bedarf es Auszeiten, über die – frei verfügt und selbstbestimmt – Leben gestaltet und lebbar wird.

TERMINE

MEHR AUF WWW.ELTERNBILDUNG.STEIERMARK.AT

ZWEI UND MEHR-ELTERN TREFF

25. September 2013

Umgang mit Essen – Essverhalten/ Essstörungen

Vivid Fachstelle für Suchtprävention

23. Oktober 2013

Behindert – Was nun, was tun?

alpha nova

18.30 – 20.00 Uhr

Karmeliterhof, Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

Tel. +43 (0)316/877-2222 oder info@zweiundmehr.at

Anmeldung erbeten!

Die Veranstaltung wird von einer Gebärdensprachdolmetscherin begleitet und ist kostenfrei! Änderungen vorbehalten.

hen mit unserem mobilen Infostand in steirischen Einkaufszentren und Sie haben die Möglichkeit, sich vor Ort über Angebote und Serviceleistungen der Familien- & KinderInfo zu informieren.

Kommen Sie vorbei und besuchen Sie uns:

19. Juni: Leibnitz, Bildungshaus Schloss Retzhof, 14.00 – 19.00 Uhr

28. Juni: Murpark Graz, 09.00 – 19.30 Uhr

1. Juli: Voitsberg, NMS Voitsberg, 15.00 – 20.00 Uhr

31. August: Familienspielefest in Passail am Hauptplatz

3. – 7. Oktober: Grazer Herbst Messe

Holen Sie uns in Ihre Region! Information und Anmeldung unter Tel. +43 (0)316/877-2222 oder info@zweiundmehr.at

Änderungen vorbehalten.

ZWEI UND MEHR-FAMILIENTALK

1. Juli 2013

„Elternbildung – Selbstverständlich!?”

18.00 – 20.00 Uhr

im U-Boot (Aquatopia) vor dem Karmeliterhof

Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

Tel. +43 (0)316/877-2222 oder info@zweiundmehr.at

Anmeldung erbeten! Änderungen vorbehalten.

AUSBILDUNG ZUM/ZUR BABYSITTERIN*

Nach reformpädagogischen Grundzügen für kinderfreundliche Menschen ab 15 Jahren.

Dieser Kurs ist gültig für die steuerliche Absetzbarkeit von Kinderbetreuungskosten!

10. – 12.07.2013, EKIZ Graz, Bergmannsgasse 10, 8010 Graz

Tel. +43 (0)316/378140, www.ekiz-graz.at; Anmeldung!

ERSTE HILFE BEI NOTFÄLLEN MIT KINDERN*

Erstversorgung nach Unfällen, Vergiftungen, Kinderkrankheiten, Atem- und Kreislaufprobleme,

Übungen zur Reanimation, Unfallverhütung

23./25.07.2013, 19.00 Uhr, EKIZ Weiz, Resselgasse 6/1

Tel. +43 (0)3172/44606 od. +43 (0) 664/9440142

www.ekiz-weiz.at; Anmeldung!

ZWEI UND MEHR – FAMILIEN- & KINDERINFO ON TOUR – WIR MACHEN MOBIL!

Die ZWEI UND MEHR – Familien- & KinderInfo bietet seit 2013 einen besonderen Service. Wir ste-



REGELN, GRENZEN, RITUALE*

In diesem Seminar erarbeiten wir konkrete Lösungsstrategien, erfahren etwas über bezaubernde Rituale und wirksame Handlungsweisen. 17.09/01.10./15.10.2013, 19.00 Uhr, EKIZ Süd, Römerdorf 2 8435 Wagna, Tel. +43 (0)664/9114080, www.ekiz-sued.at Anmeldung!

DER JAKO-O FAMILIEN-KONGRESS IN BAD ISCHL*

Geballtes Wissen für Eltern: Familie, Erziehung, Schule, Partnerschaft, Gesundheit. 20.10.2013 ab 9.00 Uhr, Bad Ischl Kongress & Theater Haus
Weitere Infos: www.jako-o.at/familienkongress oder Tel. +43 (0)800/22448800

GEWALT UND AGGRESSION — ZEICHEN UNSERER ZEIT?*

Tägliche Meldungen in den Medien und Berichte aus Kindergarten, Schule und Sportverein lassen Eltern besorgt reagieren. Wo geht die Entwicklung der Kinder hin? Geht Konfliktlösung ohne Gewalt gar nicht mehr? Wie kann Familie Halt und Sicherheit vermitteln und wie können Kinder lernen, mit eigener und/oder fremder Aggression umzugehen?
23.10.2013, 18.30 Uhr, Institut für Familienfragen Mariatroster Straße 47, 8043 Graz
Tel. +43 (0)316/386210, www.familienfragen.at Anmeldung!

Immer ein Klick wert: FERIENHITS FÜR GRAZER KIDS!

Ein tolles Service für alle Eltern von Kindern zwischen 6 und 15 Jahren. Einfach reinklicken!

www.graz.at/cms/ziel/4624453/DE

30 JAHRE GROSSE SCHÜTZEN KLEINE

An vier Tagen sind Kinder mit ihren Eltern und Großeltern mit vielen Spielen, Aktivitäten und Überraschungen eingeladen, das Kinderzentrum und die Bärenburg, das Kindersicherheitshaus Graz, zu erkunden.

19.10.2013, 10.00 – 14.00 Uhr	Tiertag
21.10.2013, 14.00 – 17.00 Uhr	Verkehrstag
22.10.2013, 14.00 – 17.00 Uhr	Geschichtentag
25.10.2013, 14.00 – 17.00 Uhr	Sporttag

Im Kinderzentrum im LKH-Univ. Klinikum Graz und BÄRENBURG, Kindersicherheitshaus Graz

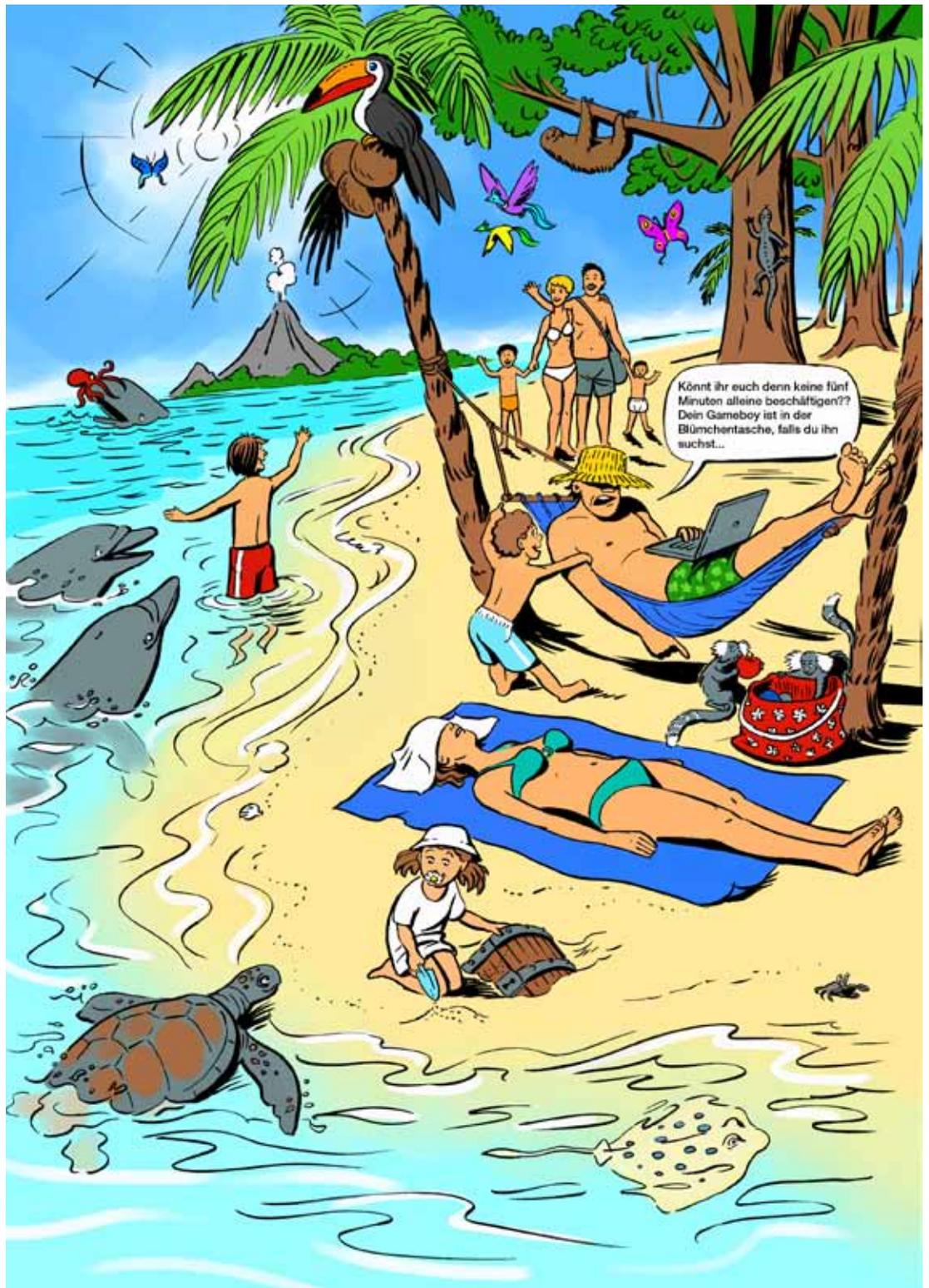
23.10.2013, 19.30 Uhr
Benefizkonzert im Stefaniensaal – Grazer Congress

Weitere Infos: www.grosse-schuetzen-kleine.at oder Tel. +43 (0)316/385-13764

ELTERNBILDUNGSGUTSCHEINE KÖNNEN BEI DIESEN VERANSTALTUNGEN EINGELÖST WERDEN!*

Weitere Veranstaltungen auf www.elternbildung.steiermark.at

** Änderungen vorbehalten!



ECHE MÄNNER GEHEN IN KARENZ!

AM 27. Mai 2013 luden Frauenministerin Gabriele Heinisch-Hosek und der Präsident der Arbeiterkammer Steiermark, Walter Rotschädl, alle „Karenz-papas, Karenzmamas und solche, die es noch werden wollen“ zu einem Beratungstag in die Arbeiterkammer in Graz ein. Die Informations-offensive „Echte Männer gehen in Karenz“ soll, so Heinisch-Hosek, „die Unausgewogenheit zwischen bezahlter und unbezahlter Arbeit ins Gleichgewicht rücken“ und Männer dazu ermutigen, ihren Anspruch auf Väterkarenz wahrzunehmen.

So, wie es Felix Specht bereits getan hat. Für den jungen Vater und seine Partnerin war schon in der Phase der Familienplanung klar, dass sie sich die Karenz teilen wollten – und auch beim zweiten Kind wieder teilen werden. Studien zeigen, dass diese selbstverständliche Inanspruchnahme der Väterkarenz nicht nur der Festigung der Vater-Kind-Bindung dient, sondern auch die partnerschaftliche Beziehung deutlich profitieren kann. Dennoch hat sie sich noch nicht durchgesetzt: Bislang gehen in der Steiermark 4 % der Väter in Karenz, und auch österreichweit sind es nur 4,5 %. Doch das Interesse steigt: Bereits 20 % der

Beratungstätigkeiten der Arbeiterkammer widmen sich der Väterkarenz.

Auch der Beratungstag diente dazu, Eltern umfassend zu informieren und mögliche Bedenken wie Nachteile am Arbeitsplatz oder Schwierigkeiten mit dem Arbeitgeber aus dem Weg zu räumen. Immerhin, erklärte die Frauenministerin, komme die in der Karenz erworbene „Sozialkompetenz im Echtbetrieb auch den Unternehmen zu Gute. Und gerade in Zeiten des Fachkräftemangels sind motivierte MitarbeiterInnen, denen das Unternehmen die Vereinbarkeit von Beruf und Familie ermöglicht, gefragt wie nie.“ Neben Heinisch-Hosek und Rotschädl sprachen Fachreferentinnen zu den Themen Kinderbetreuungsgeld, Karenzmodelle und Kinderbetreuungsmöglichkeiten und standen anschließend für Fragen und individuelle Beratungen zur Verfügung. Weil auch für die Betreuung der Kinder gesorgt war, konnten zahlreiche Mütter und Väter das Beratungsangebot wahrnehmen.

Weitere Information und Kontaktadressen für die Vereinbarung von Beratungsterminen finden Sie unter www.akstmk.at/beratung.htm www.maennerinkarenz.at

AK Vorstandsmitglied E. Aufreiter, AK-Präsident W. Rotschädl, Frauenministerin G. Heinisch-Hosek, Leiterin des AK-Frauenreferates Mag.^a B. Pöcheim



Foto: Fritz Langemann

aktipp



Mag.^a
Bernadette Pöcheim,
Leiterin des
AK-Frauenreferates

Seit 1.1.2010 haben Eltern die Qual der Wahl: Vier pauschale und eine einkommensabhängige Variante des Kinderbetreuungsgeldes (KBG) sind möglich. Welche die beste ist, hängt von der persönlichen Situation ab.

»Qual der Wahl beim Kinderbetreuungsgeld«

Bei den Pauschalvarianten – 12 plus 2 (falls auch der 2. Elternteil KGB bezieht), 15 plus 3, 20 plus 4, 30 plus 6 – gilt die Grundregel: Je länger der Bezug, desto höher der Gesamtbetrag. Wer aber bald darauf ein weiteres Kind plant oder schnell mit einem Gehalt über der Zuverdienstgrenze in den Beruf zurückkehren möchte, wählt eine kürzere Variante. Ab einem Verdienst von 1.400 Euro netto im Monat lohnt sich das einkommensabhängige Kindergeld (12 plus 2), das 80 % des letzten Nettoeinkommens beträgt, mindestens aber 1.000 und höchstens 2.000 Euro. Alle Details zum KBG finden sich auf www.akstmk.at

SPAR 

Natur pur

Bio-Produkte



Exklusiv bei

SPAR 

EUROSPAR 

INTERSPAR 