

02|2023

BURGENLAND FAMILY



Das burgenländische Magazin rund um Bildung, Kinder, Jugend und Familie

ALLES AUF SOMMER

Freizeit-Hits, exklusive Gutscheine
und Gewinnspiele für Familien
ab Seite 10

Hello, Holiday!

Urlaubsplanung
ganz ohne Stress
Seite 12

Mental Load

Tipps für eine gerechte
Arbeitsteilung zu Hause
Seite 14

BURGENLAND
FAMILY
BENEFITS À LA CARD

Vorteile und
Ermäßigungen
Mehr ab Seite 28

mehr wien zum leben.

wienholding

Ein Unternehmen der StöDt#Wien

mehr neugier wecken.



MUSEEN erforschen – Kultur hautnah erleben.

Die vier Museen der Wien Holding – das Mozarthaus Vienna, das Kunst Haus Wien, das Jüdische Museum Wien und das Haus der Musik – machen Kunst und Kultur auf eine ganz besondere Weise erlebbar. Tickets erhältlich bei www.wien-ticket.at oder direkt bei den Museen.

www.wienholding.at





7



12



18

WAS STECKT DRIN?

- | | | | |
|----|---|----|--|
| 4 | KURZ & BÜNDIG
Über Leseförderung
und Robotik-Unterricht | 16 | SERVICE
Eltern-Kind-Zentrum
„Für dich & mich“ |
| 6 | LERNHILFE
Anmeldung für digitale
Sommerkurse läuft | 18 | MEIN BURGENLAND
Unterstützung auf
vier Pfoten mit „Oskar“ |
| 7 | NACHHALTIGKEIT
Schon im Kindergarten
richtig Müll trennen | 20 | LESESOMMER
Tolle Tipps aus der
Bücherei Litzelsdorf |
| 10 | ERFOLGE & FREIZEIT
Vom Familienfest am See
bis zur Inform Oberwart | 22 | FÜR KINDER
Bastelanleitung, knifflige
Rätsel und Rezept |
| 12 | AB IN DEN URLAUB
Tipps für eine
stressfreie Reise | 24 | GEWINNSPIELE
FLIP LAB, Klettergarten,
LeStoff und mehr |
| 14 | MENTAL LOAD
Interview mit Expertin
Barbara Schrammel | 28 | COMMUNITY
Tolle Vorteile mit der
Burgenland Family Card |

Fotos: Büro Winkler, Shutterstock, Getty Images, Carmen Neumann-Strobl

Liebe Familien!

Der Sommer ist eine Zeit der Erholung, des Zusammenlebens und der Abenteuer. In dieser Ausgabe von **BURGENLAND FAMILY** präsentieren wir Ihnen deshalb eine bunte Vielfalt an Ideen und Tipps, die Ihnen dabei helfen sollen, die warme Jahreszeit in vollen Zügen zu genießen. Von Ausflügen in die burgenländische Natur über das Freibad bis hin zum Freizeitpark: Für jede und jeden ist etwas dabei. Besonders günstig wird das Vergnügen mit der Burgenland Family Card und unseren 16 exklusiven Sommergutscheinen (ab Seite 26).

Für viele Kinder und Jugendliche bedeutet der Sommer auch, sich auf das kommende Schuljahr vorzubereiten. Im Burgenland können sie sich wirklich darauf freuen: Denn bei den Lern- und Feriencamps stehen neben den Unterrichtsfächern auch viele Talente- und Begabungsworkshops auf dem Programm. Dieses Jahr erweitern wir das Angebot der Ferienbetreuung an vier Standorten, an denen Kinder mit besonderen Bedürfnissen im Mittelpunkt stehen. Zusätzlich gibt es unter dem Motto „Fit4Future“ (Seite 6) auch wieder die digitale Lernunterstützung – die Anmeldung dafür ist noch bis zum 14. Juli möglich.

Mit unserem facettenreichen Angebot wollen wir nicht nur jedem Kind die bestmögliche Bildung und Entwicklung ermöglichen, sondern auch die Eltern entlasten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihren Liebsten einen wunderbaren Sommer!

Dawelo Hunkler

Daniela Winkler,
Familienlandesrätin



IMPRESSUM

Medieninhaber: Land Burgenland, Europaplatz 1, 7000 Eisenstadt, Tel. 057/600-2523 oder -2785 • **Herausgeber:** Amt der Bgld. Landesregierung, Abt. 9 – Referat Familie, Europaplatz 1, 7000 Eisenstadt, Tel. 057/600-2523 oder -2785 • **Redaktion:** Amt der Bgld. Landesregierung, Abt. 9 – Referat Familie, Mag.ª Olivia Kaiser, Mag.ª (FH) Karin Hübner, posta9-familie@bgld.gv.at • **Konzept und Redaktion:** CRM Medientrend GmbH, Neudorferstraße – Betriebsgebiet 3, 7111 Parndorf • **Geschäftsführung:** KR Gerhard Milletich, Mag.ª Bettina Milletich • **Verlagsleiter:** Christoph Berndl • **Chefin vom Dienst:** Bakk. phil. Bernadette Strobl • **Autorinnen dieser Ausgabe:** Dr. Marion Breiter-O'Donovan, BA Doris Paul, Mag.ª Alexandra Schlömer, MA BA BA Nadja Steiner, Bakk. phil. Bernadette Strobl • **Grafische Gestaltung:** Mag.ª Marion Karasek • **Lektorat:** Mag.ª Daniela Oberhuber, Mag.ª Nicole Salcher • **Herstellung:** Bohmann Repro-Media und Online GmbH, Rechte Wienzeile 31/1, 1040 Wien • **Anzeigenleitung:** Mag. Mauricio Queiruga, Tel. 02166/305 00-831 • **Druck:** Walstead Leykam Druck GmbH & Co KG, 7201 Neudörfel • **Vorteilsgeber:** Für die Richtigkeit der Angaben (im Vorteilsgeber-Teil) wird keine Haftung übernommen. • **Cover:** Getty Images

Sommer, Sonne und Natur pur

Glitzernde Salzkristalle und vor Hitze flimmernde Luft: Der Sommer im Seewinkel hat es in sich! Temperaturen jenseits der 30 Grad und der heiße, trockene Wind sind nicht nur für uns Menschen eine Herausforderung. Bei einer Familienexkursion im Nationalpark Neusiedler See entdecken Groß und Klein gemeinsam mit Ranger*innen, welche Tier- und Pflanzenarten der Hitze des pannonischen Sommers trotzen – zum Beispiel die Schafstelze (Foto). Nächster Termin: 11. Juli, 16.30 bis 18.30 Uhr.

www.nationalparkneusiedlersee.at



Projekt zur Lesefrüherziehung geht in die nächste Runde

Neuaufgabe für das Projekt „Buchstart Burgenland“: Ab sofort erhält jedes burgenländische Kind unter drei Jahren seine eigene Buchstart-Tasche mit einem Pappbilderbuch, begleitenden Informationsbroschüren für Familien sowie „Lese-Goodies“ vom Leseseichen bis zum Türhänger. „Wir wollen die Kinder so früh wie möglich zum Lesen motivieren“, so Landesrätin Daniela Winkler. Jungfamilien können sich die Taschen in allen Mitgliedsbibliotheken der Bibliotheken Burgenland kostenlos abholen. Seit Beginn des Projekts 2014 wurden mehr als 6.000 Taschen verteilt und rund 500 Veranstaltungen zur Lese- und Sprachförderung in den Gemeinden und Bibliotheken durchgeführt.

www.lvbb.bvoe.at

GROSSARTIGE LITERATUR

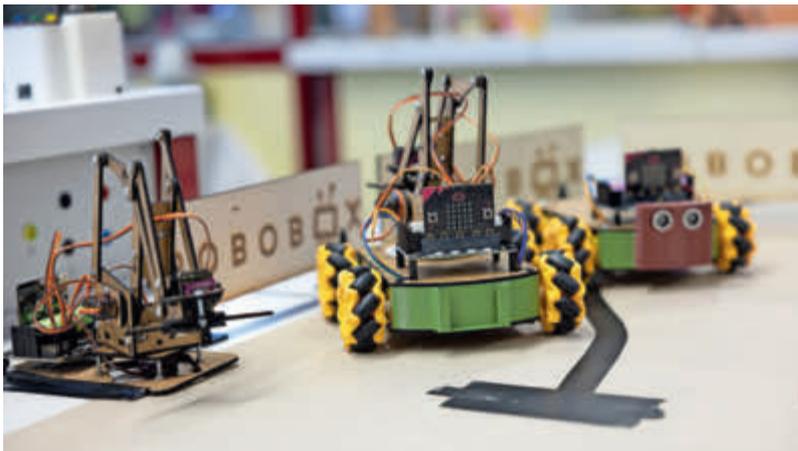
375 Einsendungen zum Thema „Vom großen und vom kleinen Frieden“ sind beim Literaturwettbewerb Goldenes Kleeblatt gegen Gewalt 2022 eingelangt. Landesrätin Daniela Winkler (Foto r.) und Kinder- und Jugendanwalt Christian Reumann (2. v.l.) überreichten den Gewinnerinnen nun im KUGA Großwarasdorf ihre Preise. Auf den ersten Platz schaffte es Birgit Hofmann-Neuhold aus Oberschützen (4. v.l.). Zweitplatzierte ist Stephanie Wimmer aus Korneuburg (6. v.l.), den dritten Preis erhielt Lisa Bolyos aus Nikitsch (4. v.r.).



Fotos: Nationalpark Neusiedler See/M. Gruber und A. M. Seebacher; Getty Images; Bgld. Landesmedienservice, Christoph Novak, Barbara Schrammel, Freepik

HAST DU GEWUSST,**DASS SICH UNTER DEM NEUSIEDLER SEE DAS GRÖSSTE MINERALWASSER-VORKOMMEN EUROPAS BEFINDET?**

Der Neusiedler See ist als größter Steppensee Europas bekannt. Weniger bekannt ist, dass sich unter dem See Mineralwasser befindet – und zwar auf zwei „Stockwerken“. Die obere Ebene reicht bis in eine Tiefe von 150 Metern und liefert hochkonzentrierte Natriumsulfat- und Magnesiumsulfatwässer. Unten, in bis zu 1.200 Metern Tiefe, wurden fluorreiche Kochsalzlösungen gefunden. Verkauft wird das Neusiedler Mineralwasser nicht, es kann aber gekostet werden: bei der „Bartholomeusquelle“ in Illmitz.

**KLEINE ROBOTER GANZ GROSS**

Schon seit 2018 wird „Coding und Robotik“ mit großem Erfolg an burgenländischen Mittelschulen, Polytechnischen und Volksschulen angeboten. Seit Kurzem stärkt auch die Robobox die digitalen Kompetenzen des Nachwuchses: Insgesamt 115 Boxen mit je zehn Lernspielen und sechs Lernrobotern wurden an alle Sekundarstufenschulen ausgeliefert. „Mit der Robobox sollen die Schülerinnen und Schüler hinter die Wirkmechanismen von digitalen Technologien, Programmierungen und den daraus resultierenden gesellschaftlichen Veränderungen blicken“, erklärt PPH-Vize rektor Herbert Gabriel.

**Nachgefragt:
Mental Load****BARBARA SCHRAMMEL**

Psychotherapeutin, Sozialpädagogin, Familienberaterin,
Mitarbeiterin bei „Frauen* beraten Frauen*“

Was versteht man unter Mental Load?

Mental Load meint die Belastung durch die unsichtbaren Aufgaben, die sich in Familien ergeben: Hausarbeit wie etwa Putzen, Kochen, Einkaufen und Care-Arbeit, also das Sich-Kümmern um Kinder oder pflegebedürftige Angehörige. Beim Mental Load geht es nicht nur um die Durchführung von Aufgaben, sondern vor allem um die Denk- und Planungsarbeit dahinter.

Worin liegt dabei die Krux?

Diese Arbeit ist unsichtbar und unbezahlt. Häufig merken Betroffene nicht einmal selbst, wie viel Arbeit sie leisten. Es sind die Tätigkeiten, die nebenher und automatisch passieren und für die es keine Anerkennung gibt. Das kann zu mentaler Überlastung führen, weil die To-do-Liste im Kopf immer länger wird und es schwerfällt, die Kontrolle darüber zu behalten.

Was bedeutet das für Familien?

Ungleich verteilter Mental Load führt häufig zu Konflikten und Frust in der Partnerschaft. Mütter haben oft das Gefühl, dass die Verantwortung für das Familienmanagement bei ihnen alleine liegt, weil Väter oft mehr den Fokus auf den Beruf und die finanzielle Versorgung der Familie legen. Wichtig ist, die Aufgaben innerhalb einer Familie gut zu besprechen und fair zu verteilen.

TIPP

Mehr zum Thema
Mental Load
ab Seite 16

6 BILDUNG

JETZT ANMELDEN!

„FIT4FUTURE ONLINE“:
DIGITALES LERNANGEBOT
VON 7. BIS 18. AUGUST

Neben den Lern- und Feriencamps mit Ganztagsbetreuung gibt es auch heuer wieder „Fit4Future Online“, das kostenlose digitale Lernangebot für burgenländische Schüler*innen von Mittelschulen und AHS-Unterstufen. Wie „Fit4Future Online“ abläuft? Über die Plattform LMS.at vertiefen die jungen Teilnehmer*innen unter fachgerechter Anleitung ihr Wissen in den Fächern Deutsch, Mathematik und Englisch. Ihre Arbeitsaufträge erhalten sie dabei digital, angehende Pädagog*innen unterstützen bei der Bearbeitung in einem Live-Chat.

Eine Anmeldung ist notwendig und noch bis 14. Juli möglich:
www.fit4future-online.at



„FIT4DIVERSITY“ BEI DEN LERN- UND FERIENCAMPS

Mit den Lern- und Feriencamps hat das Burgenland ein beispielhaftes Sommerbetreuungsangebot für Kinder ab dem letzten verpflichtenden Kindergartenjahr bis zur 8. Schulstufe geschaffen. Heuer kommt erstmals der Bereich „Fit4Diversity“ hinzu: An den vier Camp-Standorten Stegersbach, Oberwart, Mattersburg und Frauenkirchen unterstützen Pädagog*innen Kinder mit besonderen Bedürfnissen. Am Vormittag wird einerseits mit- und voneinander gelernt, andererseits individuell und bedürfnisorientiert gearbeitet. Am Nachmittag stehen Bewegung, Kreativität, Wahrnehmungsförderung, Selbst- und Sozialkompetenz sowie vieles mehr auf dem Programm.

www.fit4diversity.at, www.lerncamp.com

Wir schauen aufs Ganze.
Die BIO AUSTRIA Bäuerinnen & Bauern
www.bio-austria.at



Bio = Klimaschutz zum Essen!



Leere, in den gelben Sack geworfene PET-Flaschen sind ein wichtiger Rohstoff für neue Flaschen. Landen sie fälschlicherweise im Restmüll, werden sie verbrannt.



Früh übt sich

Gelber Sack, schwarze, blaue oder grüne Tonne? In Sachen Mülltrennung und -vermeidung setzt das Burgenland schon bei den Kleinsten auf Aufklärung. Alfred Handschuh vom Müllverband über Recycling und Re-Use.

Die bestmögliche Weiterverarbeitung von Müll hängt davon ab, wie er entsorgt wird. Denn alles, was falsch sortiert wird, verbraucht Ressourcen. Alfred Handschuh vom Burgenländischen Müllverband setzt daher auf Aufklärung. „Ob im Kindergarten, in der Pflichtschule oder in höheren Schulen: Unsere Abfallberater sind unterwegs, um Kindern und Jugendlichen das Thema nachhaltig näherzubringen“, sagt der Fachmann.

Verschiedene Workshops

Wie das in der Praxis aussieht? „Mit Workshops über richtiges Trennen wird zumeist gestartet. Mit Themen wie Abfallhierarchie, ökologischer

Fußabdruck, Re-Use, Recycling sowie Schenken ohne Müll geht es weiter in die Tiefe. Auch Kompostpartys werden angeboten. Dabei zeigen wir, wie man einen Komposthaufen richtig aufsetzt“, erläutert Handschuh und ergänzt: „Die Workshops richten sich aber nicht nur an Bildungseinrichtungen, sondern werden auch in Vereinen, Organisationen und Betrieben abgehalten.“

Müll vermeiden

Richtig trennen ist wichtig, Müll vermeiden aber ebenso. Das gilt vor allem für unseren Restmüll. „Alles, was im Burgenland im Restmüll landet, kann leider nicht recycelt werden. Dadurch gehen uns viele wertvolle Roh-

stoffe verloren“, stellt Handschuh klar. „Was den Müll geringer hält? Bewusster Konsum: Ein Zuviel an eingekauften Lebensmitteln sollte man haltbar machen, also etwa einfrieren“, rät er. Auch Re-Use spielt eine große Rolle: „Dinge, die ich nicht mehr brauche und die noch in Ordnung sind, sollten nicht weggeworfen, sondern verkauft werden. Etwa im Internet, am Flohmarkt oder in einem der Re-Use-Shops wie Carla in Eisenstadt und Oberwart.“ Eltern rät Handschuh, das richtige Verhalten vorzuleben und Mülltrennung sowie -vermeidung immer wieder zu thematisieren.

www.bmv.at/service/muelltrenn-abc



» Eltern sollten Mülltrennung und -vermeidung immer wieder thematisieren. «

Alfred Handschuh,
Burgenländischer Müllverband,
Öffentlichkeitsarbeit und Beratung



Tourismus-Chef Didi Tunkel, Landesrätin Daniela Winkler, Bildungsdirektor Heinz Josef Zitz (hinten, v. l.) und die Neusiedler Bürgermeisterin Elisabeth Böhm mit Kindern

Zahlreiche Stationen sorgten für Bewegung, Action und Spaß.



Ein Familienfest der Superlative

Mit einem bunten Programm für Groß und Klein ist das Familienfest im Rahmen des Surf Openings im Strandband Neusiedl über die Bühne gegangen. Am Vormittag tummelten sich rund 460 burgenländische Schüler*innen und probierten die unterschiedlichsten Sportarten von Bubble Soccer bis Cheerdance aus. Der Nachmittag stand im Zeichen von Familien und Kindern. Neben dem Sportangebot sorgten unter anderem eine Hüpfburg, Kinderschminken, ein Riesenrad und eine Flanier- und Shoppingmeile für Unterhaltung. Musikalischer Höhepunkt war die Song Challenge, bei der die fünf besten Bands des Wettbewerbs die 88,6-Bühne rockten. Den Sieg holte sich die Großhöfleinerin Laura Kozul

alias Laura Del Fiore mit ihrem Song „One More Night“. Platz zwei ging an Benjamin Gedeon, Platz drei an Anton Josef. Den krönenden Abschluss des Familienfests bildete schließlich die „Buddy-Party“, zu der das Landesjugendreferat Jugendliche aus allen burgenländischen Gemeinden eingeladen hatte. „Ich freue mich, dass so viele Schülerinnen und Schüler sowie Familien beim Familienfest dabei waren“, sagt Landesrätin Daniela Winkler.





Gelungener Schnuppertag

Von Gesundheit über Schönheit, Soziales und Elektro bis hin zu Tourismus: Beim Begabungs- und Kooperationstag in den Landesberufsschulen Eisenstadt, Pinkafeld und Oberwart erhielten Jugendliche aus Polytechnischen Schulen spannende Einblicke in verschiedene Berufsfelder. „In Zeiten des Fachkräftemangels sind Initiativen wie diese als gute Vorbereitung auf das nahende Berufsleben zu sehen. Wir bilden die Fachkräfte der Zukunft aus, die Polytechnischen Schulen wiederum sind als Bindeglied zwischen schulischer und dualer Ausbildung enorm wichtig“, so Bildungsdirektor Heinz Josef Zitz (3. v. r.). Auch Landesrätin Daniela Winkler (4. v. l.) zeigte sich begeistert.



AUFTAKT MIT POMP & TRARA

Beim Hauptevent der „Woche der Familie“ in Oberschützen ging es musikalisch zur Sache: Passend zum Motto „Lieder bauen Brücken“ präsentierten Kinder und Jugendliche Lieder und Tänze. Um Gesang und Tanz drehte sich auch das bunte Nachmittagsprogramm für Familien und Kinder. Geboten wurden aber auch Spiele, eine Hüpfburg, Kinderschminken und eine Führung im Museum Oberschützen. Mit dabei: Singer-Songwriterin „Die Mayerin“, Landesrätin Daniela Winkler und Sepp Gmasz (v. l.), Vorsitzender der Allianz für Familien.

ASTRO

Shopping of Generations



Holen Sie sich jetzt Ihre persönliche Kundenkarte!

www.astro-modehaus.at

Ihre

Vorteile

mit der *ASTRO* Kundenkarte:

- Ende des Halbjahres bis zu 8% Bonus
- Sie sparen bei jedem Einkauf 10%
- Weiterempfehlen wird belohnt!
Freundschaftswerbung ausfüllen,
dann 25% auf Lieblingsteil erhalten!

Fantastische Erlebnisse in der Burg Forchtenstein

Das Kinder- und Familienkulturfestival „Burg Forchtenstein Fantastisch“ startet in die neue Saison. An vier Ferienwochenenden von 8. bis 30 Juli lädt Burgmaus Forfel dazu ein, mehr als 30 Stationen in historischer Atmosphäre zu erkunden. Zu den diesjährigen Highlights zählen das Mitmachtheater im Burgkeller, das Puppentheater für die Kleinen, die Zunftstraße, eine Bio-Backstube, eine Bastelwerkstatt, Bogenschießen, das Musical „Rups, der kleine Ritter“, ein Streichelzoo und vieles mehr. Mit der Burgenland Family Card gibt es 10 Prozent Ermäßigung auf den Eintritt, am Familientag am 23. Juli mit Landesrätin Daniela Winkler sogar 50 Prozent.

www.forchtenstein-fantastisch.at



TIPP

Ermäßigungen mit der kostenlosen Burgenland Family Card sichern:
www.familienland-bgld.at



FAMILIENFEST AUF DER INFORM

Der 30. August steht auf der Inform Oberwart ganz im Zeichen der Familien. Landesrätin Daniela Winkler (auf dem Foto hinten r.) und das Familienreferat des Landes laden an diesem Tag zu einem großen Fest auf dem Messegelände ein. Besitzer*innen der Burgenland Family Card erhalten freien Eintritt und kommen so kostenlos in den Genuss von jeder Menge Attraktionen: Neben dem ASKÖ-Bewegungsfest mit vielen Mitmachstationen, Kinderschminken, Zaubershows, Vorführungen im „Mobilen Planetarium“ und Gratis-Fahrchips für die Fahrgeschäfte beim Stand des Familienreferats gibt es auch Live-Erziehungstipps von Expert*innen.

Tipp: Schicken Sie Ihre Erziehungsfragen vorab an post.a9-familie@bgld.gv.at und hören Sie sich die Antworten live auf der Inform Oberwart an.

www.inform-oberwart.at



ALLE HITS AUF EINEN BLICK

Mit den Ideen und Tipps von der Website des burgenländischen Familienreferats wird der Sommer ganz bestimmt nicht langweilig: Die interaktive Landkarte für Familien zeigt Ausflugsziele vom Freibad bis zum Alpakahof, Spielplätze sowie Beratungsstellen, Eltern-Kind-Zentren und Stillgruppen an. Und der Familienkalender gibt einen wunderbaren Überblick über kommende Veranstaltungen im Burgenland – einen kleinen Vorgeschmack gibt es in der Spalte rechts.

www.familienland-bgld.at

TERMINE

Yoga für Schwangere

26. Juni und 24. Juli, jeweils 8–9.15 Uhr
EKIZ Schattendorf
Fabriksgasse 44, 7022 Schattendorf
Anmeldung unter Tel. 0650/560 90 81

Beckenboden-Yoga

26. Juni und 24. Juli, jeweils 9.20–10.35 Uhr
EKIZ Schattendorf
Fabriksgasse 44, 7022 Schattendorf
Anmeldung unter Tel. 0650/560 90 81

Stillgruppe Neusiedl

29. Juni, 9–11 Uhr
Villa Hase, Raiffeisenplatz 11, Stiege 1, Tür 1
7121 Weiden am See
Anmeldung & Details: Tel. 0664/653 01 40,
neusiedlersee@lalecheliga.at

Rotahandling

23. September, 9.30–11 Uhr
Vortrag, Diskussion
Volksbildungswerk, Joseph-Haydn-Gasse 11
7000 Eisenstadt
Infos unter Tel. 02682/622 82

www.familienland-bgld.at/familienkalender



Kletterabenteuer auf dem Hirschenkogel

Im Waldseilgarten gleich bei der Kabinenbahn-Bergstation am Gipfel des Hirschenkogels geht es hoch hinaus: Sechs Parcours auf verschiedenen Ebenen sorgen für abwechslungsreichen Kletterspaß, der ganz nebenbei Gleichgewicht, Motorik und Geschicklichkeit schult. Wer nach dem Abenteuer im Waldseilgarten noch nicht genug hat, wagt den freien Fall von der Millenniumswarte, schaut beim Hirschi-Spielplatz für die Kleinsten vorbei oder kurvt von der Bergstation mit dem Mountaintart oder dem Bike ins Tal.

www.semmering.com



meine
sonnenterme

Magic Summer
von 3. Juli
bis 10. September

mit Star-Illusionist Sven Alexiuss

Österreichs bestes Sommer Programm für Familien in der Sonnentherme Lutzmannsburg

Tolle Programme & Events • Mehr als 75 einzigartige Bühnen- & Showerlebnisse • Star-Illusionist Sven Alexiuss • Zahlreiche bekannte Magier, Kinderzauberer, Musical Hits u.v.m. • Mega Rutschen Spaß & coole Wasserattraktionen • **Rutschwettbewerb „Speed Contest“ am 15.07.2023**



www.sonnenterme.at



Fit für den Urlaub



Damit der wohlverdiente Urlaub sowohl für Eltern als auch für Kinder zum entspannten Familienhighlight wird, gibt es ein paar Dinge zu beachten. Die wichtigste Regel: kein Stress!

.....

Jedes Familienmitglied hat so seine eigenen Vorstellungen vom perfekten Urlaub. Gerade bei den Jüngsten kommt aber noch Heimweh hinzu – und das sollte man keinesfalls unterschätzen: Früher oft belächelt, ist mittlerweile bewiesen, dass Heimweh nicht nur psychische, sondern auch körperliche Auswirkungen haben kann. Nämlich etwa Bauchweh, Übelkeit und Kopfschmerzen. Heimweh entsteht aus einer Mischung aus gefühlter Einsamkeit, Absenz der gewohnten und geliebten Umgebung und gleichzeitig der Herausforderung, mit etwas Neuem umgehen zu müssen. Was fast immer hilft: ein Ernstnehmen der Gefühle und Abwechslung im Programm wie gemeinsame spannende Freizeitaktivitäten sowie am Abend im

Hotel zusammen den Lieblingsfilm am Laptop anzuschauen.

Der Stress bleibt daheim

Eine klassische Stolperfalle ist der Umstand, dass Erwachsene den Urlaub gerne generalstabsmäßig durchplanen. Faustregel: Ein Drittel von dem, was man eigentlich vorhat, reicht auch. Dazukommt, dass die ganz Kleinen eine kürzere Aufmerksamkeitsspanne haben und dazwischen einfach gern mal für eine Stunde ihr näheres Umfeld begutachten wollen. Diesem Wunsch sollte man nachkommen. Auch ratsam ist, das geplante Programm nicht durchzupeitschen, sondern selbst ein paar Gänge herunterzuschalten. Die Mona Lisa hängt auch in fünf Jahren noch im Louvre. Und wenn nicht: Pech



für Mona. Ein kleiner Trick beim Reisen ist, das Kind die Sehenswürdigkeiten aussuchen zu lassen, die man besucht.

Kinder lieben Abenteuer

Mittlerweile bieten viele Destinationen Rätselrallyes, Schnitzeljagden und spannende Erkundungstouren mit dem Fahrrad an, die auf Kinder ab dem achten Lebensjahr zugeschnitten sind. Auskunft darüber geben die jeweiligen Tourismus-Websites. Jedenfalls ist alles, bei dem Kinder aktiv mitmachen können, unterhaltsamer als Eltern, die stundenlang in der Sonne liegen wollen. Der gelungene Familienurlaub beginnt übrigens schon mit der Anreise: Pausen zu machen und nach Möglichkeit interessante Zwischenstopps einzuplanen, sorgt für entspannte Kids und fröhliche Eltern. Dann kann es ja losgehen – viel Spaß im Urlaub!

REISEAPOTHEKE

CHECKLISTE VOR DEM
URLAUB DURCHGEHEN:

Anderes Klima, ungewohntes Essen, neue Umgebung: kein Wunder, dass im Familienurlaub Durchfall, Erkältungen, Insektenstiche und Sonnenbrände keine Seltenheit sind. Vom Pflaster bis zum Mückenschutzspray: Was auf der Reise mit Kind und Kegel nicht fehlen sollte, zeigt die Checkliste auf.

www.gesundheit.gv.at



SOMMERSPASS IM FAMILYPARK

Mehr als 31 Fahrgeschäfte sowie Spiel- und Kletteranlagen sorgen im Familypark in St. Margarethen für unvergessliche Momente. An heißen Sommertagen bieten sich die Wasserattraktionen ganz besonders an – zum Beispiel die fliegenden Fische, die Krokobahn, Neptuns Wasserwelt oder das Wasserwerk. Auch Österreichs größte Wildwasserbahn Biberburg mit Riesensplash steht ganz oben auf der Liste der coolsten Familypark-Abenteuer. Also: Badehose einpacken und losgeht's!

www.familypark.at

BURG FORCHTENSTEIN FANTASTISCH

FORFELFON: 02626/63125




8. Juli - 30. Juli 2023
Sa & So, 10 - 18 Uhr
www.forchtenstein-fantastisch.at

GUTE ABSPRACHE IST ESSENZIELL

In Österreich ist die unbezahlte Care-Arbeit in Familien noch immer überwiegend Frauensache. Hinter all den Tätigkeiten im Familienalltag steht unsichtbare Denk- und Planungsarbeit, auch „Mental Load“ genannt.



» Der erste Schritt zur Veränderung ist, sich die mentale Last überhaupt bewusst zu machen. «

**DSP Barbara Schrammel, MSc
Psychotherapeutin, Sozialpädagogin
und Familienberaterin**

Es ist die nie endende To-do-Liste im Kopf, die überfordernd und belastend ist und zu Konflikten und Frustration in der Paarbeziehung führen kann. Burgenland Family hat Psychotherapeutin Barbara Schrammel zu diesem Thema befragt. Sie ist Sozialpädagogin, Familienberaterin, Mitarbeiterin bei „Frauen* beraten Frauen*“ und Mutter von zwei Töchtern.

Burgenland Family: Worin genau liegt die Problematik beim Thema Mental Load?

Barbara Schrammel: In der Regel trägt die Person den Mental Load, die ihre Erwerbsarbeit zugunsten der Familienarbeit zurückstellt. Das sind hierzulande meistens die Frauen. Ein Beispiel: Mit einem Kind zum Kinderarzt zu gehen, ist die Durchführung der Tätigkeit. Einen Termin zu vereinbaren, sich Gedanken darüber zu machen, ob und was geimpft werden soll, zu wissen, wo sich die e-card und der Impfpass befinden, und im Kindergarten Bescheid zu geben, dass das Kind später kommt – das sind die unsichtbaren Denkaufgaben dahinter. Im Alltag mit Kindern gibt es von diesen Denkaufgaben täglich jede Menge.

Also fühlen sich Frauen mehr verantwortlich als Männer?

Ja. Frauen haben oft das Gefühl, dass ihre innere To-do-Liste endlos ist. Außerdem fühlen sie sich oft zuständig für die Gefühlsarbeit. Beispiele für Gefühlsarbeit sind etwa, sich Gedanken über die sozialen Kontakte der Kinder zu machen, für Harmonie in der Familie zu sorgen oder sich zu überlegen, was wem Freude bereiten könnte, damit sich alle wohlfühlen. Die Betroffenen vollziehen also permanent einen inneren Rollenwechsel mit allen nahestehenden Personen, um zu merken, was diese brauchen. Häufig werden dann die eigenen Bedürfnisse zugunsten der anderen zurückgesteckt.

Welche Folgen kann diese mentale Last haben?

Meist merken Mental-Load-Trägerinnen und -Träger selbst nicht einmal, wie viel Arbeit sie leisten. Die To-dos im





Das Besprechen der Aufgabenverteilung ist essenziell in einer Partnerschaft.

MEHR DAZU
im Video zum
Webinar „Mental
Load“ auf

www.familienland-bgld.at

Kopf werden immer mehr, die eigenen Bedürfnisse werden häufig ignoriert, um möglichst gut für alle anderen zu funktionieren. Dies führt nicht selten zu mentaler Überlastung, welche wiederum zu Erschöpfung, depressiven Symptomatiken bis hin zu Burn-out-Symptomen führen kann.

Was kann man tun, damit nicht alles an einer Person hängen bleibt?

Der erste Schritt zur Veränderung ist, sich die eigene mentale Last überhaupt bewusst zu machen. Wichtig ist, selbst zu erkennen, was man alles leistet. Betroffene sollten jedes To-do aufschreiben, welches ihnen im Laufe des Tages einfällt. So wird das Ausmaß der Denkarbeit sichtbar. Danach sollten sie mit ihrem Partner oder ihrer Partnerin über ihre Belastung sprechen. Passt die Rollenverteilung noch für beide, so wie sie ist? Im Internet gibt es zahlreiche Mental-Load- und Haushaltslisten, die ge-

meinsam ausgefüllt werden können und die Aufgabenverteilung erleichtern. Wichtig dabei ist, nicht nur die Tätigkeiten aufzuteilen, sondern auch die gesamte Verantwortung dafür zu übergeben.

Wie sorgt man für eine gerechte Aufgabenverteilung innerhalb der Familie?

Man könnte ein Mal in der Woche die Aufgaben und Termine für die nächste Woche mit der Partnerin oder dem Partner absprechen. Dabei müssen die Aufgaben nicht unbedingt 50:50 geteilt werden. Wichtig ist, dass es sich fair anfühlt und nicht eine Person allein überlastet ist. Das Konzept von wirklich gleichberechtigter Elternschaft sieht ein möglichst ausgewogenes Verhältnis von beiden Elternteilen zwischen Erwerbsarbeit, Hausarbeit, Kinderbetreuung und Erziehung sowie persönlicher Freizeit vor.

HILFE ERHALTEN

„MENTAL LOAD UND GLEICHBERECHTIGTE ELTERN SCHAFT“

Der Verein „Frauen* beraten Frauen**“ bietet zum Thema „Mental Load und gleichberechtigte Elternschaft“ Einzelberatungen, Paarberatungen und auch Vorträge und Workshops für Paare und Multiplikator*innen an.

www.frauenberatenfrauen.at/gruppen.html



FÜR ELTERN UND KINDER

Das Eltern-Kind-Zentrum „Für dich & mich“ in Großpetersdorf hat sich zur Aufgabe gemacht, kindgerechtere und familienfreundlichere Lebensverhältnisse zu ermöglichen.



» *Das Eltern-Kind-Zentrum ist ein voller Erfolg und wird in der Region sehr gut angenommen.* «

Mag.^a Olivia Kaiser, Vorsitzende Eltern-Kind-Zentrum Großpetersdorf

Seit Sommer 2022 gibt es das Eltern-Kind-Zentrum „Für dich & mich“ – und Familien nehmen es begeistert an, freut sich Vorsitzende Olivia Kaiser: „Das Zentrum ist eine Anlaufstelle für Familien. Ein Begegnungsort, an dem sich Mütter, Väter, Großeltern und Kinder – möglicherweise mit Fachpersonen – treffen, sich austauschen und gemeinsame Zeit verbringen. Es unterstützt Eltern und Familien in der Gemeinde und mittlerweile in der gesamten Region bestmöglich bei den herausfordernden Aufgaben des Elternwerdens und Elternseins“, erklärt sie.

Buntes Programm

Nicht nur auf die Bedürfnisse der Eltern wird dabei eingegangen, mindestens genauso wichtig sind auch die der Kinder. „Über das ganze Jahr werden un-

terschiedliche Schwerpunkte gesetzt. Innerhalb weniger Monate konnte das Team ein abwechslungsreiches Programm auf die Beine stellen“, so Olivia Kaiser. Das Programm kann sich in der Tat sehen lassen: Vom monatlichen Babytreff mit Hebamme über das Basteln und Backen zu besonderen Anlässen bis hin zu Rückbildungsgymnastik-, Geburtsvorbereitungs- und Kindernotfallkursen spannt sich der Bogen der Angebote.

Bewegung und Erfahrung

Ebenfalls hoch im Kurs stehen das Kinder-Waldyoga mit Kinesiologin, die Kräuterwanderung für Kinder sowie die spannenden Vorträge und Workshops, die das Zentrum anbietet. Klassiker wie einen Besuch vom Nikolaus oder den Kinderfasching, der heuer mit mehr als 300 Besucher*innen ein voller Erfolg war, findet man natürlich auch im Programm.

Telefon 0676/798 82 18

grosspetersdorf@kinderfreunde.at

[www.facebook.com/](https://www.facebook.com/EKIZGrosspetersdorf)

EKIZGrosspetersdorf



BESTENS GEWAPPNET

Welche Gefahr geht von einer Kerze aus? Was tun, wenn es brennt? Im Rahmen der Initiative „Gemeinsam. Sicher. Feuerwehr“ stellt die Feuerwehr Lehrkräften und Eltern wichtige Informationen zum Thema Brandsicherheit und Katastrophenschutz zur Verfügung. „Es geht darum, dass die Kinder lernen, wie sie im Alltag mit den Themen Brandverhütung und Alltagsgefahren umgehen“, umreißt Landesrätin Daniela Winkler die Ziele des Projekts. An den Lehrplan anknüpfend, wurden verschiedene Unterrichtsmaterialien entwickelt, die auf Lernplattformen und in ausgedruckter Form bereitstehen.

www.gemeinsam-sicher-feuerwehr.at



Online-Erziehungstipps

Elternsein ist ein Geschenk – und manchmal auch schwierig. Für Unterstützung sorgen die kostenlosen Webinare im FamilyWeb des burgenländischen Familienreferats. Expert*innen geben dabei Antworten auf Fragen zu Erziehung, Finanz- und Rechtsthemen. Nächster Termin: „Gleichberechtigte Elternschaft leben“ mit Familienberaterin Barbara Schrammel (27. Juni, 19.30–21 Uhr). Tipp: Webinar-Termine, die bereits stattgefunden haben, sind als Videos auf der Website abrufbar.

www.familienland-bgld.at/family-web

TOP-BERATUNG

FÜR FAMILIEN GIBT ES DAS GRATIS-BERATUNGSANGEBOT DER LANDESREGIERUNG:

Frauenkirchen

Amtshausgasse 5, 7132 Frauenkirchen
Mittwoch 16–18 Uhr
Terminvereinbarung unter
Telefon 0699/11 31 97 38
familienberatung.frauenkirchen@familienland-bgld.at

Mattersburg

Angergasse 1, 7210 Mattersburg
Mittwoch 17–19 Uhr
Terminvereinbarung unter
Telefon 0664/882 913 06
familienberatung.mattersburg@familienland-bgld.at

Oberwart

Hauptplatz 1, 7400 Oberwart
Mittwoch 17–19 Uhr
Terminvereinbarung unter
Telefon 0664/882 913 06
familienberatung.oberwart@familienland-bgld.at



Psychologin
Julia Groll und
ihr Hund Oskar

UNTERSTÜTZUNG AUF VIER PFOTEN

Das Krisenzentrum in Mörbisch bietet Kindern und Jugendlichen in Situationen der akuten Gefährdung eine vorübergehende Unterbringung. Darum kümmert sich im „Haus Ulrike“ ein multiprofessionelles Team der Sozialen Dienste Burgenland.

Teil dieses Teams ist die Klinische Psychologin Julia Groll. Die aus Bayern stammende Wahlburgenländerin kann bei ihrer Tätigkeit mit den Kindern und Jugendlichen auf eine ganz besondere Unterstützung zählen: Ihr einjähriger Labrador Oskar absolviert zurzeit die Ausbildung zum Therapiebegleithund. Freudig und unvoreingenommen, wie Oskar uns bei unserem Besuch begrüßt, sorgt er auch bei den

jungen Bewohner*innen für eine positive Stimmung. „Alleine die Anwesenheit von Oskar bringt schon viel, da er immer wertungsfrei ist. Bei schüchternen und verschlossenen Kindern ist er ein idealer Eisbrecher. Außerdem bewirkt das Streicheln eines Hundes unter anderem die Reduktion von Stresshormonen“, erklärt Groll, während es sich Oskar am Boden zwischen unseren Stühlen gemütlich macht.

Schutz und Sicherheit

Bei ihrer Tätigkeit bespricht Julia Groll mit den Kindern und Jugendlichen die Themen, die diese mit ins Krisenzentrum bringen, und klärt ab, ob eine Depression oder ein Trauma vorhanden ist. Dabei sei wichtig, dass Sorgen und Ängste der jungen Menschen ernst genommen werden. „Zusätzlich müssen sie das Gefühl haben, dass sie hier geschützt und in Sicherheit sind. Gerade bei Erfahrungen mit Gewalt ist dies essenziell“, sagt Groll. Der Tagesablauf der jungen Bewohner*innen wird dabei so normal wie möglich gestaltet. Mit Frühstück, Kindergarten bzw. Schule, Hausaufgabenmachen, Freizeitbeschäftigung, Ruhestunden und gemeinsamem Abendessen bekommen die Kinder und Jugendlichen eine geordnete Tagesstruktur. Zusätzlich wird mit dem Team des Krisenzentrums die eigene Biografie aufgearbeitet und es werden Zukunftsperspektiven für die Zeit nach dem Aufenthalt entworfen.

Auf die Frage, warum sie sich für einen Begleiter mit vier Pfoten entschieden hat, lacht die Psychologin und zitiert einen Spruch, den sie vor einiger Zeit in ihrem Kalender stehen hatte: „Gib dem Menschen einen Hund und seine Seele wird gesund.“ Dem können wir nach unserem gemeinsamen Termin nur zustimmen.

www.meinburgenland.at



Burgenland
Energie

BE READY

Bessere Energie für alle.

HITS AUF PAPIER

Von der atemberaubenden Natur bis zur musikalischen Reise um die Welt: Mit diesen Büchern wird der Tag zum Abenteuer. Burgenland Family verlost je drei Exemplare.

HÖRST DU DIE MUSIK AUS ALLER WELT?

Marion Billet



Fischer Sauerländer
12,40 Euro
ISBN 978-3-7373-5221-5

In diesem interaktiven Pappbuch für die Kleinen ist was los. Der Dudelsack spielt ein schottisches Volkslied, eine chinesische Geigenmelodie erklingt, die spanische Flamencogitarre klimpert. Die leuchtenden Bilder laden auf eine musikalische Reise um die Welt ein, auf der jede Seite mit einer passenden Melodie untermalt wird. Durch einfaches Berühren können die Kinder die auf jeder Seite integrierten Soundchips aktivieren und dann den Musikinstrumenten wie Bongos, Mundharmonika, Gitarre und vielen mehr lauschen. Stundenlanges Beschäftigungsspaß mit hitverdächtigen Melodien zum immer wieder Anhören.

MITSPIELEN UND BUCH GEWINNEN!

Du willst eines der Bücher gewinnen? Einfach auf www.familienland-bgld.at/gewinnspiel das Gewinnspielformular mit dem gewünschten Buchtitel ausfüllen und mit etwas Glück bekommst du bald spannenden Lesestoff von uns zugeschickt. Die Teilnahme ist bis **13. August 2023** möglich.

GEWINN

BRUNO WILL HOCH HINAUS

Sabine Ziegelwanger | Flo Staffelmayr | Anna Horak (Illustr.)



Achse Verlag
22 Euro
ISBN 978-3-903408-01-2
Ab 4 Jahren

Warum wird ein Penis manchmal größer und fest? Warum tut ein Schlag in die Hoden so weh? Pimmel, Schwanz, Glied – wie nennst

du den Penis? Bruno träumt davon, mit einer Rakete ins All zu fliegen. Auf seiner Erkundungstour lernt er viel über den eigenen Körper, im Besonderen über den Penis und die Hoden. Kindgerecht wird mit Mythen und Klischees gebrochen, Wissen vermittelt und ein positiver Zugang zum Körper und Penis geboten.

Die Bücher von Ingrid Hochwarter aus der Bücherei Litzelsdorf ausgewählt.

www.litzelsdorf.bvoe.at

Infos zu allen

burgenländischen

Büchereien unter:

www.bibliotheken-burgenland.at



SEERÄUBERMÄDCHEN UND PRINZESSINNJUNGE

Nils Pickert | Lena Hesse



Carlsen Verlag
14,40 Euro
ISBN 978-3-551-52195-8
Ab 5 Jahren

Mara ist ein echtes Seeräubermädchen: Sie hat drei Enterhaken, einen Hund namens Landratte und sie stürmt durch ihr Leben. Milo ist ein Prinzessinnenjunge: Er besitzt drei Krönchen, eine

Puppe namens Lulu und er tanzt durch seinen Alltag. Mit Mara sticht Milo in See. Von Milo lernt Mara, dass manches besser wird, wenn es glitzert. Doch eines Tages fährt Mara mit ihrem Papa ans echte Meer, um Urlaub zu machen. Ein zauberhaftes Buch gegen Geschlechterklischees und über eine große Freundschaft.

ICH ZEIG DIR MEINE WELT

Nicola Edwards | Andrea Stegmaier (Illustr.)



Penguin München
16,50 Euro
ISBN 978-3-328-30079-3
Ab 6 Jahren

Wo essen Kinder Fisch zum Frühstück? Wo schlafen sie in einer Hängematte und wo auf einem gemauerten Ofen? Wie sagt man „Bitte“ auf Samoanisch und „Danke“ auf Griechisch? Wo fahren die Schüler*innen mit einer Drahtseil-Rutsche in die Schule? Und wo spielen die Kinder am liebsten „Fang den Drachenschwanz“? Ein kunterbuntes Buch voller spannender, lustiger und wissenswerter Fakten, zauberhaft und witzig illustriert.

SEI WIE EIN BAUM!

Maria Gianferrari | Felicita Sala (Illustr.)



Insel Verlag
16,40 Euro
ISBN 978-3-458-17992-4
Ab 10 Jahren

Wir alle sind wie Bäume: Zum Leben brauchen wir Luft und Sonne – und einander. Wie die Menschen leben auch Bäume in Gemeinschaft. Sie teilen Nahrung und Ressourcen, bieten sich gegenseitig Schutz und sorgen füreinander. Denn gemeinsam sind sie stärker. „Sei wie ein Baum!“ ist ein wunderbar poetisches Buch über die Dinge, die uns die Natur lehren kann – wenn wir nur bereit sind, genau hinzusehen. Zauberhaft illustriert von der unvergleichlichen Felicita Sala.

KOMMT ZEIT, KOMMT OPOSSUM

Jennifer Black Reinhardt



Deutscher Taschenbuch Verlag
14,50 Euro
ISBN 978-3-423-76377-6
Ab 4 Jahren

Wenn Opossums sich erschrecken, erstarren sie zur Salzsäule. Leider ist Alfred ein außerordentlich schreckhaftes Opossum. Das ist ganz schön unpraktisch, vor allem, wenn man neue Freunde finden will. Gürteltieren geht es da ganz ähnlich:

Beim geringsten Schreck rollen sie sich zusammen. Und so dauert es eine ganze Weile, bis Alfred und Sofia, das Gürteltier, sich nähern können. Ein Bilderbuch für alle, die so mutig sind, zu ihrer Angst zu stehen.

UNSER GIGANTISCHER FUSSABDRUCK

Rob Sears | Tom Sears



Carl Hanser Verlag
18,50 Euro
ISBN 978-3-446-27436-5
Ab 8 Jahren

Mit einem ungewöhnlichen Erklärungsansatz erzählt dieses Kindersachbuch tatsächlich sehr humorvoll vom Mega-Chaos, das wir angerichtet haben. Angst-

machen ist aber nicht das Ziel. Dieses Buch möchte gemeinsam etwas gegen den Klimawandel zu unternehmen, es wenigstens zu versuchen. Ein erschreckend erhellendes Gedankenspiel zum Kampf gegen die Klimakrise.

WO KOMMST DU DENN HER?

Sonja Eismann | Naira Estevez



Beltz Verlagsgruppe
15 Euro
ISBN 978-3-407-75693-0
Ab 10 Jahren

„Wo kommst du denn her?“ ist eine Frage, die harmlos gemeint sein kann, aber Menschen rassistisch ausgrenzt und verletzt. Es ist Zeit, dem etwas entgegenzusetzen! Wir stellen 20 Fragen, die uns alle angehen: Wofür stehen unsere Namen, unsere

Kleidung, unsere Erinnerungen? Welche Musik, welche Düfte, welches Essen lieben wir? In welcher Sprache fluchen wir, beten wir, träumen wir? Illustrationen geben Antworten, indem sie erlebte Realitäten sichtbar machen. Texte bieten Sachinformationen mit historischen und gesellschaftskulturellen Fakten. Ein Buch, das neue Perspektiven schafft und zum Hinterfragen provoziert.



RÄTSEL- UND BASTELSPASS

Wir basteln unser eigenes Dosen-Wurfspiel! Findest du den richtigen Weg durchs Labyrinth und die sieben Fehler im Bilderrätsel? Lasst uns gemeinsam kochen!

BASTELTIPP

EINFACH UMWERFEND

Juhu, Treffer! Dosenwerfen ist der Klassiker auf jedem Jahrmarkt. Mit dieser Anleitung bringst du das lustige Ballspiel nach Hause.



1



2



4



3



SO WIRD'S GEMACHT

Du brauchst:

- sechs Aludosen
- Klebstoff
- bunte Papierreste
- diverse Stifte
- Schere

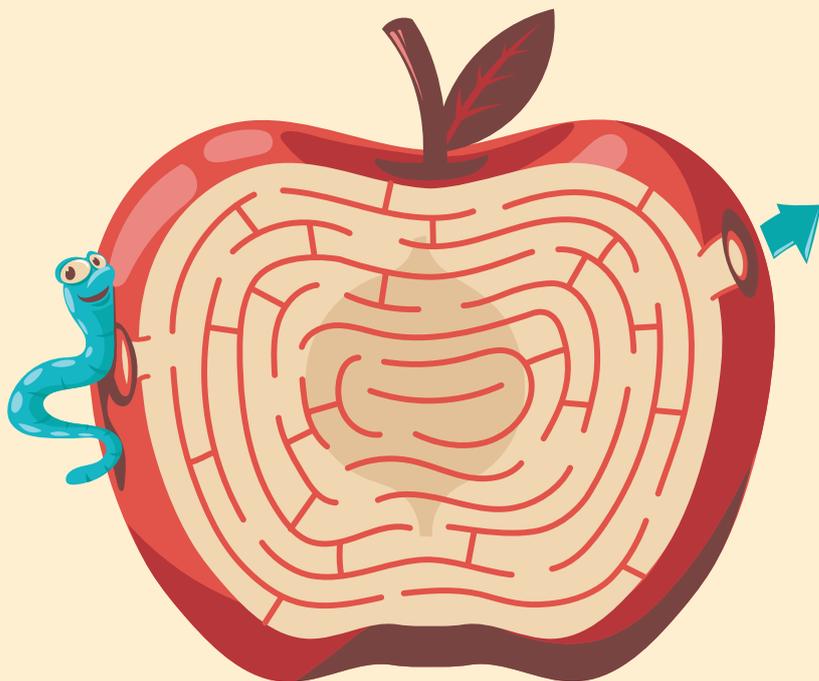
1 Richte dir alles griffbereit her und lass dir die Dosen von einem Erwachsenen gründlich auswaschen. Achtung: scharfer Rand!

2 Aus dem Papier Streifen zuschneiden, die so breit wie die Dosen hoch sind. **3** Anschließend gestaltest du die Papierstreifen so, wie sie dir gefallen. **4** Nun klebst du die bunten Papierstreifen auf deine Dosen. **5** Staple deine Dosen übereinander, besorge dir einen Ball und los geht's mit dem Wurfspiel!



FINDEST DU DEN WEG?

WIE KOMMT DER WURM VON DER EINEN AUF DIE ANDERE SEITE DES APFELS?



REZEPT



ca. 15
Minuten

ERFRISCHENDE GURKEN-MELONEN-SUPPE

Zutaten

1 Salatgurke	Saft einer halben Bio-Zitrone
¼ einer Wassermelone	Salz, Pfeffer
1 Knoblauchzehe	½ Bund Minze
2 Becher Joghurt	

Zubereitung

1. Gurke waschen und in Stücke schneiden.
2. Melone in Stücke schneiden. Schale und möglichst alle Kerne weggeben.
3. Knoblauchzehe schälen und klein schneiden.
4. Gurke, Melone und Knoblauch in eine Schüssel geben.
5. Joghurt und Zitronensaft dazugeben.
6. Mit dem Pürierstab fein mixen.
7. Mit Salz und Pfeffer würzen.
8. Minzblätter klein schneiden und über die Suppe streuen. Auch Gurkenstückchen eignen sich zur Verzierung.
9. Suppe kalt servieren.

Tipp

Wird die Suppe nur mit Gurke zubereitet, erhält man eine hellgrüne Suppe. Wird sie nur mit Melone gemacht, ist sie kräftig rosa.

BILDERRÄTSEL

DAS LINKE BILD UNTERSCHIEDET SICH VOM RECHTEN DURCH SIEBEN FEHLER. KANNST DU ALLE FINDEN?



Dieses und viele weitere tolle Rezepte gibt es im Kochbuch für Kinder „In die Küche, fertig, los!“ des Fonds Gesundes Österreich. Gratis-Download unter: www.kinderessengesund.at/rezepte_kinderkochbuch_in_die_kueche_fertig_los

Schneide das Rezept aus und beginne deine eigene Rezeptsammlung!
Du hast auch ein tolles Rezept? Schick es uns per E-Mail an office@burgenlandfamily.at und wir präsentieren es in der nächsten Ausgabe!

HEISSE PREISE, COOLER SOMMER

Von Österreichs modernstem Trampolinpark in Schwechat bis hin zu Madame Tussauds in Wien: Diese Gewinnspiele von **BURGENLAND FAMILY** versüßen Familien den Sommer.



TIERISCHES VERGNÜGEN FÜR DIE GANZE FAMILIE

„MAURICE DER KATER“ FÜR ZU HAUSE
In MAURICE DER KATER werden die beliebten Figuren aus dem gleichnamigen Roman des britischen Bestseller-Autors Terry Pratchett zum Leben erweckt. Inspiriert vom Märchen über den Rattenfänger von Hameln entspinnt Pratchett eine charmante, fantasievolle und humorvolle Geschichte, die im Juli ins Heimkino schnurrt und Jung und Alt gleichermaßen begeistern wird.

Verlosung: 3 x 1 MAURICE DER KATER-Fanpaket bestehend aus DVD, Jutebeutel, Postkartenset und Tattoobogen



GANZ EINFACH MITSPIELEN!

ONLINE-GEWINNSPIELFORMULAR
(BETREFF: „SEMMEERING“ „MAURICE“,
„LESTOFF“, „MADAME TUSSAUDS“
ODER „FLIP LAB“) BIS 13. AUGUST 2023
AUSFÜLLEN AUF

www.familienland-bgld.at/gewinnspiel



PASST IN JEDEN KOFFER

GUT BETUCHT MIT LESTOFF

Wieder einmal zu wenig Platz und zu viel Gewicht im Reisegepäck? LeStoff bietet eine einfache Lösung: leichte, gewebte Badetücher aus 100 % Bio-Baumwolle. Mit ihnen spart man nicht nur Platz und Kilos im Koffer, sondern auch in der Waschmaschine und im Kasten. Erhältlich sind die saugstarken, schnell trocknenden und fair produzierten Tücher in 33 wunderschönen Farben und drei Größen.

Verlosung: 2 x 1 Bio-Hamamtuch-Set bestehend aus Bio-Hamamtuch classic und Bio-LePetit Stoff in „Red“ oder „Yellow“

GEWINNSPIEL 25

ADRENALINJUNKIES AUFGEFASST!

ACTION PUR IM WALDSEILGARTEN HIRSCHENKOGEL

Ein Ausflug in den Waldseilgarten Hirschenkogel wird garantiert zu einem unvergesslichen Abenteuer. Um den Waldseilgarten komplett zu erkunden, braucht man nicht nur Mut, sondern auch Geschicklichkeit. Wer noch mehr Nervenzitzel spüren will, erlebt das bei einem freien Fall von der 25 Meter hohen Millenniumswarte. Als zusätzliches Highlight wartet eine rasante Abfahrt mit dem Mountaincart.

Verlosung: 2 x 2 Eintrittskarten für den Waldseilgarten Hirschenkogel inklusive Bergfahrt und Abfahrt mit dem Mountaincart



GEWINN

MEHR ALS NUR EIN WACHSFIGURENKABINETT

MADAME TUSSAUDS WIEN ERLEBEN

Mehr als 90 österreichische und internationale Wachsfiguren heißen die Besucher*innen im Madame Tussauds Wien willkommen. Superstars wie Arnold Schwarzenegger, Chris Hemsworth und Sandra Bullock stehen für Selfies bereit. Auch historische Persönlichkeiten wie Mozart, Beethoven oder Gustav Klimt laden in interaktiven Kulissen zu jeder Menge Spaß ein. Fotografieren ist nicht nur erlaubt, sondern ausdrücklich erwünscht.

Verlosung: 3 x 1 Standardticket für Madame Tussauds Wien



GEWINN

ÖSTERREICHS MODERNSTER TRAMPOLIN- UND FREESTYLEPARK

HOCH HINAUS IM FLIP LAB

Egal ob Trampolin-Anfänger*in oder Flip-Profi, auf 2.500 Quadratmetern sind Spaß und Action vorgeplant. Elf verschiedene Zonen und bestens ausgebildete Instruktor*innen, die gerne Tipps für perfekte Sprünge und eine sichere Landungen geben, garantieren Sprungspaß in Österreichs modernstem Trampolinpark.

Verlosung: 1 x 1 Familienticket (bis 4 Personen) für 60 Minuten FlipTime im FLIP LAB Schwechat



GEWINN

VORTEILE FÜR FAMILIEN

Bis zu 50% Ermäßigung bei vielen tollen Partnerbetrieben

PARNDORF



Designer-Outlet-Straße 1
7111 Parndorf
Tel. 02166/361 40
www.designeroutletparndorf.at



MCARTHURGLEN DESIGNER OUTLET PARNDORF

10% Ermäßigung mit dem Fashion Passport* und kostenlose Nutzung eines Kiddie Cabs

Bei einem Shoppingtrip ins McArthurGlen Designer Outlet Parndorf wird die ganze Familie fündig. In den mehr als 160 Designer Stores und über 45 Kindermarken wie Haribo, Guess Kids, Tommy Hilfiger Kids, Ravensburger, Playmobil und vielen mehr sind die neuesten Trends ganzjährig 30 bis 70 Prozent günstiger. Für alle kleinen Besucher*innen zwischen sechs und zwölf Jahren bietet das McArthurGlen Designer Outlet Parndorf zwei spannende und überdachte Spielplätze. Zusätzlich können sich die Kinder ab Juni im neu eröffneten Dinoland nach Herzenslust austoben. Die professionellen Kinderbetreuer*innen sorgen für abwechslungsreiche Aktivitäten.

* ist beim Infopoint abzuholen



EISENSTADT



Esterházyplatz 1
7000 Eisenstadt
Telefon 02682/630 04-7600
www.esterhazy.at/schloss-esterhazy

SCHLOSS ESTERHÁZY

10% Ermäßigung auf das Familienticket
Schloss Esterházy*

Das Schloss Esterházy in Eisenstadt ist eines der schönsten Barockschlösser Österreichs und gibt einen beeindruckenden Einblick in das ehemals glanzvolle Leben am Hofe der Fürsten Esterházy. Besondere Highlights sind der Haydnsaal, die Prunkräume und erlesene Objekte aus den Sammlungen ebenso wie ein Einblick in den historischen Weinkeller mit den mittelalterlichen Burgmauern.

* ohne Führung



MITGLIED WERDEN, VORTEILE GENIESSEN



Sie hatten bisher noch keinen Familienpass und möchten die neue Burgenland Family Card anfordern? Kostenlose Beantragung und Liste aller Vorteilsgeber unter www.familienland-bgld.at

Legende

Die angegebene Vergünstigung gilt für die auf der Karte eingetragenen Personen bzw. für Kinder bei gleichzeitiger Inanspruchnahme einer Leistung durch zumindest einen Eltern-/Großelternanteil.



Wickeltisch



Spielplatz



Spielecke



Barrierefrei



Kinderspeisekarte



Kinderhochstuhl



Information

PUCHBERG AM SCHNEEBERG



Bahnhofplatz 1
2734 Puchberg am Schneeberg
Telefon 02742/36 09 90-1000
www.schneebergbahn.at

NIEDERÖSTERREICHISCHE SCHNEEBERGBAHN

Durchschnittlich 15% Ermäßigung auf den Normaltarif

Mit der Schneebergbahn entspannt auf den höchsten Berg Niederösterreichs. In nur 40-minütiger Fahrt geht es mit dem modernen Salamander-Zug zum Bergbahnhof Hochschneeberg auf 1.800 Meter Seehöhe. Oben angekommen, präsentiert sich die volle Schönheit der umliegenden Bergwelt. Während die Großen entspannt den Ausblick genießen, toben die Jüngsten ausgelassen am neu gestalteten Salamander-Spielplatz.





Schulstraße 12
7535 St. Michael
Tel. 0664/923 76 04
www.landtechnikmuseum.at

ST. MICHAEL

LANDTECHNIK MUSEUM BURGENLAND

50% Ermäßigung auf den Eintritt in den Sommerferien
10% Ermäßigung auf den Eintritt
Auf einer Ausstellungsfläche von 2.700 Quadratmetern zeigt dieses Museum seinen Besucher*innen 2.000 Exponate aus verschiedenen Bereichen der Landwirtschaft. Die Traktorhalle mit den Porscheschleppern und vielen anderen Treckern ist bei den Kindern besonders beliebt. Im Landtechnik Museum in St. Michael gibt es auch immer wieder Sonderausstellungen: Derzeit kann man die einzige Jagdausstellung Burgenlands besuchen.



Parndorfer Straße –
neben Rochuskapelle
7111 Parndorf
Telefon 0664/182 33 14
www.lavendeldesign.eu

PARNDORF

LAVENDEL DESIGN

10% Ermäßigung auf das gesamte Sortiment vor Ort und mit Gutscheincode „BGLDFamily“ auch im Onlineshop*
Lavendel Design bietet eine große Auswahl an Lavendelprodukten, denn die Pflanze ist nicht nur schön anzuschauen, sondern wirkt beruhigend und entspannend. Bei Lebensmitteln, natürlichen Kosmetika und dekorativen Erzeugnissen handelt es sich um reine Naturprodukte, die entweder im Unternehmen selbst oder in kleinen regionalen Betrieben und Werkstätten angefertigt werden.

*ausgenommen bereits reduzierte Artikel



Seestraße 26
7563 Königsdorf
Tel. 0664/488 90 10
www.koenigsdorf.at

KÖNIGSDORF

NATURBADESEE KÖNIGSDORF

10% Ermäßigung auf alle Tageskarten
Der Naturbadesees Königsdorf mit einer Schwimmzone von 50.000 Quadratmetern und tiefblauem, sauberem Wasser lädt große sowie kleine Badenixen zum Freizeit- und Badespaß ein. Wem das Faulenzen auf der riesigen Liegefläche zu wenig ist, kann sich nach Herzenslust am Abenteuerspielfeld austoben.



Wiener Straße 75
7442 Lockenhaus
Telefon 02616/202 62
www.lockenhaus.at

LOCKENHAUS

ERLEBNISBAD LOCKENHAUS

10% Ermäßigung auf jeden Tageseintritt
Das Freibad wurde in den Jahren 1965 bis 1967 am Ortsrand von Lockenhaus erbaut und von 1994 bis 1995 renoviert. Es verfügt über ein 500 Quadratmeter großes Becken, ein Kinderbecken, eine Wasserrutsche, Luftsprudel und eine Insel mit Kletternetz sowie eine 10.000 Quadratmeter große Liegewiese mit angeschlossenem Badbuffet. Mit einer Solarheizung wird das Badewasser auf circa 25 Grad erwärmt.



Ungarnstraße 16
7503 Großpetersdorf
Telefon 03362/23 51
www.grosspetersdorf.at

GROSSPETERSDORF

FREIBAD GROSSPETERSDORF

10% Ermäßigung auf den Kindertageseintritt
Die Hauptattraktion des Schwimmbads ist wohl zurecht die Riesenwasserrutsche mit ihren aufregenden und imposanten 55 Metern. Schwimmer*innen- sowie Nichtschwimmer*innenbecken, Baby-Pool, ein großzügiger Spielplatz, Tischtennistisch, Skate- und Beachvolleyballplatz komplettieren das attraktive Angebot.



Eisenstädter-
Straße 37
2491 Neufeld
Telefon 02624/535 00
www.neufelder-see.at

NEUFELD

NEUFELDER SEEBETRIEBE

Das familienfreundliche Badeparadies Neufelder See lockt nicht nur mit glasklarem Wasser und sauberen Stränden, sondern auch mit unzähligen Spielmöglichkeiten wie dem neuen Piratenschiff. Das heißt: Spiel, Sport und viel Spaß!



bgld@arboe.at
www.arboe-burgenland.at

BURGENLANDWEIT

ARBÖ

GRATIS RÄDERWECHSEL*

Kostenlose Mitgliedschaft bis zum 31.12. des laufenden Jahres, Kinder sind bis zum vollendeten 19. Lebensjahr kostenlos.

ARBÖ – auf der sicheren Seite.
Pannennotruf: 123

* bei Abschluss einer neuen Mitgliedschaft





SEMMERING



Carolusstraße 3
2680 Semmering
Telefon 02664/80 38
www.semmering.com

SEMNERING HIRSCHENKOGEL

10% Ermäßigung auf den Waldseilgarteneintritt inklusive Bergfahrt mit Kabinenbahn und Mountaincart*
10% Ermäßigung auf den Rodelverleih**
Mit der Kabinenbahn geht es in Windeseile hinauf auf 1.350 Meter, auf den Gipfel des Hirschenkogels. Raus aus der Gondel und hinein ins Spielvergnügen am großen Hirschi-Spielplatz, der sich gleich bei der Bergstation befindet. Nebenbei erfreuen sich Kletterbegeisterte am neuen Waldseilgarten, der sich auf verschiedene Ebenen in sechs Parcours gliedert.

* in Sommersaison
** in Wintersaison



FORCHTENSTEIN



Burg Forchtenstein
Melinda-Esterházy-Platz 1
7212 Forchtenstein
Telefon 02626/812 12
www.esterhazy.at/
burg-forchtenstein

BURG FORCHTENSTEIN

10% Ermäßigung auf das Familienticket Burg Forchtenstein*

Weithin sichtbar thront Burg Forchtenstein hoch im Rosalingebirge und gibt Zeugnis einer wechselvollen, kriegerischen Zeit. Ihre Wurzeln reichen bis in das 13. Jahrhundert zurück, sie diente als „Tresor“ der Fürsten, wo alles Wertvolle verwahrt wurde. Heute ist die Burg Ausstellungs-ort eindrucksvoller Kunstwerke, Beutestücke und militärischer Ausrüstung. All das kann mit einem Burgticket besichtigt werden.

* ohne Führung



BURG FORCHTENSTEIN FANTASTISCH

FORFELFON: 02626/63125



8. Juli - 30. Juli 2023
Sa & So, 10 - 18 Uhr
www.forchtenstein-fantastisch.at

32 BURGENLAND FAMILY CARD



EBERAU

WASSERERLEBNISWELT SÜDBURGENLAND

20% Ermäßigung auf jeden Tageseintritt

Ein Tag in der Wassererlebniswelt Südburgenland ist ein Tag voller Spaß und Erholung für die ganze Familie. Die spannende Freizeitoase bietet einen Wasserlauf von 150 Metern Länge, eine Kanustrecke, ein ägyptisches Schöpfrad, ein Piratenschiff und viele weitere Attraktionen. Die Spiel- und Sportanlagen, das Restaurant und der großzügig angelegte Badeteich sorgen garantiert für Abkühlung an heißen Tagen und machen jeden Besuch zu einem Vergnügen.



Wasserwelt 1
7521 Eberau
Telefon 03324/200 78
www.wassererlebniswelt.at



FORCHTENSTEIN

BADESTAUSEE FORCHTENSTEIN

Gratis Eintritt für Kinder von 6–14 Jahren*

Ausgezeichnete Wasserqualität, schattige Lage und viel Natur sind die bekanntesten Merkmale des Badestausees in Forchtenstein. 15.000 Quadratmeter Wasserfläche laden zur Abkühlung und zum Entspannen ein. Ein Sprungturm, eine 50 Meter lange Wasserrutsche, ein Kinderspielplatz, ein Tischtennistisch sowie zwei Volleyballplätze erfreuen Jung und Alt.

*in Begleitung eines Erwachsenen

Badestausee
7212 Forchtenstein
Telefon 02626/812 80
www.forchtenstein.at



PETRONELL-CARNUNTUM

RÖMERSTADT CARNUNTUM

2 € Ermäßigung auf das Tagesticket ab

2 Erwachsenen*; Kinder bis 11 Jahre kostenlos

In Carnuntum ist die Antike keine weit entfernte Vergangenheit. Kinder können hier die Faszination der Römerzeit mit eigenen Augen erleben. Komplett rekonstruierte Gebäude, prächtige Wandmalereien, römische Fußbodenheizung und auch voll funktionstüchtige Küchen warten nur darauf, entdeckt zu werden. Durch weitläufige Freiflächen im Stadtviertel gibt es ausreichend Platz für kleine Pausen und ein großer Spielplatz bietet zahlreiche Möglichkeiten, um sich auszutoben.

*ausgenommen Römerfest

Hauptstraße 1A
2404 Petronell-Carnuntum
Telefon 02163/337 70
roemerstadt@carnuntum.at
www.carnuntum.at



NEUTAL

WALDBAD NEUTAL

10% Ermäßigung auf den Familientageseintritt

Das Waldbad Neutal bietet solarbeheizte Badebecken, ein Kinderbecken mit Babyrutsche sowie einen Wasserspielplatz, eine Großwasserrutsche, ein Sprungbecken, Relaxzonen, eine Multisportanlage, einen Beachvolleyballplatz, einen Abenteuerspielplatz sowie einen überdachten Sandspielplatz.



Dankowitschstraße
7343 Neutal
Telefon 02618/24 14
www.neutal.at

PODERSDORF



Strandbad
7141 Podersdorf am See
Telefon 02177/22 27
www.podobeach.at

PODOBEACH – STRANDBAD PODERSDORF AM SEE

20% Ermäßigung auf die Kinder-Tageskarten*

PODOBEACH – das Strandbad in Podersdorf am See mit einzigartiger Familien-Erlebniswelt: Im PODOplay wird nach Herzenslust gespielt und getobt. Motorikstrecke, Wasserwelt, beeindruckende Kletterattraktionen und eine riesige Kugelbahn bescherten den Kindern einen unbeschwernten Tag. Für alle, die es gerne sportlich haben, ist der Bereich PODOactive genau das Richtige. Neben den vielen Wassersportmöglichkeiten gibt es auch an Land einiges zu tun. Alle, die es gerne etwas ruhiger angehen, werden im Bereich PODOrelax fündig.

*für alle Kinder auf der Burgenland Family Card



Das Kinder- und Sportparadies

Ob erlebnisreicher Tagesausflug oder entspannter Familienurlaub: PODOBEACH ist garantiert immer eine Reise wert. Also rein in die Badekleidung und ab nach Podersdorf am See.

Das PODOBEACH Erlebnis-Strandbad am Neusiedler See verspricht einen unvergesslichen Tag voller Unterhaltung für die ganze Familie. Vom fröhlichen Planschen im erfrischenden Wasser über sportliche Aktivitäten bis hin zu ge-

mütlichen Momenten am Strand - hier ist für jeden etwas dabei. Die PODOplay Familien-Erlebniswelt lockt mit Motopark, Wasserspielplatz, Schaukeln und Rutschen. Am PODOactive Nordstrand können sich große und kleine Sportfans austoben, auf dem Wasser

und an Land. Hier werden erste Segel- und Surf-Versuche auf dem See unternommen - oder Beachvolleyball, Teqball und andere Trendsportarten gespielt. Manche sogar virtuell, denn seit Anfang Juni kann man dort HADO, eine Art digitales Völkerball spielen. Ausgestattet mit Virtual-Reality-Brillen und Smartphones tauchen Spieler*innen in einer virtuellen Arena in die Welt des E-Sports ein. Den erlebnisreichen Tag lässt man dann am besten bei einem gemütlichen Abendessen im erst kürzlich eröffneten Restaurant SUNBAY ausklingen. Auf der Terrasse können Gäste den atemberaubenden Sonnenuntergang über dem See bestaunen.

www.podobeach.at



HEIDENREICHSTEIN



Litschauer Straße 18
3860 Heidenreichstein
Telefon 02862/525 28-0
www.kaesemacherwelt.at

DIE KÄSEMACHERWELT

20% Ermäßigung auf den Kindereintritt bei einem voll zahlenden Erwachsenen

Umgeben von Wäldern, Teichen und Mooren liegt Heidenreichstein – eine kleine Stadt im Waldviertel. Eingebettet in diese malerische Landschaft liegt DIE KÄSEMACHERWELT, in der die Welt des Käses für große und kleine Käseliebhaber*innen zu einem Erlebnis wird. Im Rahmen von Führungen hat man hier die einmalige Gelegenheit, den professionellen Käsemacher*innen über die Schulter zu schauen. Das Restaurant und der Shop bieten regionale Schmankerln und Produkte. Um telefonische Voranmeldung oder Online-Reservierung wird gebeten.



7535 Rauchwart 202
Telefon 03327/251 55
www.rauchwart.at

RAUCHWART

BADESEE RAUCHWART

1€ Ermäßigung auf die Familientageskarte
Genießen, entspannen und aktiv sein: Der Bade- und Surfsee Rauchwart überzeugt mit Spielplatz, Kinderzone im See, modernen Tretbooten und Badefreuden der besonderen Qualität. Die flach auslaufende Uferzone lässt einen Einstieg an jeder Stelle zu und schafft zudem Freiraum für alle Wasserratten. Die Freizeitanlage ist familiär, dennoch vielfältig und bietet darüber hinaus Minigolfplatz, Spielplatz, Tischtennistisch, Beachvolleyballplatz, Fun-Court, Tretbootverleih sowie Stand-Up-Paddles.



Seegelände 1
7100 Neusiedl am See
Tel. 02167/34 00 20
www.neusiedlamsee.at

NEUSIEDL AM SEE

STRANDBAD NEUSIEDL AM SEE

10% Ermäßigung auf den Tageseintritt
Gepflegte Liegewiesen mit großen, Schatten spendenden Bäumen laden zum Sonnenbaden, Entspannen oder Träumen ein. Ein Kinder-Frischwasserbecken mit Rutsche, eine Spielwiese und ein Kinderspielplatz garantieren Spaß für Groß und Klein. Das Freizeitangebot ist vielfältig: vier Beachvolleyballplätze, Stand-Up-Paddling, Kajakfahren, Wingsurfen, Teqball, ein Bootsverleih sowie Surf- oder Segelkurse in der Segelschule Neusiedl am See und vieles mehr.



Schlosspark
7000 Eisenstadt
Telefon 02682/228 66
www.eisenstadt.gv.at

EISENSTADT

FREIBAD EISENSTADT

Das Freibad in den Parkanlagen des Schlosses Esterházy zählt durch seine Lage zu den reizvollsten Badeanlagen Österreichs. In erholsamer Atmosphäre wird ungetrübtes Badevergnügen für die ganze Familie geboten. Wasserratten jeden Alters finden im Freibad alles, was das Herz begehrt. 1.000 Quadratmeter beheizte Wasserfläche, ein Kinderbecken, Wasser- und Beachvolleyballplätze, ein Kinderspielplatz, eine Breitwasserrutsche und eine Cafeteria mit kühlen Erfrischungen sorgen für gute Laune. Außerdem gibt es in der gesamten Badeanlage gratis WLAN.



Waldgasse
7342 Kaisersdorf
Telefon 02617/27 23
www.kaisersdorf.com

KAISERSDORF

ERLEBNISBAD KAISERSDORF

50% Ermäßigung auf den Tageseintritt für Kinder und Jugendliche
Das idyllisch gelegene Erlebnisbad in Kaisersdorf lässt keine Wünsche offen: Wasserbecken mit Vorwärmanlage, Kinderbecken, Breitwutsche, Schwellendusche, Massagedüsen, Wassersprudel, Buffet mit Terrasse, Gratisparkplatz, große Liegewiese mit Schatten spendenden Bäumen, Beachvolleyballplatz, Fußballtore, Tischtennistisch, Sandkiste, Wuzler sowie Federball.



LUTZMANNSBURG

An der Therme 17
7361 Lutzmannsburg
Telefon 0680/141 52 58
www.sonnenlandseilgarten.at

SONNENLAND SEILGARTEN
15% Ermäßigung auf den Eintrittspreis

Im Sonnenland Seilgarten in Lutzmannsburg findet man viele Stationen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad, womit für Groß und Klein absoluter Spaß und Spannung garantiert sind. Die Hochseilparcours überzeugen mit Stationen in schwindelerregender Höhe, sechs Flying-Fox-Bereichen sowie einer acht Meter hohen Kletterwand. Die Motorik- und Niedrigseilparcours trainieren mit viel Spaß und Abwechslung die Geschicklichkeit, das Gleichgewichtsvermögen, die Koordination und noch vieles mehr.

**happy
summer
fun**



Österreichs größter Freizeitpark

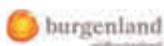


Die Biberburg

Erlebe jetzt die größte
Wildwasserbahn Österreichs

familypark.at





Hauptplatz 7
7540 Güssing
Telefon 057/610
www.ekutsche.info

GÜSSING

TOURISMUSVERBAND SÜDBURGENLAND

25 % Ermäßigung auf alle Linienfahrten mit der „Südburgenland E-Kutsche“*

Die „Elektro-Hybrid-Pferdekutsche Südburgenland“ ist kein Elektrofahrzeug. Das bedeutet, dass die Pferde nicht ersetzt, sondern durch einen Elektromotor unterstützt werden. Damit sind Streckenlänge, Steigung, Gewicht und Höhenmeter grundsätzlich kein Hindernis für Kutschenfahrten. Die „Südburgenland E-Kutsche“ ist barrierefrei und daher auch für Rollstuhlpasagier*innen möglich. Sie bietet Platz für max. 14 Personen. Die Kutsche ist komplett geschlossen, damit wetterfest und kann ganzjährig auch für Mehrtagesfahrten eingesetzt werden.

* Ermäßigung gültig bis Ende Saison 2023; Online-Anmeldung unter www.ekutsche.info erforderlich



Mühlbachgasse 4
7350 Oberpullendorf
Tel. 02612/42 20 73 33
www.oberpullendorf.gv.at

OBERPULLENDORF

FREIBAD OBERPULLENDORF

20 % Ermäßigung auf eine Tageskarte

Im Freibad von Oberpullendorf kommen Badefreund*innen voll auf ihre Kosten. Durch seine Lage im Stadtzentrum bietet es erholsames und ungetrübtes Badevergnügen für Jung und Alt. Für Kleinkinder gibt es einen speziellen Bereich mit Blubber- und Walrutsche sowie überdachten Sandkisten. Größere Kids begeistern sich für die Breitwasserrutsche und den Beachvolleyballplatz. Die Schwimmbecken punkten mit unterschiedlichen Beckenhöhen, einem Ein-Meter-Sprungbrett und vier Startsockeln. Das Freibad bietet zudem eine große Liegewiese, ein gemütliches Badbuffet mit kühlen Erfrischungen und kleinen Snacks sowie gratis WLAN in der gesamten Badeanlage.



PURBACH

SOLARWARMBAD PURBACH

25 % Ermäßigung auf Saisonkarten ODER 25 % Ermäßigung auf den Tageseintritt

Erholungszentrum
7083 Purbach am
Neusiedler See
Telefon 02683/210 35
www.purbach.gv.at/
solarwarmbad

Mit Attraktionen wie der 35-Meter-Wasserrutsche, einem 33 Meter langen Freischwimmer*innenbecken, Bodenblubber und einem Wildwasserströmungskanal ist das solargeheizte Erlebnisbecken in Purbach ausgestattet. Für die kleinsten Gäste bieten das beschattete Kinderbecken mit dem „Rosifant“ sowie eine kleine Elefantenrutsche im Kinderbereich des Erlebnisbeckens Spaß und Vergnügen. Gleichzeitig ermöglicht die großflächige Liegewiese mit Sonnenschirm- und Liegestuhlverleih Erholung und Ruhe.



Faludigasse
7471 Rechnitz
Telefon 03363/792 02
www.rechnitz.at

RECHNITZ

BADESEE RECHNITZ

10 % auf eine Familien-Tageskarte

Der Rechnitzer Badensee liegt im Naturpark Geschriebenstein und wird von dessen hervorragenden Wasserquellen gespeist. Er ist circa 300 Meter lang, 100 Meter breit und maximal sieben Meter tief. Im Wasser bieten Wasserrutsche, Sprungturm und Tretboote ein besonderes Badevergnügen. Für die Kleinsten gibt es im seichten Kinderbadebereich eine Schaukelwelt.



Bahngasse 62
7123 Mönchhof
Telefon 02173/806 42
www.dorfmuseum.at

MÖNCHHOF

DORFMUSEUM MÖNCHHOF

1 € Ermäßigung auf Tagestickets

„Volkskultur pur“: Im Dorfmuseum Mönchhof erlebt man hautnah das bäuerliche Leben von etwa 1890 bis in die 1960er-Jahre. In den zahlreichen Räumen der 35 Gebäude des Museums wird der Alltag von anno dazumal wieder lebendig.





Freizeitzentrum 2
8380 Jennersdorf
Telefon 03329/460 16
oder 03329/452 00
www.jennersdorf.eu

JENNERSDORF

FREIBAD JENNERSDORF

1€ Ermäßigung auf jeden Tageseintritt

Das Freibad Jennersdorf bietet Attraktionen für die ganze Familie. Das rundlich geformte Erlebnisbecken punktet mit einer 19 Meter langen Breitbandrutsche, Luftsprudel-Geysiren, Massagedüsen, Felseninseln, einem Wildwasserströmungskanal und einem Natursteinstrand. Auf die Kleinsten warten ein Kinderbecken mit Rampenrutsche sowie ein Spielbach. Auch die Beachvolleyballfelder und die große Liegewiese garantieren Abwechslung. Und im Freibadrestaurant „Uhuderei Mirth“ wird für das leibliche Wohl gesorgt.



Badgasse 4
7011 Siegendorf
Telefon 02687/482 51
www.siegendorf.gv.at

SIEGENDORF

SCHWIMMBAD SIEGENDORF

Gratis Eintritt für Kinder bis 10 Jahre

Das moderne und große Schwimmbad bietet Erholung für die ganze Familie. Neben dem 1-, 3- und 5-Meter-Sprungturm sorgt ein Erlebnisbecken mit Blubber, Wasserkanone, Kletterzirkus, einer großen Rutsche sowie Breitrutsche für Spaß und Action bei den Kids. Das separate Baby-Planschbecken garantiert auch Abkühlung für die kleinsten Besucher*innen. Auch außerhalb des Wassers kommt der Spaß durch Beachvolleyball-, Fußball- und Skateplatz, Trampolinanlage und Bocciafeld nicht zu kurz.



SCHOKO MUSEUM



Willendorfer Gasse 2
1230 Wien
Tel. 01/667 21 10-219
www.schokomuseum.at

WIEN

HEINDL SCHOKOMUSEUM

10% Ermäßigung auf den regulären Eintritt für Kinder und Jugendliche (5–18 Jahre), Erwachsene und Senior*innen*

Im SchokoMuseum der Confiserie Heindl erfährt man alles Wissenswerte rund um das Thema Schokolade und erhält exklusive Einblicke in die Produktion der Heindl- und Pischinger-Spezialitäten. Süße Kostproben, Führungen und Pralinen-Workshops für große und kleine Naschkatzen sind weitere Highlights aus dem Programm.

*Teilnahme an den offenen Führungen (Termine laut Website) gegen Aufpreis



Ruster Bucht 2
7071 Rust
Telefon 02685/591
www.seebadrust.at

RUST

SEEBAD RUST

10% Ermäßigung auf den Tageseintritt

Rutschen, klettern, planschen: Das Seebad Rust vereint die Weite des Neusiedler Sees mit einer Bade- und Freizeitanlage, die Spaß und Urlaubsfeeling verheißt. Die weitläufige Wasserlandschaft lockt mit Geysiren, einem Wasserpilz, einem Wildwasserkanal und einer Schwalldusche. Zur Abwechslung dann eine Runde Minigolf, Tischtennis oder Beachvolleyball. Oder sich doch lieber in der Hüpfburg ein wenig austoben? Klingt wie Urlaub? Ist es auch!



Badstraße 25
7082 Donnerskirchen
Telefon 02683/8670
www.donnerrskirchen.at

DONNERSKIRCHEN

SONNENWALDBAD DONNERSKIRCHEN

10% Ermäßigung auf jeden Tageseintritt

Das Sonnenwaldbad zählt zu den schönsten Bädern des Burgenlandes. Im wunderschön angelegten Badareal, das direkt am Waldrand liegt, gibt es Liege- und Spielwiesen mit Kinderspielflächen, ein neues Erlebnisschwimmbad mit 40 Meter langer Rutsche, ein Kinderplanschbecken einschließlich Kinderwasserrutsche, eine Tennisanlage und einen Beachvolleyballplatz. Für das leibliche Wohl der Badegäste ist ebenfalls gesorgt: Ein Gasthaus mit gutbürgerlicher Küche sowie ein Campingplatz befinden sich direkt im Badareal.



NACH UMBAU
WIEDER
GEÖFFNET!

Jetzt Urlaub buchen!

Verbringen Sie traumhafte Tage im burgenländischen Seewinkel im **VILA VITA Pannonia**. Burgenlands größte Ferienanlage mit großzügigem Wellness- & Freizeitangebot.



Tel.: 0043 (0)2175 2180-0
www.vilavitapannonia.at

**JETZT SCANNEN
UND BUCHEN!**

38 BURGENLAND FAMILY CARD



NORD-/SÜDBURGENLAND

MCDONALD'S

Gratis Happy Meal beim Kauf von zwei McMenüs nach Wahl*

Das McDonald's Happy Meal steckt voller Überraschungen, Geschmack und gesunder Obst- und Gemüse-Snacks für die kleinen Gäste. McDonald's weiß: Nährstoffe, aber auch mal etwas Süßes sind mindestens genauso wichtig für Kinder wie eine große Portion Liebe und Spaß. Daher gibt es zu jedem Happy Meal auch ein tolles Spielzeug oder alternativ ein spannendes Buch.

*mehr Infos auf der Homepage

Gewerbstraße 4
7111 Parndorf
Wiener Straße 116
7100 Neusiedl am See
Rusterstraße 147
7000 Eisenstadt
Arenaplatz 5
7210 Mattersburg
www.mcdonalds.at



WEIDEN AM SEE

SEEBAD WEIDEN AM SEE

10% Ermäßigung auf alle Tageskarten

Das Seebad Weiden verfügt über einen gepflegten Badestrand mit großer Liegewiese, Schatten spendende Bäume und eine einladende Liegefläche direkt am Wasser. Kinder und Familien freuen sich über den großen Spielplatz und die Kindersandbucht. Im Kiosk des Seebads können Liegen ausgeliehen sowie der kleine Hunger und Durst gestillt werden. Auch das Seerestaurant „Das Fritz“ lädt zum Essen, Trinken und Verweilen ein.

TIPP: Im Juli und August (Montag, Freitag und Samstag von 11–17 Uhr) gibt es für Kinder von vier bis zwölf Jahren ein buntes und abwechslungsreiches Kinderprogramm im Seebad.



Seebad 1
7121 Weiden am See
Tel. 0664/99 62 66 85
www.weidenamneusiedlersee.at



WIEN

VIENNA SIGHTSEEING TOURS

20% Ermäßigung auf alle Vienna Sightseeing HOP ON HOP OFF only-Produkte*

Opernring 3–5/
Top 508–529
1010 Wien
Telefon 01/712 46 83
www.viennasightseeing.at

Vienna Sightseeing begeistert seit mehr als 50 Jahren Tourist*innen von nah und fern mit einem vielfältigen Angebot an Stadtrundfahrten, -führungen und Touren in und um Wien. Seit der Gründung konnte Vienna Sightseeing zudem das größte HOP ON HOP OFF-Routennetz Wiens aufbauen und überzeugt jedes Jahr bis zu 500.000 Besucher*innen. Die drei HOP ON HOP OFF-Linien führen vorbei an den beliebtesten Sehenswürdigkeiten.

* gilt auf den regulären Preis; ausgenommen Kombi-Tickets, nicht mit anderen Rabatten kombinierbar



ORTH AN DER DONAU



Schloss Orth, Schlossplatz 1
2304 Orth an der Donau
Telefon 02212/35 55
www.donauauen.at



SCHLOSSORTH NATIONALPARK-ZENTRUM

10% Ermäßigung auf eine Familienkarte

Die interessante Welt der Donau-Auen eröffnet sich im schlossORTH Nationalpark-Zentrum. Auf der Schlossinsel können Europäische Sumpfschildkröten, Nattern und Ziesel aus nächster Nähe beobachtet werden. Mächtige Bäume, Wasserpflanzen und Wildblumen gedeihen hier prächtig. Eine begehbare Unterwasserstation bietet Einblicke in das Reich von Hecht & Co, einem Tauchgang gleich, ohne nass zu werden! Öffnungszeiten: 21.3.–30.9. täglich 9–18 Uhr, 1.10.–1.11. täglich 9–17 Uhr

CAMP DAVID | SOCCX

DIGEL
THE MENSWEAR CONCEPT

BAUMLER

JACQUES LEMANS

MÖVE

BETTY BARCLAY

HEINDL
Wies

ÜBER 100 FASHION- & LIFESTYLE MARKEN

Lalalu
kidscafé

ESTELLA

VOSSEN
A TOUCH OF ENERGY

WMF

Einfach diesen Gutschein
am Infopoint gegen Ihre
10 % Day Discount Card
eintauschen.

HUBER
Shop
Outlet

asics

HILJINGER

kids only

Exklusiv
für Sie
**10 %
EXTRA
RABATT**

VERO MODA

Gabor

pierre cardin

SKINY.
OUTLET

s.Oliver
FASHION FOR LIFE

Schöffel
Ich bin raus.

GERRY WEBER

ETERNA

ESPRIT

CECIL
Street One



ZWILLING

PARNDORF
FASHION OUTLET

parndorffashionoutlet.com

RABE

Jones





DREH DAS LEBEN LAUTER!

HOL DIR DEINE JBL WAVE 100TWS
ZU DEINEM GRATIS JUGENDKONTO!



WIR MACHT'S MÖGLICH.



raiffeisenclub.at/bgld

Ab 10 Jahren, in allen teilnehmenden burgenländischen Raiffeisenbanken, solange der Vorrat reicht.