

familie.  
gemeinsam  
wachsen



# news



Bergerlebnistag  
Sonntag,  
4. Juli 2021

Reiseziel Museum  
Neue Welten  
entdecken

Sicher am  
Berg und Pool  
Tipps und Infos

## Ein Sommer voller Abenteuer

Der Sommer steht vor der Tür! Ein guter Zeitpunkt, um Pläne für die langersehnte Ferienzeit zu schmieden. Vorarlberg steckt voller spannender Möglichkeiten, die Ihren Familiensommer 2021 zu einem unvergesslichen Erlebnis machen.

Hinauf auf den Berg und hinein ins Abenteuer: Am Bergerlebnistag (4. Juli 2021) können kleine und große Gipfelstürmerinnen und -stürmer mit dem Familienpass und Vorarlbergs Sommerbergbahnen zum Spezialtarif in luftige Höhen gondeln. Mehr dazu sowie wertvolle Tipps, wie Sie gut vorbereitet und sicher mit Ihrer Familie die nächste Bergtour gestalten, finden Sie in diesen Familienpass-News.

Dass die besten Abenteuer draußen stattfinden, zeigt auch der neue Familienpass-Partner „Österreichs Wanderdörfer“. Hier finden Familien Ideen für einen tollen Sommer unter freiem Himmel. Neue Welten entdecken, ohne weit zu verreisen, können Abenteuerlustige auch beim „Reiseziel Museum“. An drei Terminen im Sommer öffnen über 50 Museen ihre Tore und halten jede Menge Überraschungen bereit. Wer nach einem spannenden Leseabenteuer sucht, findet bestimmt die perfekte Sommerlektüre in einer der zahlreichen Vorarlberger Büchereien.

Nützen Sie die Angebote des Vorarlberger Familienpasses und die kostbare Zeit mit Ihren Kindern!

Wir wünschen Ihnen einen fröhlichen und erlebnisreichen Sommer.



Mag. Markus Wallner  
Landeshauptmann



Dipl.-Vw. Andrea Kaufmann  
Präsidentin des Gemeindeverbands



- INHALT**
- 3 Bergerlebnistag
  - 4 Sicheres Wandern  
Draußen Spielen  
ÖBB Vorteils card Family
  - 5 Sommerangebote  
Gemeinde Bättli
  - 6 Neuer Partner: Trampolinhalle
  - 7 Jugend impft  
Reiseziel Museum
  - 10 Spaß am Pool
  - 11 Klettern: Mentaltraining
  - 12 Ferienjob in Coronazeiten

Herausgeber: Amt der Vorarlberger Landesregierung, Abteilung Elementarpädagogik, Schule und Gesellschaft, Fachbereich Jugend und Familie, Landhaus, 6901 Bregenz, T +43 5574 511 22198, [info@familienpass-vorarlberg.at](mailto:info@familienpass-vorarlberg.at)  
 Redaktion: Laurence Feider, Eveline Kloos, Thomas Müller, Brigitte Salzmann, Margit Schneider  
 Grafik: Monika Rauch, coop4 kommunikationsdesign  
 Illustrationen: Gabriela Harndt, coop4 kommunikationsdesign  
 Druck: BULU, Buchdruckerei Lustenau GmbH  
 Fotocredit:  
 Seite 1: Shutterstock  
 Seite 3: Kzenon, stock.adobe.com  
 Seite 5: Landespressestelle  
 Seite 6: Trampolinpark Highmatrausch  
 Seite 7: Sicheres Vorarlberg  
 Seite 8: Martin Reischmann  
 Seite 9: Pexels Timo Miroshnichenko

Copyright 2021 beim Amt der Vorarlberger Landesregierung, Bregenz. Für die Richtigkeit der Angaben wird keine Haftung übernommen. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich verständigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Barabläse ist nicht möglich. Juni 2021

Sie können sich jederzeit beim Familienpass abmelden. Schicken Sie uns dazu einfach eine E-Mail: [info@familienpass-vorarlberg.at](mailto:info@familienpass-vorarlberg.at)

Wir bitten Sie, die gültigen Abstands- und Hygieneregeln einzuhalten und sich im Vorfeld über die vor Ort geltenden COVID-19-Maßnahmen der einzelnen Veranstalter zu informieren.

## Bergerlebnistag am 4. Juli 2021: Hoch hinaus mit der ganzen Familie

Rucksack packen, Wanderschuhe anziehen und auf geht es zum Bergerlebnistag am 4. Juli 2021. Um nur 20 Euro kann die ganze Familie mit Vorarlbergs Seilbahnen hinauf in luftige Höhen gondeln. An der Bergstation angekommen lassen sich – je nach Kondition und Ausdauer – sportliche Gipfeltouren, kinderfreundliche Wanderungen oder gemütliche Rundwanderungen mit dem Kinderwagen unternehmen. Atemberaubende Aussicht auf Vorarlbergs Bergwelt und frische Höhenluft inklusive.

Noch nicht die ideale Wanderroute für die ganze Familie gefunden?

- Die schönsten Wandertipps in Kombination mit den Vorarlberger Sommerbergbahnen: [www.vorarlberg.travel/aktivitaet/wandern-bergbahnen-tourenvorschlaege](http://www.vorarlberg.travel/aktivitaet/wandern-bergbahnen-tourenvorschlaege)



Familienpass-Tarif: 20 Euro für die ganze Familie, für Berg- und Talfahrt bei allen Vorarlberger Seilbahnen am 4. Juli 2021.

Der Bergerlebnistag findet in Kooperation mit dem Vorarlberger Seilbahnen und Vorarlberg >>bewegt statt.



Der Familienpass verlost gemeinsam mit den Sommerbergbahnen 10 Familienkarten für eine Berg- und Talfahrt. Spielen Sie mit bis 11. Juli 2021 in der Familienpass-App oder unter: [www.vorarlberg.at/familienpass](http://www.vorarlberg.at/familienpass)

## Tipps zum Wandern – Gut vorbereitet in den Bergen unterwegs

Der Erfolg einer Wanderung hängt von verschiedenen Faktoren ab. Viele davon können leicht beeinflusst werden. Gut vorbereitet macht die nächste Bergtour nicht nur Spaß, sondern führt auch unfallfrei nach Hause.

Der PEAK Bergcheck unterstützt bei der Tourenplanung und Durchführung einer Wanderung. PEAK steht für Planung, Einschätzung, Ausrüstung und Kontrolle und soll dabei helfen, nichts zu vergessen.

- PEAK Bergcheck und weitere Tipps für eine sichere Wanderung unter: [www.sicheresvorarlberg.at/ratgeberartikel/tipps-zum-wandern/](http://www.sicheresvorarlberg.at/ratgeberartikel/tipps-zum-wandern/)



## Sicheres Wandern beim Erlebnis- wochenende für Familien



Wanderfreudige Familien aufgepasst! Unter dem Motto „Auf die Berge, fertig, los!“ lädt Sicheres Vorarlberg zu einem Erlebniswochenende samt Hüttenübernachtung ein.

Ein spannendes und lehrreiches Wanderwochenende auf der Emser Hütte wartet auf alle Wanderfans. Eingeladen sind Familien (Eltern, Großeltern, Verwandte) mit Kindern ab 6 Jahren.

Während der Wanderung finden Inputs und Übungen zu verschiedenen Inhalten statt: Lockerungs- und Aufwärmübungen, Spiele, richtige Verpflegung beim Wandern, Ausrüstung und Tourenplanung, Sensibilität für die Natur, alpine Gefahren, Erste Hilfe und Notfallmanagement im alpinen Bereich.

Durchgeführt wird das Familienwochenende in diesem Jahr von der Bergrettung Hohenems.

Samstag, 9. und Sonntag, 10. Oktober 2021  
Übernachtung: Emser Hütte



Familienpass-Tarif: Erwachsene: 40 Euro (statt 50 Euro), Kinder: 15 Euro (statt 20 Euro), inkl. Übernachtung und Frühstück.

➤ Information und Anmeldung: Sicheres Vorarlberg, +43 5572 54343 0, [www.sicheresvorarlberg.at](http://www.sicheresvorarlberg.at)

## Denn draußen ist der beste Spielplatz aller Zeiten

Die Natur bietet uns den schönsten Spielplatz – egal ob im Park, im Wald oder am Berg. Auf den Wanderwegen von „Österreichs Wanderdörfern“ ist Platz für ausgelassene Spielzeit. Hier finden Familien eine große Natur-Spielesammlung mit magischen Spielorten und tollen Ideen für einen Sommer unter freiem Himmel.

➤ Lieblingsspiele und Spielplätze unter:  
[www.spielend-wandern.at/vorarlberg](http://www.spielend-wandern.at/vorarlberg)



Der Familienpass verlost mit seinem Partner „Österreichs Wanderdörfern“ 5 Bücher „Spielend wandern“. Spielen Sie mit bis 11. Juli 2021 in der Familienpass-App oder unter:  
[www.vorarlberg.at/familienpass](http://www.vorarlberg.at/familienpass)

## Mit der ÖBB Vorteils- card Family in die Sommerferien fahren

Familien können mit dem Familienpass gleich doppelt sparen: Für sie gibt es die Vorteils card Family zum Familienpass-Tarif. Das bedeutet, dass ein auf dem Vorarlberger Familienpass eingetragener Erwachsener die ÖBB Vorteils card Family an einem der ÖBB-Schalter in Vorarlberg (Bregenz, Dornbirn, Feldkirch oder Bludenz) kostenlos bekommt. Voraussetzung ist der gleichzeitige Kauf eines Fernverkehrstickets mit österreichischem Reiseziel außerhalb Vorarlbergs. Familien mit mehr als vier Kindern bekommen zwei kostenlose Vorteils cards Family. Die Vorteils card ist jeweils für ein Jahr gültig. Kleinkinder von 0 bis 5 Jahren fahren in Begleitung eines/einer Jugendlichen oder einer erwachsenen Person in ÖBB Zügen weiterhin gratis.



Familienpass-Tarif: Eine ÖBB Vorteils card Family gratis (beim Kauf eines Fernverkehrstickets) statt um 19 Euro.



## Abwechslungsreiche Familienangebote für die Sommerzeit

Damit Vorarlbergs Familien auch heuer ein attraktives und verlässliches Kinderbetreuungs- und -bildungsangebot in den Sommermonaten zur Verfügung steht, hat das Land ein umfangreiches Familienpaket geschnürt.

Familienangebote im Sommer auf einen Blick

- 50 Prozent der Beiträge für die Sommerbetreuung in elementarpädagogischen Einrichtungen bzw. in der Schülerbetreuung werden vom Land übernommen.
- Nachhilfeangebote: Sonderförderung für die Sommerkurse der Volkshochschulen, kostenlose Sommerschule für Schülerinnen und Schüler, aha-Online-Nachhilfebörse.
- Spezialtarif in Öffentlichen Verkehrsmitteln für Großeltern, die mit ihren Enkelkindern unterwegs sind.
- V-Card des Vorarlberg Tourismus zum Vorzugspreis.
- Familienwochen-Angebote: kostengünstige Ferienaufenthalte am Bodensee oder in den Bergen für kinderreiche Familien, Eltern mit Kleinkindern sowie für alleinerziehende Mütter und Väter.
- Ermäßigungen bei Familienpass-Partnerbetrieben (z. B. Schwimmbäder, Seilbahnen, Zoos, Minigolfanlagen u. v. m.).
- Sommerprogramme der Städte und Gemeinden sowie Sommercamps.

➤ Alle Sommerangebote im Überblick:  
[www.vorarlberg.at/familien](http://www.vorarlberg.at/familien)



„Die vergangenen Monate waren insbesondere für Familien eine enorme Herausforderung. Deshalb wollen wir sie im Sommer bestmöglich entlasten und Familien eine unbeschwertere Ferienzeit ermöglichen“, so Landeshauptmann Markus Wallner.

## Gemeinde Bättl – Am 1. Juli 2021 geht's los!

Egal ob Sie gerne gehen, laufen oder am liebsten mit dem Fahrrad oder den Inlineskates unterwegs sind – von Juli bis September 2021 zählt jede Minute Bewegung. In diesem Zeitraum sucht die Landesinitiative Vorarlberg >>bewegt mit Hilfe der Vorarlberger Bevölkerung zum ersten Mal die aktivsten Gemeinden Vorarlbergs.

So geht's:

- Ab 1. Juni als Einzelperson oder Familie zum Wettbewerb anmelden (einmalige Registrierung).
- Sport treiben und sich unter Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln so viel wie möglich bewegen.
- Die im Aktionszeitraum gesammelten Bewegungsminuten auf der Plattform eintragen.

Die aktiv gesammelten Bewegungsminuten von Einzelpersonen oder Familien werden der Gemeinde gutgeschrieben und in einer Rangliste erfasst. Die aktuellen Ranglisten der Gemeinden werden auf der Website von Vorarlberg >>bewegt öffentlich zugänglich dargestellt. Die Sieggemeinden erhalten einen Preisscheck. Zusätzlich werden unter allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern attraktive Preise verlost.

➤ Anmeldung und Ranglisten unter:  
[www.vorarlberg.at/bewegt](http://www.vorarlberg.at/bewegt)



## Büchereien und Spielotheken – ein Besuch lohnt sich immer



Lesen, spielen, staunen, genießen, sich bilden und informieren – das alles können kleine und große Leseratten in den Büchereien und Spielotheken im Land. Ob Bücher, Zeitschriften, Comics, Spiele oder E-Medien – die Auswahl ist riesengroß und begeistert die ganze Familie.

### Wussten Sie schon, dass ...

- ... es knapp hundert öffentliche Bibliotheken in Vorarlberg gibt?
- ... über 1 Million Medien zur Ausleihe bereit stehen?
- ... allein im letzten Jahr über 2,8 Millionen Entlehnungen getätigt wurden?
- ... neben Büchern, Hörbüchern, Zeitschriften, DVDs und Spielen auch E-Medien ausgeliehen werden können?

### Tipp Informieren Sie sich in Ihrer Gemeinde über das Angebot!

- Alle Büchereien, Spielotheken und Bibliotheken in Vorarlberg finden Sie unter: [www.bvv.bvoe.at/bibliotheken-vorarlberg](http://www.bvv.bvoe.at/bibliotheken-vorarlberg)



6

## Neuer Partner: Trampolin- und Actionpark „Highmatrausch“



„Highmatrausch“ bringt Action ins Leben. Familien können sich entweder im Trampolinpark – inklusive Parkour Free Running und Ninja Challenge – oder im Indoor-Pumpark austoben. Kommen Sie auf einen Sprung vorbei.

Familienpass-Tarif: 2 Euro Rabatt für jede auf dem Familienpass eingetragene Person bei mind. zwei zeitgleich gekauften/gebuchten Tickets. Dies gilt für die Online-Buchungen vorab (günstigste Variante) und für die Direktbuchung in der Halle.



- Onlinetickets und Details unter: [www.highmatrausch.at](http://www.highmatrausch.at)



## Jugendimpfung für 12- bis 15-Jährige: Start in Vorarlberg

Die EU-Arzneimittelbehörde (EMA) hat ein Impfschutz für 12- bis 15-Jährige zugelassen. Alle Jugendlichen, die auf der Vorarlberger Impfplattform angemeldet sind, werden bis zum Beginn der Sommerferien ein Impfangebot erhalten. Durchgeführt werden die Impfungen in Vorarlberg in den bestehenden Impfzentren und nicht an den Schulen.

### Haben Sie sich auch schon Gedanken über das Impfen und ganz speziell über die Corona-Impfung gemacht?

Für Eltern und Jugendliche gibt es zahlreiche Möglichkeiten, um sich im Vorfeld zu informieren. Insbesondere die betreuenden Allgemein- und Fachärztinnen und -ärzte bieten sachliche Information und Beratung zum Thema.

Auch auf der Website des aha Jugendinformationszentrums sind Informationen zur Covid-19-Impfung zusammengefasst, die sich mit folgenden Fragen befassen:

- Was bringt das Impfen?
- Wie funktioniert eine Impfung?
- Welche Covid-19-Impfstoffe gibt es?
- Was steckt hinter dem mRNA Impfstoff?
- Warum ist der Impfstoff gegen Covid-19 so schnell da?
- Welche Nebenwirkungen gibt es bei Impfungen?
- Gibt es Langzeitfolgen von Impfungen?
- Muss ich mich impfen lassen?
- Ab wann dürfen Jugendliche selbst entscheiden, ob sie sich impfen lassen?
- Ich will mich impfen lassen – was muss ich tun?



Damit Sie sich mit Ihren Kindern eine eigene Meinung zum Thema Impfen bilden können, finden Sie Antworten auf diese Fragen unter:

- [www.aha.or.at/covid-19-impfung](http://www.aha.or.at/covid-19-impfung)
- [www.vorarlberg.at/vorarlbergimpft](http://www.vorarlberg.at/vorarlbergimpft) oder Impfhotline 0800 201 361



## Beim „Reiseziel Museum“ neue Welten entdecken



4. Juli, 8. August und 5. September 2021, von 10 bis 17 Uhr

Sommerzeit ist Reiseziel-Museum-Zeit! Jeweils an einem Sonntag im Juli, August und September öffnen in Vorarlberg, Liechtenstein und im Kanton St. Gallen insgesamt 50 Museen ihre Türen und bieten ein spezielles Familienprogramm. Erleben Sie mit Ihrer Familie tolle, aufregende, mitreißende und lehrreiche Museumsbesuche!

Familienpass-Tarif: 1 Euro bzw. 1 CHF pro Person und Museum. Nicht vergessen: Vorarlberger Familienpass mitnehmen!



### Reiseziel Museum in der Familienpass-App

Noch spontan Zeit für ein weiteres Museum? Was gibt es noch für spannende Programme in den Museen? Wie komme ich am schnellsten dahin? Alle teilnehmenden Reiseziel-Museen sind auch in der Familienpass-App zu finden. Diese gibt es kostenlos zum Download im App Store und bei Google Play.

- Den Zugangscode für Ihren mobilen Familienpass bekommen Sie unter [info@familienpass-vorarlberg.at](mailto:info@familienpass-vorarlberg.at)
- Details unter: [www.vorarlberg.at/familienpass](http://www.vorarlberg.at/familienpass)



Einen Überblick über die Reiseziele finden Sie auf der nächsten Doppelseite.



7

# „Reiseziel Museum“ in Vorarlberg, Liechtenstein und der Schweiz



4. Juli, 8. August  
und 5. September 2021,  
von 10 bis 17 Uhr



## Vorarlberg | Bezirk Bregenz

### Angelika Kauffmann Museum

Erlebe eine Reise in die Vergangenheit auf einer Kutsche und einem Pferdesattel.

➤ [www.angelika-kauffmann.com](http://www.angelika-kauffmann.com)

### Egg Museum

Wandere mit Hilfe eines Büchleins durch die 140 Jahre der Egger Feuerwehr.

➤ [www.egg-museum.jimdosite.com](http://www.egg-museum.jimdosite.com)

### Feuerwehr-Oldtimerverein Hard

Sei mutig und lösche zusammen mit „Flocki“ das Feuer.

➤ [www.feuerwehr-oldtimer-hard.at](http://www.feuerwehr-oldtimer-hard.at)

### Frauenmuseum Hittisau

Komm mit auf eine Reise zu deinen Anfängen, als du noch in Mamas Bauch warst.

➤ [www.frauenmuseum.at](http://www.frauenmuseum.at)

### Heimatmuseum Bezau

Suche zusammen mit dem Museumskasperl die kleine Maus im Keller.

➤ [www.bregenzerwald.at/aktivitaet/heimatmuseum-bezau](http://www.bregenzerwald.at/aktivitaet/heimatmuseum-bezau)

### Kunsthau Bregenz

Passend zur aktuellen Ausstellung kannst du bei uns ein Instrument bauen und gestalten.

➤ [www.kunsthau-bregenz.at](http://www.kunsthau-bregenz.at)

### vorarlberg museum

Auf dich warten der Archäologiebus und ein Einblick in die Ausstellung „Weltstadt oder so?“.

➤ [www.vorarlbergmuseum.at](http://www.vorarlbergmuseum.at)

### Vorarlberger Militärmuseum

In der Kaserne kannst du deine Geschicklichkeit unter Beweis stellen.

➤ [www.militaer-museumvlbg.com](http://www.militaer-museumvlbg.com)

## Vorarlberg | Bezirk Dornbirn

### inatura – Erlebnis Naturschau Dornbirn

Baumriesen ganz klein – werde zur starken Partnerin bzw. zum starken Partner für eine robuste Persönlichkeit!

➤ [www.inatura.at](http://www.inatura.at)

### Jüdisches Museum Hohenems

Auf den Spuren von Clara Heimann-Rosenthal erfährst du einiges über das jüdische Leben. (Outdoor Museum)

➤ [www.jm-hohenems.at](http://www.jm-hohenems.at)

### Kunstraum Dornbirn

Es erwarten dich Kunstwerke zum Begehen und Beäugen.

➤ [www.kunstraumdornbirn.at](http://www.kunstraumdornbirn.at)

### Rhein-Schauen Lustenau

Es erwarten dich spannende Geschichten rund um das Rheinbähne.

➤ [www.rheinschauen.at](http://www.rheinschauen.at)

### Stadtmuseum Dornbirn

Wir satteln das Pferd für die Sommerfrische. Mach mit und packe deine Sachen.

➤ [www.stadtmuseum.dornbirn.at](http://www.stadtmuseum.dornbirn.at)

### Stickerei – Museum. Archiv. Kommunikation (S-Mak)

Hier lernst du die Arbeit mit Stickereien kennen.

➤ [www.s-mak.at](http://www.s-mak.at)

### Stoffels Säge-Mühle

Höre die Geschichten zur Mühle mit ihren geheimen Bewohnerinnen und Bewohnern.

➤ [www.museum-stoffels-saegemuehle.at](http://www.museum-stoffels-saegemuehle.at)

## Vorarlberg | Bezirk Feldkirch

### Alamannen Museumsdorf Mäder

Knüpfe dir ein Zauberarmband und lausche, wie die Brennessel im Märchen ihre Magie verbreitet.

➤ [www.alamannenkreis.com](http://www.alamannenkreis.com)

### Freilichtmuseum Römervilla

Begib dich auf eine spannende Zeitreise zu den Römern! (gegenüber Golfplatz und Sportplatz Brederis)

➤ [www.rankweil.at](http://www.rankweil.at)

### Rhein-Schauen Mäder

Heute bist du ein Stein – darum fahr mit der Lokomotive „Gustav“ zum Rhein.

➤ [www.rheinschauen.at](http://www.rheinschauen.at)

### Schattenburg Feldkirch

Märchenprofis punkten bei unserem Quiz „Es war einmal ...“ und erwerben damit die Märchenkrone.

➤ [www.schattenburg.at](http://www.schattenburg.at)

### Vorarlberger Museumswelt

Informiere dich über das Rote Kreuz und bastle dein eigenes Rettungsgewand.

➤ [www.museumswelt.com](http://www.museumswelt.com)

## Vorarlberg | Bezirk Bludenz

### Klostertal Museum

Werde kreativ in unserer Kräuterwerkstatt!

➤ [www.museumsverein-klostertal.at](http://www.museumsverein-klostertal.at)

### Lechmuseum Huber-Hus

Mach mit! Gemeinsam nähnen wir ein Geschichtenzelt und hören spannende Geschichten.

➤ [www.lechmuseum.at](http://www.lechmuseum.at)

### Montafoner Bergbaumuseum

Es erwartet dich eine spannende Schatzsuche mit Blick in die Geschichte.

➤ [www.montafoner-museen.at](http://www.montafoner-museen.at)

### Montafoner Heimatmuseum

Die Biene summt durch Kunst und Kultur – helfen wir ihr dabei!

➤ [www.montafoner-museen.at](http://www.montafoner-museen.at)

### Montafoner Alpin- und Tourismusmuseum

Hier erfährst du alles über das Montafoner Steinschaf.

➤ [www.montafoner-museen.at](http://www.montafoner-museen.at)

### Museum Frühmesshaus Bartholomäberg

Die Biene – ein kleines Insekt mit gewaltiger Wirkung auf Mensch und Natur (Outdoor Museum).

➤ [www.montafoner-museen.at](http://www.montafoner-museen.at)

### Museum Großes Walsertal

Duftende Blumen werden zu leuchtenden Bildern.

➤ [www.walsermuseum.at](http://www.walsermuseum.at)

## Liechtenstein

### Alter Pfarrhof Balzers

Drei Tage, drei Programme: Entdecke Balzers und löse knifflige Aufgaben oder gestalte dein eigenes Kunstwerk. (Outdoor Museum)

➤ [www.alter-pfarrhof.li](http://www.alter-pfarrhof.li)

### domus

Zeige deine Kreativität und mach tolle Fotos mit unserer Sofortbildkamera.

➤ [www.domus.li](http://www.domus.li)

### Gasometer Kulturzentrum

Bei uns kannst du Kunstwerke anschauen und auch selber gestalten. Was gibt es Schöneres?

➤ [www.gasometer.li](http://www.gasometer.li)

### Kunstmuseum Liechtenstein Mit Hilti Art Foundation

Male, erfinde, taste und befrage Sinn und Sinnlichkeit auch durch den Mund.

➤ [www.kunstmuseum.li](http://www.kunstmuseum.li)

### Kunstraum Engländerbau

Zusammen mit Kunstschaffenden lüftest du spannende Geheimnisse (am 8. August geschlossen).

➤ [www.kunstraum.li](http://www.kunstraum.li)

### Liechtensteinisches Landesmuseum

Folge dem Froschkönig und zücke das Handy oder den Bleistift.

➤ [www.landesmuseum.li](http://www.landesmuseum.li)

### Mühle Eschen

Mahle die Maiskörner mit der Handmühle und löse ein Rätsel rund um den Mais.

➤ [www.eschen.li](http://www.eschen.li)

## Schweiz | Kanton St. Gallen

### Artillerie – Fort – Museum – Magletsch

Erlebe das einzigartige Stollenssystem hautnah.

➤ [www.afom.ch](http://www.afom.ch)

### FFA Museum Altenrhein

Bastle ein Auto und höre einen Verbrennungsmotor aus dem Jahr 1936.

➤ [www.ffa-museum.ch](http://www.ffa-museum.ch)

### Forum Würth Rorschach

Gestalte aus verschiedenen Materialien deinen eigenen Bilderrahmen.

➤ [www.wuerth-haus-rorschach.ch](http://www.wuerth-haus-rorschach.ch)

### GedankenBerg Sevelen

Erkunde den GedankenBerg anhand deiner eigenen Entdeckerkarte.

➤ [www.gedankenberg.ch](http://www.gedankenberg.ch)

### Gemeindemuseum Rothus Oberriet

Gestalte dein eigenes Motorrad und höre eine spannende Geschichte der Märchenerzählerin.

➤ [www.museum-oberriet.ch](http://www.museum-oberriet.ch)

### Historisches und Völkerkundemuseum St. Gallen

Erlebe die steinzeitlichen Tiere hautnah – am Basteltisch und in der archäologischen Ausstellung.

➤ [www.hvmsg.ch](http://www.hvmsg.ch)

### Markthalle Altenrhein

In Häusern des Künstlers Friedensreich Hundertwasser tauchst du ein in eine Märchenwelt.

➤ [www.markthalle-altenrhein.ch](http://www.markthalle-altenrhein.ch)



### Motorradmuseum Wüst-Rheintal

Hol dir zuerst ein Motorrad im Gemeindemuseum und gestalte dann bei uns ein Schlüsselbrett daraus.

➤ [www.motorradmuseum-wuest-rheintal.com](http://www.motorradmuseum-wuest-rheintal.com)

### Museum im Kornhaus Rorschach

Erlebe verschiedene Bewegungsformen kennen und werde ein Bewegungs-Profi.

➤ [www.museum-rorschach.ch](http://www.museum-rorschach.ch)

### Museum im Lagerhaus

Erfinde tierische Monsterwesen und bringe sie zum Leuchten.

➤ [www.museumimlagerhaus.ch](http://www.museumimlagerhaus.ch)

### Museum in der alten Post

Im Museum erwarten dich das Garfarra-Häxli und andere spannende Themen.

➤ [www.post-ab.ch](http://www.post-ab.ch)

### Naturmuseum St. Gallen

Bastle Gipsabdrücke aus Fossilien und erforsche den Dinosaurier-Parcours.

➤ [www.naturmuseumsg.ch](http://www.naturmuseumsg.ch)

### Ortsmuseum Altes Oechsli

Mach eine Weltreise mit dem Profifotografen Christof Sonderegger.

➤ [www.ortsmuseum-thal.ch](http://www.ortsmuseum-thal.ch)

### Ortsmuseum Rüthi

Wir spielen Schule wie vor 100 Jahren.

➤ [www.ruethi.ch/de/freizeitkultur/ortsmuseum](http://www.ruethi.ch/de/freizeitkultur/ortsmuseum)

### Schloss Werdenberg

Erlebe das Zeitalter des Barocks und lüfte Geheimnisse des Städtli und des Schlosses.

➤ [www.schloss-werdenberg.ch](http://www.schloss-werdenberg.ch)

### Stiftsbezirk St. Gallen

Ein Bär führt dich zu Orten, an denen er dir von der Geschichte des Klosters erzählt.

➤ [www.stiftsbezirk.ch](http://www.stiftsbezirk.ch)

Alle Details finden Sie unter:

➤ [www.reiseziel-museum.com](http://www.reiseziel-museum.com)



## Spaß am Pool? Aber sicher!



Sonne, Sommer, Sonnenschein. Fehlt nur noch der perfekte Ort zum Planschen. Aus diesem Grund sind in vielen heimischen Gärten Schwimm- oder Planschbecken zu finden. Doch haben Sie sich auch über die Gefahren informiert?

Ertrinken ist die häufigste Todesursache bei Kleinkindern. Ein Schwimmbecken bringt, besonders für Kinder, ein hohes Unfallrisiko mit sich. Im Eigenheim passende Vorkehrungen zu treffen, ist dabei sehr wichtig. Deshalb bietet Sicheres Vorarlberg einfache Tipps, um zu Hause so sicher wie möglich zu sein:

- Pools vor unbeaufsichtigter Benutzung immer absichern (Zaun, Gartentor, Einstiegsleiter entfernen) und darauf achten, dass Kinder nicht sehen, wie es auf- und zugemacht wird. Kinder lernen schnell und die Absicherung kann dann nutzlos werden.
- Das Planschbecken jeden Abend entleeren.
- Unbenutzte Pools abdecken und darauf achten, dass die Poolabdeckung fest ist, falls ein Kind darauf steigt.

- Keine Spielsachen oder Wasserspielzeuge im Wasser liegenlassen, diese animieren kleine Kinder, danach zu angeln.
- Stolperfallen am Beckenrand vermeiden. Keine Spielsachen oder andere Hindernisse liegen lassen.

Das Schwimmen zu erlernen ist der beste Schutz gegen Ertrinken!

Mario Amann, Geschäftsführer von Sicheres Vorarlberg, betont, wie wichtig Aufmerksamkeit ist: „Sobald Ihr Kind in Wassernähe ist, sind Ablenkungen tabu! Obwohl dies strikt klingt, darf man dabei niemals Kompromisse eingehen.“

- Weitere Informationen und Tipps über Wassersicherheit finden Sie unter: [www.sicheresvorarlberg.at](http://www.sicheresvorarlberg.at)



## Klettern – Mentaltraining und soziales Erlebnis



2035 ist Vorarlberg der chancenreichste Lebensraum für Kinder – mit dieser Vision bietet die „Marke Vorarlberg“ ein Zukunftsprogramm, auf das viele gemeinsam hinarbeiten. Christina Meusburger, Kommunikationsleiterin der „Marke Vorarlberg“, hat sich mit Martin Reischmann, Präsident des Vorarlberger Kletterverbandes über die positiven Auswirkungen des Kletterns auf Familien unterhalten.

Herr Reischmann, Klettern wird immer beliebter. Nicht nur in Vorarlberg, sondern auch in vielen anderen Ländern boomt dieser Sport. In Tokio soll es über 200 Kletterhallen geben, in Deutschland kommen jährlich um die 25 Hallen dazu. Was sind Ihrer Meinung nach die Gründe für die steigende Nachfrage?

Reischmann: Der soziale Aspekt ist beim Klettern – und vor allem beim Bouldern – ebenso zentral, wie der sportliche. Auch Konkurrenten feuern sich gegenseitig an und geben sich Tipps. Klettern ist also viel mehr als nur Sport. Er ist Mentaltraining und soziales Erlebnis zugleich. So fokussiert, wie am Felsen oder in der Halle ist man selten. Während einer Kletterroute ist man völlig auf das Hier und Jetzt konzentriert, die vielen anderen Gedanken im Kopf verschwinden sehr schnell. Hinzu kommt, dass das Gruppenerlebnis beim Klettern und vor allem beim Bouldern etwas Wunderschönes ist – gerade auch für Familien.

Was genau lernen Kinder und Erwachsene beim Klettern, was sie auch in anderen Lebensbereichen brauchen können?

Reischmann: Die Überwindung der Sturzangst ist beispielsweise eine Lebensschule, Lernen, mit Niederlagen umzugehen, eine selbstreflexive Fehlerkultur zu entwickeln, auch mit Konkurrenten sozial umzugehen, mentale Stärke zu entwickeln. Hier trainiert man nicht nur den Körper, sondern auch das Mindset.

Der Vorarlberger Kletterverband versteht sich als treibende Kraft im leistungsorientierten Klettersport in Vorarlberg. Zusätzlich ist er Impulsgeber im Kletterbreitensport in Vorarlberg. Wo sind die Herausforderungen?

Während das Bouldern einen sehr niederschweligen Zugang bietet, ist der Sprung zum Vorstiegsklettern am Seil für viele nach wie vor recht groß. Hierbei spielen die Vereine eine zentrale Rolle in der Ausbildung und Unterstützung. Das Heranführen an den Leistungssport sollte im



Klettersport schon im jungen Alter erfolgen. Damit aus jungen Talenten Vorarlbergs Kletterasse werden können, führen wir im Juli eine Serie von Talente-Scoutings durch. Bei diesen Scoutings sind alle interessierten Kinder bis 11 Jahre herzlich willkommen. Wir freuen uns auf viele Kids!

- Infos zum Talentscouting unter [www.klettern-vorarlberg.at/projekte/boulderrallye](http://www.klettern-vorarlberg.at/projekte/boulderrallye)



# 6 Tipps für die Ferienjobsuche in der Coronazeit

Viele stellen sich gerade die Frage: Bekomme ich diesen Sommer noch einen Ferienjob? Das aha hat für Jugendliche Tipps gesammelt, die weiterhelfen, hoffentlich auch in Zeiten von Corona einen Ferienjob zu finden.



## 1. Sei aktiv!

Kontaktiere Firmen, auch wenn dort keine Ferienjobs ausgeschrieben sind.

## 2. Bleib dran!

Kontaktiere Firmen zu einem späteren Zeitpunkt wieder, vielleicht hat sich was geändert.

## 3. Sei flexibel!

Stell dich darauf ein, dass eine Job-zusage kurzfristig kommen kann.

## 4. Bleib motiviert!

Schau immer wieder in die aha-Ferienjobbörse.

## 5. Sei offen!

Es gibt viele Jobs, die immer gebraucht werden (Callcenter-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter, Aushilfsjobs in Supermärkten usw.)

## 6. Sei kreativ!

Es gibt auch Alternativen zum Ferienjob, wie z. B. Babysitten, Gartenarbeiten, sich freiwillig mit aha plus engagieren usw.



Last Minute Ferienjobs unter:  
[www.aha.or.at/ferialjob](http://www.aha.or.at/ferialjob)

