

Salzburger Familien Journal



Frühling 2026



Wenn der Kopf
nie Pause hat

Seite 6

Was denkt
Salzburgs Jugend?

Seite 24

Zukunft.Pflege:
vom Traum zum Beruf

Seite 34

#ganzich

Wir haben Lust an Zukunft. Du auch?

Wir feiern nicht nur **50 Jahre Jubiläum**, sondern auch **50 Jahre Lust an Zukunft**. Packen auch Sie für eine gute Zukunft mit an? Dann teilen Sie mit uns, wie Sie sich bürgerschaftlich engagieren und inspirieren Sie damit andere Menschen.



Teilen Sie Ihre persönliche
Geschichte mit uns!

Lust an
Zukunft
Seit 50 Jahren **dm**



HIER BIN ICH MENSCH
HIER KAUF ICH EIN



Liebe Salzburger Familien! Liebe Mütter und Väter, Omas und Opas!

In den letzten Monaten wurde der Salzburger Familienpass technisch rundum erneuert und hat in der Land Salzburg-App ein neues digitales Zuhause gefunden. Sein Grundgedanke - nämlich Euch eine breite Palette an familienfreundlichen Angeboten und Vergünstigungen zur Verfügung zu stellen - bleibt selbstverständlich gleich. Nähere Informationen hierzu findet Ihr auf den folgenden Seiten wie auch im kürzlich erschienenen Familienpass-Katalog 2026.

Passend zum Frühling präsentiert sich auch das gedruckte Familienjournal mit der vorliegenden Ausgabe in einem neuen Layout. Inhaltlich wird es seiner bewährten Linie treu bleiben, sachlich, generationenübergreifend und regionalspezifisch über familienrelevante Themen zu informieren - diesmal unter anderem zu den Ergebnissen des Salzburger Jugendreports sowie zu aktuellen Projekten des Landes in Bereichen wie Pflege und Freiwilligenarbeit.

Spannende Lektüre wünscht

Eure

M. Svazek

Marlene Svazek
Familienlandesrätin



In Zusammenarbeit von



blümke____
blümke____
wagenhofer

Ab in die neue App! 5

Wenn der Kopf nie Pause hat 6

Erste Hilfe bei Kindern 10

„Voll fad!“
Wenn Lesen plötzlich Pause macht 12

Mimikama
Fakten prüfen statt Gerüchte teilen 16

Komm ins Museum! 19

Hilfe und Beratung für
jede Lebenslage 19

Familienpass-Partner April bis Juni 20

Forum Familie
Familien stark begleitet 22

s'Wissenseck
Was denkt Salzburgs Jugend? 24

Spieletipps 26

Gutscheine 27

Buchtipps 29

Sindbad
Mentoring, das Mut macht 30

Level up!
Sommer, Jobs & Zukunftschancen 32

Zukunft.Pflege
Vom Traum zum Beruf 34

Wenn das Gedächtnis wackelt 36

Setz dem *Spaß* die Krone auf!

Erlebe das Abenteuer Wasserspiele!



ANDERS · ERFRISCHEND

www.hellbrunn.at

Schloss Hellbrunn, Fürstenweg 37, A-5020 Salzburg

fahrtechnik
ÖAMTC

Fahrsicherheits Training



Fahrmanöver mit realitätsnahem Tempo | **Richtiges Reagieren** in Gefahren- & Notsituationen | **Strategien zur Unfallvermeidung** | **Fahrsicherheit:** Lernen durch Erleben*

* Alle Teilnehmenden fahren selbst, moderne Leihfahrzeuge gegen Gebühr verfügbar

ÖAMTC Fahrtechnik Zentrum Saalfelden/Brandlhof | Tel. +43 6582 752 60 32300 | fahrtechnik.saalfelden@oamtc.at



[oamtc.at/fahrtechnik/fuehrerschein](https://www.oamtc.at/fahrtechnik/fuehrerschein)

Für aktives Fahren

Ab in die neue App!

Der Familienpass ist umgezogen! Jetzt nutzen in der neuen Land Salzburg-App.

So einfach ist die Umstellung

1. Land Salzburg-App herunterladen.
2. Im Menüpunkt Familienpass den QR-Code aus dem Papierpass einscannen.

Kein Papierpass mehr vorhanden?

Die Heimatgemeinde stellt kostenlos einen neuen aus. Den Papierpass gut aufheben, zum Beispiel für einen Handywechsel, nur dort ist der QR-Code für die Aktivierung in der App abgedruckt!

Die bisherige Familienpass-App läuft eingeschränkt noch bis **31. März 2026**. Damit wir den digitalen Familienpass ohne Unterbrechung nutzen können, sollten alle bis dahin umgestiegen sein.



Hinter dem Feld des Familienpasses finden wir alle Infos.

Jetzt umsteigen!

Land Salzburg-App:



Android
Play Store



Apple App
Store

www.salzburg.gv.at/familienpass

[f/familienpasssalzburg](https://www.facebook.com/familienpasssalzburg)

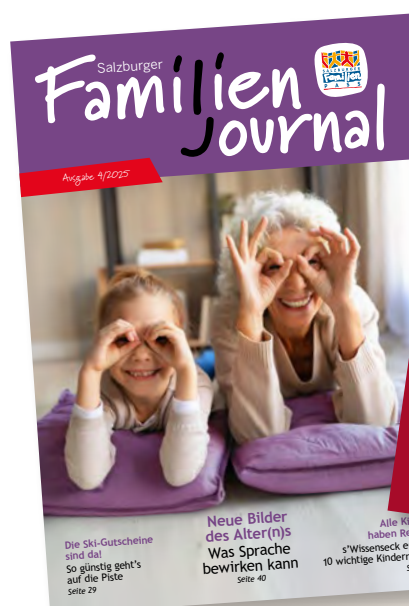
Gratis-Abo

Das Salzburger Familienjournal ist so vielseitig wie unser Familienleben.

Vier Ausgaben pro Jahr voller spannender Beiträge, Tipps und nützlichen Informationen rund um die Themen Alltag, Erziehung und gemeinsame Freizeitgestaltung gehen - selbstverständlich kostenlos - an alle, die sich den Salzburger Familienpass ausstellen lassen oder ein Abonnement bestellen. Zudem gibt's einmal jährlich den Katalog „Salzburgs GROSSER BONUS“ mit allen Vorteilsgebern und Ermäßigungen.



Jetzt kostenlos bestellen!
www.salzburg.gv.at/familienjournal



Termin für Papa ausmachen

15 Uhr Training

ma
fen!

en
n

Hilfend
Besuch von
Tante Ella

- Wäsche waschen
- Einkaufen
- Fußball
- Termine eintragen
- Geburtstag Opa

Wenn der Kopf nie Pause hat

„Mental Load“ im Familienalltag:
Nicht alles, was anstrengend ist, sieht man von außen. Mental Load beschreibt die vielen kleinen Denkaufgaben, die im Familienalltag ständig mitlaufen.

...e nicht
gessen

Heute
Zahnarzt
rufen

in nicht
ssen!!!

An alles denken, alles organisieren, alles im Blick behalten - und das möglichst still und selbstverständlich. Für viele Mütter gehört dieser unsichtbare Dauerzustand zum Alltag. Der sogenannte „Mental Load“ beschreibt genau diese permanente Kopfarbeit, die mit Familie, Haushalt und Verantwortung einhergeht - und die oft unterschätzt wird.

Mehr als To-do-Listen

Mental Load beginnt nicht erst beim Erledigen von Aufgaben. Er entsteht schon viel früher: beim Planen, Erinnern, Vorausdenken und Absichern. Wann steht der nächste Elternabend an? Ist genug Jause im Haus? Wer kümmert sich um den Arzttermin? Welche Jacke passt zur Jahreszeit - und wo liegt sie eigentlich? Diese Denkprozesse laufen oft im Hintergrund, begleiten den Tag - und hören auch abends nicht einfach auf.



**Gemeinsam
Verantwortung
übernehmen**

Mental Load fängt nicht erst im Tun an, sondern entsteht schon bei der Planung, beim Erinnern und ständigem Vorausdenken für die ganze Familie.

Verantwortung im Kopf - rund um die Uhr

Viele Mütter tragen die Hauptverantwortung für das „große Ganze“ im Familienleben. Selbst wenn Aufgaben geteilt werden, bleibt die gedankliche Steuerung häufig bei einer Person. Das führt dazu, dass Pausen sich selten wie echte Pausen anfühlen: Der Kopf bleibt wach, auch wenn der Körper ruht. Besonders belastend wird Mental Load, wenn er als selbstverständlich gilt. Wenn er nicht gesehen, nicht benannt und nicht geteilt wird.

Zwischen Anspruch und Wirklichkeit

Hinzu kommen hohe Erwartungen - von außen, aber auch an sich selbst. Gute Organisation, emotionale Verfügbarkeit, Fürsorge, Geduld, Beruf, Partnerschaft, Selbstfürsorge. Alles gleichzeitig, bitte. Dass das auf Dauer erschöpft, überrascht kaum.

Viele Mütter berichten von innerer Anspannung, Müdigkeit oder dem

Gefühl, nie „fertig“ zu sein - selbst dann nicht, wenn objektiv alles erledigt ist.

Warum Teilen mehr ist als Helfen

Mental Load lässt sich nicht allein durch „Mithilfe“ reduzieren. Denn es besteht nicht nur aus dem Tun, sondern vor allem aus dem Denken davor: dem Planen, Erinnern, Entscheiden und Koordinieren.

Ein Beispiel: Das Kind wird zum Training gebracht - geholfen. Aber wer hat den Termin im Kopf behalten, den Rucksack gepackt, an die Trinkflasche gedacht und rechtzeitig daran erinnert? Oder: Das Abendessen wird gekocht - geholfen. Doch wer hat überlegt, was es geben soll, ob alle Zutaten da sind und ob es zum Tagesablauf passt?

„Sag mir, was ich tun soll“ entlastet kaum. Entlastung entsteht dort, wo Verantwortung wirklich geteilt wird: Wenn Aufgaben oder Handgriffe nicht nur ausgeführt, sondern auch geplant,

entschieden und mitgedacht werden. Wenn Zuständigkeiten klar sind und Vertrauen da ist, loszulassen.

Das erfordert Gespräche, klare Absprachen und manchmal auch das Aushalten unterschiedlicher Lösungen. Dinge werden vielleicht anders gemacht als gewohnt - aber sie werden gemacht. Und genau das entlastet.

Sichtbar machen, was unsichtbar ist

Über Mental Load zu sprechen heißt nicht, Schuld zu verteilen. Es heißt, eine Realität sichtbar zu machen, die viele betrifft. Wer benennt, was belastet, schafft Raum für Veränderung - im eigenen Familienalltag genauso wie gesellschaftlich.

Denn Familienleben ist Teamarbeit. Und echte Entlastung beginnt dort, wo Verantwortung nicht stillschweigend getragen, sondern gemeinsam gestaltet wird.

MEHR MUSEUM FÜR SCHLAUE ENTDECKER



SALZBURGER
FREILICHT
MUSEUM
Förderverein



Mit einer Mitgliedschaft im **Förderverein des Salzburger Freilichtmuseums** noch mehr Kultur erleben und gleichzeitig die Museumsarbeit unterstützen. Vorteile für die ganze Familie:

- freier Eintritt ins Salzburger Freilichtmuseum und in viele Partnermuseen (z. B. Spielzeugmuseum)
- freier Eintritt zu Veranstaltungen, z. B. zum Kinderfest
- verkehrsfreies Gelände
- interaktive Ausstellungen
- Museumsbahn
- Abenteuerspielplatz, Kneippanlage

SCHON UM
50 EURO
PRO
SAISON

www.förderverein.at
verein@freilichtmuseum.com

Tel. 0662/85 00 11-50, Montag bis Mittwoch von 9 bis 12 Uhr

mein
Neubergerhof

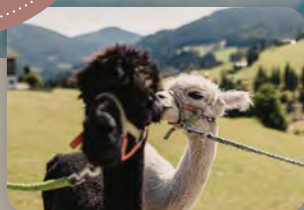
einfach zufrieden
sein

Neubergerhof in Filzmoos

Exklusiv:
3D-Bogenparcours
GRATIS nutzen!
mit dem CODE
#familienjournal26

ERHOLUNG AKTIV GENIEßEN!

Entspannt im Familienurlaub oder bei einem Tagesausflug in die vielfältige und naturnahe Ferienwelt!



Hotel Reiter GmbH . FN 326363x . Neuberger Straße 11 . 5532 Filzmoos

+43 6453 8381

WWW.NEUBERGERHOF.AT



Das Ziel der Raiffeisen JUNIOR App ist es, Kindern nicht nur den Umgang mit Geld näherzubringen, sondern sie auch zu motivieren, den Wert des Sparens zu erkennen.

Modern und einfach sparen

Neue Wege fürs Taschengeld. Die JUNIOR App ermöglicht es Kindern, auf spielerische Weise einen verantwortungsvollen Umgang mit Geld digital zu lernen.

Entwickelt wurde die JUNIOR App aus der Erkenntnis, dass Finanzbildung in vielen Fällen zu wenig in Schulen thematisiert wird und Eltern oft unsicher sind, wie sie dieses Wissen weitervermitteln können. Die App wurde in Zusammenarbeit mit Lehrlingen der Raiffeisenlandesbank NÖ-Wien entwickelt.

Sicherer Umgang mit Geld

Durch die JUNIOR App wird der Finanzbildungsprozess durch ein intuitives Design unterstützt. Die App ist mit dem Konto eines Elternteils gekoppelt, wodurch eine vollständige Transparenz gewährleistet ist und die Eltern die finanziellen Aktivitäten ihrer Kinder im Blick behalten. Die Kinder setzen sich über die JUNIOR App Sparziele und tauschen sich mit ihren Eltern über Finanzaktivitäten, wie Geldanfragen oder Überweisungen, aus. Diese müssen von einem Elternteil freigegeben werden. Im Rahmen der vereinbarten Grenzen können die jungen Sparerinnen und Sparer im Einzelhandel auch an NFC-fähigen Kassen mittels eigener Debitkarte bezahlen.

Alles auf einen Blick

Die Raiffeisen JUNIOR App ist ein Angebot für Kinder ab 10 Jahren und bis zum 18. Geburtstag nutzbar. Voraussetzung ist, dass das Kind und mindestens ein Elternteil Kundinnen bzw. Kunden derselben Raiffeisenbank in Salzburg sind. Alle Nutzerinnen und Nutzer benötigen lediglich ein eigenes Smartphone. Alle Überweisungsaufträge werden von den Eltern freigegeben, um sichere Transaktionen zu gewährleisten.

Wie nutzen Eltern Raiffeisen JUNIOR?

- » Transparenter Überblick in der Eltern-Ansicht der App
- » Verknüpfung im Hintergrund mit dem Internetbanking Mein ELBA
- » Konten mehrerer Kinder verwalten
- » Freigabe aller Geldausgänge der Kinder
- » Überweisungen an die Kinder
- » Aufgaben für Kinder erstellen und belohnen
- » Personalisierung (Farben, Namen, PIN, ...)

Was können Kinder mit Raiffeisen JUNIOR machen?

- » Eigenes Konto und Umsätze einsehen
- » Überweisungen vorbereiten und an die Eltern senden
- » Taschengeld bei den Eltern anfragen
- » Sparziele festlegen und erreichen
- » Personalisierung (Avatare, Farben, Namen, ...)

**Raiffeisen
Salzburg**



Erste Hilfe bei Kindern

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Darum ist es umso wichtiger, Unfälle richtig einzuschätzen und gezielt darauf zu reagieren.

Dieser Artikel wurde in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Roten Kreuz, Landesverband Salzburg, und dem Samariterbund Österreich, Landesgruppe Salzburg, erstellt.

**Notruf-
nummer:
144**

Kinder sind in vielem anders als Erwachsene und ihr Körper auch. Sie sind kleiner, leichter, ihre Atemwege sind enger und sie reagieren in Stresssituationen oft ganz anders. Deshalb braucht es bei Kindern im Ernstfall andere Maßnahmen und einen besonders aufmerksamen Blick. Dabei geht es nicht nur um seltene Notfälle. Die meisten Verletzungen passieren im Alltag und oft dort, wo wir uns am sichersten fühlen: zu Hause oder im direkten Umfeld. Rund 41 Prozent der Kinder zwischen 0 und 14 Jahren verletzen sich in und um das eigene Zuhause, am häufigsten durch Stürze – drinnen wie draußen. Mit ein paar einfachen Vorkehrungen lassen sich viele Unfälle vermeiden, bevor sie überhaupt passieren.

Sicher zu Hause

- » Wickeltische nie unbeaufsichtigt nutzen – auch nicht „nur kurz“. Babys können auf einer Unterlage am Boden sicher gewickelt werden.
- » Babys und Kleinkinder immer gesichert schlafen lassen, nicht auf Sofas oder in Erwachsenenbetten.
- » Möbel wie Stühle, Tische oder Sofas sind keine Klettergerüste.
- » Treppen und Fenster mit Schutzgittern sichern und regelmäßig prüfen.
- » Auch andere Betreuungspersonen in Unfallprävention einweisen.

Sicher im Freien

- » Klettergerüste und Spielgeräte regelmäßig auf lose Schrauben oder rutschige Stellen wie Moos überprüfen.

- » Strangulierungsgefahr durch Hauben, Schals oder Helme beachten.
- » Bei Nässe, Frost oder Nebel ist Rutschgefahr, auch bei Gartenmöbeln.

So können Eltern helfen!

Ein paar einfache Grundregeln helfen im Ernstfall dabei, ruhig zu bleiben und richtig zu handeln:

1. Kind beruhigen und in angenehme Position bringen.
2. Kleidung, Windel oder Fenster öffnen.
3. Kind bei Bedarf zugedeckt halten.
4. Bei Überforderung sofort Rettungsdienst über 144 rufen – die Leitstelle gibt Anweisungen, wie geholfen werden kann.
5. **Falls es ins Krankenhaus geht:** Mutter-Kind-Pass, Befunde, Kuscheltiere nicht vergessen.

Notfälle im Alltag:

Verschlucken bei Säuglingen und Kindern

Der Körper versucht Fremdkörper selbst aus den Atemwegen zu befördern – durch Husten oder Würgen. Gelingt das nicht, helfen diese Schritte:

- » Bei Säuglingen: 5 Schläge auf den Rücken (dabei den Kopf gut stützen), wenn diese erfolglos sind, dann bis zu 5-mal Brustkorbkompressionen wie bei der Herzdruckmassage durchführen.
- » Bei Kindern: das Kind kopfüber beugen, 5 Schläge zwischen die Schulterblätter, wenn diese erfolglos sind, eine geballte Faust oberhalb des Nabels legen, diese mit der anderen Hand umfassen und bis zu 5-mal kräftig nach innen und oben ziehen (Heimlich-Handgriff).

Die Maßnahmen werden wiederholt, bis die Atemwege frei sind. Anschließend sollte das Kind immer ärztlich untersucht werden.

Nasenbluten

- » Kopf nach vorne beugen, Nasenlöcher einige Minuten zusammendrücken.
- » Falls verfügbar, Taschentücher verwenden und ein kaltes Tuch in den Nacken legen.
- » Stoppt die Blutung nicht innerhalb von 10 bis 15 Minuten, den Notruf 144 wählen.



Bei Säuglingen den Kopf gut stützen. 5 Schläge auf den Rücken bzw. bis zu 5 Brustkorbkompressionen durchführen.

Kinder bei Verschlucken kopfüber beugen und 5 Schläge zwischen die Schulterblätter geben.



Mitmachen & helfen lernen!

Erste-Hilfe-Kurse für Notfälle bei Kindern und Säuglingen

- » Rotes Kreuz: „Kinder-notfallkurs“ (4 oder 8 Stunden), buchbar unter www.erstehilfe.at oder Kursbüro: T +43 662 8144 13 310
- » Samariterbund: Erste-Hilfe-Kurs für „Notfälle im Kindesalter“ (NIK), buchbar unter schulung@samariterbund.eu oder T +43 662 81 25 33

Videos zu „Erste Hilfe bei Kindern“ vom Österreichischen Roten Kreuz:

- » www.bit.ly/erstehilfebeikindern





„Voll fad!“

Wenn Lesen plötzlich Pause macht



Warum der sogenannte „Lesecknick“ von Kindern und Jugendlichen viele Familien betrifft und wie Eltern diese Phase gut begleiten können? Laura Pellizzari klärt auf.

Ein Text von Laura Pellizzari vom Österreichischen Bibliothekswerk

Zuerst waren es die „Olchis“, dann die Baumhaus-Reihe, später vielleicht die „Warrior Cats“ – und irgendwann: nichts mehr. Bücher bleiben liegen, Lesen wirkt plötzlich langweilig und gut gemeinte Erinnerungen der Eltern kommen eher mäßig an. Viele Familien kennen diese Situation.

Der sogenannte „Lesecknick“ tritt häufig in der frühen Jugend auf und ist meist kein Grund zur Sorge. Viele Kinder und Jugendliche zwischen etwa 11 und 15 Jahren lesen in dieser Phase deutlich weniger oder gar nicht – besonders Burschen, aber auch Mädchen. Was Eltern oft überrascht oder verunsichert, lässt sich gut erklären und ist meist ein ganz normaler Teil der Entwicklung.

Warum Lesen plötzlich an Bedeutung verliert

Die Gründe für den Lesecknick sind vielfältig und eng mit den Veränderungen

dieser Lebensphase verbunden. Während Lesen in der Kindheit eine freiwillige und freudvolle Beschäftigung war, verändert sich sein Stellenwert mit dem Schuleintritt. Lesen wird zunehmend mit Leistung, Pflicht und Beurteilung verbunden und nicht mehr mit entspannter Freizeit.

Gleichzeitig steigen die schulischen Anforderungen insgesamt. Hausübungen werden umfangreicher, Prüfungen häufiger, der Leistungsdruck nimmt zu. Die Zeit, die frei zur Verfügung steht, wird knapper. Viele Jugendliche entscheiden sich dann bewusst für Aktivitäten, die sie als Ausgleich erleben: Sport, Musik, Gaming oder Treffen mit Freundinnen und Freunden.

Hinzu kommt ein weiterer wichtiger Aspekt: die Ablösung von den Eltern. Freundschaften gewinnen an Bedeutung, Interessen verlagern sich nach außen, Hobbys finden häufiger außerhalb des Zuhauses statt. Lesen, das

oft mit Kindheit oder elterlicher Erwartung verbunden wird, passt in dieser Phase nicht immer ins eigene Selbstbild.

All das zeigt: Der Lesecknick ist kein Zeichen von Faulheit oder mangelnder Bildung, sondern Ausdruck einer Lebensphase, in der sich Prioritäten, Interessen und Bedürfnisse neu ordnen. Und: In vielen Fällen ist diese Phase zeitlich begrenzt.

Auch wenn Lesen gerade nicht im Mittelpunkt steht, können Eltern viel dazu beitragen, dass der Zugang zu Texten offenbleibt.

Mitentscheiden lassen

Kinder und Jugendliche wissen oft sehr genau, was sie interessiert und was nicht. Wer den Lesestoff selbst auswählen darf, fühlt sich ernstgenommen. Gemeinsame Bibliotheksbesuche können inspirierend sein, am besten



Online-Artikel, Chats, Social-Media-Beiträge oder Untertitel als Texte anzuerkennen, nimmt Druck heraus und stärkt Offenheit.

frei von Erwartungen. Wichtig ist, die Auswahl des Kindes zu akzeptieren: ob Fantasy, Sachbuch, Comic, Zeitschrift oder etwas ganz anderes. Vergleiche mit „früher“ nehmen schnell die Lust.

Lesen ist vielfältig

Lesen muss nicht immer ein Roman sein. Comics, Graphic Novels, Sportzeitschriften, Influencer-Bücher oder auch Songtexte zählen ebenso dazu. Auch Hörbücher sind eine wertvolle Alternative: Sie fördern Konzentration, Sprachgefühl, Empathie und Vorstellungskraft. Lesen darf sich verändern und an die Interessen der Jugendlichen anpassen.

Vorbild sein - ohne erhobenen Zeigefinger

Ob bewusst oder unbewusst: Jugendliche nehmen wahr, wie Erwachsene mit Büchern und Texten umgehen. Wird im Alltag gelesen? Liegt ein Buch am Nachttisch, eine Zeitung auf dem Tisch, ein E-Reader in der Tasche?

Wird vielleicht sogar über Gelesenes gesprochen? Wenn Lesen selbstverständlich zum Familienleben gehört, wirkt das oft stärker als jede Aufforderung.

Wertschätzung statt Druck

Lesen begegnet uns heute in vielen Formen, analog und digital. Online-Artikel, Chats, Social-Media-Beiträge oder Untertitel sind ebenfalls Texte, die gelesen und verstanden werden müssen. Diese Formen anzuerkennen, nimmt Druck heraus und stärkt die Offenheit. Zwang hingegen führt häufig zu Widerstand und Ablehnung. Manchmal braucht Lesen einfach eine Pause. Oft kommt die Lust später zurück - mit neuen Themen, anderen Formaten oder ganz von selbst. Eltern können diesen Weg gelassen begleiten: mit Geduld, Vertrauen und dem Wissen, dass Entwicklung nicht immer geradlinig verläuft.



Gleich reinlesen!

Österreichisches
Bibliothekswerk biblio.at



STUBE Buchempfehlungen je nach Alter:

www.stube.at/buchtipps/altersspezifische_buchlisten.htm



SalzburgMilch

FÜR EINE NACHHALTIGE MILCHWIRTSCHAFT SORGEN WIR JEDEN TAG.

*Und das
schmeckt
man.*

Die grünlandbasierte Wirtschaftsweise, die tagtäglich von den SalzburgMilch Bauernfamilien gelebt wird, lässt viel Raum für wichtige Artenvielfalt. Sie fördert die CO₂-Speicherung im Boden und unterstützt die Bereitstellung sauberen Trinkwassers.

milch.com/nachhaltigkeit

SHOPPING
Arena
ALPENSTRASSE

Für alle 5 bis 13
jährigen Kinder

In den Oster- und
Sommerferien

-10% mit dem Code:
SBGFP26
(gilt für Familienpass Inhaber)

Feriencamp
2026

IN DER
SHOPPING ARENA

Infos & Buchung unter:
www.ferien4kids.at

Feriencamp Hotline:
02732/2101040

Schmeckt nicht, gibt's nicht! *FRÜH ÜBT SICH

Kinder müssen neues Gemüse oft mehrmals probieren,
bis es schmeckt. Also ran an die Vielfalt!

In der Achleitner Biokiste steckt jede Woche frisches
Bio-Obst und Gemüse. Unverpackt in einer Mehrwegkiste
geliefert und randvoll mit Vitaminen.

Besonders frisch: Bis zu 40 Gemüsesorten kommen
direkt vom eigenen Bauernhof. Beim Inhalt bist du flexibel.

So wird Probieren zum Kinderspiel. Für die ganze Familie
+ Kater Schnurli – ohne Mehraufwand und zu 100 % Bio.



FAMILIENPASS-VORTEIL:

Nach der dritten Lieferung gibt's 15 €
gutgeschrieben. Einfach bei der Registrierung auf
www.biohof.at den Code **Familienpass-15** eingeben.

Achleitner
Biokiste



DER NEUE BMW iX3



Freude am Fahren

AutoFrey
Wir tun mehr.

AutoFrey GmbH
Alpenstraße 85
5020 Salzburg
Tel. 0662/62 35 81

Wiener Bundesstraße 81
5300 Hallwang b. Sbg.
Tel. 0 62 25/20 0 90

Gewerbestraße 1
5621 St. Veit i. Pg.
Tel. 0 64 15/73 01

www.autofrey.at

BMW iX3 50 xDrive: Energieverbrauch, kombiniert WLTP in kWh/100 km: 15,1-17,9; Elektrische Reichweite, WLTP in km: 720-805.

Fakten prüfen statt Gerüchte teilen

Mimikama® ist ein Verein zur Aufklärung über Internetmissbrauch - Behauptungen werden geprüft, Falschmeldungen entlarvt und die Medienkompetenz gestärkt.



Ob über soziale Netzwerke, Messenger-Dienste oder Video-Plattformen: Informationen verbreiten sich heute schneller denn je. Leider gilt das auch für Falschmeldungen, manipulierte Bilder oder gezielte Desinformation. Für viele Menschen wird es dadurch immer schwieriger, verlässliche von irreführenden Inhalten zu unterscheiden.

„Warum soll man gerade euch glauben?“

Eine Frage, die Mimikama oft erreicht. Und zu Recht. Denn in einer Zeit, in der Desinformation, Meinungsblasen und algorithmische Verzerrung die öffentliche Debatte bestimmen, ist gesunde Skepsis überlebenswichtig. Auch gegenüber Faktencheckerinnen und -checkern. „Deshalb stellen wir uns dieser Frage offen, transparent und faktenbasiert. Dieser Artikel erklärt, wer wir sind, wie wir arbeiten, welche externen Prüfungen wir durchlaufen haben und wie wir selbst Fakten auf

ihre Seriosität hin überprüfen“, so Tom Wannenmacher, der Gründer von Mimikama.

Mimikama ist ein österreichischer Verein, der sich seit 2011 der Aufklärung über Internetmissbrauch, Fake News und digitale Täuschung widmet. Ziel ist es nicht, Meinungen vorzugeben, sondern Nutzerinnen und Nutzer dabei zu unterstützen, Informationen kritisch zu prüfen und fundierte Entscheidungen zu treffen.

Wer ist Mimikama?

Mehr als 40.000 Faktenchecks, 100 Prozent unabhängig: Hinter Mimikama steht ein interdisziplinäres Team aus den Bereichen Journalismus, Medienpädagogik, IT-Expertise und ehrenamtlicher Recherche. Der Verein arbeitet unabhängig und transparent und finanziert sich ausschließlich über Unterstützerinnen, Veranstaltungen und eigene Bildungsangebote - ohne Gelder von Parteien, Konzernen oder

staatlichen Stellen. Diese Unabhängigkeit ist ein zentrales Prinzip der Arbeit und ein wichtiger Baustein für Glaubwürdigkeit.

Wie arbeitet Mimikama?

Alle Faktenchecks folgen einem klaren, nachvollziehbaren Prüfprozess. Aussagen werden nicht isoliert betrachtet, sondern in ihrem Kontext eingeordnet. Jede Überprüfung stützt sich auf mindestens zwei verlässliche Quellen, etwa offizielle Stellen, wissenschaftliche Publikationen oder Expertinnen und Experten. Quellen und Bewertungsgrundlagen werden offengelegt, Inhalte datiert und bei neuen Erkenntnissen aktualisiert.

Zur besseren Orientierung

Mimikama nutzt eine einfache Kennzeichnung: Alle Beiträge werden markiert: rot (falsch), gelb (Vorsicht) oder grün (wahr). Fehler werden transparent korrigiert, mit Hinweisen direkt im Artikel.



Mimikama versteht sich als Orientierungshilfe - nicht als Ersatz für eigenes Nachdenken.



Tom Wannenmacher,
Gründer von Mimikama

Extern geprüft und anerkannt

Mimikama unterzieht sich bewusst auch externen Bewertungen. Die internationale Plattform NewsGuard stuft den Verein als vertrauenswürdige Quelle ein und bestätigt die Einhaltung journalistischer Standards. Darüber hinaus wurde Mimikama mehrfach ausgezeichnet und arbeitet im Bereich Prävention und Medienbildung mit Behörden, Bildungseinrichtungen und zivilgesellschaftlichen Organisationen zusammen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf Bildungsarbeit: In Workshops, Schulprojekten und über die Plattform mimikama.education wird Medienkompetenz für Kinder, Jugendliche und Erwachsene vermittelt.

Der Gründer Tom Wannenmacher erklärt, was Mimikama nicht ist:

- » Wir sind keine Regierungsstelle, kein „Zensurorgan“ und kein Teil irgendeiner politischen Agenda.
- » Wir sagen nicht, was ihr denken sollt,

wir zeigen, wie ihr Informationen selbst hinterfragen könnt.

- » Wir vertreten keine ideologische Richtung, sondern die Prinzipien von Logik, Quellenprüfung und Transparenz.

Folgende Fragen sollten wir uns beim Faktencheck stellen:

- » Wer hat das geschrieben?
- » Gibt es transparente Quellenverweise?
- » Wird sachlich erklärt oder emotional manipuliert?
- » Gibt es Hinweise auf Interessenkonflikte?
- » Gibt es eine Korrekturpolitik?

Warum Faktenchecks wichtig sind

Desinformation kann verunsichern, Ängste schüren oder gezielt manipulieren. Mimikama möchte dem mit Aufklärung, Transparenz und kritischem Denken begegnen. Seriöse Faktenchecks zeichnen sich nicht dadurch

aus, immer recht zu haben, sondern dadurch, Verantwortung zu übernehmen, Quellen offenzulegen und nachvollziehbar zu arbeiten.



Fakten checken!

www.mimikama.org



www.mimikama.education



WWW.HOTELTHERME.AT

VIEL VERGNÜGEN ...

UND NOCH VIEL MEHR!

Genießen Sie Freude und Erholung im
H₂O Hotel-Therme-Resort in Bad Waltersdorf.



BIS ZU
-20%*
AUF AUSGEWÄHLTE
ZEITRÄUME

HIER
FAMILIENURLAUB
BUCHEN
CODE: 26SFJ03



*Gültig ab 1 Nacht inkl. Halbpension. Buchbar bis 30.06.2026 und Reisezeitraum bis 23.12.2026, außerhalb der Ferienzeiten (jedoch in den Sommerferien gültig). Nicht kombinierbar mit bestehenden Buchungen oder mit anderen Angeboten. Gültig nur bei einer Online-Direktbuchung und auf Zimmerkategorien ohne Balkon.



H₂O HOTEL-THERME-RESORT ***S

H₂O-Hoteltherme GmbH
GF Christian Rotter
Sebersdorf 300
8271 Bad Waltersdorf

T 03333 22144
E reservierung@hoteltherme.at
www.hoteltherme.at

Erlebnis-Therme Amadé

Altenmarkt im Pongau

ERLEBNIS-THERME
amadé
ALTENMARKT
IM PONGAU

**THERMEN
SPASS**
IN ALTENMARKT
Täglich 9 bis 22 Uhr

Looping- und Trichterrutsche

Sport- und Wellenbecken

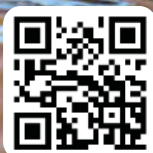
5m-Wasserkletterwand

1m- und 3m-Sprungturm

Familien-Sauna

Erlebnis-Therme Amadé
Thermenplatz 1
5541 Altenmarkt im Pongau

www.thermeamade.at



Bilder © Therme Amadé / Lorenz Mosser | AIR-Media (Luftaufnahme)



Komm ins Museum!

Zwei Tage, viele Ideen: Am Salzburger Museumswochenende geht es ums Entdecken, Ausprobieren und gemeinsam Neues erleben - kostenlos und in allen Bezirken.

Unter dem Motto „Museum verbindet in einer vielfältigen Welt“ laden 69 Museen in allen Bezirken zu einem kostenlosen und lebendigen Museumsbesuch ein.

Am Samstag, 16. Mai

... bieten 13 Institutionen in und rund um die Stadt Salzburg abwechslungsreiche Aktivitäten für Jung und Alt: von Spezialführungen auf den Glockenspielturm über Workshops bis hin zu Kreativprogrammen im Spielzeug Museum, DomQuartier, Museum der Moderne, Haus der Natur, Salzburger Freilichtmuseum und weiteren teilnehmenden Häusern.

Am Sonntag, 17. Mai

... öffnen 56 Regionalmuseen und Sammlungen in den Bezirken des Landes ihre Türen. Es gibt zahlreiche Angebote, Handwerksvorführungen, Aktiv-Programme für Kinder und Jugendliche sowie Sonderausstellungen, die lustige und faszinierende Erlebnisse versprechen. Und im Flachgau fährt zwischen den vier Museen in Arnsdorf, Bürmoos, Göming und Oberndorf ein 50 Jahre alter Oldtimer-Bus.



Spaß haben und Neues entdecken stehen bei den Sonderprogrammen in den Salzburger Museen im Vordergrund.

Komm vorbei!

Salzburger Museumswochenende

16. und 17. Mai 2026
10:00 bis 17:00 Uhr

Eintritt frei



www.museumswochenende.at

Hilfe und Beratung für jede Lebenslage

Familienberatung unterstützt Menschen in unterschiedlichen Lebenslagen - von alltäglichen Fragen bis hin zu herausfordernden Krisen.

Über 400 Familien- und Partnerberatungsstellen finden wir auf der Webseite familienberatung.gv.at. Sie bieten Hilfe zur Selbsthilfe und begleiten bei persönlichen, familiären oder partnerschaftlichen Herausforderungen, informieren, stärken und wirken auch präventiv. Besondere Schwerpunkte liegen unter anderem in der Schwangerschaftsberatung, bei Trennung und Scheidung, bei Gewalt in der Familie sowie in der Beratung von Eltern mit Kindern mit Behinderungen.

An wen kann ich mich wenden?

Um rasch die passende Unterstützung zu finden, steht eine Suchfunktion zur Verfügung. Dort können Themen aus-

gewählt werden, zu denen Beratung benötigt wird. Anschließend werden jene Beratungsstellen angezeigt, die fachlich zuständig und gut erreichbar sind.

Zusätzlich gibt es einen Überblick zu wichtigen Familienthemen, Informationen und Broschüren. Über Themenartikel lassen sich Beratungsangebote und Arbeitsweisen der Beraterinnen und Berater besser kennenlernen.

Kostet Familienberatung etwas?

Die Beratung in geförderten Familienberatungsstellen ist kostenlos. Freiwillige Kostenbeiträge sind möglich und

helfen dabei, das Angebot langfristig für alle offen zu halten - besonders für Menschen, die sich eine Beratung sonst nicht leisten könnten.

Kostenlose Beratungsstellen

Beratungsstelle in der Nähe finden!

www.familienberatung.gv.at





Familienpass-Partner

der Monate April bis Juni 2026

April



mein
Neubergerhof

Hotel Neubergerhof

» Spiel- und Freizeitplätze

Hotel Neubergerhof, Neuberger Str. 11, 5532 Filzmoos
T +43 6453 83 81
www.neubergerhof.at/de/familienurlaub-filzmoos/bogenschiessen.html

» Öffnungszeiten:

Mai-Nov. (bitte Hotel-Öffnungszeiten beachten)

Bogenschießen ist ursprünglich eine der ältesten Jagdformen der Menschheit. Beim Hotel Neubergerhof bekommen wir eine tolle Einführung und können den Waldparcours dann auf eigene Faust erkunden. Mit Pfeil und Bogen treffen wir auf naturgetreue Nachbildungen von Wildtieren in Lebensgröße - vom Fuchs bis zum Hirschen. Entlang des Bacherbachs, im Wald sowie auf offenen Waldlichtungen bietet uns der Waldparcours mit Bergabschüssen, Weitschüssen, kurzen Distanzen und Bergaufschüssen viel Abwechslung.

» Vorteil

Bei Vorlage des Salzburger Familienpasses erhalten Familien 50 % Rabatt auf die Familien-Eintrittskarte für den 3D-Bogenparcours im Hotel Neubergerhof.

Mai



KTM Motohall
DIE WELT VON KTM

KTM Motohall

» Forschen und Entdecken

KTM Motohall, KTM Platz 1, 5230 Mattighofen
T +43 7742 60 00 19 53, www.ktm-motohall.com

» Öffnungszeiten:

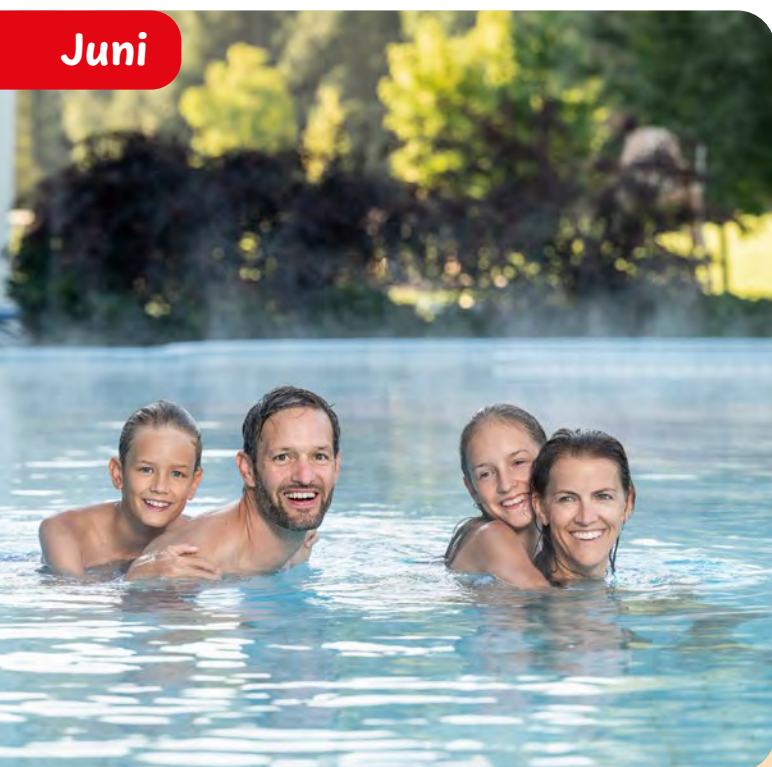
Mi.-So. 09:00-18:00 Uhr, Juli-Sept.: Di.-So. 09:00-18:00 Uhr

Weil die Innovationskraft von KTM nie einen Stillstand erlebt, tut es auch die Dauerausstellung in der KTM Motohall nicht: Auf allen drei Ebenen finden wir bei jedem Besuch neue Details und Updates. Auf einer Ebene erfahren wir, wie eine KTM entsteht - von der Skizze bis zur Fertigstellung. Außerdem lernen wir alles über Design und Fahrwerk und die bewegte Geschichte von KTM. Die Heroes-Ebene gehört den Helden des Motorsports und begeistert uns mit einer 360-Grad-Video-Installation. Probefahrten mit dem X-Bow oder Rennsimulator können wir dazubuchen und fühlen uns dabei wie echte Rennfahrerinnen und Rennfahrer.

» Vorteil

Bei Vorlage des Salzburger Familienpasses direkt vor Ort erhalten wir 10 % Ermäßigung auf das reguläre Eintrittsticket. Online gekaufte Tickets sind davon ausgenommen. Freier Eintritt für Kinder bis 5 Jahre!

Juni



ERLEBNIS-THERME
amade
ALTENMARKT
IM PONGAU

Erlebnis-Therme Amadé

» Schwimmen

Erlebnis-Therme Amadé
Thermenpl. 1, 5541 Altenmarkt im Pongau
T +43 6452 20 888, www.thermeamade.at

» Öffnungszeiten:

Täglich 09:00-22:00 Uhr

Entspannung für die Eltern, Action für die Kids - hier sind Erholung, Spaß und Abenteuer garantiert. Begeistert vom Wellen- und Sportbecken mit Wasserkletterwand, entdecken wir auch die spannende Rutschenwelt für Klein und Groß: Neben Tunnel- oder Trichterrutsche sorgt die österreichweit einzigartige Einzel-Loopingrutsche mit Raketenstart für einen Adrenalinkick der besonderen Art. Darüber hinaus genießen wir Aufgüsse und Duftreisen im Saunaparadies.

» Vorteil

15 % Ermäßigung auf 4-Stunden- und Tageskarten;
Kinder 3-5,9 Jahre € 4,- bzw. € 10,- inkl. Sauna;
Kinder unter 3 Jahren frei.



Familien stark begleitet

Forum Familie ist das Elternservice des Landes*: In allen Salzburger Bezirken begleitet es Eltern und Bezugspersonen von der frühen Kindheit bis ins Jugendalter - persönlich, kostenlos und vertraulich.

Der Familienalltag bringt viele Fragen mit sich. Manche lassen sich schnell klären, andere brauchen Orientierung oder fachliche Unterstützung. Häufig geht es um Kinderbetreuung, Förderungen, finanzielle Leistungen oder die Frage, welche Angebote es in der eigenen Region gibt. Forum Familie bietet eine verlässliche Anlaufstelle: Sie hören zu, informieren verständlich und vernetzen Eltern mit passenden Stellen und Angeboten vor Ort.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Elternbildung. Sie greift aktuelle Themen aus dem Familienleben auf und bietet Raum für Information, Austausch und neue Sichtweisen. Im Mittelpunkt stehen alltagsnahe Impulse und fachlich fundiertes Wissen - ohne zu belehren oder zu bewerten.

Mit seiner regionalen Verankerung und dem starken Netzwerk unterstützt Forum Familie Eltern dabei, gut informierte Entscheidungen zu treffen und

den Familienalltag sicher zu gestalten. Ziel ist es, Familien in Salzburg zu stärken, Orientierung zu geben und sie in ihrer wichtigen Rolle bestmöglich zu begleiten.

Forum Familie vor Ort - Einblicke aus den Regionen

Im Lungau erscheint zweimal jährlich der Elternbildungskalender. Er bietet eine kompakte Übersicht über Veranstaltungen für Familien in der Region. Die Themen umfassen die breite Palette des Familienalltags und reichen von früher Kindheit über Schulzeit bis zur Jugend. Ergänzend informiert der Kalender über regionale Lungauer Beratungs- und Servicestellen.

Link: www.bit.ly/EBK_Lungau

Im Flachgau zeigt sich die Bedeutung persönlicher Präsenz. Dort ist die Kollegin von Forum Familie gemeinsam mit einer Kooperationspartnerin bereits am Morgen vor Kindergärten anzutreffen. Bei Kipferln und kurzen

Gesprächen entstehen niederschwellige Kontakte, erste Fragen können gestellt sowie Unterstützungsangebote vorgestellt werden.

Die Pinzgauer Kollegin sammelt Elternbildungs- und Familienangebote in einem „Padlet“ - quasi eine digitale Pinnwand. Diese Übersicht wird laufend aktualisiert und ermöglicht Eltern einen raschen Zugang zu aktuellen Veranstaltungen im Pinzgau - von Eltern-Kind-Treffen über Vorträge und Workshops, online oder in Präsenz.

Link: www.bit.ly/terminepinzgau

Im Pongau legt die Kollegin einen besonderen Fokus auf soziale Vernetzung. Durch den engen Austausch mit sozialen Einrichtungen, Gemeinden und Bildungspartnerinnen entsteht ein weites Netzwerk, das Eltern rasch und gezielt unterstützt und eine bedarfsgerechte Begleitung ermöglicht. Auch Medienbildung wird im Familienalltag immer wichtiger. Viele Eltern beschäftigen Fragen rund um einen



Für die Unterstützung von Eltern und Kindern macht sich das Forum Familie in allen Regionen Salzburgs stark.

altersgerechten und verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien. Die Tennengauer Kollegin hat dazu ein Medien-Padlet mit hilfreichen Informationen erstellt. Es bietet altersgerechte Hinweise, wie Eltern ihre Kinder gut in der digitalen Welt begleiten und unterstützen können.

Link: www.bit.ly/familienmedienbildung

Jetzt vernetzen!

www.salzburg.gv.at/forumfamilie



Newsletter pro Bezirk bestellen:



Forum Familie

Informationen und Unterstützung in den Bezirken - beim Forum Familie, dem Elternservice des Landes Salzburg



Forum Familie Flachgau

» Simone Leymüller
T +43 664 82 84 238
forumfamilie-flachgau@salzburg.gv.at



Forum Familie Tennengau

» Mag.ª Corona Rettenbacher
T +43 664 85 65 527
forumfamilie-tennengau@salzburg.gv.at



Forum Familie Pongau

» Mag.ª Sabine Pronebner-Kunz
T +43 664 82 84 180
forumfamilie-pongau@salzburg.gv.at



Forum Familie Pinzgau

» Mag.ª Andrea Buchner, MA
T +43 664 82 84 179
forumfamilie-pinzgau@salzburg.gv.at



Forum Familie Lungau

» Monika Weilharter
T +43 664 82 84 237
forumfamilie-lungau@salzburg.gv.at

Forum Familie - online

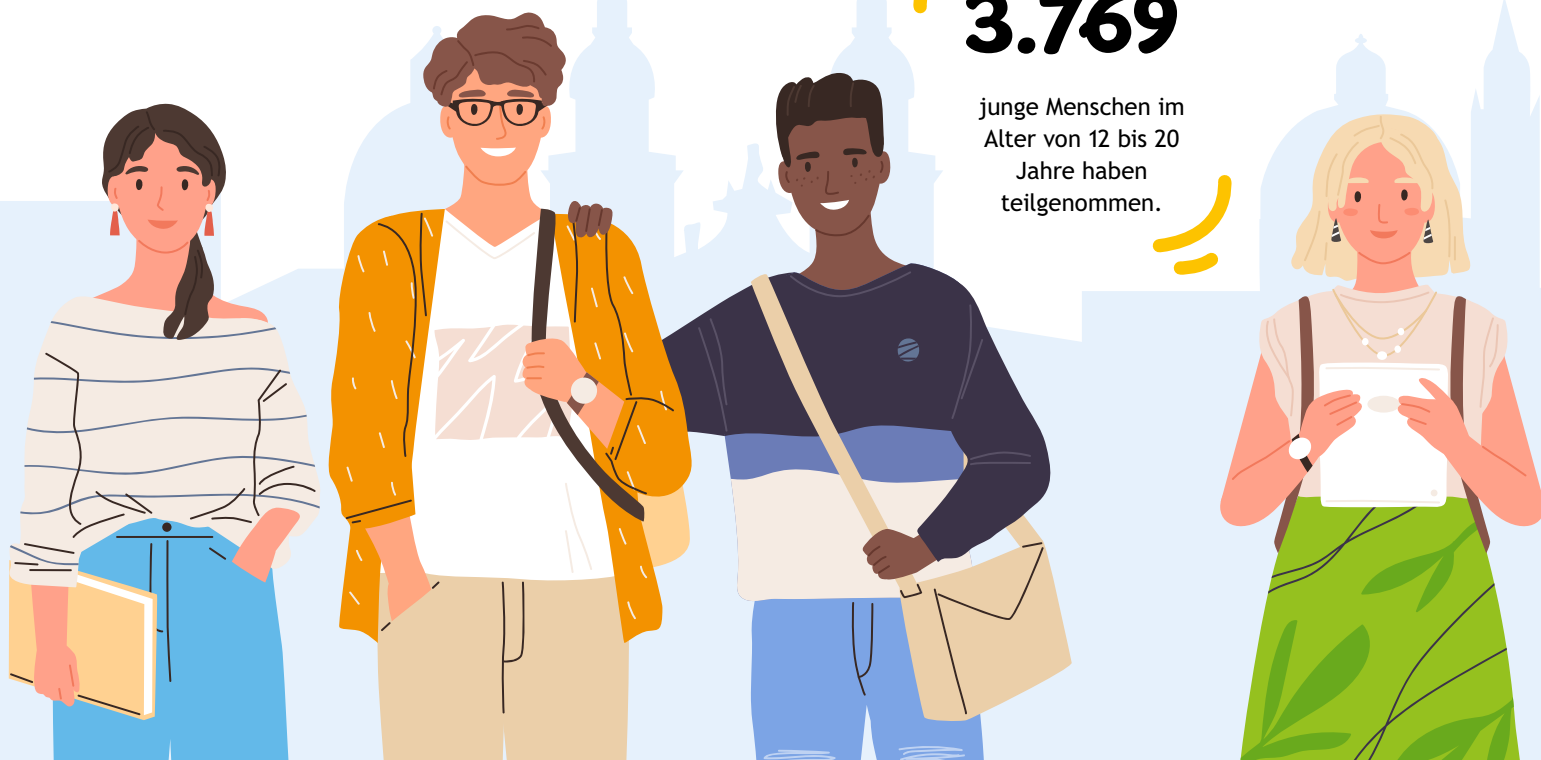
» www.salzburg.gv.at/forumfamilie
» www.facebook.com/forumfamilie

Was denkt Salzburgs Jugend?

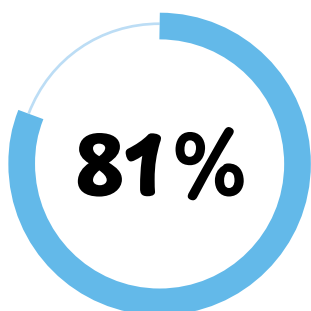
Mit dem Jugendreport* fragt der Verein akzente alle zwei Jahre bei Jugendlichen im Alter von 12 bis 20 Jahren nach, um mehr über ihre Lebenswelten zu erfahren.

3.769

junge Menschen im
Alter von 12 bis 20
Jahre haben
teilgenommen.



**Familie bleibt der
wichtigste Rückhalt:**



wenden sich bei Sorgen
zuerst an ihre Familie.

„Die meisten Jugendlichen in Salzburg
blicken sehr realistisch in die Zukunft.
Sicherheit entsteht durch starke
Beziehungen zu Familie und Freundes-
kreis. Die Jugend ist definitiv nicht ‚lost‘,
sondern viele wissen genau, was sie
wollen. Echte Mitgestaltung und Gemein-
schaft sind entscheidend, wenn es um das
Wohlfühlen in der Heimatgemeinde geht.“

Daniela Wallinger, akzente Salzburg

Mobbing:

- » 77 % erlebten, dass jemand in ihrem Umfeld gemobbt wurde.
- » 5 % werden selbst gemobbt.
- » 37 % waren früher betroffen.
- » Nur 47 % sagen, sie waren nie selbst betroffen.



der Jugendlichen sind in Vereinen in ihrer Gemeinde aktiv.

Jugendliche schlafen deutlich zu wenig*

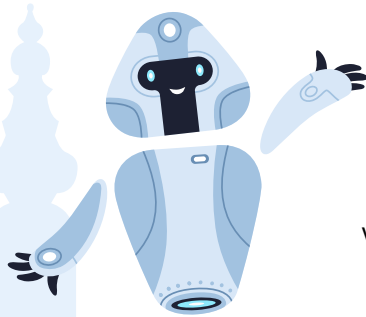
Durchschnittliche Schlafdauer:

12-14 Jahre: 7,5 Stunden

15-17 Jahre: 6,9 Stunden

18-20 Jahre: 6,8 Stunden

*empfohlen sind 8-10 Stunden



Digitale Hilfe wird real genutzt:

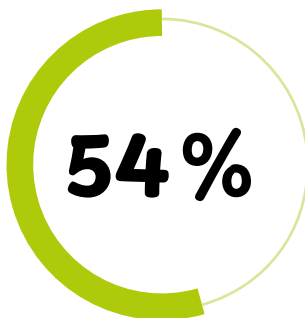
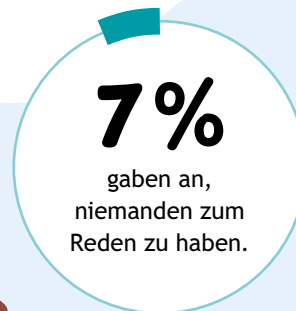
12 %

wenden sich mit Problemen an KI oder Chatprogramme.



Freundschaften sind wichtiger als alles Digitale:

7 von 10 Jugendlichen sagen: Freunde und Freundinnen zu treffen, ist die wichtigste Freizeitbeschäftigung.



der Jugendlichen treiben regelmäßig Sport. Nur 6 % der Jugendlichen geben an, keinen Sport zu machen.



Studie nachlesen!

Die Umfrage für den Salzburger Jugendreport war zu 100 % anonym und lief von 16. Oktober 2025 bis 7. Jänner 2026.

www.jugend.akzente.net/jugendreport



*im Auftrag des Landes

SPIELETIPPS

Empfehlungen
aus der
SPELZEUG-
SCHACHTEL

Zicke Zacke Hühnerkacke

- » Zoch Spiele
- » ab 4 Jahren, für 2 bis 4 Spielende
- » Dauer ca. 15-20 Minuten

Dieser preisgekrönte Klassiker unter den Kinderspielen wurde unter anderem ausgezeichnet als „Kinderspiel des Jahres“. Ziel der lustigen und rasanten Hühner-Gedächtnisrallye ist es, möglichst viele Federn der anderen Hühner zu sammeln. Wer das Bildmotiv aufdeckt, das vor dem eigenen Huhn im Hühnerhof liegt, darf sein Huhn ein Feld vorwärtsziehen. Holt ein Huhn ein anderes ein, werden dessen Federn stibitzt und selbst behalten.



Gardlings

- » Schmidt Spiele
- » ab 8 Jahren, für 1 bis 5 Spielende
- » Dauer ca. 30 Minuten

Ein Gardling kommt selten allein! Nach und nach werden Plättchen aus einem Beutel gezogen und geschickt zu einem traumhaften Garten mit vielen passenden Edelsteinen zusammengelegt. Während die verrückten Gardlings mit ihren Fähigkeiten dabei helfen, muss man sich jedoch vor den Gnomen in Acht nehmen: Zu viele davon und der Garten verliert an Wert! Je schöner der Garten, umso wertvollere Plättchen kann man erwerben, bis es am Ende für den Sieg reicht! Das Spiel beinhaltet auch eine Profi-Variante und Missionsplättchen für endlosen Spielspaß!



Gewinnspiel

Eines der vorgestellten Spiele gewinnen!



Vor- und Nachname eines Erwachsenen (z. B. Mutter, Vater, Oma ...)

Alter des Kindes

Straße/Postleitzahl/Ort

Einsenden an: Referat Jugend, Familie, Integration, Generationen, Gstättingasse 10, Postfach 527, 5010 Salzburg, Einsendeschluss ist der 15. Mai 2026. Gewinnermittlung nach dem Zufallsprinzip und nicht öffentlich. Keine Barabläse möglich. Zugangsrisiko trägt der Gewinner bzw. die Gewinnerin. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Ich erkläre mich damit einverstanden, dass die von mir angegebenen Daten für die automationsunterstützte Datenverarbeitung zum Zweck der Gewinnspielabwicklung durch das Referat Jugend, Familie, Integration, Generationen des Landes Salzburg verwendet werden.

Unterschrift

Noch mehr sparen!

Gutschein ausschneiden oder gleich in der Salzburger Familienpass-App einlösen.

30 % Ermäßigung auf eine Tageskarte!

13.04.-13.06. und
28.09.-21.11.2026



Aqua Salza Wellness & Bad
Möslstraße 199, 5440 Golling
T +43 6244 20040-0
info@aqua-salza.at
www.aqua-salza.at

20 % Ermäßigung auf alle Cerealien & Flocken im Mühlenladen!

30.03.-08.04.2026



Lerchenmühle Wieser GmbH
Taggerstraße 43, 5440 Golling
info@lerchenmuehle.at
www.lerchenmuehle.at

€4,- Ermäßigung pro Kind und Nacht

einzulösen bei der Rezeption
25.03.-03.04.2026



ACM Camping GmbH
Achort 60, 5310 St. Lorenz
T +43 664 8326327
booking@austriacamp.at
www.austriacamp.at/

€1,50 Ermäßigung auf die Tageskarte!

(Statt €17,- um €15,50) an den
Mettetagen von 14.-17.05.2026



Messe Wels GmbH
Messeplatz 1, 4600 Wels
T +43 7242 9392 0
office@messe-wels.at
www.messe-wels.at

20 % Ermäßigung

1x Berg- und Talfahrt
mit der Panoramabahn
04.-07.06.2026



Loser Bergbahnen Altaussee
Lichtersberg 84, 8992 Altaussee
T +43 3622 71 315
info@loser.at
www.loser.at

Gratis-Eintritt

für Kinder (6-15,9 Jahre) beim Kauf
einer Erwachsenen-Tageskarte.
Erhältlich an der Kassa unter
Nennung des Kennworts
„Osterhase“. Aktion gültig am
05.04. und 06.04.2026.



Felsentherme Bad Gastein
Bahnhofplatz 5, 5640 Bad Gastein
T +43 6434 2223 111
info@felsentherme.com
www.felsentherme.com



Noch mehr sparen! //

Gutschein ausschneiden oder gleich in der Salzburger Familienpass-App einlösen.

Das AustriaCamp Mondsee, umgeben von den Bergen des Salzkammerguts inmitten einer eindrucksvollen Naturvielfalt, bietet Urlaubsvergnügen für die ganze Familie direkt am Mondsee. Mit dem gemütlichen und idyllischen Ambiente auf der Sonnenterrasse, Freizeitmöglichkeiten direkt am Campingplatz und einer Liegewiese direkt am See ist das AustriaCamp Mondsee ein Geheimtipp unter den Campingplätzen im Salzkammergut.



Gültig bei Vorlage des Gutscheins und des Salzburger Familienpasses für die im Familienpass eingetragenen Personen (wenn nicht anders angegeben). Ermäßigung ist nur an einem der genannten Termine einlösbar. Nicht in bar ablösbar.

Die Lerchenmühle wird in der vierten Generation von der Familie Wieser geführt und steht unter anderem für feinste Weizen-, Dinkel- und Roggenmehle sowie Maisprodukte aus innovativer und nachhaltiger Produktion. Wer gerne backt und kocht, sollte unbedingt im Mühlenladen vorbeischaun.



Gültig bei Vorlage des Gutscheins und des Salzburger Familienpasses für die im Familienpass eingetragenen Personen (wenn nicht anders angegeben). Ermäßigung ist nur an einem der genannten Termine und in üblichen Haushaltsmengen einlösbar. Nicht in bar ablösbar.

Aqua Salza - Wellness & Bad Freizeitbad mit Sportbecken, Kinderbereich, Black-Hole-Rutsche und Relaxzonen. Die separate Sauna- & Wellnesswelt mit Außenpool, Aufgüssen und Massagen bietet perfekte Erholung für einen Day Spa. Nur 20 Min. von Salzburg entfernt - bequem mit dem Pkw (großer Gratis-Parkplatz) oder mit der ÖBB, vom Bahnhof Golling ca. 10 Min. zu Fuß.



Gültig bei Vorlage des Gutscheins und des Salzburger Familienpasses für die im Familienpass eingetragenen Personen (wenn nicht anders angegeben). Ermäßigung ist nur an einem der genannten Termine einlösbar. Gültig von 13.04.-13.06. und 28.09.-21.11.2026. Nicht mit der Aqua-Salza Geldwertkarte, anderen Ermäßigungen, Aktionen oder Gutscheinen kombinierbar. Keine Barablässe möglich. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Ostern steht vor der Tür und damit auch die Osterferien. Für Eltern und Kinder der ideale Zeitpunkt für einen schönen Familientag in unserer Felsentherme Bad Gastein. In unserer Erlebnistherme stehen 2 separate Pools und ein Kleinkinderbecken bereit. Während die Eltern bequem auf den Wassermassageliegen den Ausblick auf die Gasteiner Bergwelt genießen, dürfen die Kinder die Treppe hinauf zur Erlebnistrutsche. Weitere Highlights im Familien-Wasserreich: Strömungskanal, Felsengrotte mit Thermalwasserfall und sprudelnde Geysire. Herzlich willkommen!



Gültig bei Vorlage des Gutscheins und des Salzburger Familienpasses für die im Familienpass eingetragenen Personen (wenn nicht anders angegeben). Ermäßigung ist nur an einem der genannten Termine einlösbar. Nicht in bar ablösbar.

Der Loser in Altaussee - Berg der 4 Jahreszeiten Mit atemberaubenden Rundumblicken auf das Ausseerland bis zum Dachstein-Gletscher bringt uns die 10er-Panoramabahn komfortabel auf den Loser. Zahlreiche Wanderwege führen zu den schönsten Aussichtspunkten im Salzkammergut, Klettergarten und Klettersteige laden zum Auspowern ein, Themenwege und ein MTB-Trail runden das Erlebnis ab. In der Loseralm direkt bei der Bergstation warten Erholung und Schmankerl auf der sonnigen Panoramaterrasse.



Gültig bei Vorlage des Gutscheins und des Salzburger Familienpasses für die im Familienpass eingetragenen Personen (wenn nicht anders angegeben). Ermäßigung ist nur an einem der genannten Termine einlösbar. Nicht in bar ablösbar.

Die PFERD Wels von 14.-17. Mai 2026 ist das perfekte Ausflugsziel für die ganze Familie. Wir freuen uns auf spannende Sportbewerbe, beeindruckende Pferderassen, Vorführungen und ein buntes Rahmenprogramm für Groß und Klein. Kinder erleben Pferde hautnah und sammeln bei Shows & Vorführungen unvergessliche Eindrücke. Ein besonderes Highlight ist die Show „Nacht der Pferde“ mit spektakulären Acts und großen Emotionen - ein Erlebnis, das begeistert und verbindet.*



*Die Show ist nicht im Ticketpreis erhalten.

Gültig bei Vorlage des Gutscheins und des Salzburger Familienpasses für die im Familienpass eingetragenen Personen (wenn nicht anders angegeben). Ermäßigung ist nur an einem der genannten Termine einlösbar. Nicht in bar ablösbar.

**Buchtipps von
Dr.ⁱⁿ Christina
Repolust**



Rutsch doch, Dachs!

Susanne Straßer

- » Peter Hammer Verlag
- » ISBN 978- 3-7795-0781-9
- » ab 12 Monaten

Die Autorin und Illustratorin nimmt ihre Lesenden mit in den Kosmos „Spielplatz“. Auf der ersten Doppelseite des Pappbilderbuchs blickt ein Dachs neugierig auf eine riesige Rutsche. Dann will Wolf rutschen, während Dachs bereits oben sitzt und die Rutsche blockiert. Das turbulente Geschehen nimmt seinen Lauf und bietet viel Denk- und Schau-raum rund um die Themen Mut und Gelassenheit.

Wärmende Texte für stürmische Zeiten

**Wer Kindern vorliest, wärmt, schenkt
Struktur und Aufmerksamkeit und
vermittelt eine zentrale Botschaft:
„Ich bin da, bleibe da und begleite dich,
Seite um Seite, Geschichte um Geschichte
im Buch deines Lebens.“**



Wir sind eins

Refiloe Moahloli; Zinelda McDonald, Alias Fatima Sidibe (Übersetzung)

- » Leykam Verlag
- » ISBN 978-3-7011-8407-1
- » ab 4 Jahren

Rund um den Begriff „Ubuntu - Ich bin, weil wir sind“ gruppiert dieses herausragende Bilderbuch seine Geschichten. Jede Aussage wird unterstützt durch klare, großformatige Illustrationen. Ein Schau- und Fühlerlebnis, das den Kosmos der Gefühle aufspürt und klare Botschaften hat: „Dich zu ärgern bedeutet, mich selbst zu ärgern.“



Ich freue mich furchtbar sehr

**Heinz Janisch (Text)
Linda Wolfsgruber (Ill.)**

- » Jungbrunnen Verlag
- » ISBN 978-3-7026-6006-2
- » ab 8 Jahren

Was ist ein Hosentaschen-, was ein Gedicht vom Zuhause-Sein? Die Poesie trägt durch diese Fragen und Gedichte, die zarten wie prägnanten Illustrationen begleiten Kinder durch diesen Wortschatz: Wer bin ich? Was fühle ich? Gedichte sind hier wortgewordene Liebe und die Zusicherung, im Leben nicht allein zu sein.



Eher fällt der Mond vom Himmel

Rachel van Kooij

- » Jungbrunnen Verlag
- » ISBN 978-3-7026-6007-9
- » ab 9 Jahren

In dieser Geschichte um Mut und Freundschaft macht sich Jana nichts vor: Niemand sitzt freiwillig neben ihr. Jana lebt in schwierigen Verhältnissen, was ihren Schulalltag prägt. Erst die neue Mitschülerin Aleena aus Afghanistan ändert mit ihrer selbstbewussten, achtsamen Art das toxische Klassenklima und schenkt Jana neues Selbstvertrauen.



Medien nutzen - Medien machen

**Franz-Joseph Huainigg (Text);
Lisa Taschek (Ill.)**

- » Tyrolia Verlag
- » ISBN 978-3-7022-4079-0
- » Jugendbuch

Dieses Sachbuch bietet einen fundierten Überblick über Medienmacht, Machtmissbrauch, digitale Echo-kammern und Filterblasen. Es ermutigt zu einem reflektierten Medienumgang, wobei Information und Empowerment ansprechend und klug in Wort und Bild miteinander verbunden werden.



Auf die Flügel kommt es an

Herbert Renz-Polster

- » Beltz Verlag
- » ISBN 978-3-407-86921-0
- » Pädagogisches Sachbuch für Erwachsene

Als Kinderarzt hat er die Erfahrung und als Autor das Geschick, Wissen verständlich und ermunternd zu vermitteln: Herbert Renz-Polster lenkt in diesem persönlichen Buch den Blick auf das Zusammenspiel von Freiraum und Orientierung, Begleiten und Loslassen: „Dem Kind Flügel geben, beflügelt auch das Familienleben.“



Sindbad: Mentoring, das Mut macht



Das Mentoring-Programm Sindbad ist eine Investition in Menschen, Bildung und ein solidarisches Miteinander. Es zeigt, was möglich wird, wenn junge Menschen gemeinsam Schritte in die Zukunft gehen.

Hanna und Rubaisha haben im November ihre gemeinsame Mentoringreise gestartet und sind ein richtiges Dreamteam. Sie backen nicht nur gemeinsam, sondern schreiben bereits fleißig Bewerbungen, um Rubaishas Traumlehrstelle zu finden.



Der Übergang von der Pflichtschule in eine weiterführende Schule oder eine Lehre ist für viele Jugendliche ein entscheidender Moment. Es geht um Zukunftspläne, erste große Entscheidungen und oft auch um Unsicherheit. Nicht alle jungen Menschen starten dabei mit denselben Voraussetzungen. Bildungs- und Zukunftschancen sind in Österreich nach wie vor ungleich verteilt und hängen stark vom sozialen Umfeld ab. Das Mentoring-Programm „Sindbad“ bringt junge Menschen aus unterschiedlichen Lebenswelten zusammen und schafft etwas, das oft den entscheidenden Unterschied macht: eine verlässliche Beziehung auf Augenhöhe.

Ungleiche Chancen - eine reale Herausforderung

Viele Jugendliche stehen am Ende der Pflichtschule vor großen Fragen: Welche Ausbildung passt zu mir? Welche Möglichkeiten habe ich überhaupt? Besonders für Jugendliche sind diese Fragen oft mit zusätzlichen Hürden verbunden. Wenig Möglichkeiten zur Unterstützung im Umfeld, fehlende Vorbilder oder Unsicherheiten

im Bildungssystem können den Weg erschweren. Die Vision von Sindbad ist klar: eine Gesellschaft, in der junge Menschen unabhängig von ihrer sozialen Herkunft miteinander in Verbindung treten und gemeinsam Chancen ergreifen.

Beziehung im Mittelpunkt

Im Zentrum von Sindbad steht ein 1:1-Mentoring für acht bis zwölf Monate. Schülerinnen und Schüler aus Mittelschulen, Polytechnischen Schulen oder Fachmittelschulen im letzten Pflichtschuljahr bekommen eine persönliche Mentorin oder einen Mentor im Alter von 20 bis 35 Jahren zur Seite gestellt. Diese jungen Erwachsenen sind Studierende oder Berufstätige, die sich freiwillig engagieren und gesellschaftliche Verantwortung übernehmen.

In regelmäßigen Treffen wird gemeinsam über Zukunftspläne gesprochen und werden konkrete nächste Schritte gesetzt, zum Beispiel für eine Lehre oder weiterführende Schule. Dabei geht es nicht um Nachhilfe oder Leistungsdruck, sondern um Orientierung, Ermutigung und Vertrauen. Was entsteht, ist oft mehr als Unterstützung auf Zeit. Viele „Teams“ entwickeln eine stabile Beziehung, die auch über das offizielle Programm hinaus bestehen bleibt.

Gut begleitetes Ehrenamt

Ein wesentlicher und entscheidender Erfolgsfaktor von Sindbad liegt in der



„Für mich ist Sindbad eine Reise des gemeinsamen Lernens und Wachsens. Ich begleite meinen Mentee auf seinem Weg durch Höhen und Tiefen, gebe Orientierung, Zuversicht und Unterstützung in wichtigen Momenten. Gleichzeitig gewinne ich selbst neue Perspektiven und nehme viel Inspiration aus dem Austausch mit.“

Lars Scheerer, Mentor Sindbad Salzburg



professionellen Begleitung der freiwillig engagierten Mentorinnen und Mentoren. Sie werden sorgfältig vorbereitet und während des Programms durch Supervisionen, Kommunikations- und Führungstrainings unterstützt. Die Auswahl der passenden Mentorinnen und Mentoren für die Jugendlichen erfolgt sehr bewusst: Nach einer Vorauswahl durch das Standortteam können die Mentees mitentscheiden, wer sie auf ihrem Weg begleiten soll.

Beim gemeinsamen Kick-off lernen sich Mentor oder Mentorin und Mentee anschließend persönlich kennen - in einem kreativen, begleiteten Rahmen. Diese gleichermaßen strukturierte wie wertschätzende Freiwilligenkoordination wurde auch ausgezeichnet: Sindbad erhielt den Sonderpreis für Freiwilligenkoordination. Der Preis würdigt Organisationen, die ehrenamtliches Engagement nicht dem Zufall überlassen, sondern Freiwillige gut

begleiten, stärken und vernetzen. Denn nur wer selbst unterstützt wird, kann andere auf ihrem Lebensweg wirksam unterstützen.

Wirkung, die bleibt

Seit 2016 wurden durch Sindbad tausende junge Menschen erreicht. Der Großteil der Jugendlichen, die das Programm abschließen, findet im Anschluss einen passenden Weg in eine weiterführende Ausbildung. Besonders wichtig ist dabei auch die Begleitung in den ersten Monaten - einer Phase, in der viele Lehrabbrüche passieren. Doch die Wirkung von Sindbad lässt sich nicht nur in Zahlen messen. Sie zeigt sich auch darin, dass Jugendliche beginnen, an sich zu glauben. Und darin, dass Mentorinnen und Mentoren neue Perspektiven kennenlernen, Verantwortung übernehmen und selbst daran wachsen.



Ein guter Anfang zählt: Beim Kick-off treffen Mentorinnen und Mentees erstmals persönlich aufeinander. Kreative Kennenlernstationen sorgen für einen vertrauensvollen und gemeinsamen Start.

Jetzt mitmachen!

Sindbad - Mentoring für Jugendliche

- » Infos zum Projekt und Termine:
www.sindbad.co.at
- » Johanna Hauser
(Standortleitung Salzburg)
T +43 670 558 5437



Jetzt Mentorin oder Mentor werden:



Sommer, Jobs & Zukunftschancen

Ferien sinnvoll nutzen, Neues ausprobieren und erste Schritte Richtung Zukunft setzen: Diese Angebote in Salzburg zeigen Jugendlichen, was möglich ist.



Ferialjob & Praktikum finden

Sommer nutzen, Erfahrungen sammeln mit ferialjob.akzente.net!

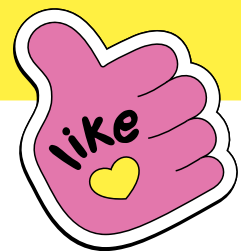
Ob erster Einblick in die Arbeitswelt, Pflichtpraktikum oder Sommerjob: Auf ferialjob.akzente.net finden Jugendliche in Salzburg zahlreiche aktuelle Ferialjobs und Sommer- oder Pflichtpraktika bei regionalen Betrieben. Die Plattform bietet einen übersichtlichen und unkomplizierten Einstieg in die Jobsuche. Neben freien Stellen gibt es auch praktische Tipps rund um Bewerbung und Lebenslauf, damit der Start ins Berufsleben gut gelingt. Betrieben wird das Portal von akzente Jugendinfo in Kooperation mit der Wirtschaftskammer, der Industriellenvereinigung und dem AMS. Unternehmen können ihre Angebote kostenlos inserieren.

» Jobsuche starten!
www.ferialjob.akzente.net



FERIALJOBS
SALZBURGER JOBPLATTFORM FÜR JUNGE LEUTE
PRAKTIKA

Bewerbungs-Check



Unsicher, ob die Bewerbung wirklich überzeugt? Beim Bewerbungscheck der akzente Jugendinfo gibt es ein individuelles und konstruktives Feedback zu Aufbau, Inhalt, Rechtschreibung, Layout und auch den ein oder anderen Tipp, wie man die Jobchancen erhöhen kann.

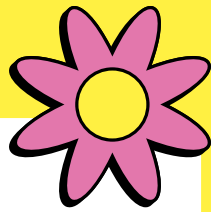
Einfach Bewerbungsunterlagen, wie sie an das Unternehmen der Wahl geschickt werden würden, jederzeit an info@akzente.net senden.

**Bewerbungs-Glow-up
am 8. und 9. April 2026**

Los geht's zum kostenlosen Bewerbungs-Fotoshooting in der akzente Jugendinfo.

» Jetzt anmelden!
www.jugend.akzente.net/bewerbungsfotoaktion





Girls' Day - Mädchen-Zukunftstag

23. April 2026

» Talente entdecken, Klischees aufbrechen,
Zukunft gestalten!

Beim EUREGIO Girls' Day öffnen Betriebe, Organisationen und Bildungseinrichtungen in Salzburg und im angrenzenden Bayern ihre Türen. Mädchen bekommen einen Tag lang die Chance, Berufe aus Handwerk, Technik, Naturwissenschaften und IT ganz praktisch auszuprobieren - und auch in Politik und Hochschulen hineinzuschnuppern. Teilnehmen können Mädchen zwischen 10 und 18 Jahren aus der EUREGIO Salzburg - Berchtesgadener Land - Traunstein. Auch Mädchen mit Behinderungen sind ausdrücklich willkommen und können bis 20 Jahre teilnehmen. Wer schon einmal dabei war, darf gerne wieder mitmachen. Der Girls' Day gilt als Berufsorientierungstag und alle Teilnehmerinnen werden von der Schule freigestellt.

» Jetzt mitmachen!

Bis 19. April anmelden unter www.girlsday.info



GIRLS DAY
mädchen zukunftstag



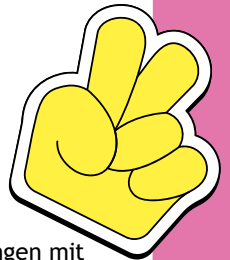
Jugend



Smart Summer Ferienwoche

27. bis 31. Juli 2026

» Technik erleben. Zukunft entdecken.

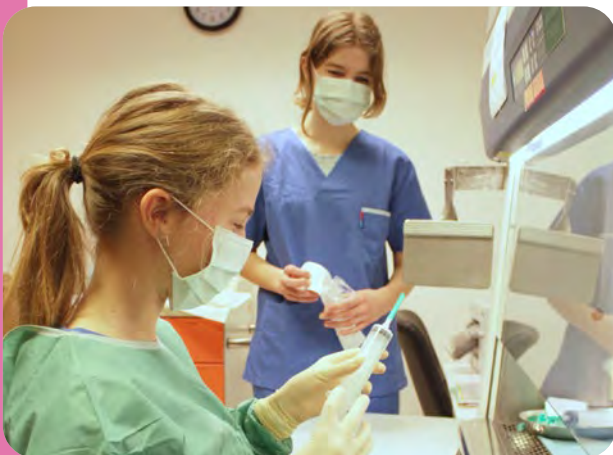


Eigene Roboter konstruieren, erste Erfahrungen mit Programmierung sammeln, einen 3D-Drucker ausprobieren und Salzburgs führende Unternehmen aus der Technik- und IT-Branche besuchen: Dieses außergewöhnliche Sommerferienangebot ermöglicht all das auf einmal! Wie funktioniert Technik im echten Berufsalltag? Und welche Chancen bietet IT - besonders mit Blick auf Künstliche Intelligenz? Bei der kostenlosen Smart Summer Ferienwoche bekommen neugierige und technikbegeisterte Mädchen und Burschen im Alter von 11 bis 13 Jahren die Möglichkeit, Salzburger Industriebetriebe (u. a. Salzburg AG, W&H Dentalwerk, PALFINGER Europe GmbH, ÖBB Lehrwerkstätte, Copa Data, Robert Bosch AG) kennenzulernen und selbst praktisch aktiv zu werden.

Die Teilnahme ist kostenlos, die Plätze sind jedoch begrenzt. Interessierte Jugendliche sind eingeladen, ein kurzes Motivationsschreiben zu verfassen: Warum möchtest du bei der Smart Summer Ferienwoche dabei sein? Anmeldeschluss ist der 22. Juni 2026.



» Gleich anmelden!
[www.smartsummer.at/
termine-anmeldung](http://www.smartsummer.at/termine-anmeldung)



Zukunft.Pflege: vom Traum zum Beruf

Zukunft.Pflege begleitet Menschen mit Migrationsgeschichte dabei, ihren Traum vom Arbeiten in der Pflege zu verwirklichen.



Als Rahmo Ali ihr Zertifikat in den Händen hält, ist ihr der Stolz anzusehen. Die junge Frau aus Somalia ist vor einigen Jahren nach Salzburg gekommen - ohne Schulbildung, mit wenig Deutsch, aber mit einem klaren Wunsch: in der Pflege zu arbeiten. Heute hat sie ihre Ausbildung zur Heimhilfe abgeschlossen, arbeitet im Haus für Senioren in Salzburg und plant bereits den nächsten Schritt: die Ausbildung zur Fachsozialbetreuerin. „Ich probiere es einfach“, sagt sie und lernt weiter Deutsch, vor allem Grammatik. Der Weg dorthin war nicht immer leicht. Insbesondere das Schreiben fiel Rahmo schwer. Beim Aufnahmegespräch an der Schule für Sozialbetreuungsberufe bekam sie deshalb einen entscheidenden Tipp: sich an Zukunft.Pflege zu wenden. Genau hier beginnt ihre Erfolgsgeschichte.

Begleitung statt Hürdenlauf

Zukunft.Pflege ist ein Projekt des Diakoniewerks in Salzburg, gefördert vom Land Salzburg, und richtet sich an Menschen mit Flucht- und Migrationsgeschichte, die in der Pflege oder Betreuung arbeiten möchten. Viele bringen Motivation, manche auch Erfahrung und alle den Wunsch zu helfen mit. Was oft fehlt, sind Orientierung und passende Sprachkenntnisse. „Wir sehen so viele Menschen, für die Pflege ein echter Traumberuf ist“, erzählt Agnes Schmatzberger, Leiterin



„Die Pflege ist mein Traumberuf. Danke an Zukunft.Pflege. Ihr habt mir einen Weg gezeigt, wie ich es schaffen kann. Ich hatte viele Informationen, aber wusste nicht, wo ich anfangen soll.

Überall wurde ich weitergeschickt. Mein Deutsch war nicht gut genug. Danke an Euch, dass ich jetzt einen Ausbildungsplatz habe!“

Natalya (45 Jahre)



Mag.ª Agnes Schmatzberger,
Leiterin von Zukunft.Pflege



von Zukunft.Pflege. „Sie leben bereits hier, kennen unser Land und wollen ihren Beitrag leisten. Sprache ist dabei oft die größte Herausforderung, aber eine, an der man gemeinsam arbeiten kann.“ Das Projekt setzt genau hier an: mit persönlicher Beratung, Pflege-, Deutsch- und EDV-Kursen, Unterstützung bei Bewerbungen, Fragen zur Ausbildung oder auch zur Kinderbetreuung. Wichtig ist der ganzheitliche Blick auf die jeweilige Lebenssituation. Manche starten sofort, andere brauchen Zeit - und beides ist in Ordnung.

Viele Wege führen in die Pflege

Der Einstieg ist für alle offen. Ein gefestigtes Deutsch auf A2-Niveau reicht für den Anfang, alles Weitere wird gemeinsam geplant. Viele beginnen mit der Ausbildung zur Heimhilfe und entwickeln sich weiter - etwa in Richtung Fachsozialbetreuung, Pflegeassistenz oder sogar Studium. „Wir verstehen uns als Anlaufstelle im Bildungsdschungel“, sagt Schmatzberger. „Wenn wir etwas nicht wissen, finden wir es heraus. Hauptsache, niemand bleibt stehen.“ Die Begleitung dauert rund sechs Monate, oft auch länger.

Zukunft.Pflege ist im gesamten Bundesland offen, die Angebote finden vor allem in der Stadt Salzburg statt. Die Teilnehmenden kommen aus ganz unterschiedlichen Ländern (oder sogar Kontinenten: ca. 1/3 aus Europa, 1/3 aus Asien, 1/3 aus Afrika) und Lebenssituationen - von jungen Müttern bis zu Frauen, die sich mit 50+ noch einmal neu orientieren.

Wirkung, die weiterträgt

Viele Absolventinnen werden zu Wegbereiterinnen in ihren Communities. Sie zeigen: Es ist möglich. Das stärkt nicht nur die eigene Selbstständigkeit, sondern ermutigt auch andere. Gleichzeitig leistet das Projekt einen wichtigen Beitrag gegen den Fachkräftemangel in der Pflege. „Es sind diese Lebensgeschichten, die mich motivieren“, sagt Schmatzberger. „Zu sehen, wie Menschen wachsen und ihren Platz finden, und zu wissen, dass sie später mit Herz und Kompetenz für andere da sind.“ Für Rahmo Ali ist klar: Ihr Weg in der Pflege ist noch lange nicht zu Ende. Und genau darum geht es bei Zukunft.Pflege: Perspektiven schaffen - Schritt für Schritt.

Jetzt durchstarten!

Zukunft.Pflege Diakoniewerk

Mag.ª Agnes Schmatzberger, MSc
(Projektleitung)

T +43 664 88131267

Zukunft.Pflege - Ausbildungsvorbereitung für Migrant:innen - Diakonie



www.bit.ly/ausbildung_diakonie

Infos über Pflegeausbildung (mit und ohne Migrationshintergrund):

PGS - Ausbildungsberatungsstelle für Pflege-, Gesundheits- und Sozialberufe
www.pgs-salzburg.at
T +43 5 1760 7225
office@pgs-salzburg.at

Diakoniewerk Syncare GmbH
T +43 664 544 04 71
karin.niedermayr@diakoniewerk.at
diakoniewerk.at

Diakoniewerk 

Wenn das Gedächtnis wackelt



Wenn alltägliche Dinge plötzlich mehr Mühe machen, stellt sich schnell die Frage: Ist das Altersvergesslichkeit oder steckt mehr dahinter?

„Oma hat gestern wieder den Autoschlüssel im Kühlschrank gefunden.“ Solche Momente kennen viele Familien. Ein Lächeln. Ein Schulterzucken. Aber manchmal wächst die Sorge: Ist das noch normal? Oder sollte ich genauer hinschauen? Im Alltag des Älterwerdens gehören kleine Aussetzer tatsächlich dazu - ein Name fällt nicht sofort ein, ein Termin gerät in Vergessenheit oder die Fernbedienung wandert mal an ungewöhnliche Orte. Solche Dinge passieren vielen Menschen und sie müssen nicht zwangsläufig ein Hinweis auf eine ernsthafte Erkrankung sein.

Doch es gibt Situationen, bei denen es sinnvoll ist, genauer hinzusehen:

- » Wenn Probleme im Alltag zunehmen und öfter auftreten.

- » Wenn geliebte Gewohnheiten nicht mehr gelingen.
- » Wenn Gespräche, Orientierung oder Selbstständigkeit zunehmend schwieriger werden.
- » Oder wenn Angehörige besorgt feststellen, dass die Person sich wiederholt verirrt oder Gesprächen nicht mehr folgen kann.

Dann kann es ein guter erster Schritt sein, das Thema behutsam anzusprechen, Beobachtungen zu notieren und mit der Hausärztin oder dem Hausarzt zu besprechen. Eine Abklärung kann Klarheit schaffen und Vorsorge ermöglichen, bevor Belastung oder Unsicherheit überhandnehmen.

Was ist Demenz?

Demenz ist keine „normal altersbedingte Vergesslichkeit“, sondern ein Oberbegriff für Veränderungen im Gehirn, die sich auf Gedächtnis, Denken und Alltag auswirken können. Eine frühzeitige Abklärung hilft Familien, die Situation besser zu

verstehen und den Alltag aktiv zu gestalten.

Worauf sollte geachtet werden?

Achtsamkeit ist angesagt, wenn sich mehrere der folgenden Veränderungen zeigen und häufiger vorkommen:

- » Wiederkehrende Orientierungslosigkeit (z. B. Zeit, Ort, Wochentag)
- » Schwierigkeiten, Gesprächen zu folgen oder Worte zu finden
- » Probleme bei gewohnten Aufgaben oder Routinen
- » Stark verändertes Urteilsvermögen oder Charakterveränderungen
- » Wiederholtes Verlegen von Alltagsgegenständen ohne Erklärung

Diese Hinweise bedeuten nicht automatisch Demenz - aber sie sind ein Startpunkt, um Gespräche zu führen und professionelle Unterstützung einzubeziehen.

*Früh handeln
heißt Zeit
gewinnen*

Was können wir jetzt tun?

Wenn wir Veränderungen bei einem älteren Angehörigen bemerken, kann es helfen, sich früh zu informieren und bei Bedarf professionelle Unterstützung einzubeziehen. In Salzburg stehen Familien viele Unterstützungsmöglichkeiten und Anlaufstellen zur Verfügung, die Orientierung, Beratung und praktische Hilfe bieten.

Demenzberatung:

Die qualifizierte Beratung durch die Pflegeberatung des Landes unterstützt telefonisch, persönlich oder zu Hause. Sie beantwortet Fragen rund um Alltag, Pflege, Betreuung und Entlastungsmöglichkeiten.

Informations- und Austauschangebote:

Regionale Gesprächsgruppen, Informationsveranstaltungen oder Angehörigenabende helfen, Erfahrungen zu teilen und voneinander zu lernen - oft auch in unserer Nähe.

Tageszentren & Begegnung:

Tageszentren mit flexiblen Besuchszeiten und Angebote wie Demenzcafés ermöglichen soziale Kontakte, strukturierte Tagesgestaltung und Entlastung für pflegende Angehörige.

rierte Tagesgestaltung und Entlastung für pflegende Angehörige.

Medizinische Abklärung:

Spezialisierte Einrichtungen wie die Memoryklinik der Salzburger Landeskliniken bieten Diagnostik und Begleitung an, wenn der Verdacht auf eine demenzielle Erkrankung besteht.

Online Plattform:

Unter demenzstrategie.at finden wir gebündelte Informationen zu regionalen Angeboten, Beratungsstellen, Austauschformaten und weiterführenden Ressourcen in ganz Salzburg. Veränderungen im Alter können verunsichern. Aber sie sind nicht das Ende, sie sind ein neuer Lebensabschnitt mit eigenen Herausforderungen und Chancen. Ob es um Orientierung, Austausch, Entlastung oder Alltagshilfen geht.

Früh handeln heißt Zeit gewinnen: Zeit für gemeinsame Erlebnisse, Zeit für Gespräche, Zeit für Entscheidungen, die uns und unseren Liebsten guttun. Gemeinsam lässt sich ein gutes Leben gestalten - auch wenn sich der Alltag verändert.

Angebote ansehen!

Für Angehörige sowie Betroffene stehen folgende Stellen zur Verfügung

» Demenzstrategie Salzburg | Gut leben mit Demenz:

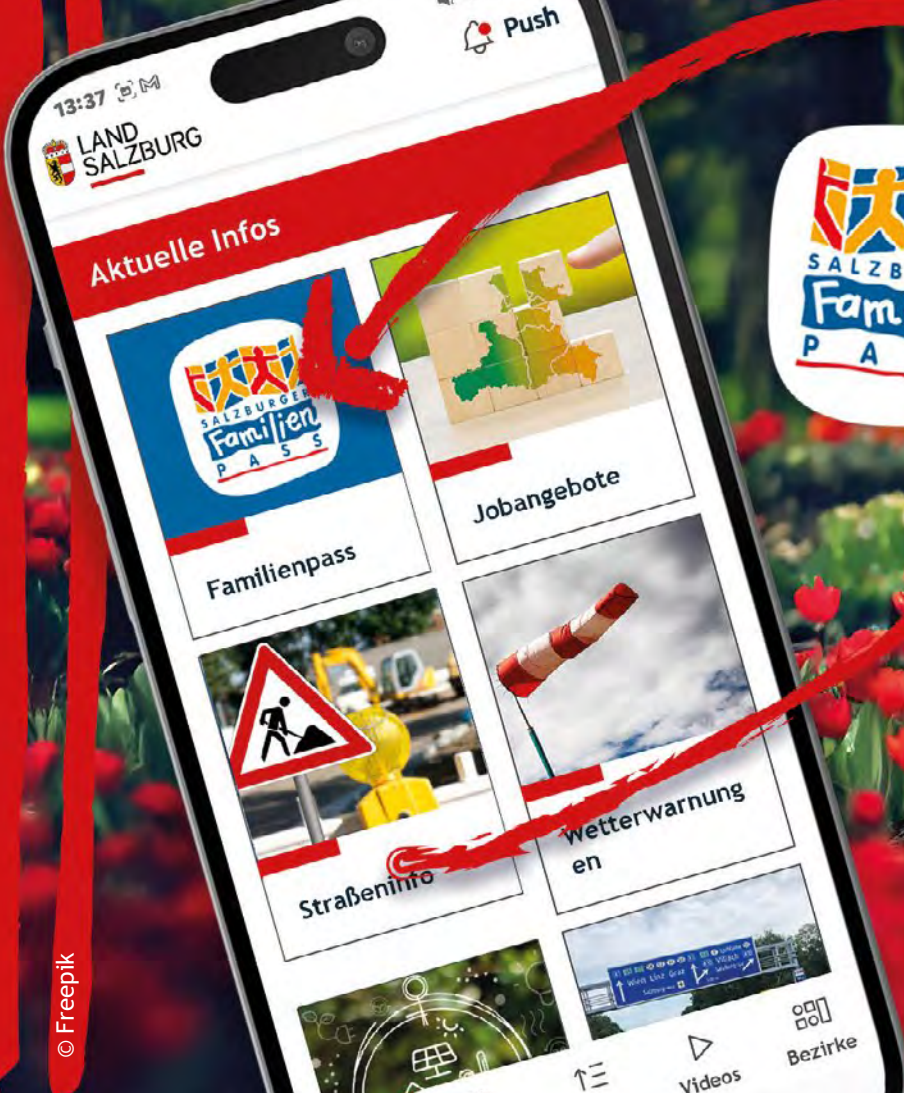


www.demenzstrategie.at/umsetzungen/salzburg

» Demenzberatung im ganzen Bundesland:



www.salzburg.gv.at/themen/soziales/pflege-und-betreuung/demenzberatung



Familienpass immer dabei!

Jetzt in der kostenlosen
Land Salzburg App



**LAND
SALZBURG**

Langeweile in den Sommerferien?

10% Rabatt
auf alle
Camps*

Nicht bei young austria Sommercamps!

Abenteuer, Spaß und unvergessliche Momente!

Ob aufregende Outdoor-Abenteuer, sportliche Herausforderungen, kreative Workshops oder bunte Freizeitprogramme – jeder Tag ist voller Spannung und Spaß. In den ya! Sommercamps im Salzburger Land und in Italien erleben Kinder und Jugendliche von 6 – 16 Jahren einen Sommer voller Action, Kreativität und gemeinsamer Entdeckungen. Hier können sie Neues ausprobieren, über sich hinauswachsen, Freundschaften fürs Leben schließen und jeden Moment voller Freude, Lachen und unvergesslicher Erlebnisse genießen.

* Einfach bei der Online-Buchung den Code „Familienpass10%“ eingeben.

- ★ 6 / 13 Übernachtungen
- ★ Vollpension
- ★ Vielfältiges Freizeit- & Ausflugsprogramm
- ★ Qualifizierte pädagogische Betreuung
- ★ Hoher Betreuerschlüssel
1:8 bzw. 1:5 im Kids Camp
- ★ Geprüftes Kinderschutzkonzept
- ★ 24 h Betreuung
- ★ 24 h Elternhotline
- ★ 75 Jahre Erfahrung

**sommer
camps**

by
young
austria

ya! young austria®

Sommercamps by young austria
Alpenstraße 108a • 5020 Salzburg • Austria



Mehr Infos:
www.camps.at



Ermäßigung

Bei Vorlage des **Familienpasses**

10%

auf das SonnenMoor-Sortiment
bei einem Einkauf in der Krämerei
Anthering und Salzburg (ausgenommen Aktionsartikel).

Anthering

Mo-Do: 08:30 bis 17:00 Uhr
Fr: 08:30 bis 14:00 Uhr

Salzburg

Mo-Mi, Fr: 09:30 bis 12:30
13:00 bis 17:30
Do: 08:30 bis 12:30
13:00 bis 17:30

*Tipp für den Familienausflug :
Kostenlose Kinderrallye durch unsere
Erlebniswelt für Kinder von 7 -12 Jahren
Lösen die kleinen Experten die Fragen und
Rätsel wartet eine Überraschung auf sie!*



SonnenMoor®
MOOR- UND KRÄUTERPRODUKTE



Anmeldung
hier!

MACH MIT!



mo
SALZBURG

SYMPHONIC MOB

06 JUN 2026 11.00
EUROPARK SALZBURG

GUISEPPE MONTESANO Dirigent
MOZARTEUMORCHESTER SALZBURG

MOZARTEUMORCHESTER.AT



EUROPARK

SYMPHONIC
MOB
DSO