



OÖ FAMILIENBUND  
Familienbundzentrum Puchenau

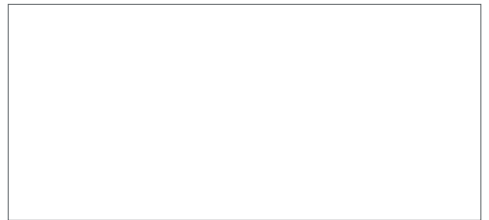


PROGRAMM  
Frühling/Sommer  
2024



FAM Folge-Nr. 1082, Ausgabe: Februar 2024 | Erscheinungsort Linz, Verlagspostamt 4020 Linz, Österreichische Post AG / Sponsoringpost, SP 02Z032550 N, FN 490633w

Familienbundzentrum Puchenau  
Azaleenweg 2, 4048 Puchenau  
0664/12 16 954  
fbz.puchenau@ooe.familienbund.at  
[www.ooe.familienbund.at/puchenau](http://www.ooe.familienbund.at/puchenau)



Betreuung | Bildung | Beratung | Begegnung



# OÖ FAMILIENBUND

## Familienbundzentrum Puchenuau

Herzlich Willkommen im Familienbundzentrum Puchenuau!

### Kontakt:

Familienbundzentrum Puchenuau  
Azaleenweg 2, 4048 Puchenuau  
0664/12 16 954  
fbz.puchenuau@ooe.familienbund.at  
www.ooe.familienbund.at/puchenuau



### Bürozeiten:

Mo–Mi 8-12 Uhr  
Semesterferien: 19.2 - 25.2.2024, Osterferien: 23.3. - 1.4.2024  
Sommerferien: 6.7. - 8.9.2024  
An allen staatlichen und kirchlichen Feiertagen ist unser Zentrum geschlossen.

### Bankverbindung:

Raiffeisenbank Steyregg; IBAN AT52 3463 7000 0002 7672; BIC RZ00AT2L637

### Anmerkungen:

Veranstaltung im Zuge unseres Nachhaltigkeits-Schwerpunktes „**Natürlich Familie**“.  
Mit \* gekennzeichnete Preise beinhalten die Vergünstigung für **Familienbund-Mitglieder**.  
Auf mit **EBG** gekennzeichnete Veranstaltungen sind **Elternbildungsgutscheine** einlösbar.



### Impressum:

Offenlegung gemäß §24 Mediengesetz:  
Medieninhaber: Familienbund Oberösterreich GmbH, Hauptstraße 83-85, 4040 Linz  
Redaktion: Familienbundzentrum Puchenuau, Azaleenweg 2, 4048 Puchenuau; 0664/12 16 954  
Hersteller: Druckerei Haider Manuel e.U.; Herstellungsort: 4274 Schönaun im Mühlkreis  
Hinweis: Druckfehler und Programmänderungen vorbehalten.

Vielen Dank für die Unterstützung!

 Bundeskanzleramt



Familie



Wir schaffen  
mehr Wert.



Kinderschutz



# PROGRAMM - Frühling/Sommer 2024

Infos und Anmeldung unter [fbz.puchenau@ooe.familienbund.at](mailto:fbz.puchenau@ooe.familienbund.at),  
0664/12 16 954 oder [www.ooe.familienbund.at/puchenau](http://www.ooe.familienbund.at/puchenau)

---



**Mag. Thomas Stelzer**  
Landeshauptmann



**Mag. Martin Hajart**  
Landesobmann OÖ Familienbund



**Birgit Rittenschober**  
Leiterin Familienbundzentrum Puchenau

Liebe Eltern,  
die Tage werden wieder länger und nicht nur die Jüngsten freuen sich über das Erwachen der Natur. Passend dazu finden Sie in unserem Frühling-Sommer-Programm viele tolle Veranstaltungen zum Thema: Umwelt erleben und Nachhaltigkeit leben.

Darüber hinaus bieten wir ein vielseitiges Programm für Groß und Klein. Die Bandbreite reicht dabei von Schwangerschaftsyoga, Babyschwimmen, Spielgruppen und Erziehungs-Vorträgen über Bewegungskurse für Erwachsene und Kinder bis hin zu Festen und Events für die ganze Familie.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen wertvolle Familienzeit, hochwertige Bildungszeit und positive Freizeit in unserem Familienbundzentrum.

---



© New Africa/Shutterstock

## Angebote für Schwangerschaft & Geburt

Mit unseren abwechslungsreichen Kursen möchten wir Sie in der Schwangerschaft unterstützen und Sie gut auf die Geburt sowie die Zeit danach vorbereiten.

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Kosten
<b>Yoga für Schwangere</b>	für werdende Mütter	I: ab Fr., 8.3. (6x) II: ab Fr., 17.5. (6x)	10:15-11:15 Uhr	€ 84*/89
<b>Beckenboden/ Rückbildung für Mama &amp; Baby</b>	ab 8 Wochen nach der Geburt	I: ab Fr., 8.3. (5x) II: ab Fr., 17.5. (5x)	09:00-10:00 Uhr	€ 90*/95



© Oksana Kuzmina/Shutterstock

## Angebote für Babys & Kleinkinder (0-3 Jahre)

Entdecken Sie mit Ihren Kleinen die Welt, freuen Sie sich auf ein vielfältiges Programm und lernen Sie in entspannter Atmosphäre andere Familien kennen.

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Kosten
<b>ElternKindGruppe ROT</b>	auf Anfrage mit Begleitung	I: ab Mo., 26.2. (6x)	8:30-10:00 Uhr	€ 45*/49
		II: ab Mo., 29.4. (6x)		€ 38*/41
<b>ElternKindGruppe ORANGE</b>	auf Anfrage mit Begleitung	I: ab Mo., 26.2. (6x)	10:15-11:45 Uhr	€ 45*/49
		II: ab Mo., 29.4. (6x)		€ 38*/41
<b>ElternKindGruppe BLAU</b>	auf Anfrage mit Begleitung	I: ab Do., 29.2. (6x)	8:30-10:00 Uhr	€ 45*/49
		II: ab Do., 25.4. (6x)		€ 38*/49 ?
<b>„Papa – mein Superheld“ Papa-Spielgruppe inkl. Frühstück</b>	jedes Alter	Sa., 2.3., Sa., 6.4., Sa., 4.5., Sa., 8.6., Sa., 6.7.	9:00-11:00 Uhr	€ 9*/11
<b>Kindertanzen – „the youngstars“</b>	ab 3 Jahren ohne Begleitung	I: ab Do., 7.3. (6x)	16:00-17:00 Uhr	€ 76*/80
		II: ab Do., 2.5. (6x)		€ 63*/67
III: ab Do., 27.6. (5x)				




© Pressfoto/Freepik

## Angebote für Kinder & Jugendliche (4-14 Jahre)

Ihre Kinder erwarten erlebnisreiche Kurse und Veranstaltungen mit unterschiedlichen Schwerpunkten wie Bewegung, Kreativität oder Musik.

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Kosten
<b>Kindertanzen – „the youngstars“</b>	ab 4 Jahren ohne Begleitung	I: ab Do., 7.3. (6x)	16:00-17:00 Uhr	€ 76*/80
		II: ab Do., 2.5. (6x)		€ 63*/80
III: ab Do., 27.6. (5x)				
<b>Gesichertes Klet- tern mit Claudia</b>	6-9 Jahre ohne Begleitung	ab Do., 14.3. (5x)	16:45-18:15 Uhr	€ 96*/103

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Kosten
<b>Kleinkindklettern für Anfänger 1</b>	ab 3 Jahren mit Begleitung	ab Sa., 16.3. (6x)	10:45-12:15 Uhr	€ 118*/124
<b>Kleinkindklettern für Fortgeschrittene</b>	ab 4 Jahren mit Begleitung	ab Sa., 16.3. (6x)	09:00-10:30 Uhr	€ 118*/124
<b>Tanzen – wie die Stars auf Youtube und Social Media</b>	ab 8 Jahren	I: ab Mi., 3.4. (6x) II: ab Mi., 29.5. (6x)	18:00-19:00 Uhr	€ 74*/78
<b>Kleinkindklettern für Anfänger 2</b>	ab 3 Jahren mit Begleitung	ab Mi., 22.5. (6x)	15:00-16:30 Uhr	€ 118*/124
<b>Klettergrundkurs für Kinder</b>	8-12 Jahre ohne Begleitung	ab Mi., 22.5. (6x)	16:45-18:15 Uhr	€ 118*/124
<b>Ferienwoche Elmborg</b> 	6-9 Jahre	Mo., 8.7.-Fr., 12.7.	8:00-14:00 Uhr	€ 299*/315
<b>Ferienwoche RoboManiac</b>	6-10 Jahre	Mo., 2.9.-Fr., 6.9. (FBZ Urfahr)	8:00-16:00 Uhr	€ 380



## Ferienwoche Elmborg

für Kinder von 6 bis 9 Jahren

Buntes Programm rund um Themen wie Kräuter, Tiere und Leben im Wald.

**Datum:** 8.-12. Juli, 8:00-14:00 Uhr

**Ort:** HBLA Elmborg



Jetzt Platz sichern unter  
[www.ooe.familienbund.at/urfahr](http://www.ooe.familienbund.at/urfahr)



## Ferienwoche RoboManiac

für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Spielerisch Zusammenhänge zwischen Natur und Technik verstehen lernen.

**Datum:** 2.-6. September, 8:00-16:00 Uhr

**Ort:** FBZ Urfahr













Jetzt anmelden unter  
[www.ooe.familienbund.at/events](http://www.ooe.familienbund.at/events)



© Rawpixel/Shutterstock

## Angebote für Erwachsene

Machen Sie sich fit, leben Sie Ihre Kreativität aus oder holen Sie sich hilfreiche Erziehungstipps bei unserem Kursangebot für Mamas, Papas und Großeltern.

Titel	Datum	Uhrzeit	Kosten
<b>Yoga I</b>	I: ab Mo., 26.2. (6x) II: ab Mo., 29.4. (6x) III: ab Mo., 24.6. (6x)	17:30-18:45 Uhr	€ 90*/94
<b>Yoga II</b>	I: ab Mo., 26.2. (6x) II: ab Mo., 29.4. (6x) III: ab Mo., 24.6. (6x)	19:00-20:15 Uhr	€ 90*/94
<b>Vortrag: „Beziehung statt Erziehung“</b>	Mi, 17.4. (Online) 	19:00-20:30 Uhr	€ 4 
<b>Vortrag: „Das Verhalten von Kindern verstehen lernen“</b>	Mo, 13.5. (Online) 	19:00-20:30 Uhr	€ 4 
<b>Vortrag: „Auch die beste Strafe taugt nichts“</b>	Do, 16.5. (Online) 	16:00-17:30 Uhr	€ 4 
<b>Vortrag: „Mit gutem Gewissen Nein sagen“</b>	Do, 6.6. (Online) 	18:30-21:30 Uhr	€ 4 
<b>Vortrag: „Tafelklassler, Tintenpatzer“</b>	Mo, 1.7. (Online) 	16:30-19:30 Uhr	€ 4 

### Datenschutzhinweis:

Mit der Anmeldung bzw. Teilnahme an unseren Veranstaltungen akzeptieren Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Familienbund Oberösterreich GmbH. Diese finden Sie auf [www.ooe.familienbund.at](http://www.ooe.familienbund.at) zum Download.

Es gelten die Datenschutzbestimmungen laut Datenschutzgrundverordnung (DSGVO). Informationen dazu finden Sie unter [www.ooe.familienbund.at/datenschutz-kurs-buchen](http://www.ooe.familienbund.at/datenschutz-kurs-buchen).

## Schenken Sie Familien-Erlebnisse!

Durch unser umfangreiches Angebot sind Familienbund-Gutscheine für jeden Anlass das richtige Geschenk.



Jetzt Gutschein bestellen unter [ooe.familienbund.at/gutscheine](http://ooe.familienbund.at/gutscheine)





© New Africa/Shutterstock

## Angebote für die ganze Familie

Verbringt mit Euren Liebsten unvergessliche Familienzeit bei unseren Veranstaltungen, Kursen und Ausflügen für die ganze Familie.

Titel	Alter	Datum	Uhrzeit	Kosten
<b>Offener Frühstückstreff</b>	jedes Alter, mit Begleitung	jeden Dienstag	8:30-11:30 Uhr	€ 4 (inkl. Frühstück)
<b>Offener Nachmittags-treff</b>	jedes Alter, mit Begleitung	Dienstagnachmittag (Termine siehe Homepage)	14:30-16.30 Uhr	€ 3 (inkl. Kaffee & Kuchen)
<b>Raummieten (z.B. für Kindergeburtstage)</b>		auf Anfrage, nur für Mitglieder		€ 50 (+€ 50 Kautiion)
<b>Osterfestival</b>	ab 4 Jahren	Fr., 15.3.	15:00-16:30 Uhr	€ 8*/9
<b>Der Osterhas ist weg – Osterschatzsuche</b>	ab 2 Jahren	Fr., 22.3.	15:00-17:30 Uhr	€ 8*/9
<b>Schnupperklettern für die ganze Familie</b>	ab 4 Jahren	Sa., 23.3.	15:00-18:00 Uhr	€ 13*/14 pro Person
<b>Survival-Techniken zum Überleben in der Natur – Lerne den Wald kennen</b>	für Kinder von 5-8 Jahren	Fr., 26.4.	15:00-18:00 Uhr	€ 12 pro Person
<b>Ein Nachmittag auf der Husky Ranch</b>	ab 7 Jahren mit Begleitung	Fr., 17.5.	15:00-18:00 Uhr	€ 19 pro Person (inkl. Getränk & Knacker)
<b>Mit dem Papa und dem Förster durch den Wald</b>	ab 4 Jahren mit Begleitung	Fr., 7.6.	15:00-18:00 Uhr	€ 12 pro Person



**Gleich anmelden!**

Anmeldung und nähere Infos unter [www.ooe.familienbund.at/puchenau](http://www.ooe.familienbund.at/puchenau)





© Yuganov, Konstantin/shutterstock.com

# KARRIERE mit Herz

**Wir leben Familie.** Freue dich auf eine sinn-erfüllende, kreative Arbeit mit Kindern und werde Teil unseres motivierten Teams, dem Wertschätzung und Zusammenhalt wichtig sind. **Wir freuen uns auf dich!**

Alle Infos unter [www.oe.familienbund.at/jobs](http://www.oe.familienbund.at/jobs)



© Veronika Wolschitzky

# Events für Familien

## Lesefestival

18./19. April, Pöstlingberg bei Linz

## Bewegungsfestival mit Kids-EM

1./2. Juni, Horst-Lauss-Stadion Pichling

## Ritterfest

6. Juli, Linz

Alle Veranstaltungen unter [www.oe.familienbund.at/events](http://www.oe.familienbund.at/events)



© Getty Images - Photo 123456789

# erst recht



Information und Hilfe -

- kostenlos
- vertraulich
- anonym

☎ 0732 77 97 77

[kja@ooe.gv.at](mailto:kja@ooe.gv.at) [www.kja-ooe.at](http://www.kja-ooe.at)



Kinder- & Jugendanwaltschaft OÖ





## Gesundheitsthemen aus einer Hand

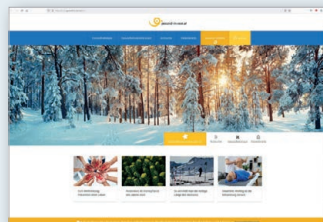
Ob Magazin, Homepage oder Newsletter – die Ärztekammer für Oberösterreich bietet Ihnen eine breite Palette, sich über die aktuellsten und spannendsten Themen rund um das Thema Gesundheit zu informieren:

**Ihr kostenloses Abo:** „human“, das Gesundheitsmagazin der Ärztekammer für Oberösterreich, hat zehntausende treue Stammleser. Viele kennen das Magazin aus der Arztpraxis oder aus der Spitalsambulanz. Aber auch Sie können das viermal jährlich erscheinende „human“ kostenlos bestellen. Dann erhalten Sie interessante, aktuelle und seriöse Informationen rund um die Themen Gesundheit und Medizin direkt nach Hause.



Hier sehen Sie Cover der letzten Ausgaben rund um die Themen „Bewegung“, „Herz“, „Schönheit“ und „Alter“. Schreiben Sie an die Ärztekammer für Oberösterreich, Dinghoferstraße 4, 4010 Linz, Stichwort „human“ oder senden Sie ein E-Mail an [human@aekoee.at](mailto:human@aekoee.at)

**Ihre umfangreiche Webseite:** Ob aktuelle Gesundheitstipps, ein Ärzteblog, Links zu Gesundheitseinrichtungen in Oberösterreich oder seriösen Anbietern von Gesundheitsinformationen – [www.gesund-in-ooe.at](http://www.gesund-in-ooe.at) ist das Gesundheitsportal, das sich an eine breite Bevölkerung richtet. Die Vielfalt macht den Internet-Auftritt zu der idealen Startseite für die Recherche rund um Gesundheitsthemen. Die Seite wird in enger Zusammenarbeit mit Ärztinnen und Ärzten gestaltet.



**Ihr kompakter Newsletter:** Aktuelle Tipps rund um das Thema Gesundheit gleich direkt und bequem per E-Mail erhalten? Registrieren Sie sich für den Gesund in ooe-Newsletter und genießen Sie Neues und Interessantes mit nur einem Mausklick.

Alle Informationen rund um unser Angebot finden Sie auf [www.gesund-in-ooe.at](http://www.gesund-in-ooe.at)