

WIEN TRA

#KINDER

 KINDERINFOWIEN.AT

WIEN ERLEBEN MIT BABY UND KLEINKIND



GUT INFORMIERT VON A BIS Z

- Mit dieser Kinderinfo-Broschüre bekommt ihr einen guten Überblick über Angebote für Familien mit Babys und Kleinkindern in Wien.
- Für die Suche nach Kinderkursen, Workshops und Orten für Kinder empfehlen wir die Kinderinfo-Listen von A wie Allein-erziehend bis Z wie Zirkus: → kinderinfowien.at/infos-a-z
- Bestellt euch die kostenlose Kinderaktivcard und profitiert von Ermäßigungen und gratis Angeboten im Kinderaktiv-Programm: kinderaktivcard.at/kinderaktiv
Alle Angebote findet ihr auch in unserer kostenlosen Kinderaktiv-App.
- Abonniert den Kinderinfo-Newsletter! Ihr bekommt per E-Mail ausgewählte Kinderkultur-Tipps: kinderinfowien.at/newsletter

3	Vorwort	14	Welcher Familien-Freizeittyp seid ihr?
5	Kulturangebote schon für Babys!	16	Natur erleben in der Stadt
6	Kinderkultur von Anfang an	17	Tiere in der Stadt
7	Mit den Aller kleinsten	18	Teilen, tauschen, mehrfach nutzen
8	Spielgruppen und Baby-/Eltern-Kind-Treffs	20	Bildschirmzeit für die Kleinsten?
9	Bewegung von Anfang an	21	Kinderfotos online stellen?
10	Unterwegs in der Stadt	23	Mädchen_ rosa, Buben_ blau?
11	Lokaltipps	24	Wenn's mal nicht so gut läuft
12	Spielplätze – drinnen & draußen	25	Beratungsstellen für Eltern
		26	Gratis Freizeit für alle

IMPRESSUM

Medieninhaber und Hersteller: Verein WIENXTRA, in Kooperation mit Stadt Wien – Bildung und Jugend

Redaktion: Birgit Kollek, Sarah Stallecker, Brigitte Vogt.

3. aktualisierte Auflage: Caroline Wiltschek, Natalia Turczynska-Williams

Grafik: WIENXTRA. Illustrationen: Christian Thomas. Fotos: Heidrun Henke: S. 1, 20, 25., David Bohmann (Christoph Wiederkehr) S. 3.,

Barbara Mair: 8., Alexandra Kawka: S. 17, 26., meinersterampe/Pixabay: S. 19., Miguel Dietrich: S. 24.

Verlags- und Herstellungsort: Wien, November 2024. Druck: Walla, 1050 Wien.

LIEBE LESER_INNEN!

Wien entdecken mit Babys und Kleinkindern? Das geht kinderleicht! Spiel, Musik, Museum, Natur und Bewegung: Kinder jeden Alters lassen sich gern bezaubern und in Staunen versetzen, verlangen nach Geselligkeit und Anregung. Wien bietet viele Gelegenheiten, Kinder in ihrer Neugier und Entdeckungslust zu fördern.

Für Eltern beginnt mit einem Baby ein neuer Lebensabschnitt: Schlafmangel, die Sorge, etwas falsch oder nicht genug zu machen und das Gefühl der Überforderung gehören auch oft zum Familienalltag. Der ist manchmal kein Kinderspiel!

Wie gut, dass es in Wien für Familien in allen Lebenslagen viele Möglichkeiten und Unterstützungsangebote gibt: Aktivitäten drinnen und draußen, bei denen ihr Freundschaften pflegen und neue Kontakte knüpfen könnt, sowie Rat und Hilfe von Profis, wenn es mal nicht so gut läuft.

Die WIENXTRA-Kinderinfo ist die Anlaufstelle für Familien mit Kindern in Wien. Mit dieser Kinderinfo-Broschüre bekommt ihr einen guten Überblick, damit ihr die Stadt von Anfang an optimal mit euren Babys und Kleinkindern nutzen und genießen könnt.

Viel Spaß beim Ausprobieren und Entdecken wünscht



CHRISTOPH WIEDERKEHR

Vizebürgermeister, Stadtrat für Jugend und Bildung

احصل على نصائح ترفيهية للأطفال في فيينا! مجاناً في مركز
وعلى الإنترنت WIENXTRA معلومات الأطفال

Dobijte savjete za slobodno vrijeme za djecu u Beču!
Besplatno u dječjem informativnom centru WIENXTRA
i online. Получете съвети за свободното време на
децата във Виена! Безплатно в WIENXTRA-Kinderinfo
и онлайн. Hol dir Freizeit-Tipps für Kinder in Wien!
Gratis in der WIENXTRA-Kinderinfo und online. Get
leisure tips for children in Vienna! Free of charge, at
WIENXTRA-Kinderinfo and online. Dobijte savjete za
slobodno vrijeme za djecu u Beču! Besplatno u dječjem
informativnom centru WIENXTRA i online. Wskazówki
dotyczące spędzania wolnego czasu dla dzieci w
Wiedniu znajdziecie bezpłatnie w WIENXTRA-Kinderinfo
i online. Obține sfaturi despre cum să petreci timpul
liber cu copiii în Viena! Gratuit în WIENXTRA-Kinderinfo
și online. Добијте савете за слободно време за
децу у Бечу! Бесплатно у ВИЕНКСТРА дечјем
информативном центру и онлајн. Viyana'da çocuklar
için boş zaman tavsiyeleri alın! WIENXTRA-Kinderinfo'da
veya online olarak ücretsiz. Безкоштовно в дитячому
інформаційному центрі WIENXTRA та онлайн Ви
можете отримати поради та інформацію щодо
дозвілля дітей у Відні. Szerezzen szabadidő tippüket
gyerekeknek Bécsben! Ingyenesen a WIENXTRA-
Kinderinfóban és online.

KULTURANGEBOTE SCHON FÜR BABYS!

Der Alltag als junge Familie ist ganz schön fordernd und oft wenig abwechslungsreich: Da kann einem schon mal die Decke auf den Kopf fallen. Unser Tipp: Geht nach draußen, vernetzt euch, erkundet die vielen Möglichkeiten, die Wien bietet!

In der Stadt gibt es viele Angebote, die speziell für Familien mit Babys und Kleinkindern gestaltet sind: Babykonzerte, Spielgruppen und Krabbeltreffs, Bewegungs- und Musikurse, Museumstouren und Naturerfahrungen: Egal ob Sommer oder Winter, es ist für jede Jahreszeit und jeden Geschmack etwas dabei.

Diese Broschüre gibt euch einen guten Überblick und Orientierung im Angebotsdschungel. Ihr findet Anregungen und Tipps, wie ihr gemeinsam mit den Kleinsten die Möglichkeiten der Stadt nutzen könnt.

Hört auf euer Bauchgefühl und achtet auf die Reaktionen eurer Kinder: Wählt was zu euch und eurem Alltag passt, damit kein Freizeitstress entsteht. Es sollte nicht ein Trend oder die Werbung ausschlaggebend für eure Auswahl sein, sondern eure Bedürfnisse, Vorlieben und Interessen. Erlebt gemeinsam Kultur und vergnügliches Beisammensein von Anfang an und entdeckt, wie euer Baby staunt, lacht und die Welt entdeckt.

Auf ins Abenteuer!

EUER KINDERINFO-TEAM



KINDERKULTUR

von Anfang an

Ihr wollt andere Familien kennenlernen, wisst aber nicht wo und wie?

Vielleicht fühlt ihr euch als frischgebackene Eltern isoliert und wünscht euch Austausch mit Gleichgesinnten, die mit ähnlichen Herausforderungen konfrontiert sind? Oder interessiert ihr euch für eine bestimmte Freizeitaktivität und wollt ein dazu passendes Angebot finden?

In Wien gibt es eine große Vielfalt an Möglichkeiten für jedes Alter, in jedem Bezirk. Bei allen Fragen rund um Kinderkultur ist die WIENXTRA-Kinderinfo für euch da: Schickt eine E-Mail, ruft an, kommt vorbei – ein Besuch ist immer gratis, macht Spaß und informiert!

WIENXTRA ist für alle da! Leider sind Menschen mit Behinderung oft mit Barrieren konfrontiert. Das Kinderinfo-Team möchte euch dazu ermutigen, Freizeitaktivitäten auszuprobieren und unterstützt euch gern bei der Recherche: Kontaktiert uns oder fragt direkt bei den Veranstalter_innen, wie ihr Angebot organisiert ist. So könnt ihr einschätzen, ob es für euch und euer Kind passt.

WIENXTRA-Kinderinfo
MuseumsQuartier/Hof 2
Museumsplatz 1
1070 Wien

Öffnungszeiten:
Di bis Fr, 14:00–18:00;
Sa, So, Ftg (außer Mo), 10:00–17:00



WIENXTRA



KINDER MIT
BEHINDERUNG
kinderinfowien.at/
infos-a-z

MIT DEN Allerkleinsten

Durchs eigene Grätzl spazieren oder gemütlich zu Hause bleiben: Der neue Alltag verlangt nach seinem eigenen Rhythmus.

Sollten die eigenen vier Wände mal zu eng werden, laden viele Möglichkeiten zur Abwechslung ein.

Einige Kinos in Wien bieten vormittags Vorstellungen, die auf den Besuch mit Baby abgestimmt sind: Das Licht im Saal ist gedimmt und die Lautstärke reduziert. Wickeltisch und Flaschenwärmer stehen bereit. Am besten kommt ihr mit eurem Baby im Tragetuch, im Foyer gibt es aber auch die Möglichkeit, Kinderwägen abzustellen. Schloss nicht vergessen!

Ihr geht gerne ins Museum? Kultur erleben mit dem Tragetuch! Holt euch eine Jahreskarte, damit sich auch Kurzbesuche lohnen oder nehmt an Babyführungen teil. Dabei könnt ihr wickeln, stillen und Essen aufwärmen. In einigen Museen ist der Eintritt an bestimmten Tagen frei.

Hier findet ihr Museen mit Gratisseintritt:

→ wien.gv.at/kultur-freizeit/gratis-museum.html

Die Kinderinfo-Liste **Mit Baby aktiv in der Stadt** richtet sich an Erwachsene mit Babys von 0 bis 1 Jahr. Hier findet ihr Angebote wie Babykinos, mit Baby ins Museum, mit Baby ins Konzert, Sport mit Baby und vieles mehr:

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

WIEN  **TRA**

→
MIT BABY AKTIV
IN DER STADT
[kinderinfowien.at/
infos-a-z](http://kinderinfowien.at/infos-a-z)



SPIELGRUPPEN und Baby-/Eltern-Kind-Treffs



WIENTRA

→
SPIELGRUPPEN
UND ELTERN-
KIND-CAFÉS
kinderinfowien.at/
infos-a-z

Eltern-Kind-Treffs sind gute Orte, um Kontakte zu knüpfen.

In gemütlicher Atmosphäre bieten sie Gelegenheiten zum Austausch mit anderen Erwachsenen und ein erstes aneinander Herantasten zwischen den Kleinen ist möglich. Entweder ihr schaut bei offenen Angeboten ohne Anmeldung spontan vorbei oder ihr meldet euch bei einer Spielgruppe an, die über einen längeren Zeitraum läuft.

Ihr teilt eure Erfahrungen, plaudert, bekommt Spielanregungen und ganz nebenbei gibt es oft auch die Möglichkeit, sich professionelle Tipps von geschultem Personal zu holen: Stellt eure Fragen zum Stillen und Schlafen und erfahrt alles rund ums Leben mit Baby.

Auf der Kinderinfo-Liste **Spielgruppen und Baby-/Eltern-Kind-Treffs** findet ihr ein vielfältiges Angebot für alle Altersstufen und besondere pädagogische Vorlieben: Interessiert euch eine Gruppe mit musischen, kreativen oder Bewegungsschwerpunkten? Wollt ihr die Methoden von Pikler, Pecip oder Montessori kennenlernen? Angebote gibt es in ganz Wien, viele davon sind kostenlos. Musikalische Angebote für die Jüngsten enthält die Liste **Musik von Anfang an**.

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

BEWEGUNG

von Anfang an

Plötzlich greift das Baby nach der Hängepflanze, das Kleinkind robbt überraschend schnell in die andere Zimmerecke und räumt die unterste Schublade aus.

Das Kind versucht zu stehen, wagt die ersten Schritte, will schon bald das Sofa oder den Tisch erklettern. Bewegungsfreude ist ansteckend aber auch anstrengend. Wohin mit all der Lust an Bewegung?

BESUCHT EINEN BEWEGUNGSKURS!

Eltern-Kind-Turnen gibt es schon für ganz kleine Kinder, bis 3 Jahre ist eine erwachsene Begleitperson erforderlich. Probiert ein paar Schnupperangebote aus und entscheidet dann, ob es eher eine Spielgruppe mit Bewegungselementen, ein motopädagogischer Spielraum oder klassisches Turnen im Turnsaal sein soll.

SCHWIMMEN UND BADEN

Viele Babys und Kleinkinder sind gerne im warmen Wasser. Gemeinsam planschen, singen, tanzen, spritzen und untertauchen macht Spaß. In einigen Bädern der Stadt Wien gibt's Planschbecken für die Kleinsten. Ein besonderes Highlight für viele Familien: der Kleinkindbereich der Therme Wien, in dem die Jüngsten durch eine Wasserlandschaft krabbeln können.

Infos zu den Bädern der Stadt Wien:

→ wien.gv.at/freizeit/baeder

WIEN  **TRA**

→

TURNEN

kinderinfowien.at/

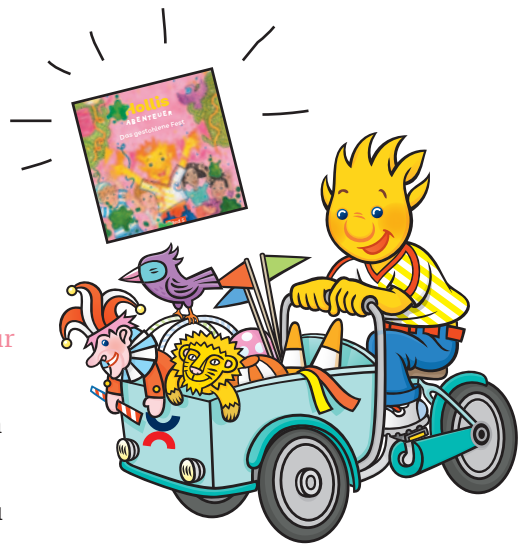
infos-a-z



Auf der Kinderinfo-Liste **Turnen** findet ihr Angebote wie Eltern-Kind-Turnen und Kleinkindturnen in der ganzen Stadt. Die Schwimmkurse-Liste enthält Anbieter_innen von Babyschwimmkursen für Babys ab 8 Wochen:

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

UNTERWEGS in der Stadt



Neuerdings braucht ihr von der Haustür zum Supermarkt nicht 5, sondern 15 Minuten!

Mit Baby und Kleinkind gestalten sich Alltagswege anders als mit älteren Kindern und Erwachsenen. Versucht, auch diese gemeinsamen Momente zu genießen. Für Wege, die ihr möglichst schnell zurücklegen müsst, nehmt das Tragetuch oder den Kinderwagen.

DER WEG IST AUCH EIN ZIEL!

Für Kinder ist die ganze Welt ein Spielplatz. Im Vorbeigehen lernen sie Stiegen steigen, Hügel rauf- und runterlaufen, Muster hüpfen.

Unterwegs sehr praktisch:

→ wien.gv.at/stadtplan

Filtert nach Karteninhalten: Kultur und Freizeit/Parkanlage, Spielplatz, Saubere Stadt/WC-Anlage, Cooles Wien/Trinkbrunnen

Unterwegs mit Baby?

Findet Wickelplätze und Möglichkeiten zum Stillen oder Fläschchen geben auf

→ babymamas.at

Sucht nach „unterwegs wickeln und stillen“

XTRA-Tipp! Ein kleines Baby- oder Kinderbuch braucht nicht viel Platz und sorgt für Ablenkung, wenn ihr Wartezeiten überbrücken müsst. Holt euch Hollis Abenteuer in der Kinderinfo oder bestellt die kostenlosen Büchlein:

→ kinderinfowien.at/broschueren

MIT ÖFFIS UNTERWEGS

In Wien sind U-Bahn, Bus, Bim und S-Bahn gratis für Kinder, die noch nicht schulpflichtig sind. Mit dem Kinderwagen unterwegs? Überprüft, ob die Aufzüge entlang eurer Route in Betrieb sind und wann die nächste Niederflur-Straßenbahn fährt!

→ wienlinien.at/betriebsinfo

→ wienlinien.at/route-planen

Apps:

WienMobil - ÖBB Scotty - VOR AnachB

Daran erkennt ihr, ob Straßen- und U-Bahn klimatisiert sind:

→ wienlinien.at/klimatisierte-fahrzeuge-erkennen

RADFAHREN

Kindersitz, Anhänger oder Lastenrad? Welche Besonderheiten beim Transport von Babys und Kleinkindern zu beachten sind, erfahrt ihr bei der **Mobilitätsagentur Wien** und bei der **Radlobby**:

→ fahrradwien.at/kinder

→ radlobby.at/kindertransport

XTRA-Tipp! Einige **Grätzlräder** sind auch für Fahrten mit Kindern geeignet.

Der Verleih ist gratis:

→ graetzlrad.wien

LOKALTIPPS

mit Kindern gesucht?

Ein Café mit Kinderecke, ein Restaurant mit Spielplatz, ein Gasthaus mit Spielzimmer?

Einfach mal ins Kaffeehaus oder mit Freund_innen essen gehen: Das ist mit Baby noch relativ unkompliziert, die Babynahrung habt ihr dabei und gewickelt wird im Kinderwagen. Sobald die Kleinen die ersten Schritte machen und ihre Umgebung auf eigene Faust erkunden wollen, wählt am besten ein kinderfreundliches Lokal.

Auf unserer Liste **Lokal-Tipps mit Kindern gesucht?** findet ihr Lokale mit Kinderhochstühlen, Wickelplatz, einer Krabbelecke und nachsichtigem Personal:

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

Auf der Babymamas-Seite gibt es Empfehlungen für rund 100 kinderfreundliche Lokale in Wien. Mit dabei sind viele Lokale mit Spielecke. Einfach auf **Unterwegs mit Baby** klicken, dann kommt ihr zu den Tipps.

→ babymamas.at

In der Falter-Datenbank findet ihr Restaurants und Cafés in Wien. Verwendet den Filter **Essen mit Kindern** oder gebt in die Suchleiste ein Stichwort wie z. B. **Spielplatz** ein.

→ falter.at/lokalfuehrer

XTRA-Tipp! Erkundet miteinander eure Wohnumgebung. Im Café ums Eck ist die Chance groß, dass ihr Familien aus der Nachbarschaft kennenlernt.

WIEN XTRA

→
LOKAL-TIPPS
VON FAMILIEN
FÜR FAMILIEN
[kinderinfowien.at/
infos-a-z](http://kinderinfowien.at/infos-a-z)



SPIELPLÄTZE

drinnen & draußen

Spielplätze sind auch schon für Babys spannend!

Sich umschaun, die einzelnen Spielgeräte angreifen, andere Kinder beobachten und hören: All das ist interessant. Außerdem gibt es viele Spielmöglichkeiten und motorische Herausforderungen.

Spätestens mit Kindern, die schon gehen können, lernen Erwachsene diese Orte zu schätzen: Die Kleinen wollen die Welt in ihrem eigenen Tempo erkunden. Das erste Mal selbst kurze Strecken gehen, Schaukeln und Rutschen ausprobieren, klettern oder in der Sandkiste gatschen.

Spielplätze bieten auch Austauschmöglichkeit! Findet Kontakt zu Eltern und Kindern aus der Gegend und sammelt Erfahrungswissen, z. B. über Kindergärten und Volksschulen im Umkreis.

Wien für Alle: Auf der digitalen Landkarte sind Spielplätze für inklusive Spielerlebnisse beschrieben. Filtert die Spielplätze nach Merkmalen wie z. B. Barrierefreiheit, Lärmpegel, Spielgeräte für Hör- und Klangerfahrungen und vielem mehr.

→ wienfüralle.at

In Wien gibt es über 1600 verschiedene Spielplätze. Auf der Kinderinfo-Liste [Spielplatz-Tipps](#) findet ihr Spielplatz-Highlights mit hilfreichen Kurzinformationen. Auf der Liste [Matsch & Gatsch](#) sind Spielplätze mit Wasser oder Sand-Wasser-Bereichen aufgelistet.

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

DRINNEN SPIELEN

Spielräume sind besonders wichtig für kleine Kinder, die sich in warmer Kleidung noch nicht so gut bewegen können.

Zu Besuch bei befreundeten Familien treffen eure Kinder Gleichaltrige und sehen dabei unterschiedliche Wohnungen und deren Spielangebot. Das kann unterhaltend und anregend sein. Außerdem lernt euer Kind auf diese Weise, Spielzeug mit anderen zu teilen.

In der eigenen Wohnung könnt ihr Malen, gemeinsames Kochen oder sogar das Spiegelputzen zum Spiel machen. Vorausgesetzt, ihr habt keinen Anspruch auf Perfektion und ausreichend Zeit, dann bereiten auch Haushaltsarbeiten kleinen Kindern viel Freude.

Es gibt mehr als 20 Indoor-Spielplätze in Wien, die meisten sind auch für Kleinkinder geeignet. Manche bieten einen abgetrennten Bereich für Kleinkinder oder spezielle Zeiten, in denen der Spielraum nur für Babys zur Verfügung steht. Im Indoor-Spielplatz kann es ganz schön laut sein. Vergesst eure Anti-Rutschsocken nicht, auch für Begleitpersonen.

Adressen und Infos zu Indoor-Spielräumen, großen Indoorspielplätzen sowie betreuten Spielbereichen in Einkaufszentren findet ihr auf der Kinderinfo-Liste [Indoor-Spielplätze](#).

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

Umfangreiche Beschreibungen von Spielplätzen, Indoor-Spielplätzen, Ideen für einen Bewegungsparcours zuhause und Spiele für Regentage gibt es im Kinderinfo-Blog.

→ blog.kinderinfowien.at

- Findet einen Spielplatz im Wohnumfeld, um Kontakte zu anderen Familien zu knüpfen.
- Ihr werdet viel Zeit dort verbringen, daher: Wählt einen Ort, an dem ihr euch wohlfühlt!
- Ist die Umgebung anregend für das Alter eures Kindes/eurer Kinder?
- Gibt es einen eingezäunten Kleinkinderbereich?
- Proviant vergessen! Wo ist das nächste Geschäft oder die nächste Bäckerei?
- Sind sonnige und schattige Bereiche sowie Trinkwasser vorhanden?
- Sind Hunde willkommen?
- Befinden sich in der Nähe Sanitäreinrichtungen und eine Wickelmöglichkeit?



WELCHER FAMILIEN-FREIZEIT-TYP SEID IHR?

Anleitung: Kreuzt bei jeder Frage die Antwort an, die am besten auf eure Familie zutrifft. Zählt am Ende die Punkte in den Klammern zusammen. Lest die Auswertung auf der nächsten Seite.

1. Wie würdet ihr euren Freizeit-Stil beschreiben?

- Wir sind immer unterwegs und entdecken gern neue Orte. (3)
- Wir genießen es, zu Hause zu sein und zu entspannen. (1)
- Wir machen gerne Ausflüge, verbringen aber auch gerne Zeit zu Hause oder bei Freund_innen. (2)

2. Wie wichtig ist euch ein geregelter Tagesablauf?

- Sehr wichtig, wir planen alles genau. (3)
- Eher wichtig, aber wir sind auch spontan. (2)
- Ein geregelter Tagesablauf ist uns nicht so wichtig. (1)

3. Wie wichtig ist euch der Kontakt zu anderen Familien?

- Sehr wichtig, wir treffen uns regelmäßig mit anderen Familien. (2)
- Schon wichtig, aber wir brauchen auch unsere Ruhe. (1)
- Wir machen oft Ausflüge mit anderen Familien. Zu Hause sind wir gern unter uns. (3)

4. Wie verbringt ihr am liebsten eure freie Zeit?

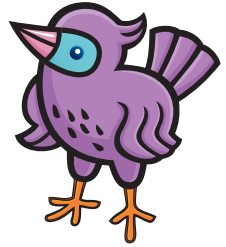
- Sport treiben, wandern, Ausflüge machen. (3)
- Zuhause lesen, Spiele spielen, malen, kochen. (1)
- Ins Kino oder ins Museum gehen und Freund_innen treffen. (2)

5. Wie wichtig ist euch die Natur?

- Wir verbringen so viel Zeit wie möglich draußen, egal bei welchem Wetter. (3)
- Wir schätzen die Natur, aber der Spielplatz um die Ecke reicht uns auch. (1)
- Wir sind gern zuhause oder gehen ins Museum oder Kino. (2)

6. Wie schaut ein typisches Wochenende bei euch aus?

- Jause packen und neue Wanderwege oder Spielplätze erkunden. (3)
- Freund_innen oder Familie besuchen und gemeinsam etwas unternehmen. (2)
- Wir entspannen zu Hause, lesen Bücher oder spielen gemeinsam. (1)



GESAMTPUNKTE & ERGEBNIS

Bei allen Ansprüchen, die die Gesellschaft an uns stellt und die wir selbst haben, ist es doch am wichtigsten, dass Freizeit Spaß macht und zur aktuellen Familiensituation passt.

Wie viel ist genug - wie viel ist zu viel? Erlaubt euch und euren Kindern Zeiten für freies Spiel, Ruhe und Nichtstun!

Auch die oft gefürchtete Langeweile hat ihren Wert: Sie bietet Freiräume, die Menschen brauchen, um Eindrücke zu verarbeiten und neue Ideen, Fragen und Interessen zu entwickeln.

Gemütlich & Entspannt (6-10 Punkte)

- Eure Eigenschaften: Ruhig, entspannt, genießerisch.
- Eure typischen Aktivitäten: Lesen, Kochen, Gärtnern, Handarbeiten, Spielenachmittage.
- Eure Motivation: Zur Ruhe kommen, entspannen, genießen, Hobbys nachgehen.

In eurer Freizeit sucht ihr vor allem Ruhe und Entspannung. Zuhause fühlt ihr euch am wohlsten und ihr liebt spannenden Aktivitäten wie lesen, kochen oder gärtnern. Als Familie spielt ihr gerne gemeinsam Spiele.

Tipp: Holt euch Spiele-Tipps oder borgt euch ein neues Spiel für euren nächsten Spieleabend bei der WIENXTRA-Spielebox aus! → spielebox.at

Gern unterwegs & Sozial (10-14 Punkte)

- Eure Eigenschaften: Gesellig, kontaktfreudig, kommunikativ, gemeinschaftsorientiert.
- Eure typischen Aktivitäten: Mit Freund_innen treffen, Partys, Vereinsaktivitäten, ehrenamtliches Engagement.
- Eure Motivation: Soziale Kontakte pflegen, gemeinsam etwas unternehmen, Teil einer Gemeinschaft sein.

Ihr seid kontaktfreudig und habt Freude am Austausch mit anderen Menschen. Ihr liebt es, Zeit auf Partys oder mit

Freund_innen am Spielplatz zu verbringen. Ihr seid kommunikativ und offen für neue Bekanntschaften.

Tipp: Entdeckt den Event-Kalender auf kinderinfowien.at/#events und in der Kinderaktiv-App. Hier findet ihr für jeden Tag Kinder-Programm. Filtert nach „Ohne Anmeldung“, wenn ihr spontan etwas unternehmen wollt. → kinderinfowien.at/#events

Aktiv & Outdoor (14-18 Punkte)

- Eure Merkmale: Sportlich, bewegungsfreudig, naturverbunden, abenteuerlustig.
- Eure typischen Aktivitäten: Wandern, Radfahren, Camping, Wassersport, Extremsportarten.
- Eure Motivation: Neue Erfahrungen sammeln, körperlich aktiv sein, die Natur erleben.

Ihr seid als Familie ständig unterwegs und entdeckt gerne neue Orte. Ihr habt einen aktiven und abenteuerlustigen Lebensstil und liebt es, gemeinsame Erlebnisse zu schaffen.

Tipp: Spiel, Spaß und Sport in Wien: In der neuen Kinderinfo-Broschüre findet ihr Anregungen für aktive Familienfreizeit: Welche Sportart passt zu meinem Kind? Was ist in welchem Alter geeignet? Schaut rein und probiert etwas Neues aus!

→ kinderinfowien/infos-a-z/spiel-spass-und-sport-in-wien

NATUR ERLEBEN

in der Stadt

Wien besteht fast zur Hälfte aus Grünflächen, die zum Spaziergehen, Entspannen und Picknicken einladen. Es gibt viel Platz zum Staunen und Entdecken - auch mit dem Kinderwagen! Hören, tasten, sehen: In der Natur und in der Umgebung von Tieren zu sein, weckt die Neugier auf die Umwelt und ist eine eindrucksvolle Sinneserfahrung für Kinder und Eltern.

NATUR ERLEBEN

Blumenwiesen, Wasserparks, Grünoasen in dicht verbauten Bereichen der Stadt: Ein Spaziergang tut zu jeder Jahreszeit gut und sorgt für Abwechslung im Alltag. Erobert Schritt für Schritt und in eurem eigenen Tempo die Umgebung. Einfach drauflosgehen oder einer Route folgen:

→ wien.gv.at/stadtplan

Filtert bei Kultur und Freizeit nach Parkanlage oder Spaziergang.

Der Stadtwanderweg 9 führt durch den Wiener Prater. Er ist besonders gut mit Kinderwagen und/oder Laufrad begeh- und befahrbar.

→ wien.gv.at/umwelt/wald/freizeit/wandern

Auf der Kinderinfo-Liste **Ins Grüne** haben wir kinderfreundliche, kleinere und größere Grünoasen in Wien gesammelt. Manche sind mitten in der Stadt, andere sind Naherholungsgebiete. Habt ihr Lust auf eine Wanderung oder wollt ihr die nächstgelegene Burg besichtigen? Auf dem Infoblatt Ausflüge rund um Wien findet ihr abwechslungsreiche Ausflugsziele sowie nützliche Adressen für unterwegs.

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

XTRA-Tipp! Erfahrungsberichte mit Fotos von Wanderungen und Ausflügen findet ihr im Kinderinfo-Blog:

→ blog.kinderinfowien.at



WIEN XTRA

→
INS GRÜNE
[kinderinfowien.at/
infos-a-z](http://kinderinfowien.at/infos-a-z)

TIERE in der Stadt

In Wien leben nicht nur Tauben und exotische Tiere im Zoo!

Schafe und Alpakas, Marienkäfer und Schmetterlinge, aber auch Fuchs, Wildschwein und Mufflon:

Im Lainzer Tiergarten gleich beim Lainzer Tor befindet sich gegenüber vom Tiergehege ein schnell und leicht erreichbarer Spielplatz. Auf sportliche Familien warten kilometerlange Wanderwege.

→ wien.gv.at/umwelt/wald/erholung/lainzer-tiergarten

Der Wiener Zentralfriedhof bietet Rehen, Igel, Feldhamstern, Turmfalken, Bienen und anderen Wildtieren Lebensraum, Ruhe und Schutz. Ihr könnt dort stundenlang spazieren gehen, ohne zwei Mal denselben Weg zu nehmen.

→ friedhoefewien.at/wiener-zentralfriedhof

Wandert durch die Blumengärten Hirschstetten, erkundet dort den Bauernhof "Ensemble Spannberg" mit Hühnern, Kaninchen und Ziegen und besucht Sumpfschildkröte und Habichtskauz im Zoo.

→ wien.gv.at/umwelt/parks/blumengaerten-hirschstetten

Ihr wollt noch mehr Tieren begegnen? Auf der Kinderinfo-Liste **Tiere in der Stadt** findet ihr Streichelzoos, Tiergehege und Plätze zum Tiere beobachten. → kinderinfowien.at/infos-a-z



TEILEN, TAUSCHEN, mehrfach nutzen

Euer Kind braucht schon wieder neue Kleidung? Das Lieblingsspielzeug ist plötzlich nicht mehr interessant? Für Babywanne, Kinderwagen und Wickeltasche habt ihr keine Verwendung mehr? Gebrauchtes weitergeben und weiterverwenden schont die Umwelt. Und kostengünstiger ist Second Hand natürlich auch!

Was bei Freund_innen und Verwandtschaft nicht gebraucht wird, findet mithilfe von Online-Plattformen wie Willhaben, in Facebook-Gruppen, auf Flohmärkten oder bei Second-Hand-Läden und Tauschbörsen neue Besitzer_innen.

FLOHMÄRKTE

Manche Flohmärkte sind auf Baby- und Kindersachen spezialisiert, andere haben eigene Verkaufsbereiche dafür. Bei einem Flohmarkt mit einem Verkaufsstand mitzumachen erfordert Vorbereitung (Anmeldung, Standgebühr, Transport). Hingehen und Stöbern geht aber auch ganz spontan und macht vielen Menschen Spaß. → blog.kinderinfowien.at/flohmaerkte-mit-kindern

Termine:

→ nachbarschaftszentren.at/angebote/flohmaerkte
→ flohmarkt.at/flohmaerkte/kinderflohmarkt/wien

XTRA-Tipp! Bei den 48er-Tandlern im 5. und 22. Bezirk gibt's Second-Hand-Ware für Kinder: → 48ertandler.wien.gv.at
Bei diesen Organisationen gibt es Kleidertausch-Termine. Die jeweils gelten-

den Tauschregeln bitte bei den Veranstalter_innen erfragen!

→ gbstern.at/termine
→ la21wien.at/projekte-detail/kleiderkarussell.html
→ wien.waesch.info

SPENDEN

Ihr wollt gebrauchte, gut erhaltene Baby- und Kinderkleidung, Spielsachen oder sonstige Kinderausstattung spenden? Diese Läden nehmen speziell Baby- und Kindersachen an und verkaufen sie für einen guten Zweck:

Carla Wien im 5. und 21. Bezirk:

→ carla-wien.at

SOS Ballon im 5. Bezirk:

→ sos-kinderdorf.at/ballon

Volkshilfe Second-Hand-Shops im

9., 10., 16. und 21. Bezirk:

→ volkshilfe-wien.at

48er-Tandler-Boxen auf Wiener Mistplätzen:

→ wien.gv.at/umwelt/ma48/entsorgung

KOST' NIX!

Im Kost-Nix-Laden könnt ihr ohne Geld "einkaufen": Einfach vorbeikommen und Dinge mitnehmen oder Sachen vorbeibringen, die ihr zuhause nicht mehr benötigt:

Kost-Nix-Laden im 12. Bezirk:

→ kostnixladen.at

Schenke Wien im 8. Bezirk:

→ dieschenke.wordpress.com

Kost-Nix-Tage im Nachbarschafts-

zentrum im 16. Bezirk: → neues.nachbarschaftszentren.at/standorte/nb16

XTRA-Tipp! Im Kinderinfo-Blog findet ihr noch mehr praktische Tipps und Anregungen für Nachhaltigkeit im Familienalltag:

→ blog.kinderinfowien.at/nachhaltig-leben



BILDSCHIRMZEIT für die Kleinsten?

Ist es in Ordnung, ein Kleinkind mit dem Smartphone spielen zu lassen, wenn ihr einmal fünf Minuten Verschnaufpause braucht?

Klar, diese Fragen haben wir uns alle schon gestellt! Bedenkt dabei, dass ihr Vorbilder seid! Euer Umgang mit Smartphone, Tablet und Co. beeinflusst eure Kinder.

Babys und Kleinkinder unter drei Jahren sind mit schnellen Bildern und Geräuschen meist noch überfordert. Ihre Sinne entwickeln sich gerade erst und sie brauchen Zeit, um die Welt zu entdecken. Wenn ihr Kindern unter drei Jahren Handy oder Tablet anbietet, beachtet, dass die Bildschirmzeit nicht länger als 15 Minuten am Stück ist. Wichtig: Lasst die Kinder nicht alleine vor den Geräten.

AB IN DIE BÜCHEREI!

Euer Kind will dauernd das Smartphone haben? Bietet Alternativen! Ein buntes Buch, eine Rassel oder ein Hörspiel sorgen für Ablenkung und Abwechslung. Geht gemeinsam mit euren Kindern in eine der Büchereien der Stadt Wien. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre borgen gratis Bücher, Tonie-Figuren oder CDs aus.

→ buechereien.wien.gv.at

Noch mehr Tipps?

Holt euch den Elternfolder **Mama, darf ich dein Handy?** mit 10 Tipps für Eltern von Kindern zwischen 3 und 6 Jahren für den Umgang mit Handy, Tablet & Co. im Familienalltag:

→ saferinternet.at/zielgruppen/eltern/mama-darf-ich-dein-handy



WIENTRA

→
CODING,
ROBOTICS
UND CO.
kinderinfowien.at/
infos-a-z

KINDERFOTOS ONLINE STELLEN?

Ein Balanceakt

Euer Baby ist das süßeste auf der Welt und ihr möchtet die schönsten Momente auf Social Media teilen?

Das ist verständlich. Aber auch wenn euer Baby noch nicht sprechen kann, hat es ein Recht auf Privatsphäre.

Expert_innen raten dazu, Kinder frühzeitig in die Entscheidung einzubeziehen, welche Fotos geteilt werden dürfen. Sprecht über eure Fotos und wie ihr sie verwenden wollt. So lernen eure Kinder, wie der respektvolle Umgang mit digitalen Bildern geht. Fotos, die eure Kinder beschämen oder bloßstellen können, haben online nichts verloren.

Eltern tragen eine große Verantwortung, denn ein Foto im Internet kann Folgen haben. Etwa, wenn euer Kind später von Klassenkolleg_innen gemobbt wird oder Fremde eure Bilder missbrauchen.

Fest steht: Fotos machen Spaß und sind wichtige Erinnerungen. Feiert eure Erlebnisse analog: Gestaltet z. B. ein Fotoalbum oder einen Fotokalender. So bewahrt ihr die Freude an euren Bildern und schützt gleichzeitig die Privatsphäre eurer Kinder.

Mehr zu dem Thema findet ihr hier:

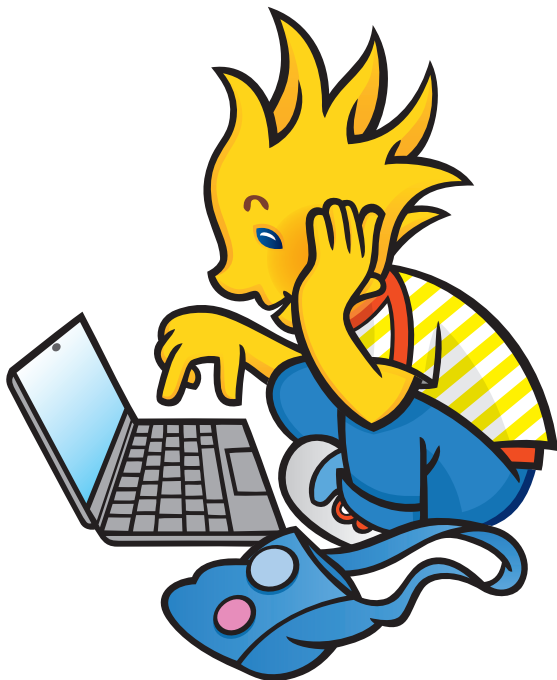
→ blog.kinderinfowien.at/kinderfotos-online-oder-doch-lieber-nicht

WIENTRA

→

MEDIEN - RAT
UND HILFE

kinderinfowien.at/
[infos-a-z](#)



WIEN TRA

#KINDER

 KINDERAKTIVCARD.AT



IMMER
AKTUELL

DIE KINDERAKTIV-APP Entdeckt Veranstaltungen für Kinder in ganz Wien!

Holt euch jetzt die kostenlose Kinderaktiv-App –
erhältlich im Google Play und Apple App Store.

MÄDCHEN_ ROSA, Buben_ blau?

Dürfen Buben Prinzessinnen sein?
Können Mädchen Bagger fahren?
Gibt es wirklich nur zwei
Geschlechter?

Fragen über Fragen, die nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder beschäftigen. Geschlechts-sensible Erziehung erweitert den Handlungsspielraum, fördert Kinder in ihren Stärken und Interessen und macht sie unabhängig von stereotypen Rollenbildern.

Kinder in ihrer Vielfalt zu bestärken und ihnen Identifikation zu ermöglichen, ist gar nicht so schwer. Versucht mal, Kinderlieder, Kniereiter oder Abzählreime geschlechtssensibel zu formulieren. Beispiele dazu gibt's auf der Kinderinfo-Liste **Geschlechtssensible Abzählreime, Kniereiter und Fingerspiele**.

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

Empfehlungen zu geschlechtssensiblen Kinderbüchern bietet die Kinderinfo-Liste **Geschlechtssensible Kinderbücher**.

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

Schaut doch mal im **buuu.ch-Blog** vorbei! Dort werden Kinderbücher zu vielen spannenden Themen wie Geschlechterrollen, Aufklärung und Behinderung besprochen:

→ buuu.ch

WIEN  TRA

→
GESCHLECHTS-
SENSIBLE
KINDERBÜCHER
[kinderinfowien.at/
infos-a-z](http://kinderinfowien.at/infos-a-z)



WENN'S MAL NICHT so gut läuft

WIENXTRA

→
RAT UND HILFE.
RECHERCHE-
TIPPS
kinderinfowien.at/
infos-a-z



Alle in der Spielgruppe scheinen glücklich, ihre Babys schlafen angeblich schon mit vier Wochen durch, lassen sich immer trösten. Nur bei euch läuft es nicht so rund. Das Baby weint, ihr leidet unter Schlafmangel und in der Wohnung herrscht Chaos. Keine Angst, so geht es vielen!

TIPPS FÜR JUNGELTERN

Vergleicht euch nicht! Vergleicht eure Kinder nicht! Jeder Mensch, jede Familie ist einzigartig.

Lasst euch, euren Kindern, eurem_r Partner_in Zeit, sich an die neue Situation zu gewöhnen.

Nehmt Hilfe an. Lasst euch bekochen, organisiert eine Putzhilfe, nehmt das Angebot aus dem Freundeskreis an, auf euer Kind aufzupassen.

Gönnt euch Erholung und Auszeiten. Geht euren Hobbys nach, trefft euch mit Freund_innen, verbringt exklusive Paarzeit. Diese Dinge füllen eure Batterien wieder auf, darum sind sie so wichtig.

Verabschiedet euch von der Perfektion und senkt eure Ansprüche: „Mein Haus ist sauber genug, um gesund zu sein und schmutzig genug, um glücklich zu sein.“

Vertraut auf euer Bauchgefühl: Wenn es sich für euch gut und stimmig anfühlt, dann passt es auch. Wenn sich's nach zu viel anfühlt, dann holt euch Unterstützung: bei den Familienzentren der Stadt Wien, bei einer Beratungsstelle, bei der Schreiambulanz.

Hilfreiche Anlaufstellen findet ihr mit der Kinderinfo-Liste **Rat und Hilfe**.

Recherchetipps:

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

BERATUNGSSTELLEN

für Eltern

Beim **Bundeskanzleramt, Abteilung Kinder- und Jugendhilfe** bekommt ihr Informationen über Elternbildungs-Veranstaltungen und Broschüren mit Tipps für Eltern in allen Lebenslagen zum Herunterladen.

→ eltern-bildung.at

Postpartale oder Postnatale Depression ist weit verbreitet. Eine von sechs Frauen leidet nach der Geburt eines Kindes daran.

→ geburtsinfo.wien

Bei allen Fragen rund um Kindererziehung und Familienleben wendet euch – auch anonym – an die Stadt Wien Kinder- und Jugendhilfe (MA 11):

☎ 01 4000 8011

(Mo bis Fr, 8:00-18:00)

service@ma11.wien.gv.at

→ wien.gv.at/menschen/kind-familie

Auf der Kinderinfo-Liste **Alleinerziehende** sind Informationen zu Beratungsstellen, Vernetzungstreffen, Wohnprojekten und Workshops gesammelt.

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

Anlaufstelle für Regenbogenfamilien ist der **Verein FAmOs** mit einem bunten Angebot, auch im Regenbogenfamilienzentrum Wien.

→ regenbogenfamilien.at

Barrierefreie Spielplätze, inklusives Freizeitprogramm und Beratungsstellen findet ihr auf der Kinderinfo-Liste **Kinder mit Behinderung**:

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

Gut zu wissen: In Krisen – und die können jede_n erwischen – ist der **Sozialpsychiatrische Notdienst** 24 Stunden täglich gratis erreichbar:

☎ 01 313 30



WIENXTRA

→

ALLEIN-
ERZIEHENDE
[kinderinfowien.at/
infos-a-z](http://kinderinfowien.at/infos-a-z)

GRATIS FREIZEIT

für alle



Freizeitangebote, die nichts kosten und für Kinder und Familien geeignet sind. Gibt's sowas?

Ja! Schaut auf unsere Liste **Gratis Freizeit für alle** und entdeckt Gratis-Angebote aus den Bereichen Sport, Kultur, Spielen und vielen mehr:

→ kinderinfowien.at/infos-a-z/gratis-freizeit-fuer-alle

→ WIENXTRA-Kinderprogramm: Im Kinderaktiv-Programm findet ihr jeden Monat ausgewählte Freizeit-Angebote für Familien mit Kindern bis 13 Jahren. Mit der Kinderaktivcard sind alle Aktionen ermäßigt oder gratis. Bestellt die Kinderaktiv-Broschüre und die Kinderaktivcard kostenlos online und schaut in die kostenlose Kinderaktiv-App.

→ Aktuelle Gratis-Tipps findet ihr auf unserer Kinderinfo-Liste **#Gratistag**.

→ Hunger auf Kunst und Kultur? Mit dem Kulturpass könnt ihr viele Kunst- und Kulturinstitutionen gratis besuchen. Immer gratis ist die Dauer-ausstellung im Wien Museum **Wien. Meine Geschichte**. Hier findet ihr die Liste der Museen, die ihr an bestimmten Tagen gratis besucht:

→ wien.gv.at/kultur-freizeit/gratis-museum.html

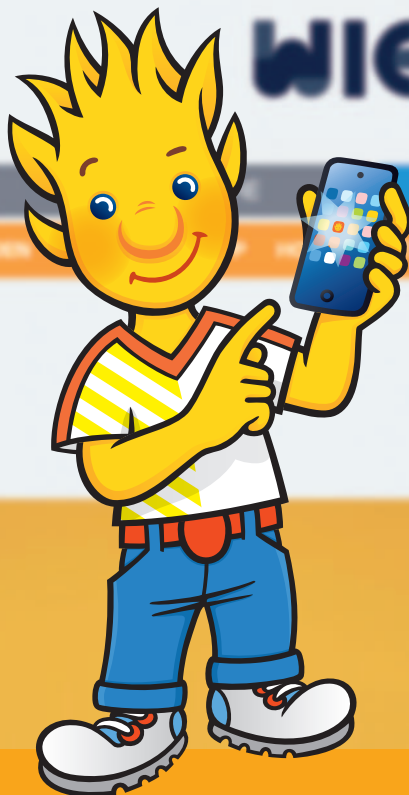
→ Kasperltheater: In vielen Einkaufszentren gibt es regelmäßig gratis Kasperltheater. Mehr Infos findet ihr auf der Liste: **Kasperl, Puppen & Co.**

→ kinderinfowien.at/infos-a-z

✓ Sprache auswählen

- Afrikaans
- Albanisch
- Amharisch
- Arabisch
- Armenisch
- Aserbaidschanisch
- Asiatisch
- Aymara
- Bambusa
- Baskisch
- Belarussisch
- Bengalisch
- Bhojpuri
- Birmanisch
- Bosnisch
- Bulgarisch
- Cebuano
- Chichewa
- Chinesisch (traditionell)
- Chinesisch (vereinfacht)
- Dänisch
- Dhivehi
- Dogri
- Englisch
- Esperanto
- Estnisch
- Ewe
- Filipino
- Finnisch
- Französisch

Powered by Google Google Übersetzer



FIND INFO IN YOUR LANGUAGE

Discover tips for kids in your language with
Google Translate → kinderinfowien.at



WIENXTRA-Kinderinfo

DIE Infostelle für Kinder und Familien im MuseumsQuartier

MuseumsQuartier/Hof 2
Museumsplatz 1
1070 Wien

Öffnungszeiten:
Di bis Fr, 14:00–18:00;
Sa, So, Ftg (außer Mo), 10:00–17:00

☎ 01 909 4000 84400
kinderinfowien@wienextra.at

kinderinfowien.at
blog.kinderinfowien.at

📘 wienextra
📷 wienextra

