

## INFORMATION

zur Pressekonferenz

mit

**Landeshauptmann-Stellvertreter Franz Hiesl**

und

**Günter Stöffelbauer (Sportlehrer und Bewegungserzieher)**

am

11. Februar 2015

im Presseclub, Saal A, Landstraße 31, 4020 Linz, 11:00 Uhr

zum Thema

**Sport und Bewegung statt Facebook & Co  
Ferienspaß mit der OÖ Familienkarte zu den Hirschers &  
Fenningers von morgen!**

  
www.familienkarte.at



[www.facebook.com/ooe.familienkarte](http://www.facebook.com/ooe.familienkarte)

### Impressum

Medieninhaber & Herausgeber:  
Amt der Oö. Landesregierung  
Direktion Präsidium  
Abteilung Presse  
Landhausplatz 1 • 4021 Linz

Tel.: (+43 732) 77 20-114 12  
Fax: (+43 732) 77 20-115 88  
[landeskorrespondenz@ooe.gv.at](mailto:landeskorrespondenz@ooe.gv.at)  
[www.land-oberoesterreich.gv.at](http://www.land-oberoesterreich.gv.at)

DVR: 0069264

**Rückfragen-Kontakt:**

**Mag. Markus Langthaler, 0664/60072-12155**

## **Sport und Bewegung statt Facebook & Co**

### **Ferienspaß mit der OÖ Familienkarte zu den Hirschers & Fenningers von morgen!**

Die Semesterferien stehen vor der Tür und viele Schüler/innen haben sich nach der ersten Hälfte des Schuljahres eine Auszeit verdient. Das Winterwetter passt derzeit perfekt um frische Luft zu schnappen, die Natur zu genießen und dabei dem Körper etwas Gutes tun. Ideal um sich gemeinsam mit der Familie im Freien nach Lust und Laune bewegen zu können. Die OÖ Familienkarte bietet dazu speziell zu den Semesterferien kostenlose Langlauf-Schnupperkurse, für Wasserratten Ermäßigungen in 20 Bädern und Thermen und vergünstigte Skikarten auf oberösterreichischen Skigebieten für die möglichen Hirschers und Fenningers von morgen. „Deshalb appelliere ich an die Eltern, dass sie sich Zeit zum gemeinsamen Sport mit der ganzen Familie nehmen. Denn Sport und Bewegung machen nicht nur fit und schlau, sondern fördern auch den Zusammenhalt in der Familie“, appelliert Familienreferent LH-Stv. Franz Hiesl.

#### **Zahl übergewichtiger Kinder steigt - Kosten von bis zu 2,1 Mrd. Euro jährlich**

Ernährungsexperten und Sportpädagogen schlagen Alarm: Jedes vierte Kind ist zu dick! Wie aus dem Österreichischen Ernährungsbericht des Institutes für Ernährungswissenschaften (2012) an der Universität Wien hervorgeht, sind gemessen am Body-Maß-Index (BMI) in Summe 16,7 Prozent der Schulkinder im Alter von 7 bis 14 Jahren übergewichtig und weitere 7,3 Prozent adipös. Im Vergleich zu den Jahren davor steigt die Anzahl an übergewichtigen Kindern. Die volkswirtschaftlichen Kosten ungesunder Ernährung und mangelnder körperlicher Bewegung summieren sich in Oberösterreich auf bis zu 2,1 Milliarden Euro jährlich.

Die Ursachen liegen meist auf der Hand, denn Fernsehen, Computer, Gameboy und Playstation bestimmen leider vielfach den Alltag von Kindern. Die Zeit, die sie damit verbringen, geht ihnen als Bewegungszeit verloren. Kinder brauchen viel Bewegung und genügend frische Luft, um sich gut und gesund entwickeln zu können. Damit lassen sich auch viele Krankheiten wie Adipositas (Fettleibigkeit), Diabetes, Stoffwechselerkrankungen, Muskel- und Gelenksschäden effektiv vorbeugen. Studien belegen zudem, dass regelmäßige körperliche Aktivität die Lernbereitschaft und Leistungsfähigkeit steigert und das Wachstum von Knochen und Muskeln unterstützt. Auch Jugendliche in der Pubertät können mit körperlichem Ausgleich ihre Stimmungsschwankungen besser meistern.

### **Vorbildwirkung der Eltern**

Der gemeinsam praktizierte bewegungsarme Lebensstil in Verbindung mit den falschen Ernährungsgewohnheiten ist daran schuld, dass oftmals alle Familienmitglieder übergewichtig sind. Wer seine Kinder vor den gesundheitlichen Folgeschäden von Übergewicht bewahren will, sollte ein Vorbild sein und auch die eigene Ernährung umstellen. Wer ständig nascht, darf sich nicht wundern, wenn die Kinder unentwegt nach Süßigkeiten fragen. Zusammenhalt und Motivation in der Familie hilft bei der Umstellung von Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten.

### **Bewegung unterstützt die geistige Entwicklung**

Kinder erlernen durch Bewegung Dinge, die sie in der Schule brauchen – die Differenzierungsfähigkeit, die Orientierungsfähigkeit, das Gleichgewicht, die Reaktionsfähigkeit und die Rhythmisierungsfähigkeit: Kinder, die nicht rückwärts balancieren können, haben beispielsweise Schwierigkeiten beim Subtrahieren.

Lernen und Bewegung bei Kindern gehören eng zusammen. Bewegung ist die Voraussetzung für Koordination, Konzentration und für die kognitive Leistungsfähigkeit. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass die körperliche Fitness einen positiven Effekt auf Gehirnfunktionen ausübt, die in einem engeren Zusammenhang mit der Lernleistung stehen als der IQ.

### **Die OÖ Familienkarte fördert Sport und Bewegung**

Das Familienreferat des Landes Oberösterreich setzt 2015 einen Schwerpunkt zu "Sport und Bewegung" und hat deshalb zahlreiche Aktionen mit den Partnerbetrieben der OÖ Familienkarte lukriert, wo Oberösterreichs Familien viele Angebote zu besonders günstigen Konditionen nutzen können. Speziell für die Semesterferien bietet die OÖ Familienkarte viele Möglichkeiten für gemeinsamen Familiensport:

#### **1. Kostenlose Langlauf-Schnupperkurse und gratis Leihhausrüstung im Böhmerwald**

Wer in die Welt des Langlaufens eintauchen möchte und dabei die Technik von Anfang an richtig erlernen möchte, um kraftsparend, mühelos und sicher unterwegs zu sein, sollte einen Langlaufkurs absolvieren. Oberösterreichs Familienkartenbesitzer haben bereits einen Startvorteil, da sie heuer erstmals am kommenden Wochenende (14. und 15. Februar 2015) sowie am 28.2. und 1.3.2015 in Schöneben im Böhmerwald einen kostenlosen Einsteigerkurs ohne eigene Langlaufausrüstung in Anspruch nehmen können. Unser Ziel ist es, oberösterreichweit weitere Wintersportzentren für diese Initiative zu gewinnen um ähnlich der erfolg-

reichen Pistenflohaktion im ganzen Bundesland Langlauf-Schnupperkurse anbieten zu können.

Deshalb zeigen an den Aktionswochenenden ausgebildete und erfahrene Skilehrer den Familien die Grundtechniken des Langlaufes, damit auch dieser Sport zum Genuss wird. Die Ausrüstung wird den angemeldeten Familien während des Schnupperkurses kostenlos zur Verfügung gestellt.

### **Aktion mit der OÖ Familienkarte**

- Langlauf-Einsteigerkurs im Skaten bzw. Klassisch am 14. und 15. Februar sowie am 28.2. und 1.3.2015
- Kurszeiten jeweils um 9.00, 11.30 und 14.00 Uhr
- 12 Termine zu je 30 Plätzen

### **Teilnahme nur mit Online-Anmeldung auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) möglich**

Bei der Anmeldung bitte unbedingt angeben, ob Sie den Langlaufkurs „im Skaten“ oder „Klassisch“ machen möchten. Sollten Sie für den Kurs eine Langlaufausrüstung (Ski, Stöcke und Schuhe) benötigen, wird Ihnen diese kostenlos zur Verfügung gestellt. Geben Sie dies bitte bei der Anmeldung bekannt. Bitte auch die Schuhgröße angeben.

Sollten Sie nach dem Schnupperkurs so richtig Lust aufs Langlaufen bekommen haben, dann haben Sie die Möglichkeit, die Leih-ausrüstung für den Rest des Tages zu vergünstigten Tarifen auszuborgen.

**Mindestanforderung für den Einsteigerkurs:** 1 Elternteil und 1 Kind, die gemeinsam auf der OÖ Familienkarte eingetragen sind.

Informationen und Anmeldung: [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at)

## **2. Mit der OÖ Familienkarte günstiger Skifahren**

Skifahren zählt bei Familien nach wie vor zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten. Damit Familien günstiger einen gemeinsamen Skitag verbringen können, hat das Land OÖ mit 46 oberösterreichischen Skigebieten Kooperationen (Förderaktion Gratisliftkarte für Schulen und Kindergärten, Pistenfloh, Familienskitage) vereinbart. Mit der OÖ Familienkarte gibt es Vergünstigungen auf Oberösterreichs Skigebieten!

In dieser Wintersaison hat es bereits zahlreiche Aktionen geben, wo Familien die Möglichkeit erhalten, Skifahren und Snowboarden zu besonders familienfreundlichen Tarifen auszuüben.

- **Aktion "Pistenfloh" - Bereits zum 8. Mal konnten so bislang rund 8.000 Kinder zum Schifahren gebracht werden!**

- **Förderaktion "Gratis Liftkarte" - Oö. Wintersportwoche/-tage:** Das Land OÖ fördert Schulschikurse mit einer Gratis-Liftkarte, die in unserem Bundesland abgehalten werden. **Für die Skisaison 2014/2015 wurden bereits 9298 Gutscheine für Wintersportwochen und 35.160 Halbtages-Gutscheine ausgestellt.**  
**OÖ Familienskitage 2015:** OÖ Familienskitage "Happy family" und Snow & Fun in den kleinen, aber feinen Skigebieten fanden **bereits im Jänner statt.** ca. 3000 **Familientickets wurden verkauft.**
- **"Snow & Fun" Saisoncard:** Das zweite Kind und jedes weitere Kind (Jahrgang 2000 und jünger) einer Familie erhält eine Saison-Freikarte, wenn für die Familie eine Erwachsenen- und eine Kinder- oder Jugendsaisonkarte erworben wurde.
- **"SunnyCard" Saisoncard:** Bei Vorlage der OÖ Familienkarte sind bei der SunnyCard alle im selben Haushalt lebende Kinder bei Kauf von 2 Elternkarten bis 15 Jahre (JG 2000) gratis, bei Kauf von einer Elternkarte alle Kinder bis 10 Jahre (JG 2005) gratis.

### 3. Bewegen nach Lust und Laune - Ferienspaß in den Hallenbädern

Ein beliebtes Ausflugsziel in den Ferien, um der Langeweile bei den Kindern vorzubeugen, sind die vielen Hallenbäder und Thermen in Oberösterreich. Viele dieser Freizeiteinrichtungen sind auch Partnerbetrieb der OÖ Familienkarte und gewähren den oö. Familien bei Vorlage der Karte tolle Ermäßigungen. So ist ein Badetag für die ganze Familie z.B. im Erlebnis-Paradies Schörghub (LinzBäder) für 2 Erw.+2 Kinder (Schüler) um 9,20 Euro möglich.

#### Weitere Bäder, die OÖ Familienkarten Kooperationspartner sind:

LinzBäder: Parkbad, Biesenfeld, Humelhof,	Hallenbad Vöcklamarkt
Schörghub	Hallenbad Gutau
BadeOase Lenzing	Hallenbad Steyr
Hallenbad Sandl	Hallenbad Braunau
Hallenbad Spital am Pyhrn	Hallenbad Freistadt
Hallenbad Gosau	Badezentrum Traun
Hallenbad Losenstein	Hallenbad Bad Wimsbach-Neydharting
Hallenbad Haibach an der Donau	Vitalbad Bömerwald Ulrichsberg
Hallenbad Vöcklabruck	Welldorado Wels
Hallenbad Perg	

#### Thermen:

EurothermenResorts Bad Schallerbach, Bad Hall, Bad Ischl

## Weitere Schwerpunkttaktionen „Sport und Bewegung“ im Jahr 2015

### Sportmesse SPORT & FUN vom 13. – 15. März 2015 in Ried

Die Sport & Fun von 13. bis 15. März 2015 in Ried – Österreichs Messe für Sport, Fitness & Bewegung – bietet mit ihren rund 50 Sportstationen die beste Gelegenheit, Kinder zu mehr Bewegung und Sport zu motivieren. Zahlreiche Sportfirmen sowie einzigartige Bewerbe ergänzen das Angebot.

Bei der Sport & Fun können Familien gemeinsam verschiedenste Sportarten ausprobieren und so Talente entdecken und fördern. Dance & Hip Hop, Tischtennis, Turnen, Basketball, Judo und der große AUVA-Radsicherheitsparcours sind nur einige der unzähligen Sportstationen. Erstmals gibt es an allen drei Tagen ein Top-Kletterprogramm:

- Freitag, 13. März: Oberösterreichische Schul-Landesmeisterschaft im Bouldern
- Samstag, 14. März: Austria Boulder Cup – Österreichs Kletterelite erklimmt die Kletterwand
- Sonntag, 15. März: Hobbybouldern – Lerne von den Besten

Mit Taekwondo und Stabhochsprung gibt es zwei weitere hochkarätige Bewerbe hautnah zu erleben. Das Sportland OÖ präsentiert sich ebenso wie die Dachverbände ASVÖ und Sportunion. Bei der Sparkasse OÖ Sport & Fun-Challenge wird die Sportlichkeit der Besucher mit wertvollen Preisen belohnt.

Laufbewerbe für Jung und Alt in einzigartiger Atmosphäre:

- Samstag, 14. März: Maximarkt Kinderläufe für alle von 5 bis 14 Jahren
- Sonntag, 15. März: Löffler Messe-Lauf (4 km, 10 km, 3er Firmen-Wertung)

Vorteile mit der OÖ Familienkarte:

Groß-/Eltern in Begleitung von zumindest einem Enkel-/Kind zahlen den ermäßigten Eintritt von 5 Euro (statt 7 Euro). Alle auf der OÖ Familienkarte eingetragenen Kinder/Jugendlichen besuchen die Messe kostenlos

### Mit der OÖ Familienkarte in der Karwoche zum Oma/Opa-Enkel-Skitag

Neu angeboten wird ein "Oma/Opa-Enkel-Skitag in der Karwoche 2015 (30. März bis 3. April). Mit dabei sind alle sieben Snow & Fun Skigebiete (Dachstein West, Hinterstoder, Kasberg, Hochficht, Wurzeralm, Feuerkogel, Krippenstein). Die Großeltern zahlen eine Tageskarte zum Normaltarif und alle teilnehmenden Enkelkinder bis 15 Jahre (eingetragen auf der

OÖ Familienkarte der Eltern) erhalten eine Freikarte bzw. eine "Schneemannkarte" zum Preis von zwei Euro. Aktion gilt nur gegen Vorlage des Gutscheines, welcher auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) anzufordern ist.

### **Familienstaffel-Marathon am 19. April 2015**

Ein Highlight in diesem Jahr ist die Möglichkeit zur Teilnahme bei der **Familienstaffel** im Rahmen des Linz-Marathons am 19. April 2015. Schon bei den gemeinsamen Lauftrainings für den Marathon kann die Familie viel Zeit miteinander verbringen. Das Startgeld ist mit 75 Euro (statt 87 – 109 Euro) ermäßigt. Die Anmeldung über die Familienstaffel\* beschert den teilnehmenden Familien **vier hochwertige Funktions-Shirts im Wert von 100 Euro** - gesponsert von der OÖ Versicherung und der Sparkasse OÖ - und die Teilnahme an der Sonderwertung: Jener Familie mit der gleichmäßigsten gelaufenen Durchschnittsgeschwindigkeit winkt ein **Kurzurlaub im Hotel Falkensteiner Club Funimation am Katschberg** (inkl. Vollpension Plus). Die zweitplatzierte Familie erhält einen Einkaufsgutschein von ERIMA im Wert von **300 Euro**. Anmeldeschluss: 20. März 2015.

*\* 4 Personen einer Familie (beide Elternteile + 2 Kinder bzw. 1 Elternteil + 3 Kinder), die gemeinsam auf der OÖ Familienkarte eingetragen sind. Kinder müssen mindestens 12 Jahre alt sein. Die Eltern tragen die Verantwortung dafür, dass die Kinder/Jugendlichen die physischen und psychischen Voraussetzungen mitbringen, um die Teilstrecken absolvieren zu können.*

### **JUMP – Sport- und Bewegungsfeste – auch im Sommer 2015**

Nach erfolgreichem Start im Jahr 2012, finden auch im Sommer 2015 oberösterreichweit die **Sport- und Bewegungsfeste JUMP** – in Kooperation mit dem Raiffeisen Jugendclub OÖ, Hofer KG, High Jump, Sportunion OÖ den örtlichen Sportvereinen – statt. Kinder zwischen 6 und 10 Jahren können kindergerecht aufbereitete Spiele und Übungen kostenlos ausprobieren. Dieser Event soll die Kinder nachhaltig für Sport und Bewegung begeistern. Geschicklichkeitsstaffel, Koordinations- und Gleichgewichtsstation, Slackeline und Ballsportspiele sind einige der Stationen, die angeboten werden. **Die Teilnahme ist kostenlos.**

Termine: 7., 8., 12., 14. und 15. August – Orte werden noch endgültig fixiert.

### **Fluss-Schnorcheln in den Sommerferien zum halben Preis**

Auch Atlantis Qualidive lädt in den Sommerferien wieder zum **"Scuben"** (=Fluss-Schnorcheln) ein. Dabei kann die Unterwasserwelt der Traun auf eine ganz besondere Art und Weise bestaunt und erforscht werden. OÖ Familienkarten-Inhaber erhalten in den Sommerferien (Mo – Fr) 50 % Ermäßigung auf sämtliche Scubbing-Touren.

**Klettern im Hochseilgarten – der ultimative Freiluftkick**

Sportlich aktiv können sich Familien bei der gemeinsamen Aktion aller oö. **Hochseilgärten** zeigen. Hierbei sind vor allem der Teamgeist und die Geschicklichkeit aller Familienmitglieder gefragt, denn nur gemeinsam lassen sich sämtliche Herausforderungen eines Kletterparks meistern. Das tolle daran: am Aktionswochenende 26. und 27. September 2015 erhalten OÖ Familienkarten-Inhaber 50 % Ermäßigung bei allen Hochseilgärten in Oberösterreich.

**Bogenschießen zum halben Preis**

Bogenschießen – eine Trendsportart, die sich immer größerer Beliebtheit erfreut. Es ist ein altersunabhängiger Sport und vereint Spannung, Konzentration und das Loslassen besser als jede andere Sportart. Die besondere Herausforderung besteht darin, einen immer gleichbleibenden Schussablauf zu erlangen. Die Schützen schießen dabei auf Zielscheiben mit Ringwertung oder begeben sich auf einen 3D-Parcours. Bogenschießen macht von Anfang an Spaß und ist die ideale sportliche Abwechslung für die ganze Familie. Den halben Preis zahlen OÖ Familienkarten-Inhaber an einem Aktionswochenende – voraussichtlich am 3. und 4. Oktober 2015 – bei den teilnehmenden Bogensportbetrieben bzw. -vereinen.

**„Familien am Ball“**

Lust auf Sport machen auch Aktionen der OÖ Familienkarte, bei denen Familien selber nicht sportlich aktiv sind. Dies kann beispielsweise der Besuch eines Fußballspiels sein. Dank der **Aktion „Familien am Ball“** können Familien alle Spiele in den Amateurligen – von der Regionalliga bis zur 2. Klasse – zum Einzeleintritt besucht werden. Dh. dass ein Erwachsener den regulären Eintritt bezahlt, alle weiteren auf der OÖ Familienkarte eingetragenen Personen erhalten freien Eintritt. „Familie am Ball“ gilt auch bei sämtlichen Heimspielen des LASK im Stadion auf der Gugl (von der Aktion ausgenommen sind die Spiele im Pasching). Auch der **SV Josko Ried** und der **SV Redbull Salzburg** gewähren den OÖ Familienkarten-Inhabern bei bestimmten Spielen tolle Preisermäßigungen. Eishockey-Fans erhalten bei definierten Spielen des **EHC Lwest Black Wings** Eintrittsermäßigungen.

**Mit dem Newsletter-Dienst stets top informiert!**

Alle Informationen zu diesen und weiteren Angeboten der OÖ Familienkarte erfahren Sie zeitgerecht in der jeweiligen Ausgabe des OÖ Familienjournals und im Newsletter der OÖ Familienkarte, der kostenlos auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) abonniert werden kann. Diesen

Newsletter-Service nutzen bereits über 67.000 Abonnenten – und die Zahl der Abonnenten steigt stetig an.

### **Sicher bewegt - Elternhaltstellen**

Das Projekt „Sicher bewegt“ will die Alltagsbewegung oberösterreichischer Volksschulkinder fördern. Bewegung ist für die Gesundheit und die gesamte Persönlichkeitsentwicklung von Kindern von elementarer Bedeutung. Aus diesem Grund hat das Familienreferat des Landes Oberösterreich das Projekt "Elternhaltstellen" ins Leben gerufen. Bereits 16 Gemeinden haben dieses Pilotprojekt umgesetzt (z.B.: Perg, Wilhering, Tragwein,...). 15 weitere sollen in diesem Jahr folgen. Bei dieser Initiative sorgen eigens dafür geschulte Schulwegbegleiter dafür, dass die Kinder zu Fuß sicher zur Schule und nach dem Unterricht wieder zurück gelangen. Eigens gekennzeichnete "Elternhaltstellen" zeigen Eltern, wo ihre Kinder übergeben und wieder abgeholt werden können.