

Infos für Jugendliche Frühjahr 2025



aha

Vorteile mit der aha card

Die aha card bietet Vorarlberger Jugendlichen in den kommenden Monaten wieder zahlreiche Ermäßigungen. Im April etwa gibt es 20 Prozent Rabatt beim Radverleih Bregenz, und von April bis Juni können sich zwei aha card-Inhaber*innen in den Kolibri-Filialen vier Kugeln Eis zum Preis von zwei gönnen. Sportbegeisterte sparen 20 Prozent auf einen Bogenschieß-Kurs der Volkshochschule Bludenz, und im Kletterpark Brandnertal heißt es: Zwei gehen hin, nur eine*r zahlt.

Auch für Veranstaltungen lohnt sich die aha card. Besucher*innen der Vorarlberger Frühjahrsmesse SCHAU! zahlen vor Ort nur 9 statt 11 Euro. Zudem gibt es – solange der Vorrat reicht – 5 Euro Ermäßigung auf den Festivalpass und das Tagesticket beim Dynamo Festival. Alle Vergünstigungen gelten ausschließlich gegen Vorlage der aha cards. Detaillierte Infos zu den Monatsvorteilen der aha card finden Jugendliche unter www.aha.or.at/monatsvorteil.



aha_Olivia Meyerbeck

Europa entdecken mit dem ESK-Freiwilligendienst

Nationalpark in Litauen, Kindergarten in der Slowakei oder Jugendarbeit in Finnland? „Mit dem ESK-Freiwilligendienst können junge Menschen nahezu kostenlos ein europäisches Land, seine Menschen und seine Kultur kennenlernen. Diese Möglichkeit steht allen zwischen 18 und 30 Jahren zur Verfügung, die sich engagieren möchten“, erklärt Susanne Sparr vom aha.

Welche Möglichkeiten der ESK-Freiwilligendienst bietet, erfahren Interessierte im Rahmen von kostenlosen, unverbindlichen Infoabenden. Dabei erklärt Susanne Sparr alles rund um Ablauf, Einsatzmöglichkeiten, Dauer und Kosten. Außerdem berichtet ein*e Ex-Freiwillige*r von persönlichen Erfahrungen. Die Termine sind: Donnerstag, 10. April 2025 im aha Dornbirn, Dienstag, 13. Mai 2025 in der Villa K in Bludenz und Donnerstag, 5. Juni 2025 im aha Bregenz. Die Infoabende finden jeweils um 19 Uhr statt und dauern rund eineinhalb Stunden. Aus organisatorischen Gründen wird um Anmeldung gebeten. Alle Infos gibt es unter www.aha.or.at/esk.



aha

Jetzt anmelden zu den aha-MACHWAS-Tagen

Die aha-MACHWAS-Tage gehen vom 23. Juni bis 2. Juli 2025 in die nächste Runde und laden wieder ein, die letzten Schultage für ein ehrenamtliches Projekt zu nutzen. Unter dem Motto „Gemeinsam Gutes tun“ erhalten Schüler*innen im Alter von 12 bis 19 Jahren Einblicke in verschiedene Organisationen, Vereine bzw. Gemeinden und können vor Ort mithelfen. Vereine haben die Gelegenheit sich vorzustellen und mit Jugendlichen ein ganz konkretes Projekt umzusetzen.

Mittlerweile wurden schon viele spannende Projekte für gemeinsame Aktivitäten eingereicht. Schulklassen können sich ab 2. April bis spätestens 16. Mai 2025 zu den diesjährigen aha-MACHWAS-Tagen anmelden. Alle Infos findet man unter www.aha.or.at/machwas-tage.



freepik

Social Media ohne Stress

Soziale Medien, wie TikTok, Snapchat oder Instagram, ermöglichen, mit Menschen in Verbindung zu bleiben, Communities zu entdecken und neue Dinge zu lernen.

Zu viel Zeit auf Social Media kann aber Angst, Depressionen und ein geringes Selbstwertgefühl auslösen. Die aha-Mitarbeiter*innen haben Tipps recherchiert, wie junge Menschen die sozialen Medien gut und stressfrei nutzen können. Alle Infos dazu finden sie auf der aha-Webseite unter www.aha.or.at/social-media-ohne-stress.

aha – Jugendinformationszentrum Vorarlberg
Bregenz, Dornbirn, Bludenz
aha@aha.or.at, www.aha.or.at
www.facebook.com/aha.Jugendinfo