

Familie



SWE
NEHOH

Linksammlung

Wir haben alle Links in diesem Leitfaden für Sie zusammengefasst. Scannen Sie einfach den QR-Code! www.hohenems.at/leitfaden



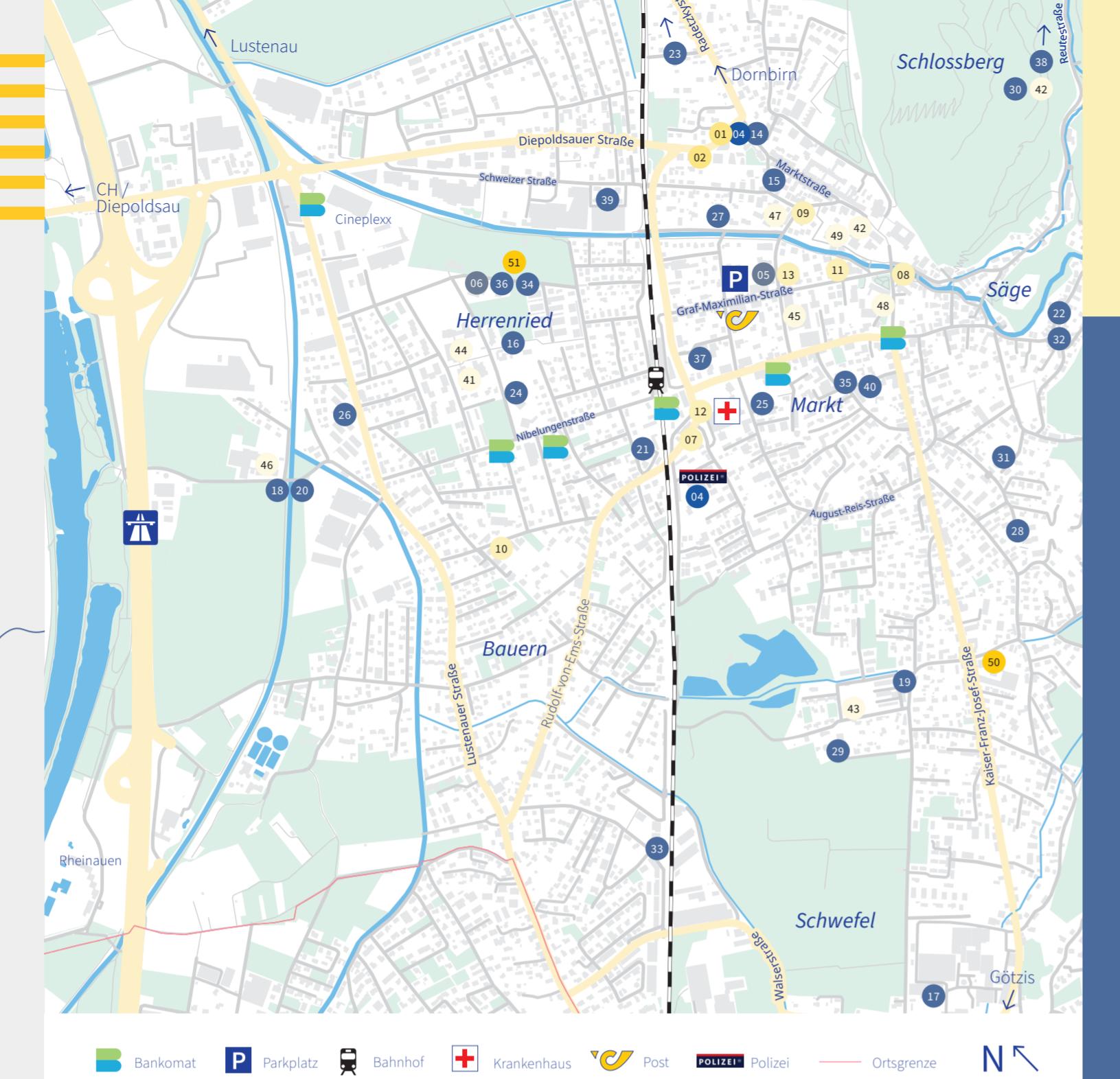
Kontakt & Informationen

Stadt Hohenems

Jugend und Familie
Radetzkystraße 5, 6845 Hohenems
+43 5576 7101 1245 | +43 664 80180 1245
familie@hohenems.at

Notfallnummern

Euronotruf 112
Feuerwehr 122
Polizei 133
Rettungsdienste 144
Ärztlicher Bereitschaftsdienst 141
Telefonselbste 142
Notrufdienst für Kinder und Jugendliche 147
Vergiftungszentrale 01 406 43 43
Hotline für vermisste Kinder 116 000



Stadt Hohenems

01 Rathaus
Radetzkystraße 5
+43 5576 7101 0 | stadt@hohenems.at

Jugend und Familie
+43 5576 7101 1245 | familie@hohenems.at

Integration
+43 5576 7101 1246 | integration@hohenems.at

Kultur
+43 5576 7101 1250 | kultur@hohenems.at

Sport und Vereine
+43 5576 7101 1210 | sport@hohenems.at

Meldeamt, Standesamt, Wahlen
+43 5576 7101 1230 | meldeamt@hohenems.at

Soziales, Wohnen, Senioren
+43 5576 7101 1221 | soziales@hohenems.at

02 Büro für Gemeinwesen
Diepoldauer Straße 7
+43 5576 7101 1995 | gemeinwesen@hohenems.at

Sicherheit

03 Städtische Sicherheitswache
Radetzkystraße 5
+43 5576 7101 1520 | polizei@hohenems.at

04 Polizeiinspektion Hohenems
Kernstockstraße 12a
+43 59 133 8142 100 | pi-v-hohenems@polizei.gv.at

Familien-Einrichtungen

05 Eltern-Kind-Treff
im GeDe-Wirtschaftspark | 2. Obergeschoss
Graf-Maximilian-Straße 18 | +43 5576 7101 1245
familie@hohenems.at | www.hohenems.at/familie

06 connexia Elternberatung
im SeneCura Sozialzentrum Herrenried
Birgit Egli-Winder | Hebammen
Markus-Sittikus-Straße 15 | +43 650 4878738
birgit.egli@connexia.at | www.eltern.care

Gesundheit

Apotheken
07 Nibelungen-Apotheke
Kaulbachstraße 5 | +43 5576 79470
office@nibelungen-apotheke.com | www.nibelungen-apotheke.com

08 Apotheke Drogerie Kaulfus KG
Schlossplatz 5 | +43 5576 72335
apotheke@kaulfus.com

Frauenarztpraxis
09 Dr. Med. Richard Mangold
Schweizer Straße 33 | +43 5576 74123
praxis@dr-mangold.at | www.dr-mangold.at

Fachärzte für Kinder- und Jugendheilkunde
10 Dr. Joachim Wohlgemant
Rheinstraße 15 | +43 5576 78150
info@praxis-wohlgemant.at | www.praxis-wohlgemant.at

11 Dr. Alexandra Rümmele-Waibel, MSc
Graf-Maximilian-Straße 6 | +43 5576 21515
office@kinderpraxis-am-schlossberg.at
www.kinderpraxis-am-schlossberg.at

12 Krankenhaus
Landeskrankenhaus Hohenems
Bahnhofstraße 31 | +43 5576 703 0

Hebammen
13 Gsund in Ems
Graf-Maximilian-Straße 18 | +43 664 3517178
mathis-claudia@aon.at | www.gsundinems.at

Kinderhäuser & Kinderbetreuung

14 Radetzkystraße 5 | +43 5576 7101 1242 | kindergarten@hohenems.at

Städtische Kinderbetreuung
15 KIBE Harrachgasse | Harrachgasse 3a
16 KIBE Herrenried | Konrad-Renn-Straße 14
17 KIBE T-REX | Schwefelbadstraße 6
18 KIBE Rheinhof | Rheinhofstraße 11
19 KIBE Villa Sonnenschein | Maria-Waldburga-Straße 1

Städtische Kindergärten
20 Hofkindergarten | Rheinhofstraße 11
21 KIGA Eisplatzstraße | Eisplatzstraße 2a
22 KIGA Erlach | Im Tiergarten 1
23 KIGA Hellbrunnstraße | Hellbrunnstraße 21a
24 KIGA Herrenried | Konrad-Renn-Straße 6
25 KIGA Kiddi | Kaiserin-Elisabeth-Straße 3
26 KIGA Lustenauer Straße | Lustenauer Straße 83
27 KIGA Markt | Graf-Kaspar-Straße 4
28 KIGA Mozartstraße | Mozartstraße 17
29 KIGA Neuntel | Noldinweg 12
30 KIGA Reute | Reutestraße 21
31 KIGA St.-Anton-Straße | St.-Anton-Straße 20
32 Waldkindergarten | Hochquellenstraße 61
33 KIGA Witzkestraße | Witzkestraße 27
34 KIGA SeneCura | Markus-Sittikus-Straße 15

Ringareia Kleinkindbetreuung
35 Franz-Michael-Felder-Straße 6 | +43 5576 42601
info@ringareia.at | www.ringareia.at

36 Ringareia Herrenried | Markus-Sittikus-Straße 15
37 Ringareia Markt | Angelika-Kauffmann-Straße 6
38 Ringareia Wald | Reutestraße 10
39 Ringareia PiCollini | Schweizer Straße 57a

40 Sunnahüse Kindergarten – Montessori
Bergmannstraße 6 | +43 650 9904495
info@sunnahuesle.at | www.sunnahuesle.at

Schulen & Bildung
Radetzkystraße 5 | +43 5576 7101 1240 | bildung@hohenems.at

Volksschulen
41 VS Herrenried | Schubertstraße 10
42 VS Markt | Kirchplatz 1-3
42 VS Reute | Reutestraße 21
43 VS Schwefel | Oberer Stockenweg 10

Mittelschulen
44 MS Herrenried | Schubertstraße 12
45 MS & SMS Markt | Jakob-Hannibal-Straße 11

46 Bäuerliches Schul- und Bildungszentrum
Rheinhofstraße 16 | +43 5576 73316
sekretariat@bsbz.at | www.bszb.at

47 tonart Musikschule Mittleres Rheintal
Schweizer Straße 21 | +43 5576 77370
office@tonartmusikschule.at | www.tonartmusikschule.at

48 Volkshochschule Hohenems
Kaiser-Franz-Josef-Straße 2 | +43 5576 73383
info@vhs-hohenems.at | www.vhs-hohenems.at

49 Öffentliche Bücherei
Marktstraße 1a, Pfarrheim St. Karl | +43 5576 72312 14
info@buecherei-hohenems.at | www.hohenems.bvoe.at

Offene Jugendarbeit

OJAH - Offene Jugendarbeit Hohenems
Kaiser-Franz-Josef-Straße 61 | +43 664 88387262
office@ojah.at | www.ojah.com

50 Jugendzentrum s'Kästle | Kaiser-Franz-Josef-Straße 61
51 Jugendtreff Conti | Markus-Sittikus-Straße 6a

Bildungsprogramm für Eltern und Familien 2025/2026

Workshops:

Fr, 14.11.2025, 19:30 – 21:00 Uhr

Kräuter für die kindliche Immunabwehr

Kräuter wie Echinacea, Holunder & Ingwer zur Vorbeugung von Erkältung – kinderfreundliche Tees & Tinkturen.

Tanja Rusch | Kräuterpädagogin

Eltern-Kind-Treff 05

Mo, 09.02.2026, 19:00 – 21:30 Uhr

Aromapflege für Babys und Kinder

Ätherische Öle für Babys & Kinder: Anwendung, sicherer Umgang & Herstellung von Aromapflegeprodukten.

Fabienna Summer | Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin

Eltern-Kind-Treff 05

Laufend auf Anfrage

Stoffwindelworkshop, Trageberatung sowie babygeleiteter Beikost Workshop

Kosten: € 25,00

Anmeldungen: info@wickelexperten.at

Eltern-Kind-Treff 05

Mo, 10.11.2025, 20:00 – 21:30 Uhr

Starke Gefühle bei Kindern begleiten

Kinder durch Wut & Traurigkeit begleiten – Eltern bleiben stark in stressigen Situationen.

Hanna Naphegyi | DGKP und Aware Parenting Familienberaterin

Eltern-Kind-Treff 05

Volkshochschule Hohenems:

Sa, 18.10.2025, 09:00 – 13:00 Uhr

Erste-Hilfe Säuglings- und Kindernotfallkurs

Lebensrettende Sofortmaßnahmen bei Atem- oder Kreislaufstillstand, starken Blutungen und Schock.

Kosten: € 85,00 | € 68,00 mit Familienpass

VHS Hohenems | Kaiser-Franz-Josef-Straße 2 48

Mi, 28.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Sexualpädagogik in Kleinkinderinrichtungen – Doktorspiele in der Kuschelecke

Kinderfragen altersgerecht beantworten & Sicherheit im Umgang mit Eltern und Mitarbeitenden gewinnen.

Barbara Jäger-Schäfer | Sozialarbeiterin und Sexualpädagogin

Kinderbetreuung Herrenried 16

Mi, 25.02.2026, 19:00 – 20:30 Uhr

Kinder Grenzen setzen – wann und wie?

Grenzen setzen: Orientierung, Schutz & Sicherheit geben, Freiräume lassen und Vertrauen schenken.

Edith Viktorin | Elternbildnerin und Pädagogin

Eltern-Kind-Treff 05

Do, 12.03.2026, 20:00 – 21:30 Uhr

Kort.X® für Kinder – Bewegtes Gehirntraining

Spielder Koordination & Denkaufgaben fördern – unterstützt die körperliche & geistige Entwicklung.

Isabelle Naumann | Kort.X-Trainerin und Physiotherapeutin

Volksschule Schwefel 43

Di, 24.03.2026, 20:00 – 21:30 Uhr

Gewalt- und Mobbingprävention: Kinder und Jugendliche stark machen

Werkzeuge zur Stärkung von Kindern, Impulse & Anlaufstellen in Vorarlberg – Spenden für den Elternverein.

Hatice Demirkir | Lebens- und Sozialberaterin, Leiterin

Prävention in der Koje

Volksschule Schwefel 43

Mi, 15.04.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Vom Strafen, Drohen und Belohnen

Achtsame Sprache: Reagieren ohne Drohen & Bestrafen – Impuls aus dem Erziehungsalltag.

Mag. Steve Heitzer | Pädagoge und Theologe

Eltern-Kind-Treff 05

Mo, 11.05.2026, 19:30 – 21:00 Uhr

Nett war gestern – was brauchen Kinder & Erwachsene heute?

Autorität wahnen oder autoritär zu sein – moderne Wege jenseits von rein „nett“em Umgang.

Mag. Steve Heitzer | Pädagoge und Theologe

Eltern-Kind-Treff 05

Ausbildung:

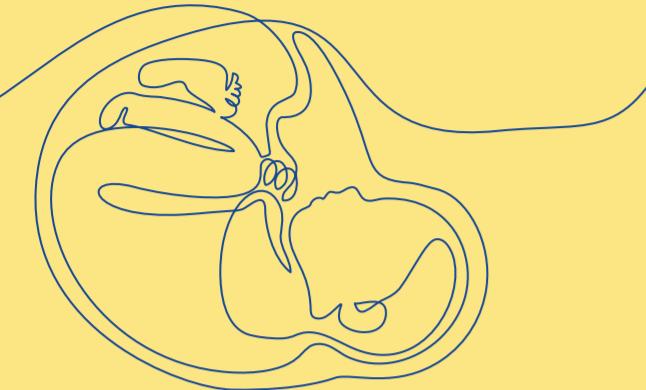
Fr, 17.10.2025 – Sa, 24.01.2026

Kompetenztraining für Schülerbetreuende

Grundausbildung für Betreuende an Volks- & Mittelschulen –

Lehrgang in 6 Modulen

Leitfaden für Familien in Hohenems



Werdende Eltern

Geschenk für Schwangere

Das Glückwunsch-Geschenk der Stadt Hohenems inklusive Gutschein für Angebote von Gsund in Ems ist im Rathaus, in der Frauenarztpraxis bei Dr. Richard Mangold, oder nach Terminvereinbarung im Eltern-Kind-Treff bei Gsund in Ems erhältlich.

www.hohenems.at/geschenk-fuer-schwangere

Gsund in Ems im Eltern-Kind-Treff

Ganzheitliche Betreuung rund um Schwangerschaft, Wochenbett und Stillzeit. Ein Team aus sechs Wahlhebammen und drei Physiotherapeuten mit vielseitigen Angeboten.

www.gsundinems.at

Hebammenberatung im Mutter-Kind-Pass

Wir beraten Sie gerne und nehmen uns Zeit für alle Anliegen, Fragen und Sorgen! Die Kosten werden vollständig von der Krankenkasse übernommen. Für Schwangere zwischen der 18. und 22. Schwangerschaftswoche.

www.hohenems.at/elki

Geburtsvorbereitung für Frauen, Paare & erfahrene Mütter

Unterstützung, das Vertrauen in den eigenen Körper zu stärken, Entwicklungen und Veränderungen zu verstehen und das Körperfertigkeit zu fördern.

www.hohenems.at/elki

Schwangerenmassage

Mehr als nur eine kleine Auszeit: Stärken, Erleichterung schenken und auf die Geburt vorbereiten. Jederzeit möglich, vom ersten Trimester bis kurz vor der Geburt. Rücken-, Teil- oder Ganzkörpermassage zwischen 45 und 90 Minuten auf spezieller Liege

www.hohenems.at/elki

Geburtsvorbereitendes Beckenbodentraining

Einblick in die Wahrnehmung des Beckenbodens, Entlastungsstellungen für Wirbelsäule und Becken, aktivierende Übungen für die Wirbelsäule, Instruktionen zur Erleichterung der alltäglichen Bewegungsabläufe.

www.hohenems.at/elki

Akupunktur in der Schwangerschaft

Sie aktiviert die Selbstregulation des Körpers, durch die Lösung energetischer Blockaden. Geburtsvorbereitende Akupunktur unterstützt eine natürliche und sanfte Geburt und kann den Geburtsverlauf verkürzen.

www.hohenems.at/elki

Yoga für Schwangere

Gezielte Yogaeübungen können die Haltung verbessern und den Körper sanft auf die Geburt vorbereiten. Fokus auf Atmung, Entspannung, Vertrauen ins eigene Körpererfühl, Wahrnehmung des heranwachsenden Babys.

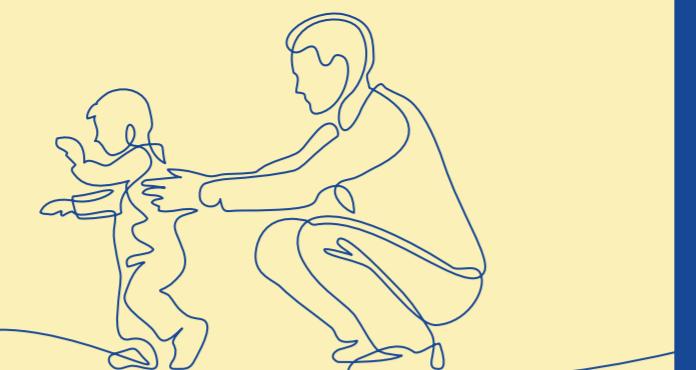
www.hohenems.at/elki

Hebammencafé

Treffpunkt, Impulsvortrag & gemeinsamer Austausch für alle interessierten Schwangeren und Eltern mit Kleinkindern.

Kosten: € 25,00

www.hebammencafe.at



Eltern von Babys & Kleinkindern

connexia Elternberatung

Erfahrene Hebammen und diplomierte Pflegefachkräfte sind für Sie da: Wissen und Hilfen für eine fürsorgliche Pflege und optimale Entwicklung Ihrer Kinder mit persönlicher Beratung.

www.hohenems.at/elternberatung

Babystartpaket

Mit Glückwunschkarte der Stadt bei der connexia-Elternberatung abzuholen, Geschenk für junge Familien mit Informationen und Einkaufsgutscheinen im Wert von € 30,00.

www.hohenems.at/babystartpaket

Babymassage

Eine Massage durch Eltern fördert die selbstständige Entwicklung des Kindes auf sanfte, liebevolle Weise. Eine klare, tiefegehende Kommunikation mit Ihrem Kind.

www.hohenems.at/elki

Babypflegekurs

Vierstündiger Kurs zu Baden, Wickeln, Halten, Wochenbett, Erstausstattung, Stillen, Flasche, Pflegeprodukte, Sonnencreme, Stoffwindeln und Tragetuch.

www.hohenems.at/elki

Sternenkinder-Eltern

Unterstützung in dieser schwierigen Zeit durch individuelle Hebammenbegleitung und Beratung sowie Hausbesuche vor und nach einem Abschied. Kontakt zu anderen Organisationen, Selbsthilfegruppen und Vereinen.

www.hohenems.at/elki

Gsund in Ems – Workshops

Stoffwindelworkshop: Informationen zu unterschiedlichen Systemen, Austausch mit anderen Eltern.

Breifreeworkshop: Praxisnahe Tipps für den Alltag.

www.hohenems.at/elki

Purzelbaum Eltern-Kind-Gruppe: Bunte Bande

Ein Angebot für Eltern mit Kindern mit Beeinträchtigung oder chronischer Erkrankung. Familien kennenlernen, die ähnliche Herausforderungen und Freuden erleben, miteinander spielen, gemeinsam lachen und Neues entdecken.

www.hohenems.at/elki

Musikgarten – Babysingen

Musikalische Erfahrungen in den ersten Lebensjahren sind positiv für die Entwicklung des Kindes. Für Babys & Kleinkinder von 5 Monaten bis 3,5 Jahren mit Begleitung.

www.babysingen.at

Familiencafé

Ein Ort der Begegnung, für Austausch, zum Spielen und Entdecken. Offener Treff zum gemütlichen Plaudern bei Kaffee und Jause in entspannter Atmosphäre mit Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten für Kinder. Fachkräfte sind vor Ort, um Fragen zu beantworten und wertvolle Anregungen zu geben. Immer Montagnachmittag in der KIBE Harrachgasse und Donnerstagnachmittag in der KIBE Herrenried.

www.hohenems.at/familiencafe

Kinderbetreuung der Stadt Hohenems

In derzeit fünf städtischen Kleinkindbetreuungseinrichtungen werden Kinder im Alter von 18 Monaten bis zu drei Jahren betreut. Die Kinder werden in einer liebevollen Atmosphäre begleitet.

www.hohenems.at/kinderbetreuung

Kinderbetreuung Vorarlberg

In einem Kindernest betreut eine Tagesmutter Kinder aller Altersgruppen im eigenen Zuhause. Die Zwerkgarten-Einrichtungen bieten Betreuung für Kleinkinder ab einem halben Jahr bis zum Kindergartenalter.

www.kinderbetreuung-vorarlberg.at

Kinderbetreuung des Vereins RINGAREIA

Sie orientiert sich an den Grundzügen der Montessoripädagogik. Neben den Gruppen an den Standorten Markt, Herrenried und neu PiCollini, wird auch eine Waldspielgruppe angeboten. Zusätzlich werden offene Treffen mit Eltern durchgeführt.

www.ringareia.at

connexia Elternberatung

im SeneCura Sozialzentrum Herrenried
Markus-Sittikus-Straße 15

Öffnungszeiten:
Dienstag von 8:30 bis 11:00 Uhr
Donnerstag von 14:00 bis 16:00 Uhr

Kontakt: Birgit Egle-Winder | +43 650 4878738
birgit.egle@connexia.at | www.eltern.care

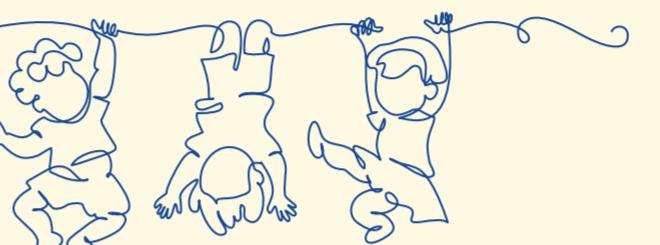


Eltern-Kind-Treff

GeDe-Wirtschaftspark | 2. Obergeschoss
Graf-Maximilian-Straße 18

Gsund in Ems
Kontakt: Claudia Mathis-Weirather
+43 664 3517178 | www.gsundinems.at

Eltern von Kindern im Kindergarten- und Schulalter



Kinderturnen der Turnerschaft

Die TS Hohenems bietet für drei- bis vierjährige Mädchen und Buben eine spielerische Turnstunde jeweils am Mittwochnachmittag an. Ziel dieser Stunde ist es, Kinder für Bewegung zu begeistern und sie an die unterschiedlichen Turngeräte spielerisch heranzuführen.

www.ts-hohenems.at/sparten/kinderturnen

Papa-Kind-Turnen in Hohenems

Gemeinsam toben, spielen und Spaß haben für Kinder von zwei bis fünf Jahren mit Papa, immer sonntags in der Turnhalle, 10 Einheiten für € 125,00.

Anmeldung: +43 660 1326869

Familienspielfest

Findet einmal jährlich im März oder April in der Sporthalle Herrenried statt. Viel Bewegung, Spiel und Spaß für Kinder zwischen zwei und zehn Jahren, Mamas, Papas, Omas und Opas sowie Begleitpersonen.

www.hohenems.at/familienspielfest

Aktivsommer

Jedes Jahr steht von Juli bis August ein breitgefächertes Sommerferienangebot für Kinder zur Auswahl. Mitte Juni wird das Programm beworben und in der Woche vor der Anmeldung werden die Kalender in den Schulen verteilt.

www.hohenems.at/aktivsommer

Lerncafé

Für Schüler von acht bis 14 Jahren aus allen Pflichtschulen der Stadt mit Bedarf an Hausaufgabenhilfe und Lernunterstützung. Zudem wird gebacken, gebastelt, gemalt, musiziert oder gespielt.

www.caritas-vorarlberg.at/lerncafe

Ferienbetreuung in Hohenems

In Hohenems findet an allen Volks- und Mittelschulen eine schulische Tagesbetreuung statt: Mittags- sowie Nachmittagsbetreuung

und bei Bedarf bis 18 Uhr. In der Lernbetreuung unterstützen erfahrene Lehrpersonen professionell beim Lernen und selbstständigen Arbeiten.

www.hohenems.at/schuelerbetreuung

Elternvereine an den Hohenemser Pflichtschulen

Sie fördern die Zusammenarbeit zwischen den Schulpartnern, sind in Entscheidungsprozesse miteingebunden, gestalten aktiv das Schulleben mit und veranstalten verschiedene Aktivitäten.

www.hohenems.at/elternvereine

Schwimmkursförderung

Die Stadt Hohenems unterstützt durch Gewährung von finanziellen Zuschüssen Schwimmkurse für Kinder an den Volksschulen in Hohenems, organisiert durch die Elternvereine.

www.hohenems.at/schwimmkursförderung

Schulsozialarbeit

Kostenlose Beratung und Unterstützung für Schüler, Eltern und Lehrpersonen. Wenn Schüler in der Schule oder privat Probleme haben, können sie sich direkt an der Schule an die Schulsozialmitarbeitenden wenden. Auch Eltern können Kontakt aufnehmen.

www.ifs.at/schulsozialarbeit



RAINBOWS Vorarlberg

RAINBOWS hilft Kindern und Jugendlichen in stürmischen Zeiten – bei Trennung, Scheidung oder Tod naher Bezugspersonen. Die Kinder lernen, Trauer aufgrund von Trennungs- und Verlusterlebnissen mitzuteilen und zu verarbeiten, damit das Leben in der veränderten Familiensituation positiv gestaltet werden kann.

www.rainbows.at

Hopsi Hopper – Kinderturnen

Spieldliches, kindgerechtes Turnen für Kinder von drei bis fünf sowie von sechs bis zehn Jahren. Es geht um Freude an der Bewegung und ein gemeinschaftliches Miteinander. Kooperation mit dem ASKÖ in der Volksschule Herrenried.

www.hohenems.at/hopsihooper

Eltern von Jugendlichen

mitmachbarkeit – Kinder- & Jugendbeteiligung

Hohenems möchte Kinder und Jugendliche, von acht bis 18 Jahren, stärker in die Entwicklung der Stadt einbinden. Kontakt aufnehmen, Projekte einreichen oder mitmachen.

[www.hohenems.at/mitmachbarkeit](http://mitmachbarkeit.hohenems.at)

Taxifor für Jugendliche

Jugendliche im Alter von 12 bis 20 Jahren erhalten Taxifor im Wert von € 7,00. Davon sind € 3,00 selbst zu zahlen. Erhältlich im Rathaus oder in der OJAH.

www.hohenems.at/taxifor

Babysitter-Ausbildung

Ein Kurs für Jugendliche von 13 bis 18 Jahren, die sich für Babysitting interessieren. Nach Abschluss vermittelt die Babysittervermittlung an eine Familie.

www.hohenems.at/babysitter

Jugendvereine und Jugendgruppen

Die Stadt Hohenems unterstützt Jugendvereine, die als spezielle Zielgruppe Kinder und Jugendliche haben und regelmäßige Gruppenaktivitäten abhalten.

www.hohenems.at/jugendvereine