KATHOLISCHES BILDUNGSwerk KÄRNTEN

FÜR MEHR LEICHTIGKEIT UND FREUDE IM ALLTAG MIT KINDERN

FAMILY BASICS

ONLINE-Bildungsangebote für Eltern und Miterziehende
Oktober 2026 bis Feber 2027

Kinder zu bekommen ist wohl eines der berührendsten und prägendsten Ereignisse unseres Lebens. Der Alltag mit ihnen kann uns Eltern dann aber manchmal ganz schön fordern. Viele Fragen tauchen auf, Ruhepausen sind selten – und wieso glauben eigentlich alle, dass Eltern alles wissen und perfekt machen müssen? Unsere Vorträge und Workshops bieten gesicherte Informationen, Rückenstärkung und ehrliche Gespräche über das, was wirklich zählt: Beziehung, Vertrauen und gemeinsames Wachsen.

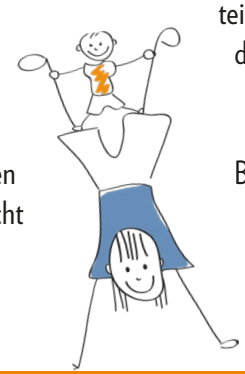
Wie funktioniert's?

Die Family Basic-Angebote finden online via Zoom statt. Zoom ist eine kostenlose App, mit der wir uns online treffen - unkompliziert, ohne lange Anfahrtswege, von zu Hause aus. Bei Bedarf unterstützen wir gerne beim technischen Einstieg.

Für die Teilnahme gibt es zwei Möglichkeiten:

- Anmeldung zur FAMILY BASIC-Infomail: Dann erhältst du am Tag einer Veranstaltung automatisch die Zoom-Zugangsdaten per E-Mail. Deine Teilnahme bleibt jederzeit unverbindlich – du entscheidest selbst, wann du dabei sein möchtest. Eine zusätzliche An- oder Abmeldung zu einzelnen Terminen ist nicht erforderlich.
- Einzelanmeldung zu ausgewählten Veranstaltungen: Natürlich kannst du dich gezielt nur für einzelne Termine anmelden.

Die Zugangsdaten werden jeweils am Tag der Veranstaltung per E-Mail versendet. Die Veranstaltungen selbst bestehen aus fachlichen Impulsen, praxisnahen Beispielen sowie Raum für Fragen und Austausch. Eine Einheit dauert 90 bzw. 120 Minuten. Die Teilnahme ist sowohl mit als auch ohne eingeschalteter Kamera möglich. Fragen während der Veranstaltung können jederzeit auch schriftlich über den Chat eingebracht werden.



Du möchtest als Pädagog:in teilnehmen?

Sehr gerne! Kinder benötigen ja sprichwörtlich „ein ganzes Dorf", um gut aufwachsen zu können. Für Pädagog:innen stellen wir auf Wunsch Teilnahmebestätigungen aus. Dafür bitten wir um Teilnahme mit eingeschalteter Kamera, vollständigem Namen sowie um eine kurze Rückmeldung während der Veranstaltung.

Was kostet's?

Uns ist wichtig, dass alle Interessierten unabhängig von ihrer aktuellen finanziellen Situation teilnehmen können. Gleichzeitig entstehen für Vorbereitung, Organisation und Durchführung Kosten, die nicht durch Fördermittel von Bund und Land abgedeckt werden. Deshalb laden wir dazu ein, das FAMILY BASICS-Programm mit einem freiwilligen Unkostenbeitrag von 25 Euro pro Halbjahr zu unterstützen. Jeder Beitrag hilft, diese Bildungsreihe langfristig zu sichern und für alle zugänglich zu halten. Wer darüber hinaus unterstützen möchte, kann mit einer Bildungspatenschaft dazu beitragen, dass auch Menschen teilnehmen können, für die ein Beitrag derzeit eine Hürde wäre. DANKE! Eine Teilnahme ist selbstverständlich auch ohne finanziellen Beitrag möglich – du bist herzlich willkommen.

Bankverbindung: Katholisches Bildungswerk Kärnten
AT62 3900 0000 0106 6760
Verwendungszweck: Family Basics online

SEI DABEI!

INFORMATIONEN und ANMELDUNG: bei Katharina Wagner unter
katharina.wagner@kath-kirche-kaernten.at **oder +43 676 87722407**
https://www.kath-kirche-kaernten.at/familybasics

IMMER MONTAGS

VORTRÄGE

MO, 5. Oktober 2026 | 19.30–21 Uhr
Weniger wundern, mehr verstehen
Das kleine ABC der Hirnentwicklung
Mag.ª (FH) Sabrina Gaggl-Dangl
Lebens- und Sozialberaterin i. A. unter Supervision

MO, 12. Oktober 2026 | 19.30–21 Uhr
Wenn Pläne auf Gefühle treffen
So finden wir „unser Richtig“
Elena Buchner, Bakk. phil
Familie- Ehe- und Lebensberaterin

MO, 19. Oktober 2026 | 19.30–21 Uhr
Streiten will gelernt sein
Wie wir durch Konflikte miteinander wachsen
Mag.ª Petra Strohmaier
Lebens- und Sozialberaterin und Medienpädagogin

MO, 9. November 2026 | 19.30–21 Uhr
Mehr als Worte
Wenn Gespräche zu echter Begegnung werden
Cindy Sablatnig BA, MA
Lebens- und Sozialberaterin und Erwachsenenbildnerin

MO, 16. November 2026 | 19.30–21 Uhr
Gefühle als Kompass: Wut und Zorn
MMag.ª Dr.in Katja Naschenweng
Elternbildnerin und traumasensibler Coach

MO, 23. November 2026 | 19.30–21 Uhr
Ein Karton, ein Kochlöffel und ganz viel Fantasie
Wissenswertes rund ums kindliche Spiel
Manuela Scheiber, MBA
Inklusive Elementar- und Motopädagogin

MO, 30. November 2026 | 19.30–21 Uhr
Was ist nur los mit meinem Kind?
Kindliches Verhalten „lesen“ und verstehen
Manuela Scheiber, MBA
Inklusive Elementar- und Motopädagogin



MO, 7. Dezember 2026 | 19.30–21 Uhr
Tschüss Windel?
Kinder gelassen und ohne Druck begleiten
Mag.ª Petra Strohmaier
Lebens- und Sozialberaterin und Medienpädagogin

MO, 14. Dezember 2026 | 19.30–21 Uhr
Manchmal wird mir einfach alles zu viel
Was Eltern stärkt, wenn der Alltag an die Grenzen führt
MMag.ª Dr.in Katja Naschenweng
Elternbildnerin und traumasensibler Coach

MO, 11. Jänner 2027 | 19.30–21 Uhr
Muss ich es wirklich allen recht machen?
Gesunde Grenzen ohne schlechtes Gewissen
Cindy Sablatnig BA, MA
Lebens- und Sozialberaterin und Erwachsenenbildnerin

MO, 18. Jänner 2027 | 19.30–21 Uhr
Das Lebkuchenhaus hat jetzt WLAN
Gemeinsam sicher durch die digitale Welt
Christian Pöschl, BA
Polizist und Mentaltrainer

MO, 25. Jänner 2027 | 19.30–21 Uhr
Gefühle als Kompass: Angst
MMag.ª Dr.in Katja Naschenweng
Elternbildnerin und traumasensibler Coach

MO, 1. Feber 2027 | 19.30–21 Uhr
Alles unter einen Hut?
Alltag zwischen Beruf, Familie und den eigenen Bedürfnissen
Mag.ª Petra Strohmaier
Lebens- und Sozialberaterin und Medienpädagogin

ENTSPANNUNG

IMMER DIENSTAGS

DI, 22. September, 20. Oktober,
17. November und 15. Dezember 2026
jeweils 19.30–20.30 Uhr

Atempausen mit Romana

Mag.ª (FH) Romana Ravnjak
Diplomierte Gesundheitstrainerin für Entspannung und Sozialarbeiterin

DI, 29. September, 27. Oktober, 24. November,
22. Dezember 2026 und 26. Jänner 2027
jeweils 19.30–20.30 Uhr

Auszeit am Abend

Mag.ª Petra Strohmaier
Lebens- und Sozialberaterin und Medienpädagogin



IMMER MITTWOCHS

WORKSHOPS

PUBERTÄT

MI, 30. September 2026 | 19–21 Uhr

Was tun, wenn vorne und hinten nix mehr stimmt?

Mag.ª Petra Pöschl-Lubei
Familien- und Lebensberaterin und Elternbildnerin

MI, 7. Oktober 2026 | 19–21 Uhr

Auf der Suchenach Identität, Zugehörigkeit und Orientierung

Mag.ª Petra Strohmaier
Lebens- und Sozialberaterin und Medienpädagogin

MI, 14. Oktober 2026 | 19–21 Uhr

Zwischen Halt geben und loslassen

Mag. Eduard Gutleb
Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Körperpsychotherapeut



NERVENSYSTEM

MI, 21. Oktober 2026 | 19–21 Uhr

Wenn die Gefühle Achterbahn fahren

Mag.ª (FH) Sabrina Gaggl-Dangl
Lebens- und Sozialberaterin i. A. unter Supervision

MI, 28. Oktober 2026 | 19–21 Uhr

Raus aus dem Kopf, rein in den Körper

Mag.ª (FH) Sabrina Gaggl-Dangl
Lebens- und Sozialberaterin i. A. unter Supervision

Jede Familie ist einzigartig. Unsere Bildungsangebote können stärken, entlasten und Orientierung geben. Manchmal braucht es darüber hinaus ein persönliches Gespräch. Wenn du das Gefühl hast, dass eine Beratung gut tun würde, unterstützen wir dich gerne bei der Suche nach der richtigen Anlaufstelle.

NEIN ... AUS LIEBE

MI, 11. November 2026 | 19–21 Uhr

Ich zähle bis drei...

Mag.ª Petra Strohmaier

Lebens- und Sozialberaterin und Medienpädagogin

MI, 18. November 2026 | 19–21 Uhr

Nein aus Liebe

Mag. Johannes Hirschler

Musikpädagoge, Familien- und Mentaltrainer

KRAFT

MI, 25. November 2026 | 19–21 Uhr

Die Kraft der Vergebung

Cindy Sablatnig BA, MA

Lebens- und Sozialberaterin und Erwachsenenbildnerin

MI, 2. Dezember 2026 | 19–21 Uhr

Die Kraft der Gegenwärtigkeit

Cindy Sablatnig BA, MA

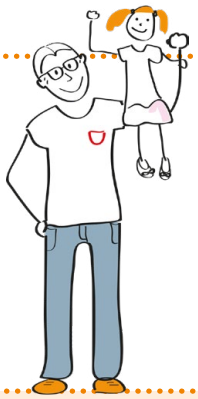
Lebens- und Sozialberaterin und Erwachsenenbildnerin

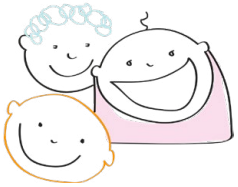
MI, 9. Dezember 2026 | 19–21 Uhr

Einfach mal – Im Flow sein und kreativ werden

Maria Hofer, BA

Grafikdesignerin, Erwachsenenbildnerin und Philosophin





GEMEINSAM FÜR UNSERE KINDER

! DO !, 19. November 2026 | 19–21 Uhr

Eltern und Pädagog:innen im Gespräch

MMag.ª Dr.in Katja Naschenweng

Elternbildnerin und traumasensibler Coach

MI, 27. Jänner 2027 | 19–21 Uhr

Wie viel Ich verträgt das Wir?

Mag.ª Petra Strohmaier

Lebens- und Sozialberaterin und Medienpädagogin

MI, 13. Jänner 2027 | 19–21 Uhr

Wenn es im Chat kracht

So lernen Kinder, Konflikte im digitalen Raum sicher zu bewältigen

Elisabeth Mörtl

Sonderkindergarten- und Traumapädagogin, Resilienztrainerin, Gewalt- und Mobbingpräventionsleiterin

MI, 20. Jänner 2027 | 19–21 Uhr

Sexuelle Bildung in der Familie

Mag.ª (FH) Christiane Steiner-Hintermann

Sexualpädagogin und -beraterin, Lebens- und Sozialberaterin

MI, 3. Feber 2027 | 19–21 Uhr

Zu früh groß

Cindy Sablatnig BA, MA

Lebens- und Sozialberaterin und Erwachsenenbildnerin

Wer sind wir?

Das Katholische Bildungswerk Kärnten ist eine zertifizierte Erwachsenenbildungseinrichtung in kirchlicher Trägerschaft. Seit mehr als 75 Jahren begleiten wir Eltern und Miterziehende mit viel Erfahrung und Engagement auf ihrem Weg durch das Familienleben. Wir möchten stärken, entlasten und motivieren – und Räume öffnen, in denen Menschen miteinander ins Gespräch kommen und voneinander lernen. Wir laden Eltern, Großeltern, Pädagog:innen und alle Interessierten herzlich ein, eigene Stärken (neu) zu entdecken, aufzutanken und den Familienalltag immer wieder einmal auch aus einer anderen Perspektive zu betrachten.

KATHOLISCHES BILDUNGSwerk KÄRNTEN

Bundeskanzleramt
Gefördert durch das Bundeskanzleramt
Sektion VI: Familie & Jugend

LAND KÄRNTEN Familienreferat

LAND KÄRNTEN Abt. 13 – Gesellschaft und Integration

Katholische Kirche Kärnten
KATOLIŠKA CERKEV KOROŠKA

Katholisches Bildungswerk Kärnten | Tarviser Straße 30 | 9020 Klagenfurt a. W. | +43 463 58772423 | ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at
katholischesbildungswerkkaernten | katholisches_bildungswerk_ktn | katholisches-bildungswerk-kaernten | www.kath-kirche-kaernten.at/kbw