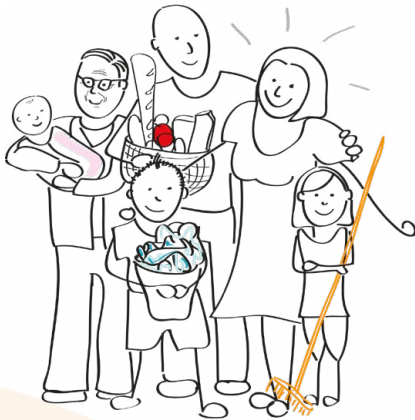


FAMILY BASICS

Informationen, Impulse und Anregungen für das Leben mit Kindern

Familie ist für viele Menschen – Erwachsene wie Kinder – das Wichtigste im Leben. Hier erfahren wir Geborgenheit und Liebe, lernen Einfühlungsvermögen, Eigenverantwortung, Konfliktfähigkeit und vieles mehr. Jede Familie ist auf wunderbare Weise einzigartig. Und natürlich geht es manchmal auch turbulent zur Sache, denn eines ist Familienleben bestimmt nicht: einfach und langweilig!

FÜR MEHR
LEICHTIGKEIT
UND FREUDE IM
FAMILIEN- UND
ERZIEHUNGS-
ALLTAG



Termine: MO, 4., 11., 18. März
8. und 15. April 2024
jeweils von 19.30 bis 21 Uhr

Ort: ONLINE VIA ZOOM
Zoom-ID: 839 0578 3154

ANMELDUNG ist nicht erforderlich.
Bitte über folgende ZOOM-ID einwählen:
839 0578 3154

KOSTEN: übernimmt das
Katholische Bildungswerk Kärnten.

Wir freuen uns, wenn Sie das Angebot
in Ihrem Umkreis teilen.

INFORMATION: bei Cindy Sablatnig unter
cindy.sablatnig@kath-kirche-kaernten.at
oder 0676 8772 2426

**MONTAGS,
JEWELNS VON 19.30 BIS 21 UHR**

**BEQUEM VON ZU HAUSE AUS
ZOOM-ID: 839 0578 3154**

von
0 bis 6
Jahren

MO, 4. März 2024

Bindung – Freude – Glück Zutaten für ein erfülltes Familienleben

Die Eltern-Kind-Bindung ist ein zentraler Schlüssel, wenn es darum geht, ein erfülltes Familienleben zu führen. Was aber stärkt die Beziehung zu unseren Kindern? Welche Stolpersteine gibt es? Und was hat Bindung mit Kooperation zu tun? Ein Abend voller Antworten und konkreten Anregungen für eine starke Eltern-Kind-Beziehung.

Franziska Ebner-Ptok

Elementarpädagogin, SAFE- und Familienmentorin,
Pikler Pädagogin i. A., Gründerin des SandSpielRaumes

MO, 11. März 2024

Geschwister Zwischen großer Liebe und ständigem Streit

Geschwister lieben sich, Geschwister streiten sich. Und das oft mehrmals am Tag. Das ist anstrengend und zugleich total normal. Denn jedes Kind will das Herz seiner Eltern erobern. Doch wie können wir als Eltern mit Geschwisterstreit umgehen? Können wir allen Kindern gerecht werden? Und wie viel Rivalität ist wirklich „normal“?

MMag.ª Birgit Ebner

Klinische- und Gesundheitspsychologin,
SAFEª Mentorin, Supervisorin
(*SAFE steht für Sichere Ausbildung für Eltern)



MO, 18. März 2024

Ich bin sicher in mir So entwickeln unsere Kinder Stabilität und Selbstsicherheit

Kinder haben es in Zeiten wie diesen nicht leicht. Stress, Ängste und Überforderung stehen an der Tagesordnung. Da ist es wichtig, dass Kinder sich als selbstsicher und gut verwurzelt erleben – egal was auf sie zukommt. Welche Grundbedürfnisse sind zentral, damit sie diese innere Stabilität entwickeln können? Und was können wir als Erwachsene dazu beitragen, um sie zu fördern?

Mag.ª (FH) Romana Ravnjak

Gesundheitstrainerin für Entspannung,
Sozialarbeiterin, Familienberaterin



MO, 8. April 2024

Ordnung ist das halbe Leben!

Fokussieren, Prioritäten setzen, planen – klingt fade, bringt aber ganz viel Spielraum für Genuss und Leichtigkeit. Ideen und Anregungen für Alltagsroutinen, die unsere Tage ordnen, „Hamsterrad-Gefühle“ verhindern und Tagesabläufe „tragen helfen“.

Mag.ª (FH) Romana Ravnjak

Gesundheitstrainerin für Entspannung,
Sozialarbeiterin, Familienberaterin



MO, 15. April 2024

Gut genug ist das neue Perfekt Die Kraft der Gelassenheit

Warum Perfektionismus uns von unseren und den Bedürfnissen unserer Kinder entfernt und wie uns die Frage „Was passiert, wenn nichts passiert?“ weiterhelfen kann.

Mag. Johannes Hirschler

Musikpädagoge, familylab-Trainer und Vater von 2 Söhnen