



KATHOLISCHES  
**BILDUNGS**werk  
KÄRNTEN

# FAMILY BASICS

## Informationen, Impulse und Anregungen für das Leben mit Kindern

**F**amilie 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, 29. Jänner, 5.,  
19. und 26. Feber 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

 Katholische Kirche Kärnten  
KATOLISKA CERKEV KOROŠKA

 QVB  
zertifiziert  
TOCERT

 M.A.R.K.E.  
Markierung

 Bundeskanzleramt  
Gefördert durch das Bundeskanzleramt  
Sektion VI: Familie & Jugend

LAND  KÄRNTEN  
Familienreferat

**MONTAGS,  
JEWELS VON 19.30 BIS 21 UHR**  
BEQUEM VON ZU HAUSE AUS  
ZOOM-ID: 839 0578 3154



**MO, 29. Jänner 2024**

## **Stark wie ein Löwe!**

**Wie Kinder selbstbewusst  
durchs Leben gehen**

Kinder von Beginn an in ein selbstbewusstes Leben zu begleiten, stellt Familien oft vor große Herausforderungen. Der Leistungsdruck, die Schnelllebigkeit und die Medien greifen massiv in unser Leben ein. Wie können wir das Selbstbewusstsein der Kinder stärken und welche Ressourcen brauchen sie, um gut „in der Welt“ zurechtzukommen?

**Mag.<sup>a</sup> (FH) Romana Ravnjak**

*Gesundheitstrainerin für Entspannung,  
Sozialarbeiterin, Familienberaterin*



**MO, 5. Feber 2024**

## **Ich bin da!**

**Die Kraft elterlicher Präsenz (er)leben**

Wie schön ist es, wenn jemand für uns da ist. Im Hier und Jetzt, ganz bei uns und ganz bei sich, egal was ist. Auch für unsere Kinder ist es zentral zu spüren: Meine Eltern sind da! Doch was heißt das genau? Was ist elterliche Präsenz und wie können wir sie im Familienalltag leben? Lasst es uns gemeinsam erspüren und unsere Kraft praktisch (er)leben!

**Mag. Eduard Gutleb**

*Körperpsychotherapeut*



**MO, 19. Feber 2024**

## **Runter von der Ersatzbank!**

**Wie Väter ins Spiel kommen ...**

Väter mit ihren individuellen Stärken und Fähigkeiten sind eine Bereicherung für jedes Familienleben. Aber wie findet man als Vater seinen Platz und den nötigen Freiraum? Und wie können Frauen ihre Partner beim Leben der Vaterrolle unterstützen?

**Mag. Johannes Hirschler**

*familylab-Trainer, Musikpädagoge*

**MO, 26. Feber 2024**

## **Abseits von Blau und Rosa**

**Geschlechtssensible Kinderbücher  
für Klein und Groß**

Eine Entdeckungsreise, die die Vielfalt der Geschlechter in liebevollen Geschichten erlebbar macht. Wir erfahren, wie wir durch gezielte Auswahl von Büchern die Entwicklung unserer Kinder positiv beeinflussen und ihnen einen offenen und bunten Blick auf sich selbst und die Welt schenken können.

**Corinna Guggenberger-Holl**

*Sozialpädagogin, „Ganz Ohr“-Vorlesepatin  
und Germanistikstudentin*