



„Ich kann mir kein besseres Leben
vorstellen als eines,
das der glühenden Begeisterung
für eine Sache gilt!“

Gioconda Belli



Heute Elternschaft und Partnerschaft zu leben, Familie und Beruf zu vereinbaren, zufrieden oder bestenfalls glücklich zu sein, stellt in einer Welt, in der Perfektionismus, Geschwindigkeit, Medialisierung und Materialismus uns unter Druck setzen, eine riesengroße Herausforderung dar. Herzensorientierte Persönlichkeitsentwicklung und -erziehung (Hope²) zeigt einen Weg für ein gutes, achtsames Miteinander-Wachsen, in dem Werte wie Dankbarkeit, sinnvolle Verantwortung, Lebensbejahung, Freude, das rechte Maß und Selbstfürsorge im Mittelpunkt stehen. Lebenslanges Lernen und Weiterentwicklung verstehen sich dabei von selbst. Herzensorientierte Erziehung meint eine Haltung, die getragen ist von Respekt vor der Einzigartigkeit unserer Kinder, aber auch von großer Rollenklarheit und Fürsorglichkeit. Je herzensgebildeter Erwachsene dabei sind, desto weniger ist klassische „Erziehungsarbeit“ notwendig; desto mehr kann Lernen am Vorbild, Kooperationsfreude, Gelassenheit, Großzügigkeit, Begeisterung und Vertrauen Einzug halten. Wenn wir uns in der Hope²-Seminarreihe auf die Suche nach dem guten (Familien)Leben begeben, fragen wir auch danach, was wirklich wirklich wichtig ist, was Sinn macht, was die Mitte unseres Lebens darstellt, was uns und unser Gegenüber ausmacht. Was an Haltungen, Handwerkszeug und Herzensnahrung wichtig ist, um möglichst viel voneinander zu lernen und miteinander zu wachsen.

TERMINE:

MI, 21. Jänner, 18. Feber und 18. März 2026
jeweils 17-20 Uhr

VERANSTALTUNGSORT:

Verein FamilienGlück Althofen
Kreuzstraße 35, 9330 Treibach-Althofen

INFORMATIONEN und ANMELDUNG:

bei Tanja Sallinger unter 0664 751 066 88
Die Plätze sind begrenzt –
wir freuen uns über deine frühzeitige Anmeldung!

KOSTEN:

75 Euro

Mit der Kärntner Familienkarte: 55 Euro

HINWEIS:

Die Teilnahme an allen drei Abenden wird empfohlen –
so entfaltet sich der rote Faden am besten.

WAS DICH ERWARTET:

Inspirierende Impulse, praktische Ideen
für den Familienalltag und viele kleine Aha-Momente –
herzlich, humorvoll und alltagsnah.



Bundeskanzleramt
Gefördert durch das Bundeskanzleramt
Sektion VI: Familie & Jugend



LAND KÄRNTEN
Familienreferat



Katholische Kirche Kärnten
KATOLIKA CERKEV KOROŠKA



hope²

HERZENSOrientierte
PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG
& ERZIEHUNG



3-teilige Abendseminarreihe mit
Mag. a Dr. in Karin Kaiser-Rottensteiner
Jänner-März 2026



Wer steht hinter HOPE²?

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Karin Kaiser-Rottensteiner ist seit mehr als 25 Jahren in der Ausbildung von Pädagog:innen, in der Erwachsenenbildung sowie in der Eltern-/Paar- und Einzelberatung tätig. Essenz in all diesen Tätigkeitsbereichen ist dabei die Herzensbildung. 2016 entstand das Konzept Hope², welches seither fester Bestandteil ihrer Arbeit ist. Kraftquelle und In-

spiration für ihre Arbeit sind ein buntes Familienleben, das beruhigende Leben in einem abgelegenen Bergbauerndorf auf 1100 m Seehöhe, das leidenschaftliche Naturgärtnern, ihre Vierbeiner und das Auftanken mittels Vitamin N(atur).

MODUL 1 - MI, 21. Jänner 2026

MENTAL LOAD TRIFFT RESILIENZ

Stressreduktion durch Bewusstmachung von Mental Load-Aufgaben, Strategien zur Stärkung meiner Widerstandskraft und auch für mich selbst ein gutes Herz haben. Von Werten wie Selbstfürsorge, Klarheit, Wesentlich-Sein und Liebe.

MODUL 2 - MI, 18. Feber 2026

EINFACH MITEINANDER

Familie als Team, Partnerschaft als Entwicklungsgemeinschaft, ein Bindungsdorf für Kinder. Von Werten wie Verbundenheit, Rollenklarheit, Selbstwirksamkeit und dem Wunder der Wertschätzung.

MODUL 3 - MI, 18. März 2026

BRAVSEIN WAR GESTERN

Erziehungskonzepte versus Miteinander-Wachsen und Voneinander-Lernen – alte Muster reflektieren – neue Wege ausprobieren – nach Innen horchen und den ganz eigenen Familienweg vertrauensvoll gehen. Von Werten wie Intuition, (Selbst)Vertrauen, Mut und Einzigartigkeit.