



KATHOLISCHES
BILDUNGSwerk
KÄRNTEN

MEINE WAHRHEIT SPRECHEN

und Worte finden für das, was in mir lebt

Kennst du das Gefühl, etwas sagen zu wollen – und gleichzeitig zu spüren, dass die Worte stocken? Oder dass du dich im Austausch oft zurücknimmst und nicht ganz zeigst, was wirklich in dir lebendig ist? Aus Angst, nicht verstanden oder abgelehnt zu werden, haben viele von uns verlernt, darüber zu sprechen, was wirklich in uns vorgeht. Doch genau dieses einfache und ehrliche Benennen dessen, was in uns ist, kann heilsam sein. In diesem Angebot lernst du eine klar strukturierte Methode kennen, um dich selbst ganzheitlich wahrzunehmen, dich auszudrücken – und erlebst, wie du durchs Sprechen Körper, Gefühle und Gedanken in Verbindung bringst. Ganz in deinem Tempo. Auf deine Weise.

Vortrag:
MI, 26. November 2025
19.30–21 Uhr

Direkteinstieg über folgende
Meeting-ID: **874 6215 3837**

3-teilige Workshopreihe:
MI, 3. 10. und
17. Dezember 2025
jeweils 18–21 Uhr

Ort: ONLINE via ZOOM

Vortrag und Workshops mit:
Cindy Sablatnig, BA, MA

*Psychosoziale Beraterin i. A. unter Supervision,
Erwachsenenbildnerin*

INFORMATIONEN: bei Katharina Wagner unter 0676 8772 2407 oder katharina.wagner@kath-kirche-kaernten.at

ANMELDUNG zur WORKSHOPREIHE: unter katharina.wagner@kath-kirche-kaernten.at

Wir senden die Meeting-ID nach der Anmeldung zu.

ACHTUNG: Die Teilnehmer:innenzahl für die Workshops ist begrenzt.

KOSTEN WORKSHOPREIHE: Selbsteinschätzungsbeitrag 30–60 Euro | je nach Möglichkeit

Bankverbindung: Katholisches Bildungswerk Kärnten | AT62 3900 0000 0106 6760

Verwendungszweck: Meine Wahrheit sprechen 2025



Katholische Kirche Kärnten
KATOLIŠKA CERKEV KOROŠKA



Bundeskanzleramt
Gefördert durch das Bundeskanzleramt
Sektion VI: Familie & Jugend

LAND KÄRNTEN

Abt. 13 – Gesellschaft
und Integration

Katholisches Bildungswerk Kärnten | Tarviser Straße 30 | 9020 Klagenfurt a. W. | 0463 5877 2423 | ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at

[katholischesbildungswerkkaernten](https://www.facebook.com/katholischesbildungswerkkaernten) | [katholisches_bildungswerk_ktn](https://www.instagram.com/katholisches_bildungswerk_ktn) | www.kath-kirche-kaernten.at/kbw