

VOM HABEN ZUM SEIN

**Ein minimalistischer Blick
auf Lebensgestaltung**

In einer Welt voller Möglichkeiten – und voller Reize – sehnen sich viele von uns nach Orientierung, innerer Ruhe und einem Leben, das sich wieder stimmig anfühlt. Unsere Veranstaltungsreihe lädt dich ein, genau dorthin zurückzufinden: zu mehr Klarheit, zu einem stärkenden Alltag und zu einer Lebensführung, die wirklich zu dir passt.

Gemeinsam erkunden wir, wie befreiend es ist, Ballast abzugeben, Prioritäten bewusst zu setzen und Strukturen zu schaffen, die dir Kraft schenken statt dich zu überfordern. Wir schauen darauf, warum Ordnung nicht beim Aufräumen beginnt, sondern im Kopf – und wie „weniger ist mehr“ dir neue Freiheit, Fokus und Leichtigkeit schenkt. Philosophische Impulse aus der Antike zeigen dabei überraschend modern, wie Maß, Einfachheit und eine klare Haltung zu einem guten Leben beitragen.

Diese Veranstaltungsreihe ist eine Einladung, innezuhalten, aufzuräumen – äußerlich wie innerlich – und neue Wege für deine persönliche Lebensgestaltung zu entdecken.

TERMINE:

DO, 22. Jänner und DO, 5. Feber 2026

jeweils 18–21 Uhr

Diözesanhaus

Tarviser Straße 30, 9020 Klagenfurt a.W.

DO, 19. Feber 2026

18.30–20 Uhr

ONLINE via ZOOM

INFORMATIONEN und ANMELDUNG:

bei Mija Janesch, BA unter
mija.janesch@kath-kirche-kaernten.at
 oder Mag.^a Merje Platzer unter
merje.platzer@hippy-kaernten.at
 oder bei Mag.^a Petra Kudlicka unter
petra.kudlicka@kath-kirche-kaernten.at

KOSTEN:

für die gesamte Reihe 95 Euro

Bankverbindung: Katholisches Bildungswerk Kärnten
 AT62 3900 0000 0106 6760

Verwendungszweck: Vom Haben zum Sein, 2026



Zahlen mit Code



Termin 1

DO, 22. Jänner 2026 | 18-21 Uhr

Diözesanhaus Klagenfurt

WENN WENIGER MEHR IST Loslassen und innere Klarheit

In einer Welt der „Zuvielisation“ wird es zunehmend wichtiger darauf zu fokussieren, was mir Kraft gibt, was mir wirklich wirklich wichtig ist, was Sinn macht. Dienlich für diesen Prozess ist es, das Zuviel zu betrachten: wie viel Materie verwalte ich? Wo kann ich Termine entrümpeln, wo mein Tempo drosseln? Wo finde ich Kraftquellen und Inspiration? Wie viel Zeit bleibt für meine soziale Gemeinschaft? Was ist der psychologische Gewinn einer „Weniger-ist-mehr-Haltung“ auf allen Ebenen meines Daseins?

Workshop mit:

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Karin Kaiser-Rottensteiner
HOPE²-Mentorin, Erwachsenenbildnerin

INFORMATIONEN: bei Mija Janesch, BA unter
mija.janesch@kath-kirche-kaernten.at oder
Mag.^a Merje Platzer unter merje.platzer@hippy-kaernten.at



Termin 2

DO, 5. Feber 2026 | 18-21 Uhr

Diözesanhaus Klagenfurt

ORDNUNG SCHAFFEN, WOHLBEFINDEN ERLEBEN

Fällt es dir schwer mit dem Aufräumen zu beginnen, weil du dich schon in der Planung verlierst? Ordnung zu schaffen ist keine Wissenschaft. Oft braucht es nur wenige durchdachte Schritte, um ins Handeln zu kommen. Und wenn es erst einmal losgeht, ist es umso wichtiger, motiviert dranzubleiben.

In diesem Workshop entdeckst du deinen ganz persönlichen Weg zu mehr Ordnung – jenseits von starren Systemen oder perfektionistischen Ansprüchen. Du erfährst, wie Ordnung dein Wohlbefinden, deine Energie und deine innere Klarheit stärkt – und warum es sich lohnt, genau deine Form von Struktur zu finden. Neben praktischen Tipps und leicht umsetzbaren Methoden werfen wir auch einen Blick auf deine innere Haltung zur Ordnung – denn echte, nachhaltige Veränderung beginnt nicht im Schrank, sondern im Kopf.

Inhalte des Workshops:

- warum Ordnung mehr ist als nur „aufgeräumt zu haben“
- warum allgemeine Aufräum-Tipps oft nicht nachhaltig wirken
- warum es nur 5 Dinge braucht, um mit dem Aufräumen zu starten
- und wie du dich am besten motivierst, um gleich loszustarten

Workshop mit:

DI Stefanie Ruttnig
Erwachsenenbildnerin

INFORMATIONEN: bei Mija Janesch, BA unter
mija.janesch@kath-kirche-kaernten.at oder
Mag.^a Merje Platzer unter merje.platzer@hippy-kaernten.at



Termin 3

DO, 19. Feber 2026 | 18.30-20 Uhr

ONLINE via ZOOM

ÜBER MASS, VERZICHT UND LEBENSFÜHRUNG

Was ein gutes Leben ausmacht, beschäftigt die Philosophie seit der Antike – eine Fragestellung, die in Zeiten von Überfluss, ständiger Verfügbarkeit und wachsender Komplexität nichts an Relevanz verloren hat.

Strömungen wie der Platonismus, der Epikureismus oder die Stoa rückten nicht äußerer Besitz, sondern innere Haltung, Klarheit und Selbstgenügsamkeit in den Mittelpunkt. Maßhalten, Einfachheit und Unabhängigkeit galten als Wege zu innerer Freiheit und verlässlicher Orientierung.

Verzicht wurde nicht als Verlust verstanden, sondern als Chance, die Möglichkeiten der eigenen Lebensgestaltung zu erweitern – ein Gedankenansatz, der auch heute eine wertvolle Perspektive zur Lebensgestaltung bietet.

Vortrag von:

Prof.ⁱⁿ DDr.ⁱⁿ Katharina Ceming
Philosophin und habilitierte Theologin, freiberufliche Dozentin, Autorin

INFORMATIONEN: bei Mag.^a Petra Kudlicka unter
petra.kudlicka@kath-kirche-kaernten.at

HINWEIS: Wir senden die Meeting-ID
am Tag der Veranstaltung zu.

