

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, 27. Mai, 3., 10.,
17. und 24. Juni 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**

MO, 27. Mai 2024

Ja, ich mache es anders **Stärkung für (d)eine beziehungsvolle** **Elternschaft**

Neue Wege in der Begleitung der eigenen Kinder zu gehen, kann sehr viel Energie kosten. Vor allem wenn Familie und Umfeld irritiert und bewertend darauf reagieren. Dieser Vortrag gibt Impulse, wie wir dem wertschätzend begegnen und uns zugleich klar und gesund abgrenzen können.

Franziska Ebner-Ptok

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

MO, 3. Juni 2024

Positive Selbstgespräche **Welche Gespräche führst du mit dir im** **Familienalltag?**

„Ich Trottel, jetzt hab' ich das schon wieder vergessen. Den Haushalt kriege ich auch nicht auf die Reihe. Und noch so viel zu tun, da muss ich jetzt durchhalten.“ Jeden Tag haben wir tausende Gedanken, doch wie viele davon nähren und stärken dich? Wie viele sind für dich? Entdecke die Macht deiner Gedanken und erlaube dir positive Selbstgespräche, die dich freudvoll durch den Familienalltag tragen.

Martina Klein

*Psychologische Beraterin, Hypnose- und
Achtsamkeitscoach, Elementarpädagogin*



MO, 10. Juni 2024

Sei wild, frech und wunderbar! **Achtsame Herzensbildung für Kinder**

Jeder Mensch ist einzigartig und wertvoll – genau so, wie er ist. Leider geht diese Überzeugung im Verlauf des Lebens oft verloren. Wie kann es gelingen, das individuelle So-Sein unserer Kinder aufrecht zu erhalten und ihre ganz eigenen Interessen und Talente zu bestärken? Wie kann Herzensbildung vermittelt und gelebt werden? – Damit unsere Kinder in Verbindung mit ihrem einzigartigen Wesen bleiben.

Mag.^a (FH) Romana Ravnjak

*Gesundheitstrainerin für Entspannung,
Sozialarbeiterin, Familienberaterin*



MO, 17. Juni 2024

Abseits von Blau und Rosa: **Geschlechtssensible Kinderbücher**

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.

Corinna Guggenberger-Holl

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

MO, 24. Juni 2024

Mental gestärkt in die Schule **Konkrete und freudvolle Tools**

Schule kann ganz schön fordern. Da ist es wichtig unsere Kinder mental zu stärken. Romana zeigt einfache und kurze Übungen, die perfekt in den Sommer passen und die Konzentration, Aufmerksamkeit sowie Motivation unserer Kinder fördern.

Mag.^a (FH) Romana Ravnjak

*Gesundheitstrainerin für Entspannung,
Sozialarbeiterin, Familienberaterin*

