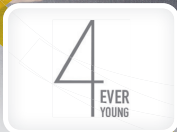
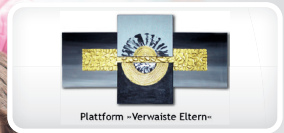


FAMILIENFREITAG – ONLINE

Programm Jänner – März 2025



FAMILIENFREITAG – ONLINE

Jeden Freitag können sich Eltern und Interessierte online über verschiedene Familien- und Erziehungsthemen informieren und austauschen. Die Online-Veranstaltungen finden immer um 10 Uhr und um 20 Uhr statt, die Teilnahme ist kostenlos. „Familienfreitag – online“ ist ein Projekt des Familienreferates in Kooperation mit Kärntner Elternbildungsträgern.

Programm

	Datum	Veranstalter	Referent:in	Thema
JÄNNER	10.01.2025	VHS Kärnten	Susanne Obermair, BA MA	Geschlechtersensible Erziehung von Anfang an
	17.01.2025		Mag. ^a Marina Markel	Digitale Erziehung – Kompetenzen für die Zukunft
	24.01.2025		Caroline Steintaler	Stressfrei durch den Familienalltag – Praktische Tipps und Techniken für Eltern und Kinder
	31.01.2025		Lissi Mörtl	Gelassen durch die Trotzphase
FEBER	07.02.2025	ponto - Burschen*- und Männer*arbeit	Helmut Ranalter, Martin Weißböck	Hallo Papa! Vatersein heute, wie geht das?
	14.02.2025		Michael Amlacher	Die virtuelle Jugend
	21.02.2025		Mag. (FH) Marina Salmhofer	Stark ohne Sucht: Jungs, Emotionen und gesunde Wege im Umgang mit Stress
	28.02.2025		Mag. ^a Marina Markel	Von Selfies bis Selbstbild: Wie Social Media unsere Jungs prägt
MÄRZ	07.03.2025	WIFF Frauen- und Familienberatung	Barbara Hassler	Lustvoll Stress bewältigen - mit Humor und Leichtigkeit durch den Familienalltag
	14.03.2025		Barbara Hassler	Das Geheimnis eines bewegten Gehirns
	21.03.2025		Mag. Eduard Gutleb	Das emotionale Immunsystem stärken Mentale Gesundheit und die 4 "S-Vitamine"
	28.03.2025		Mag. Eduard Gutleb	"Ich atme, also bin ich!" Mittels gezielter Atemtechniken zu erhöhtem Selbstwert und größerer Selbstbestimmtheit