

ELTERNBILDUNGSREIHE

KOSTENLOSE VORTRÄGE März bis Juni 2026

für Eltern, junge Erwachsene, Jugendliche, Großeltern und Interessierte



LAND KÄRNTEN

Kinderschutzzentrum DELFI Spittal
Körnerstraße 15
9800 Spittal an der Drau
veranstaltungen.delfi@ktn.kinderfreunde.org
+43 5 7006 9400
www.kisz-ktn.at

FREE

90
min
ca.

ohne
Anmeldung

komm
vorbei

Wir
freuen
uns!

Ein guter Morgen beginnt am Teller

Mit den besten und schnellsten Frühstücksideen für einen kraftvollen Start in den Tag.

Sandra Elisabeth Angerer MSc, MBA, MAS

Integrative Ernährungsexpertin, DGKP, Ernährungscoach, dipl. systemischer Coach



25. März um 18 Uhr

Stopp! Grenzen setzen - ohne Schuldgefühle

Kinder brauchen Orientierung - Mütter und Väter oft Nerven wie Drahtseile.

Mag.^a (FH) Romana Ravnjak, Sozialarbeiterin, Gesundheitstrainerin für Entspannung



9. April um 18 Uhr

Gemeinsam digital sicher - KI, Chatbots & Co.

Kinder und Jugendliche nutzen täglich soziale Medien und digitale Räume.

Bernhard Unterwalcher, Bezirksinspektor, BPK Spittal/Drau, Kriminalprävention/SIKO



22. April um 18 Uhr

Geldfragen in der Familie - fair und machbar

Familienfinanzen sind herausfordernd - und das geht vielen Eltern so.

Walter Schmied, Leiter Mobile Beratung, Bevorrechtete Schuldnerberatung Kärnten



5. Mai um 18 Uhr

Wenn es kracht: Verbindung statt Machtkampf

Besonders Kinder reagieren sensibel auf unsere Worte.

Sandra Elisabeth Angerer MSc, MBA, MAS

Integrative Ernährungsexpertin, DGKP, Ernährungscoach, dipl. systemischer Coach



20. Mai um 18 Uhr

Eltern sein mit Herz - statt Dauerstress

Mehr Gelassenheit im Familienalltag: Selbstfürsorge für Mütter und Väter.

Mag.^a (FH) Romana Ravnjak, Sozialarbeiterin, Gesundheitstrainerin für Entspannung



11. Juni um 18 Uhr

Finanzielle Sicherheit - gut begleitet

Kinder wachsen - und mit ihnen auch die Verantwortung im Umgang mit Geld.

Walter Schmied, Leiter Mobile Beratung, Bevorrechtete Schuldnerberatung Kärnten



24. Juni um 18 Uhr