

## VERANSTALTUNGSANKÜNDIGUNG Oktober 2025

Mittwoch, 01.10.2025

**Heiligenblut: Zukunftswerkstatt Oberkärnten  
"Als Frau selbstbestimmt in die Zukunft"**

Vortrag von Ramona Dullnig, AMS, in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Heiligenblut, Dorfsaal, Beginn: 18:00 Uhr, Anmeldung: FamiliJa 04782 2511 (MO-DO 8-13:00 Uhr) oder [familija@rkm.at](mailto:familija@rkm.at), Eintritt frei

Mittwoch, 01.10.2025

**Winklern: Erste Hilfe in der Pflege**

Vortrag von Markus Schmidl, Rotes Kreuz, in der durch FamiliJa-Pflegekoordination betreuten Marktgemeinde Winklern, im Einsatzzentrum, 2. OG, Beginn: 17:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 01.10.2025

**Spittal/Drau: Kräuterworkshop – Heilkraft von Gewürzen**

Workshop mit Martha Duschnig und Katharina Schwager in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Spittal/Drau, im Schloss Porcia, Beginn: 17:00 Uhr, Anmeldung: 04762 5650 136, Kosten: € 9,00/ Person zuzgl. Materialkosten

Donnerstag, 02.10.2025

**Gmünd: Basenfasten & Yoga – Kochworkshop**

Workshop mit Anna Nicklaus in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Gmünd, Hofladen Schiffer, Beginn: 18:00 Uhr, 14 Einheiten  
Anmeldung: 04732 2215, Kosten € 42,00/ Person

Freitag, 03.10.2025

**Stall: Diabetes verstehen und vorbeugen**

Vortrag von OÄ Dr.<sup>in</sup> Sabine Leopold und Diätologin Dora Krenn in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Stall, Gemeindegemeinschaftssaal, Beginn: 17:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 03.10.2025

**Obervellach: Nicht mit mir – Selbstverteidigungskurs**

Kurs mit Josef Wilscher des von FamiliJa betreuten „Gesunden Vereins“ Sportunion Obervellach, Bewegungsraum, Beginn: 16:00 Uhr  
Information und Anmeldung: 0664 100 31 86

Sonntag, 05.10.2025

**Obervellach: Tanzen Grundkurs 1**

Kurs mit Tanzschule Weichselbraun des von FamiliJa betreuten „Gesunden Vereins“ Sportunion Obervellach, Bewegungsraum, Beginn: 17:00 Uhr, Information und Anmeldung: 0650 633 97 45

Sonntag, 05.10.2025

**Obervellach: Tanzen Rumba und Walzer**

Kurs mit Tanzschule Weichselbraun des von FamiliJa betreuten „Gesunden Vereins“ Sportunion Obervellach, Bewegungsraum, Beginn: 18:30 Uhr, Information und Anmeldung: 0650 633 97 45

Montag, 06.10.2025

**Heiligenblut: Spielenachmittag**

in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Heiligenblut, Dauer: 14:00 bis 16:00 Uhr, Dorfsaal, Eintritt frei

Montag, 06.10.2025

**Mallnitz: Yoga I für AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

Kurs mit Marielle van Leeuwen in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Mallnitz, VS-Turnsaal, Beginn: 17:30 Uhr, 8 Termine, Anmeldung: 04784 255-12, Kosten: € 24,00/Person

Montag, 06.10.2025

**Mallnitz: Yoga II für AnfängerInnen und Fortgeschrittene**

Kurs mit Marielle van Leeuwen in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Mallnitz, VS-Turnsaal, Beginn: 18:45 Uhr, 8 Termine, Anmeldung: 04784 255-12, Kosten: € 24,00/Person

Dienstag, 07.10.2025

**Großkirchheim: Manchmal ist mir einfach alles zu viel...**

Vortrag von MMag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Katja Naschenweng in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Großkirchheim, Kindergarten, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Dienstag, 07.10.2025

**Obervellach: Mental Moves**

Kurs mit Johanna Lackner des von FamiliJa betreuten „Gesunden Vereins“ Sportunion Obervellach, Bewegungsraum, Beginn: 18:45 Uhr Information und Anmeldung: 0650 977 98 46

Dienstag, 07.10.2025

**Spittal/Drau: Nahrungsverweigerung bei Demenz**

Vortrag von Petra Stöckl, BScN in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Spittal/Drau, Schloss Porcia, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 08.10.2025

**Spittal/Drau: Lernen ist ein Kinderspiel**

Vortrag von Mag.<sup>a</sup> Nina G. Martiny in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Spittal/Drau, Schloss Porcia, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

**Donnerstag, 09.10.2025**

**Obervellach: Bewusst.sicher.mobil im Auto unterwegs**

Workshop des Kuratoriums für Verkehrssicherheit mit Gerlinde Klammer-Minichberger in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Obervellach, Gemeindesitzungssaal, Beginn: 16:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 10.10.2025

**Mörtschach: Die Schilddrüse**

Vortrag von Dr.<sup>in</sup> Martina Schantl in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Mörtschach, Kultbox, Beginn: 19:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 10.10.2025

**Obervellach: Sturzprophylaxe**

Kurs mit Josef Wilscher des von FamiliJa betreuten „Gesunden Vereins“ Sportunion Obervellach, Bewegungsraum, Beginn: 18:00 Uhr  
Information und Anmeldung: 0664 100 31 86

Mittwoch, 15.10.2025

**Obervellach: Sesseligymnastik**

Kurs mit Reinhard Lassnig des von FamiliJa betreuten „Gesunden Vereins“ Sportunion Obervellach, Bewegungsraum, Beginn: 15:00 Uhr  
Information und Anmeldung: 0650 814 16 54

Mittwoch, 15.10.2025

**Dellach/Drau: Gendermedizin Herz-Kreislauf**

Vortrag von Dr.<sup>in</sup> Hemma Aschenwald in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Dellach/Drau, Veranstaltungsraum Dellach 166, Beginn: 19:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 15.10.2025

**Greifenburg: Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Erwachsenenvertretung**

Vortrag von Mag.<sup>a</sup> Christine Völkerer in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Greifenburg, unterer Kultursaal, Beginn: 18:00 Uhr  
Eintritt frei

Donnerstag, 16.10.2025

**Heiligenblut: Halt geben, wenn's wackelt – frühe Hilfen**

Vortrag von Manuela Kofler in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Heiligenblut, Raum der BTS Glocknerzwerge, Beginn: 16:30 Uhr, Eintritt frei

Donnerstag, 16.10.2025

**Dellach/Drau: Eltern-Kind-Treff**

Gruppenstart mit Rebecca Mitterberger in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Dellach/Drau, VS Dellach, Beginn: 10:00 Uhr  
8 Termine, Anmeldung: 0664 25 35 311

Freitag, 17.10.2025

**Großkirchheim: Diabetes verstehen und vorbeugen**

Vortrag von OÄ Dr.<sup>in</sup> Sabine Leopold und Diätologin Dora Krenn in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Großkirchheim, Parkcafé, Beginn: 17:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 17.10.2025

**Kleblach/Lind: Gesunder Rücken im Alltag**

Kurs mit Martina Mösslacher in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Kleblach/Lind, Kultursaal, Dauer: 9:00 bis 13:00 Uhr, Kosten: € 12,00/Person, Anmeldung 0699 81 28 11 75

Samstag, 18.10.2025

**Flattach: Coaching mit Tieren**

Workshop mit Sylvia Granitzer in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde Flattach, Bruggerhof, Beginn: 10:00 Uhr, Information und Information und Anmeldung 0676 641 56 28

Montag, 20.10.2025

**Dellach/Drau: Erbschaft, Schenkung, Testament, Verlassenschaft**

Vortrag von Mag.<sup>a</sup> Christine Völkerer in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Dellach/Drau, Gasthof Waldhof, Beginn: 15:00 Uhr Eintritt frei

Dienstag, 21.10.2025

**Obervellach: Bewusst.sicher.mobil im Auto unterwegs**

Workshop des Kuratoriums für Verkehrssicherheit mit Gerlinde Klammer-Minichberger in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Obervellach, Gemeindegemeinschaftssaal, Beginn: 16:00 Uhr, Eintritt frei

Dienstag, 21.10.2025

**Heiligenblut: REVAN – Richtig essen von Anfang an**

Vortrag von Mag.<sup>a</sup> Birgit Moser in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Heiligenblut, Raum der BTS Glocknerzweigen, Beginn: 17:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 22.10.2025

**Mühldorf: Herzensbildung zuerst**

Vortrag von Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Karin Kaiser-Rottensteiner in der von FamiliJa Betreuten „Gesunden Gemeinde“ Mühldorf, Kulturhaus (Kleiner Sitzungssaal), Beginn: 19:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 22.10.2025

**Winklern: Plötzlich Pflegekraft – Kompass für die ersten Schritte**

Vortrag von DGKP Birgit Brandstätter in der durch FamiliJa-Pflege-Koordination betreuten Marktgemeinde Winklern, Haus St. Laurentius, Beginn: 14:00 Uhr, Eintritt frei

Donnerstag, 23.10.2025

**Steinfeld: Stammtisch für pflegende Angehörige**

Treffen mit DGKP Renate Gsodam in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Steinfeld, Vortragssaal EG, Beginn: 15:00 Uhr, Eintritt frei

Donnerstag, 23.10.2025

**Millstatt: Der bunte Teller**

Vortrag von Mag.<sup>a</sup> Birgit Moser in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Millstatt, Kongresshaus Millstatt, Beginn: 18:30 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 24.10.2025

**Gmünd: Sternenkinder – Abschied bevor das Leben anfängt**

Informationsveranstaltung mit OÄ Dr.<sup>in</sup> Helga Sommeregger, Gynäkologin, Julia Aichholzer, BSc, Hebamme, Mag.<sup>a</sup> Bettina Reicher, Psychologin, Monika Pucher-Schweiger, Selbsthilfegruppe, Sabrina Köfele, Fotografin, Mag.<sup>a</sup> Alexandra Rudifera, Moderatorin, in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Gmünd, Stadtsaal, Beginn: 19:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 29.10.2025

**Gmünd: Resilienz**

Vortrag von Günther Maurer in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Gmünd, Lodronschen Reitschule, Beginn: 19:00 Uhr, Eintritt frei

Donnerstag, 30.10.2025

**Obervellach: Der Tod auf PR Tour – Rendezvous mit Black Jack**

Schwarze Komödie mit Mario Kuttinig in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Obervellach, Kultursaal, Beginn: 19:00 Uhr, Kartenvorverkauf € 15,00, Abendkasse € 19,00, Kartenbestellung: FamiliJa 04782 2511 oder familija@rkm.at

