

ELTERNBILDUNGSREIHE



KOSTENLOSE VORTRÄGE - Herbst 2025

für Eltern, Großeltern und Interessierte



FREE

90
min
ca.

ohne
Anmeldung

komm
vorbei

Wir
freuen
uns!

Was das Gehirn gerne isst

Ernährung für starke Nerven und kluge Köpfe (0-18 Jahre*)

Wie gutes Essen Kindern hilft, konzentrierter, ausgeglichener und stressfester zu sein.

Sandra Elisabeth Angerer MSc, MBA, MAS
Integrative Ernährungsexpertin, Ernährungscoaching, DGKP

28. Oktober um 18 Uhr
Delfi Spittal/Drau

Umgang mit Krisen

Wie kann ich mein Kind durch stürmische Zeiten begleiten? (0-18 Jahre*)

Stürme gehören zum Leben - Streit, Trennung, Leistungsdruck, persönliche Rückschläge oder Nachrichten aus aller Welt können Kinder und Jugendliche belasten und zu Krisen im Alltag führen.

Andrea Grafenauer BA, MA & Farina Schorn BA, MA
Sozialarbeiterinnen

6. November um 18 Uhr
Delfi Spittal/Drau

18. November um 18 Uhr
Delfi Villach

Kindliche Ängste

Monster unterm Bett? Was Kinder wirklich fürchten. (0-18 Jahre*)

Kinderängste werfen immer wieder neue Fragen auf. Wann brauchen Kinder Unterstützung?
Und was steckt wirklich hinter der Angst vor Monstern, Gewitter oder Trennung?

Mag.ª Olivia Spitzer MSc, Psychotherapeutin
Mag.ª Birgit Ampferthaler, Klinische- und Gesundheitspsychologin

13. November um 18 Uhr
Delfi Spittal/Drau

Digital begleiten statt kontrollieren

Medienerziehung in der Familie (6-15 Jahre*)

Wir beleuchten typische Gefahren im digitalen Raum sowie praxisnahe Tipps für eine altersgerechte Medienerziehung.

Caroline Steinhäler BA & Karin Russ BA
Sozialarbeiterinnen

25. November um 18 Uhr
Delfi Spittal/Drau

Kindliche Sexualität im Blick

Körper, Gefühle, Grenzen (0-14 Jahre*)

Ein Abend für alle Eltern, die ihre Kinder stark machen wollen – in einer Welt, in der Offenheit und Aufklärung wichtiger sind denn je.

Karin Russ BA & Martina Büchsner BA, MA
Sozialarbeiterinnen

2. Dezember um 18 Uhr
Delfi Spittal/Drau

*) Elternvorträge - Inhalte betreffen Kinder & Jugendliche folgender angegebener Altersklassen

