



Die Familie in Südtirol

DIE ZEITSCHRIFT DES
NR 1 · FEBRUAR 2025

KFS
Katholischer
Familienverband
Südtirol

Erscheint sechsmal im Jahr · 48. JG · Nr 1 · FEBRUAR 2025

Poste Italiane s.p.a. – Spedizione in A. P. – D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma – DCB Bolzano

MUTTERNACHT 2025

Gefangen im Netz

Familie und digitale Welt



AUS DER PRAXIS GESPROCHEN

**Chemie oder
Natur im Haushalt**

Gisela Costa

S. 8

FAMILIENPOLITIK

**Wohnen leistbar
machen**

Valentin Mair

S. 20

WEBINAR

Finanzen für Frauen: Börse & Co sind nicht nur was für Männer

Zeitraum: Di., 18. Februar 2025 um 20 Uhr, über Zoom

Zielgruppe: Mütter/Väter, Erwachsene, Interessierte

Referent: Felix Brugger – Selbstständiger Vermögensberater



WEBINAR

„Ich bin so gut wie ich bin“ Das Selbst-Wert-Gefühl von Kindern stärken

Zeitraum: Mi., 5. März 2025 um 20 Uhr, über Zoom

Zielgruppe: Mütter/Väter, Erwachsene, Interessierte

Referentin: Tanja Fischer – Pädagogin, in der Begleitung von Kindern, Eltern und pädagogischen Fachkräften tätig



SEMINAR

Erziehen mit Herz und Verstand – FamilienTeam®-Grundkurs

Zeitraum: Fr., 14. März 2025, 15 Uhr

bis Sa., 15. März 2025, 15 Uhr

Ort: Haus der Familie, Lichtenstern, Ritten

Zielgruppe: Paare

Kinderbetreuung: auf Anfrage

Referentin: Elisabeth Hickmann – Sozialpädagogin, Systemische Therapie und Beratung (SG), FamilienTeam®-Trainerin

Kooperation mit:



HAUS DER FAMILIE

Kursbeitrag: 125 € pro Paar für Mitglieder,

155 € pro Paar für Nicht-Mitglieder

85 € pro Person für Mitglieder,

115 € pro Person für Nicht-Mitglieder

(zzgl. Unterkunft und Verpflegung)



WEBINAR

Der Körper als Kultobjekt – Jugendliche zwischen Fitness, Diät & Schönheit

Zeitraum: Do., 18. März 2025 um 20 Uhr, über Zoom

Zielgruppe: Mütter/Väter, Erwachsene, Interessierte

Referentin: Raffaella Vanzetta – Koordinatorin Bereich Essstörungen
im Forum Prävention, Psychotherapeutin



Alle Webinare sind für KFS-Mitglieder KOSTENLOS!

Voraussetzung ist die KFS-Mitgliedschaft (Jahresbeitrag 18 €).

Infos und Anmeldung:

Tel. 0471 974 778 | info@familienverband.it

www.familienverband.it

Follow us:



Lust auf mehr?

Das vollständige Kursprogramm finden Sie
auf der KFS-Webseite.



AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL
Familienagentur



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Agenzia per la famiglia

KFS
Katholischer
Familienverband
Südtirol

Liebe Familien, liebe Leserinnen und Leser der FiS,

Kinder lernen von dem, was wir vorleben. Umso wichtiger ist es, die eigene Vorbildrolle achtsam und verantwortungsvoll zu gestalten. Wenn ich mit meinen Enkelkindern spreche, nehme ich mir bewusst Zeit für sie und konzentriere mich ganz auf unser Gespräch – ohne nebenbei Nachrichten auf dem Smartphone zu lesen oder zu schreiben. Damit signalisiere ich, dass sie meine ungeteilte Aufmerksamkeit verdienen und unser Gespräch Vorrang hat. Solche **medienfreien Momente** sind essenziell, denn digitale Geräte haben die Fähigkeit, uns völlig in ihren Bann zu ziehen. Ohne klare Regeln kann ihre Nutzung leicht aus dem Ruder laufen – besonders auch in Familien. Nicht nur Kinder müssen lernen, sicher und bewusst im digitalen Raum zu agieren – auch wir Eltern und Großeltern. Erwachsene sind gefordert, die digitale Lebenswelt der Kinder zu verstehen, Interesse daran

zu zeigen und sie aktiv zu begleiten. Fehler sind dabei unvermeidlich. Entscheidend ist, dass Erwachsene die Kinder auffangen und ihnen Sicherheit vermitteln.

Die Sensibilisierungskampagne „**MutterNacht**“ des **Hauses der Familie**, die wir von Anfang an unterstützen, widmet sich im heurigen elften Jahr dem Thema „**Gefangen im Netz**“.

Die Schnittstelle von Familie und digitaler Welt ist Inhalt vieler Gespräche und nicht selten Anlass für Konflikte – aber sie birgt auch Chancen: Digitale Tools können analoge Projekte wertvoll bereichern.

Außerdem stehen zwei bedeutsame Jubiläen bevor: **Die FiS (Familie in Südtirol) feiert heuer ihr 50-jähriges Bestehen.** Wir planen dazu eine besondere Ausgabe. Im kommenden Jahr erwartet uns ein weiterer Meilenstein: **Der Katholische Familienverband Süd-**



Foto © KFS/KH Sollbauer

tirol (KFS) wird 60 Jahre alt. Wir feiern beide Jubiläen gebührend, die Vorbereitungen sind bereits im Laufen.

Neben dem digitalen Schwerpunkt bietet diese Ausgabe auch ganz praktische Inspiration für den Alltag: **Rezepte für selbstgemachtes Waschmittel, Anregungen für Bildungs-Sommerpläne im Ausland, unsere neue Spielbox für analogen Spielspaß und ein Rezept für köstliches Birnen-Couscous.**

Herzlich, eure

Angelika Mitternutzner

Angelika Mitternutzner
Präsidentin

Inhalt



- 04 Familien Leben**
MutterNacht 2025: Gefangen im Netz
Familie und digitale Welt



- 07 Familien Leben**
Südtiroler Kinderdorf



- 08 Aus der Praxis gesprochen**
Chemie oder
Natur im Haushalt



- 10 Die Familienagentur informiert**
Finanzielle Leistungen für
Familien im Jahr 2025

- 11** Fachleute informieren
12 Kinderseite
13 Glauben
14 KFS-Intern
19 Tipps & Hits

- 20** Familienpolitik
22 Essen & Trinken
23 Im ganzen Land
30 Familien-Ratgeber
31 Familie in Not

MutterNacht 2025

Gefangen im Netz

Familie und digitale Welt

Smartphones, Tablets und soziale Medien gehören längst zum Leben. Sie bieten Chancen, die das Leben bereichern: Großeltern spielen über eine App mit den Enkeln, Eltern bleiben per Videoanruf mit ihren im Ausland studierenden Kindern in Kontakt. Digitale Medien können aber auch die Verbindung im Familienalltag stören.

Smartphones am Esstisch, stundenlanges Spielen in virtuellen Welten oder Streit über Bildschirmzeiten gehören für viele Familien zum Alltag. Die MutterNacht-Kampagne 2025 möchte die Balance zwischen digitalen Chancen und Herausforderungen ins Bewusstsein rücken und Wege aufzeigen, wie Familien digitale Möglichkeiten sinnvoll nutzen können. Im Gespräch mit der Dozentin für Kinderliteratur Elisabeth von Leon und dem Game-Entwickler Hannes Waldner.

KFS: Wie hat Ihre Arbeit als Game-Entwickler Ihr Verständnis für den Umgang mit digitalen Medien in der Familie geprägt?

Hannes Waldner: Ich habe eine Tochter und war 20 Jahre in der Jugendarbeit aktiv, unter anderem als Spiel-, Medien- und Wildnispädagoge. Die Auseinandersetzung mit digitalen Medien war bei uns früh ein Thema. Wir haben uns bewusst gefragt, wie wir als Familie mit Smartphones und Co. umgehen. Bei uns gibt es beispielsweise keine Handys am Tisch. Regeln leben wir vor, anstatt sie nur zu verordnen. Unsere Tochter hat früh gelernt, ihren Medienkonsum aktiv zu gestalten. Sie interessiert sich weniger für digitale Spiele, hört lieber Hörbücher und spielt Brett- und Kartenspiele mit uns. Dabei hat sie gelernt, dass Medien Teil des Alltags sind, aber nicht alles dominieren. Schon mit drei Jahren hat sie ein altes Handy mit Schreibprogramm bekommen, wonach sie das

Interesse schnell verloren hat. Wichtig war und ist uns, sie nicht mit Medien „ruhigzustellen“. Das Handy mag als Babysitter kurzfristig praktisch erscheinen, birgt aber langfristig Gefahren.

KFS: Welche Tipps haben Sie für Eltern, um die Diskussion über digitale Medien und deren Einfluss auf das Familienleben in einer offenen und konstruktiven Weise zu führen?

Elisabeth von Leon: Der Diskurs zwischen Eltern und Kindern über Digitalität ist ein Fass ohne Boden: Bildschirmzeiten, Gaming Formate, eigene Digital Devices, Social-Media-Accounts, Online-Mobbing sind nur ein paar der Unterpunkte, über die Familien tagtäglich ins Gespräch kommen (sollten). Dabei hängt es immer sehr davon ab, mit wem wir sprechen: Teenager oder Grundschulkind. Je nach Alter und je nach Diskussion steht ein anderes Bedürfnis hinter den Wünschen unserer Kinder. Als Eltern versuchen wir, hinter den Wunsch zu blicken und zu erkennen, was sie tatsächlich brauchen. Gleichzeitig ist es an uns, den Kindern unsere eigene Motivation zu erklären. Bleiben wir offen füreinander und scheuen es nicht, uns immer und immer wieder neu auszuloten, schaffen wir es bestenfalls, Kompromisse zu finden. Eine nicht zu vernachlässigende Wirkung haben wir Eltern als Vorbilder! Das Lese- und Medienverhalten ist quasi „vererbbar“: Wenn Kinder mit vielen Büchern und viellesenden El-

tern aufwachsen, entwickeln sie selbst eine Affinität fürs Lesen. Das aktive Vorleben wirkt dabei auf lange Sicht besser als leidige Diskussion oder Belehrungen.

„Die größte Herausforderung ist, dass digitale Geräte wie Smartphones bewusst darauf ausgelegt sind, Aufmerksamkeit zu fesseln.“

Hannes Waldner

KFS: Welche Herausforderungen sehen Sie im Umgang mit digitalen Medien?

Hannes Waldner: Die größte Herausforderung ist, dass digitale Geräte wie Smartphones bewusst darauf ausgelegt sind, Aufmerksamkeit zu fesseln. Kinder spüren das genauso wie wir Erwachsene. Ohne klare Regeln und altersgerechte Zugänge wird der Übergang zur Gewohnheit schnell unkontrolliert. Wir sollten achtsam bleiben und vermeiden, durch unsere Mediennutzung gesellschaftliche Grenzen nicht zu übertreten, etwa durch laute Videos oder Videocalls

in Restaurants. Da sich die digitalen Technologien immer weiterentwickeln, müssen diese Grenzen und Regeln immer neu verhandelt werden. Ein Beispiel sind Datenbrillen, wo die digitale und analoge Wahrnehmung verschmilzt. Auch hier ist Feingefühl gefragt, um die positiven Möglichkeiten zu nutzen, ohne den sozialen Rahmen aus den Augen zu verlieren.

KFS: Welche Rolle spielen diversitätssensible und resilienzfördernde Ansätze in der Kinderliteratur bei der Bewältigung der Herausforderungen der digitalen Welt?

Elisabeth von Leon: Es ist wichtig, dass Kinder von Anfang an Lebensvielfalt wahrnehmen können. Literatur kann hierfür ein ideales Medium sein. Sie lässt Erfahrungen zu, die wir außerhalb von zwei Buchdeckeln unter Umständen gar nicht machen könnten und bettet diese dennoch in einen schützenden, selbst bestimmbareren Rahmen. Aus denselben Gründen lässt sich anhand von literarischen Erfahrungen auch Resilienz fördern: Psychologisch tiefgründige Figuren, die Herausforderungen ehrlich begegnen, können fantastische Vorbilder sein!

Ein Kind, das in seiner Fantasie viel erprobt hat und Vielem (auch un-

bequemen Erzählungen) begegnet ist, ist offener für Neues und gleichzeitig besser gewappnet dafür! Vor allem Kinderliteratur, die offene Lösungskonzepte präsentiert und dazu anregt, selbst nachzudenken, fördert das kritische Denken. Und gerade im Umgang mit digitalen Medien ist dies eine Schlüsselkompetenz.

KFS: Wie können Eltern digitale Medien nutzen, um die Kreativität und das Lernen ihrer Kinder zu fördern?

Hannes Waldner:

Spielen ist eine der effektivsten Formen des Lernens. Digitale Tools wie „Pokémon GO“ oder „Actionbound“ motivieren Kinder, sich zu bewegen und die reale Welt zu erkunden. Serious Games können Entscheidungsfindung und Reflexion trainieren, während Apps wie *Anton* den Unterricht spielerisch ergänzen.



Digitale Welt als Herausforderung: das Buch zur MutterNacht

Familien sind eingeladen, bis zum 3. März 2025 Geschichten zum diesjährigen Thema „Gefangen im Netz“ beim Haus der Familie einzureichen. Dabei steht die Frage im Mittelpunkt: „Wie geht es uns als Familie im Jahr 2025 mit der digitalen Welt?“ Die Beiträge sollten persönliche Erlebnisse, kreative Lösungen oder Herausforderungen im Umgang mit digitalen Medien schildern und Impulse geben. Einsendungen können mit Namen oder anonym erfolgen: Mail an mutternacht@hdf.it

Foto © MutterNacht 2025

Anton bietet Inhalte in Deutsch, Mathematik, Sachkunde, Biologie, Geschichte, und Musik an. Die App ist für Schüler:innen der Grund- und Mittelschule konzipiert und bietet über 100.000 Aufgaben sowie 200 verschiedene interaktive Übungstypen an. Darüber hinaus können Kinder Me-



NATUR FREUND

Klimaneutraler Druck, umweltfreundliche Prozesse und Papier aus nachhaltiger Waldwirtschaft. Wir tragen Verantwortung für Mensch und Umwelt. Zahlreiche Zertifizierungen bestätigen unser Bemühen um Nachhaltigkeit.

www.athesiadruck.com



ATHESIA
DRUCK



FERRARI
AUER DRUCK

dien kreativ nutzen, etwa für Foto-, Audio- oder Videoprojekte. Dabei ist es wichtig, dass sie nicht nur konsumieren, sondern auch hinterfragen, wie Inhalte gestaltet werden.

Ein grundlegendes Verständnis für Technik und Mediengestaltung sollte Teil des Lernprozesses sein.

KFS: Sie sagen, Kreativität stagniert. Was empfehlen Sie, um Kinder und Familien dazu zu ermutigen, aus einer konsumierenden Haltung in eine produzierende und aktivierende Rolle zu wechseln?

Elisabeth von Leon: (Vor-)Lesen, je früher desto besser! In den sozialen Medien kursiert eine wunderbare Illustration von YO_RUNNER: Sie zeigt ein Kind vor einem Fernseher, das im schwarzen Schatten des elektronischen Geräts versinkt. Daneben sitzt ein Kind mit einem Buch im Schoß und an die Wand geworfen tut sich eine ganze Schattenwelt mit Schlössern, Planeten und Fabelwesen auf...

Wenn wir lesen, produzieren wir unseren eigenen geistigen Spielfilm: Wir sind Regisseurinnen und Bühnendesigner, Maskenbilderinnen und Komponisten! Wir imaginieren ganze Welten. Und sind oftmals dazu angeregt, etwas aus unserer Fiktion in die Realität zu bringen: Dann wird geforscht, gemalt oder nachgespielt oder auch „nur“ darüber gesprochen.

INTERVIEW
MARIA LOBIS



Fotos © Adobe Stock, Anna Mayr, Privat

Praxisnah lesen: online Portale und Bücher

Wer konkrete Handlungsanweisungen wünscht, um selbst oder mit dem Kind ins Tun zu kommen, wird auf vielen guten Portalen fündig:

- Der **Arbeitskreis für Jugendliteratur** bietet für fast alle **Nominierungen des Deutschen Jugendliteraturpreises** **Praxistipps zum Download an**.
-
- Der **Instagram-Account bilderbuecherei** von **Birgit Wittmann** stellt zeitgenössische Kinderliteratur vor – stets garniert mit Ideen für Elternhaus oder Unterricht.
 - Die **Stiftung Lesen** hat im Reiter *loslesen* über 600 „Aktionsideen“ versteckt (bei „Ich suche“ dieses Schlagwort anklicken).

Diese Bücher thematisieren familiäre Dynamiken im Kontext der digitalen Welt:

- Den Blick auf das vermeintlich digital abhängige Kind zeigt **„Ein großer Tag, an dem fast nichts passierte“** von **Beatrice Alemagna** (Beltz & Gelberg, 2018). Unwillentlich tauscht es den virtuellen gegen den regennassen, realen Erfahrungsraum, erlebt mit allen Sinnen Momente der Achtsamkeit und kommt ins Staunen und Träumen.
- Den Erwachsenen hält hingegen **„Ich sehe was, was ihr nicht seht“** von **Katharina Grossmann-Hensel** (annette betz, 2024) oder **„Ein Tiger im Zug“**, geschrieben von **Mariesa Dulak** und übersetzt von **Rebecca Cobb** (Jumbo, 2024) den Spiegel vor. Beide Bilderbücher porträtieren Erwachsene, die am Smartphone festkleben und beinahe die Abenteuer rund um sie herum verpassen.



Elisabeth von Leon ist Dozentin für Kinderliteratur an der Fakultät für Bildungswissenschaften der Freien Universität Bozen-Bolzano und koordiniert den EduSpace KinderLiteraturWerkstatt, den Prof.in Dr.in Jeanette Hoffmann 2022 gegründet hat. Von Leons Forschung fokussiert sich auf die Ästhetik und Didaktik von Bilderbüchern sowie die Einbindung diversitätssensibler Kinderliteratur.



Hannes Waldner aus Meran hat Informatik studiert und einen Master in Game Studies. Als freiberuflicher Game- und Experience-Designer verbindet er seine Expertise in Spiele- und Wildnispädagogik mit langjähriger Erfahrung in der Jugendarbeit und Referententätigkeit.

Südtiroler Kinderdorf

Lebenslinien begleiten

Die Welt war eine andere, als der Kriegsveteran Hermann Gmeiner 1948 das erste SOS-Kinderdorf in Imst gründete und dessen Konzept sieben Jahre später, 1955, von Sebastian Ebner für Südtirol übernommen wurde. In den vergangenen 70 Jahren hat sich Grundlegendes verändert: Während Kriegs- und Halbwaisen heute glücklicherweise eine weitaus geringere Rolle spielen, war ihre Betreuung damals noch zentral. Auch die traditionellen „Mutti“, die sich um zehn Kinder kümmerten, gehören der Vergangenheit an. Das Südtiroler Kinderdorf ist heute mit rund 50 Plätzen eine der größten Einrichtungen der stationären Kinder- und Ju-

gendhilfe in Südtirol, mit sechs Kinder- und Jugendwohngruppen (in Brixen und Meran), die jeweils von einem multiprofessionellen Team begleitet werden. Das Leitbild basiert auf Teilhabe, Begegnung auf Augenhöhe und stabilen Beziehungen.

Darüber hinaus verfolgt das Südtiroler Kinderdorf den Anspruch, auch außerhalb seiner Strukturen zu wirken. Im Bereich **Mobile Familienarbeit** besuchen die Mitarbeiter:innen Familien direkt zu Hause und unterstützen Eltern und Kinder in herausfordernden Lebenslagen.

Mit den Angeboten von Kido.IMPULS wurden der Präventionsgedanke wei-

terentwickelt und die Förderung von Grundhaltungen im Familienleben in den Mittelpunkt gerückt. Kido.IMPULS ist in der Elternbildung tätig, kooperiert mit Kindergärten und Schulen und fungiert als Netzwerkpartner für die Eisacktaler Gemeinden bei der Umsetzung familienfreundlicher Maßnahmen.

Zudem bietet das Südtiroler **Kinderdorf in Haus Rainegg** alleinerziehenden Frauen mit Kindern mit kleinen Wohneinheiten ein vorübergehendes Zuhause an – einen Ort für Stabilität und Neubeginn.

ANGELIKA KÖNIG

Werte sind wichtiger als Methoden

Im Familienalltag geht es häufig darum, die richtige Methode zu finden: Wie bringe ich mein Kind dazu aufzuräumen? Wie reagiere ich, wenn es wütend wird? Welche Regeln sind wirklich sinnvoll? Diese und viele andere Fragen beschäftigen unzählige Eltern. Oft sind wir unsicher, wie wir am besten mit unserem Kind umgehen sollen – und das ist auch gut so. Denn diese Unsicherheit zeigt, dass wir bereit sind, unser Verhalten zu reflektieren und neue Wege zu finden.

Es gibt oft Empfehlungen und Methoden, die uns helfen sollen, den

Familienalltag zu gestalten. Doch am Ende des Tages ist es nicht die „perfekte Methode“, auf die wir uns blind verlassen sollten. Vielmehr kommt es darauf an, wie wir uns als Elternteil einbringen, wie wir auf unser Kind zugehen und wie wir unsere eigenen Werte im Familienalltag leben. Das Stichwort lautet: „Authentisch sein!“. Es geht darum, zu unseren eigenen Gedanken und Gefühlen zu stehen und offen darüber zu sprechen. Indem wir diese Haltung vorleben, vermitteln wir unseren Kindern, dass es in Ordnung ist, Gefühle zu zeigen, auf sich selbst zu achten und die eigenen

Bedürfnisse und Grenzen zu respektieren. Wenn wir als Eltern authentisch sind und unsere Werte leben, schaffen wir eine starke Grundlage für die Entwicklung unserer Kinder. Indem wir den Fokus von Erziehungsmethoden auf die eigenen Werte verschieben, schaffen wir eine Atmosphäre, in der Kinder nicht nur „funktionieren“, sondern sich zu eigenständigen, starken Persönlichkeiten entwickeln können.

Fragen Sie sich: Was ist mir wirklich wichtig? Welche Werte möchte ich meinem Kind vermitteln? Welche Werte habe ich aus meiner eigenen Kindheit mitbekommen und welche möchte ich in meiner Familie weitergeben? Kinder spüren, ob Sie wirklich an das glauben, was Sie tun, oder ob Sie lediglich eine Methode anwenden, weil sie als die „richtige“ Lösung erscheint.

LISA UNTERTHINER

Foto © Adobe Stock



AUS DER PRAXIS
GESPROCHEN

Chemie oder Natur im Haushalt

Sauber mit weniger Umweltbelastung

Der Sauberkeitsanspruch, sei es bei der Raumpflege als auch bei der Wäsche, ist in den vergangenen Jahrzehnten stark gestiegen. Sauberkeit ist ein Muss! Eine saubere Wohnung steht für mehr Wohnkomfort und Gesundheit. Die Reinigungsmittelindustrie beachtet unseren Sauberkeitswunsch mit einem reichhaltigen Angebot an unterschiedlichen Reinigungsmitteln. Für jede Schmutzart, für jedes zu reinigende Material, für jeden Raum ist das passende Mittel zu finden. Alle versprechen schnelle Wirkung und mühelose Reinigung mit wenig Zeitaufwand.

Die schnelle Wirkung und das mühelose Entfernen von Schmutz sind zwar meistens gegeben, aber klar ist auch: Je schneller und leichter der Schmutz entfernt wird, desto stärker und komplexer ist die eingesetzte Chemie. Viele Reinigungsmittel enthalten umweltschädliche oder gesundheitsgefährdende Chemikalien. Es gilt die Faustregel: Je spezieller ein Putzmittel, desto bedenklicher ist es. Ein Großteil der Reinigungsmittel mit angeblichen Wunderkräften ist überflüssig.

Konsument:innen sind mittlerweile umweltbewusster. Sie haben den Wunsch, hygienisch zu reinigen, aber es soll auch umweltschonend sein. Der Markt bietet inzwischen ein größeres Angebot an weniger bedenklichen ökologischen Reinigungsmitteln an. Diese Produkte sind vielfach durch verschiedene Ökosiegel, wie zum Beispiel **Blauer Engel** und **Eco-Label** zertifiziert. Die Ökosiegel garantieren die umweltschonende Wirkung dieser Mittel. Das bedeutet, dass sie weniger oder keine Farb-, Duft- oder Konservierungsstoffe enthalten und die enthaltenen Tenside biologisch abbaubar sind beziehungsweise aus pflanzlichen nachwachsbaren Grundstoffen gewonnen werden.

Weniger ist mehr

Für den effektiven Hausputz genügen einige wenige einfache, ökologisch verträgliche Mittel. Vier Reinigungsmittel reichen für eine hygienisch einwandfreie Raumpflege: Ein **milder Allzweckreiniger** oder ein sparsam dosiertes **Handspülmittel** sind für die Reinigung von Fußböden und Oberflächen vollkommen ausreichend. Kalk

und Urinstein im Bad lassen sich leicht mit einem **sauren Reiniger**, am besten auf Zitronensäurebasis, entfernen. Ein **milder Fettlöser** entfernt bei Bedarf fetten Schmutz in der Küche. Eine **cremige Scheuermilch** ist gerade in der Küche bei hartnäckigem Schmutz und Verkrustungen auf Töpfen und Pfannen geeignet. Scheuermilch hat auch eine leicht fettlösende Wirkung und eignet sich zudem für die Edelstahlpflege.

Reinigungsmittel selbst herstellen

Als Alternative zu den im Handel erhältlichen Reinigungsmitteln ist es mit wenigen Zutaten möglich, selbst wirksame Reinigungsmittel herzustellen. Dabei hat man im Vergleich zu den handelsüblichen Mitteln eine bessere Übersicht über die Inhaltsstoffe. Selbsthergestellte Reinigungsmittel bestehen aus nur wenigen Wirkstoffen und werden oft als natürlich bezeichnet. Diese Bezeichnung ist allerdings irreführend. Sie lässt uns glauben, dass die Mittel für Umwelt und Gesundheit unbedenklich sind. Soda, Natron (auch als Natriumbikarbonat oder Bikarbonat bezeichnet), Seifenflocken und Zitronensäure sind übliche Zutaten bei der Herstellung von Reinigungs- und Waschmitteln. Es handelt sich dabei aber um chemische Stoffe, die bei unachtsamer Handhabung und Überdosierung nicht sonderlich umweltfreundlich und gesundheitschonend sind. Bei vielen Rezepturen, die im Internet oder in der Literatur zu finden sind und meist auch sehr gute Wirkung versprechen, werden alkalisch und sauer, also Natron oder Soda, mit Zitronensäure vermischt. Diese Mischung ist aber unwirksam, da sich



die beiden Stoffe gegenseitig neutralisieren. Wirksam sind selbsthergestellte Mittel, die entweder nur alkalisch oder nur sauer sind.

Selbsthergestellte Reinigungsmittel sind je nach Rezeptur bei leichtem Schmutz wirksam. Bei hartnäckigerem Schmutz sind sie weniger effektiv. Für gute Reinigungser-

gebnisse benötigen sie längere Einwirkzeit. Dann sind auch mehr Kraftaufwand, also längeres Wischen oder Reiben und Geduld gefragt.

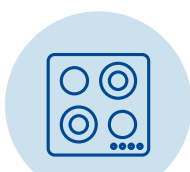
GISELA COSTA



Alle Fotos © Gisela Costa

Eigene Reinigungsmittel

Die folgenden, für grundlegende Reinigungsmittel erprobten Rezepte, haben angemessene Wirkung gezeigt. Jedes Mittel besteht aus wenigen Zutaten und ist schnell hergestellt.



SCHEUERPULVER

Bei hartnäckigerem fettem Schmutz und für die Pflege von Edelstahl kann Scheuerpulver eingesetzt werden:

- 150 g Schlammkreide
- 80 g Soda oder Natron
- 50 g Seifenflocken
- 5 Tropfen Zitronenöl als Duftnote

Die Seifenflocken fein mahlen und zusammen mit der Schlammkreide und Soda oder Bikarbonat in eine Schüssel geben. Mit einem Löffel gut verrühren.

Das Zitronenöl dazugeben und nochmals gut durchmischen. In ein gut verschließbares Glas füllen und trocken aufbewahren.



ALKALISCHER REINIGER

Ein leicht alkalischer und somit **fettlösender Reiniger** eignet sich für die Reinigung der Küchenoberflächen:

- 1 Teelöffel Natron
- 1 Teelöffel geriebene Kernseife
- Einige Tropfen Zitronenöl als Duftnote
- 1 Tasse warmes Wasser

Das Wasser in einem kleinen Topf leicht wärmen. Die Kernseife hinzufügen und mit einem Schneebesen so lange rühren, bis sich die Seife auflöst. Die übrigen Zutaten begeben und einrühren. Den abgekühlten Reiniger in eine Sprühflasche abfüllen. Vor der Verwendung immer schütteln.



SAURER REINIGER

Mit einem schnell zubereiteten **sauren Reiniger** bleibt das Bad frei von Kalkablagerungen. Das Mittel eignet sich auch als perfekter Fensterreiniger:

- 500 ml Wasser
- 1 gestrichener Esslöffel Zitronensäure
- 2 Tropfen Geschirrspülmittel

Das Wasser in eine Sprühflasche füllen, Zitronensäure dazugeben und durch Rühren auflösen. Zum Schluss die zwei Tropfen Geschirrspülmittel dazugeben.



Gisela Costa, pensionierte Fachlehrerin an der Fachschule für Hauswirtschaft und Ernährung in Bozen-Haslach, hat sich während ihrer Berufstätigkeit hauptsächlich mit dem Thema Reinigung beschäftigt und war auch als Referentin sowie Beraterin tätig.



Finanzielle Leistungen für Familien im Jahr 2025

Das Land und der italienische Staat haben ihre Haushalte 2025 so ausgerichtet, dass Familien stärker unterstützt werden.

Südtirol setzt auf höhere Absetzbeträge für Familien beim IRPEF-Zuschlag, um die Kaufkraft zu stärken. Bei der zusätzlichen Steuerquote zur Einkommenssteuer IRPEF steigt der Absetzbetrag für Kinder von 252 auf 340 Euro pro Kind. Auch die Einkommensgrenze für diese Entlastung wird von 70.000 auf 90.000 Euro angehoben. Dies kommt Familien mit mittleren und niedrigen Einkommen zugute.

Ab Juni werden Familien in Südtirol sowie Jugendliche günstiger mit Bus und Bahn fahren, wenn sie Vielfahrende sind. Das Jahresabo des Südtirol-Pass wird dann nur 250 Euro im Jahr oder 39 Euro im Monat kosten und beim Familienpaket können Kinder zu einem vergünstigten Preis hinzukommen: Pro zusätzlicher Person werden 20 Euro abgezogen. Zudem sind 19 Prozent des Jahresabos von der Steuer absetzbar.

Einheitliches Kindergeld zählt nicht für ISEE-Wert

Auf Staatsebene wird ab 2025 das einheitliche Kindergeld, welches mit den Familiengeldern des Landes kumuliert werden kann, nicht mehr in die Berechnung des ISEE-Wertes einbezogen. Dieser Schritt der Regierung wird Familien einen besseren Zugang zu finanziellen Unterstützungen ermöglichen.

Vor allem Familien mit kleinen Kindern und einem ISEE-Wert bis zu 40.000 Euro pro Jahr profitieren davon, wenn sie den Neugeborenen-Beitrag „Bonus

bebé“ (1.000 Euro pro Kind) oder den „Bonus asilo nido“, einen Beitrag zur Deckung der Kosten für die Kleinkindbetreuung (3.600 Euro pro Jahr) beantragen.

Für die ISEE-Erklärung, die auch für das Landeskindergeld benötigt wird, kann man sich an die Steuerbeistandszentren (CAF) wenden oder diese selbst über den Online-Dienst des Nationalen Fürsorgeinstituts INPS abwickeln.

Das einheitliche Kindergeld sowie die ISEE-Schwellen werden seit Jänner leicht angehoben. Dies wird zu einer Erhöhung der ausgezahlten monatlichen Beträge des einheitlichen Kindergeldes führen: So steigt für minderjährige Kinder der Höchstbetrag auf 200,99 Euro (ISEE bis zu 17.227,33 Euro) und der Mindestbetrag auf 57,45 Euro (für Familien mit einem ISEE über 45.574,96 Euro oder ohne ISEE). In einigen Fällen können die Beiträge pro Kind höher ausfallen, beispielsweise wenn es sich um eine kinderreiche Familie handelt, die Mutter unter 21 Jahre alt ist oder bei einem Kind mit Behinderung.

Darüber hinaus hat die Regierung mit dem Haushaltsgesetz 2025 weitere Maßnahmen für Familien eingeführt, die hauptsächlich auf niedrigere Einkommen abzielen und Familien unterstützen sollen. So konzentriert sich der Staat auf die Senkung der Steuerlast und die Unterstützung der mittleren und niedrigen Einkommen von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern, Rentnerinnen und Rentnern.



Foto © Giovanna Boninsegna

Auch 2025 gibt es finanzielle Unterstützung für Familien vom Land und vom Staat

Zum ersten Mal wird der Zeitraum des bezahlten Elternurlaubs auf 80 Prozent des Gehalts auf insgesamt drei Monate innerhalb des sechsten Lebensjahres des Kindes verlängert. Der Bonus für berufstätige Mütter von zwei oder mehr Kindern – eine Befreiung von Sozialversicherungsbeiträgen – wurde auf befristet beschäftigte und selbstständige Arbeitnehmerinnen, auch mit Unternehmenseinkommen, ausgeweitet, die sich nicht für das Pauschalsystem entscheiden. Einen Überblick über die wichtigsten finanziellen Beiträge von Land und Staat bietet das Familienportal des Landes.



**FINANZIELLE
LEISTUNGEN AUF DEM
FAMILIENPORTAL
DES LANDES**

Die Welt als Klassenzimmer

Auslandsaufenthalte sind eine wertvolle Gelegenheit, um den eigenen Horizont zu erweitern und neue Fähigkeiten zu entwickeln. Barbara Mitterutzner aus Vahrn leitet gemeinsam mit ihrem Mann Jack Berrisford „Schooler – International Education Consultancy“, eine Agentur für Auslandsaufenthalte.

KFS: Warum begleiten Sie junge Menschen zu Auslandsaufenthalten?

Barbara Mitterutzner: Ein Auslandsaufenthalt ist weit mehr als nur das Lernen oder Vertiefen einer Sprache – es ist eine Investition in die persönliche Entwicklung. Die jungen Leute werden unabhängiger, wachsen über sich hinaus und lernen Diversität schätzen.

KFS: An wen richten sich Ihre Programme?

Barbara Mitterutzner: Unsere Angebote richten sich an junge Menschen zwischen elf und 18 Jahren. Sie sind ideal für alle, die ihre Englischkenntnisse vertiefen und gleichzeitig neue Erfahrungen sammeln möchten.

KFS: Welche Angebote vermitteln Sie konkret?

Barbara Mitterutzner: Die Programme reichen von zweiwöchigen Summer Schools bis hin zu mehrjährigen Auf-

enthalten an britischen oder irischen Internatsschulen. Summer Schools verbinden intensiven Sprachunterricht mit einem extensiven und abwechslungsreichen Freizeitprogramm. Die Unterbringung erfolgt auf dem Campus und inkludiert Rund-um-die-Uhr-Betreuung. Abgesehen vom Flug ist im Preis alles inkludiert.

KFS: Was kosten diese Aufenthalte?

Barbara Mitterutzner: Die Kosten variieren. Summer Schools etwa kosten mit rund 2.000 Euro pro Woche nicht wenig, aber es gibt Unterstützung: Familien können im Amt für Hochschulförderung Zuschüsse zur Förderung von Fremdsprachenkenntnissen beantragen. Die Höhe der Unterstützung hängt vom Einkommen ab.

KFS: Warum ist das Sprachenlernen so wichtig?

Barbara Mitterutzner: Sprachen sind Schlüssel zur Welt. Jede zusätzliche Sprache öffnet neue Türen. Und Englisch ist als globale Kommunikationssprache besonders vorteilhaft. Durch das wiederholte Üben entstehen neue neuronale Verbindungen, die das Abrufen und Verstehen der Sprache erleichtern. Das Erlernen einer neuen Sprache fällt Menschen, die bereits mehrere Sprachen sprechen, in der Regel leichter.

KFS: Wie laufen Kennenlernen und Anmeldung in Ihrer Agentur ab?

Barbara Mitterutzner: Der Prozess beginnt mit einem unverbindlichen Erstgespräch, das entweder persönlich oder online stattfindet. Dabei schildert uns die interessierte Familie ihre Vorstellungen, Interessen und die gewünschte Aufenthaltsdauer. Auf dieser Grundlage erstellen wir eine Übersicht von fünf Schulen, die diesen Anforderungen entsprechen. Die Übersicht enthält alle wichtigen



Alle Fotos © Barbara Mitterutzner

Barbara Mitterutzner, Jahrgang 1986, studierte Deutsch und Englisch in Innsbruck und Manchester. Sie arbeitete sechs Jahre als Deutsch- bzw. Englischlehrerin und Leiterin eines Mädchenheims an einer britischen Internatsschule, bevor sie 2021 mit ihrer Familie nach Südtirol zog. Gemeinsam mit ihrem Mann Jack (rechts im Bild) vermittelt sie mit Leidenschaft und Expertise Auslandsaufenthalte für junge Menschen.

Kontakt: +39 378 0670603
www.schooler.international
info@schooler.international

Informationen, wie den schulischen Schwerpunkt, die Art der Unterkunft, die Kosten sowie besondere sportliche oder künstlerische Angebote. Im nächsten Schritt grenzt die Familie die Auswahl auf zwei bis drei Schulen ein, zu denen wir Kontakt herstellen, Online-Treffen oder persönliche Besuche organisieren und die interessierte Familie Schritt für Schritt bei der Wahl der passenden Schule begleiten. Dieser Kennenlernprozess ist für alle Interessierten kostenlos.

INTERVIEW
 MARIA LOBIS



**ZUSCHÜSSE FÜR
 SPRACHAUFENTHALTE**



Gordonstoun Schule in Schottland

ALTE SPIELE NEU ENTDECKT

Kinderspiele, ganz wie damals – für Klein und Groß

Habt ihr Lust auf lustige Spiele, die jede und jeder mitmachen kann? Mit der **KFS-Spielebox** werden alte Klassiker neu entdeckt. Sie bringen Groß und Klein jede Menge Spaß – sei es zu Hause, im Urlaub, im Auto oder bei Gruppenstunden!

Autorennen

Spieler/innen: mindestens 2 | **Alter:** ab 4 Jahren

Material: Spielautos, Spagat, Holzstäbchen

So funktioniert's: Jedes Spielauto wird an das Ende eines langen Spagates gebunden, am anderen Ende befestigt ihr ein Holzstäbchen. Die Autos stehen auf der einen Seite des Tisches, die Kinder auf der anderen, mit dem Holzstäbchen in der Hand. Jetzt heißt es: Wer wickelt den Spagat am schnellsten auf und zieht das Auto zu sich? Ein Rennen, das für jede Menge Jubel sorgt!



Topfschlagen

Spieler/innen: mindestens 4 | **Alter:** ab 3 Jahren

Material: Topf, Kochlöffel, ein kleiner Gegenstand

So funktioniert's: Ein Kind verlässt den Raum. Währenddessen wird ein Topf mit der Öffnung nach unten aufgestellt und ein kleiner Schatz darunter versteckt. Dem Kind vor der Tür werden die Augen verbunden. Es darf dann mit einem Kochlöffel den Topf suchen. Ist der Topf gefunden, wartet darunter die Belohnung!

Holt euch die KFS-Spielebox und entdeckt alte Spiele neu!

In dieser tollen Sammlung erwarten euch 40 gesellige Spiele, die jede Menge Spaß für Klein und Groß bringen. Die Spielebox enthält zusätzliche Tipps, damit Menschen mit Sehbeeinträchtigung problemlos am Spiel teilnehmen können.

Erhältlich im KFS-Verbandsbüro für nur 8 Euro!
Die Lieferung für KFS-Mitglieder ist kostenlos.
Viel Spaß beim Ausprobieren!





Namenspatrone

Besondere Begleiter/innen

Für Katholikinnen und Katholiken hat jeder Name eine besondere Verbindung zu einem oder einer Heiligen. Doch warum ist es so wichtig, einen Namenspatron, eine Namenspatronin zu haben?

Namenspatrone sind Heilige oder biblische Figuren, die mit unserem Namen verbunden sind. Sie gelten als Schutzpatron/innen, die uns in unserem **Leben begleiten**, uns **stärken** und uns **im Glauben** und im **Alltag beistehen**. Sie sind eine Quelle der **Inspiration** und der **Kraft**.

Der Namenspatron, die Namenspatronin werden häufig im Kontext der **Taufe** bekannt. Sie sollen zu einer Art „geistigen Begleitung“ werden, die das Leben der kleinen und großen Menschen in besonderen Momenten bereichert. Wenn wir vor Herausforderungen stehen oder uns in schwierigen

Momenten befinden, dürfen wir uns daran erinnern, dass der oder die Heilige, nach dem oder der wir benannt wurden, auch Fürsprecher bei Gott ist. Das bedeutet, dass unser Heiliger bei Gott für uns eintritt. Wir können uns an ihn/sie wenden in dem Wissen, dass er/sie für uns betet und uns durch schwierige Zeiten führt. **Die Verbundenheit mit unserer Namenspatronin kann uns also nicht nur trösten, sondern uns auch geistig stärken und uns Mut machen.**

Für Familien kann es besonders wertvoll sein, sich an die Namenspatronin zu erinnern, zum Beispiel durch **Gebete** und durch **Namenstagsfeiern**. Diese Traditionen helfen nicht nur, den Glauben weiterzugeben, sondern auch, die Werte der Familie zu bewahren. Kinder finden es zudem besonders spannend, ihre Namenspatroninnen und **deren Geschichte kennenzuler-**

nen, aber auch für uns Erwachsene kann das eine Bereicherung sein. Wir dürfen uns hier immer neu fragen, welche **Tugenden** wir selbst leben und umsetzen wollen und welche wir in der Erziehung an unsere Kinder, Enkelkinder und Patenkinder weitergeben möchten.

Namenspatrone und Namenspatroninnen sind also **mehr als nur ein schöner Brauch** oder eine religiöse Tradition. Sie dürfen unsere Vertrauten werden, die uns in guten und schlechten Zeiten zur Seite stehen und uns daran erinnern, dass wir nie allein sind. Möge jede und jeder von uns seinen/ihren Namenspatron als eine treue Begleiterin im Leben erfahren – als **Schutzensel**, als **Helfer** und als **Vorbild**.

Eine hilfreiche Internetseite zum Thema ist **namenstage.katholisch.de**



Manuela Unterthiner Mitternitzer, Jahrgang 1979, lebt mit ihrem Mann in Klerant bei Brixen, ist Religionslehrerin an der Mittelschule und dort als systemisch-lösungsorientierte Beraterin auch im Zentrum für Information und Beratung tätig. In ihrer Pfarrei arbeitet sie als Pfarrgemeinderatsmitglied und als Wortgottes- und Begräbnisleiterin. Seit Herbst 2021 ist Manuela Unterthiner die erste Laiin als geistliche Assistentin im KFS.

ATHESIA®

FÜR DICH,
für mich,
für alle!

GUTSCHEIN IM WERT VON



Mit diesem Gutscheincode erhalten Sie einen Rabatt von 5 Euro bei einem Mindesteinkauf im Wert von 50 Euro. Rabatt nicht kumulierbar.



Einlösbar bis 31.01.2026

Familienfreundlichkeit als Schlüssel zum Erfolg

Der KFS setzt sich seit jeher für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ein und wurde selbst bereits mit der höchsten Zertifizierung „Gold“ des Audits familien- und berufsorientiert ausgezeichnet.

Umso mehr freut sich der KFS, dass im vergangenen Jahr **26 Betriebe** und **Organisationen** eine der vier Audit-Phasen erfolgreich abgeschlossen haben – ein Grund zum Feiern!

„Die zertifizierten Arbeitgeber zeigen Verantwortungsbewusstsein und beweisen, dass auch kleine Maßnahmen eine große Wirkung erzielen. Und je familienfreundlicher Arbeitgeber sind, umso mehr binden sie die Mitarbeitenden an ihren Betrieb“, betonte Familienlandesrätin **Rosmarie Pamer**



26 Südtiroler Arbeitgeber wurden am 14. November 2024 mit dem Zertifikat des **audit familien- und berufsorientiert** ausgezeichnet. Sie bekennen sich damit zu einer familien- und lebensphasenfreundlichen Unternehmenspolitik.

bei der Verleihung der Zertifikate in Bozen. Der KFS wünscht sich, dass noch mehr Betriebe diesen Weg gehen, um ihre Mitarbei-

tenden zu stützen und ihre Attraktivität als Arbeitgeber stärken.

Angelika Mitterrutzner und **Samantha Endrizzi** gratulier-

ten den ausgezeichneten Betrieben stellvertretend für den KFS.

Sensibilisieren fürs Hinschauen – Gemeinsam gegen Gewalt an Frauen



Vertreterinnen der Organisationen, die die Kampagne tragen (2. links: Angelika Mitterrutzner)

Der KFS unterstützte die **Kampagne „Südtirol schaut hin“** zum Tag gegen Gewalt an Frauen aktiv. Gewalt in all ihren Formen – darunter subtile wie sexistische Sprache oder Victim Blaming –, betrifft oft auch Familien und Kinder. Daher ist es dem KFS ein besonderes Anliegen, Bewusstsein zu schaffen und sich für ein respektvolles Miteinander starkzumachen.

Die Kampagne, initiiert vom **Netzwerk gegen Gewalt an Frauen**, lief vom 26. November bis 10. Dezember und setzte mit Plakaten, Online-Formaten und Social Media ein sichtbares Zeichen. KFS-Präsidentin **Angelika Mitterrutzner** nahm an der Pressekonferenz teil, um das Engagement des Verbandes zu unterstreichen.

Antrittsbesuch und Übergabe des KFS-Familienkalenders

KFS-Präsidentin **Angelika Mitterrutzner** und Geschäftsführerin **Samantha Endrizzi** stateten dem neuen Präsidenten der **Stiftung Südtiroler Sparkasse Stefan Pan** einen Antrittsbesuch ab. Dabei überbrachten sie auch den druckfrischen KFS-Familienkalender 2025, der mit Unterstützung der Stiftung Südtiroler Sparkasse realisiert wurde.

Im Gespräch wurden die Bedeutung der Arbeit des KFS, aktuelle Projekte und das bevorstehende 60-jährige Jubiläum im Jahr 2026 hervorgehoben. Auch **Perspektiven** für eine **zukünftige Zusammenarbeit** wurden ausgelotet.

Im Bild v. l.: Andreas Überbacher, Samantha Endrizzi, Stefan Pan, Angelika Mitterrutzner und Walter Zambaldi



22.11.24

Foto © KFS/Beatix Unterhofer

Foto © KFS



Isabella Thurin-Tammerle im Studio mit Moderator Theo Hendrich

28.11.2024

KFS als Studiogast

Isabella Thurin-Tammerle vom KFS-Fachausschuss Familienpastoral war Studiogast bei „Treffpunkt Forum“ von Rai Südtirol und sprach mit Moderator **Theo Hendrich** über die Bedeutung von Ritualen in der Weihnachtszeit.

„Rituale geben Halt und Sicherheit, stärken das Band zwischen Eltern und Kindern und fördern das Gemeinschaftsgefühl. Gerade in der Weihnachtszeit, aber eigentlich das ganze Jahr über, bieten Rituale eine Ordnung, an der sich Kinder orientieren und festhalten können“, erklärte Thurin.

QR-CODE
ZUM NACH-
HÖREN



Aktion unVerzichtbar 2025

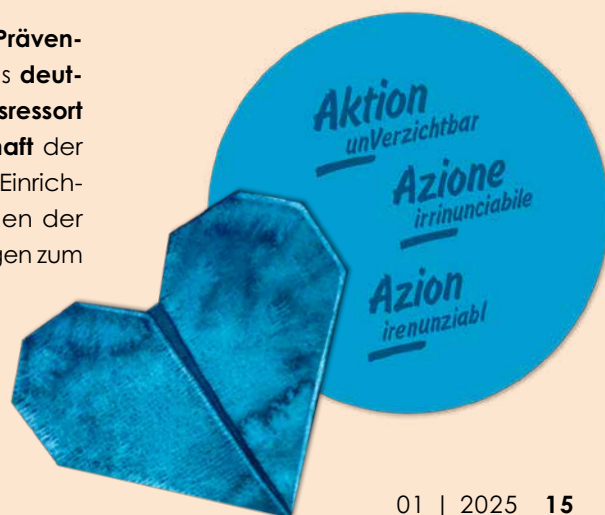
„Du bist wertvoll“ ist das Motto der diesjährigen „Aktion unVerzichtbar“, die 2025 in ihre 21. Ausgabe geht.

Von Aschermittwoch, 5. März, bis Karsamstag, 19. April 2025, wird die Bevölkerung zu mehr Achtsamkeit und Menschlichkeit aufgerufen.

Die Aktion erreicht die Menschen durch Post-its, Plakate, Social Media und verschiedene Initiativen der Träger/innen und Mitträger/innen.

Federführend sind das **Forum Prävention**, die **Caritas**, der **KFS**, das **deutsche** und **ladinische Bildungsressort** sowie die **Arbeitsgemeinschaft der Jugenddienste**. Mehr als 40 Einrichtungen haben sich inzwischen der Aktion angeschlossen und tragen zum Erfolg bei.

www.aktion-verzicht.it



TRAIN THE TRAINER

PRAXISNAHE TRAININGS GESTALTEN, INTERAKTIV DURCHFÜHREN UND BEGEISTERN

In einer Welt, in der Wissen ständig im Fluss ist, wird die Fähigkeit, dieses Wissen effektiv weiterzugeben, immer wichtiger. Train the Trainer bietet die Möglichkeit, praxisnahe Trainings strukturiert und kreativ zu gestalten und Teilnehmende durch interaktive Methoden zu begeistern. Die Teilnehmenden lernen, sowohl in Präsenz, als auch in Online-Formaten sicher aufzutreten und Gruppendynamiken gezielt zu steuern.

Ein besonderes Augenmerk liegt auf der Kombination bewährter Methoden mit aktuellen Erkenntnissen der Lernforschung. So entwickeln die Teilnehmenden nicht nur ihre Trainerpersönlichkeit weiter, sondern profitieren auch von einer praxisorientierten Methodik, die Raum für Experimente und Anwendung bietet.

Neben Präsenzmodulen erwarten die Teilnehmenden Online-Einheiten zur Vertiefung sowie selbstorganisierte Peergruppen und gesellige Lounge-Gespräche, die den Austausch untereinander fördern. Den Abschluss bildet ein persönliches Lernprojekt, das aus einem Konzept und einer Live-Demo besteht und im letzten Modul präsentiert wird.

ZIELGRUPPE

Personen, die in Unternehmen freiberuflich oder ehrenamtlich Schulungen, Weiterbildungen, Workshops und Trainings durchführen oder künftig anbieten möchten.

LERNINHALTE

- Expert:innen-Wissen wirksam weitergeben
- Aha-Momente in Trainings schaffen
- Wissen mit Leichtigkeit vermitteln
- Trainings strukturiert und effizient planen
- Kreative Seminarmethoden clever einbinden
- Praxistransfer sichern
- Als Trainer:in souverän und überzeugend auftreten

TRAININGSTEAM



Martina Eberl – Trainerin im Bereich Personal und Führungskräfteentwicklung



Michael Zierys – Trainer im Bereich Erwachsenenbildung

LEHRGANGSBEITRAG

3.150 € pro Person mit MwSt.
2.582 € pro Person ohne MwSt.

FRÜHBUCHERBONUS

Bei einer Anmeldung innerhalb 15. April 2025 wird ein Frühbucherbonus von 100 € verrechnet.

FÖRDERUNGEN

Teilnehmende aus der Privatwirtschaft haben die Möglichkeit, in der Koordinationsstelle für berufliche Weiterbildung um einen finanziellen Beitrag anzusuchen.

DAUER UND UMFANG

Die Teilnehmenden lernen aus der Praxis für die Praxis, wenig „Musik von vorne“ und viel Raum zum Ausprobieren und Anwenden.

115 Stunden in Präsenz und online
35 Stunden persönliches Lernprojekt
sowie Peergruppentreffen

MODULE

1. MODUL 11. - 13. November 2025	Basics der Erwachsenenbildung
2. MODUL 27. - 29. Jänner 2026	Konzeption & Planung von Trainings, Seminaren und Workshops
3. MODUL 14. - 16. April 2026	Souverän auftreten und präsentieren
4. MODUL 03. - 05. Juni 2026	Gruppenprozesse initiieren, gestalten und begleiten
5. MODUL 22. - 23. September 2026	Abschlussmodul
	Online-Inseln zwischen den Modulen zu jeweils zwei Stunden

Weitere Infos,
Termine und
Anmeldung unter:

www.hdf.it,
info@hdf.it oder
+ 39 0471 345172

ONLINE 20. März 2025, 18.00 Uhr
INFOABENDE 17. September 2025, 18.00 Uhr

SYSTEMISCH-, LÖSUNGSORIENTIERTE BERATUNG VON FAMILIEN

Die Aufgaben in psychosozialen Arbeitsfeldern werden immer vielfältiger, Familien unterliegen dem stetigen gesellschaftlichen Wandel und es ist wichtig angemessen und lösungsorientiert darauf zu reagieren. Ziel des Lehrgangs ist der Erwerb von Systemkompetenzen und systemisch lösungsorientierten Methodiken für die Beratung und Begleitung von Familien.

Der Beratungsbegriff ist dabei in einem breiten Sinne zu verstehen. Er steht für die Arbeit in unterschiedlichen Bereichen, in denen Beratung und Begleitung von Kindern, Jugendlichen, Eltern, Paaren und Kollegen sowie die Zusammenarbeit im Netzwerk stattfindet. Darauf wird intensiv und praxisorientiert Bezug genommen. Wichtige Themen der Beratung wie Ressourcenaktivierung, Lebensweltbezug, aber auch Autonomie im Sinne einer Eigenverantwortung werden praktisch eingeübt und in den je persönlichen Arbeitsstil integriert.

ZIELGRUPPE

Sozialarbeiter:innen, Psycholog:innen, Pädagog:innen und andere Personengruppen, die in der psychosozialen Beratung tätig sind.

DAUER UND UMFANG

Der Lehrgang gliedert sich in einen Grund- und einem Aufbaulehrgang zu jeweils 250 Weiterbildungsstunden. Die Gesamte Ausbildung umfasst 550 Weiterbildungsstunden verteilt auf:

Theorie, Supervision, Selbsterfahrung, Interventionsgruppenarbeit, Eigenarbeit, Literaturstudium, dokumentierte Praxisarbeit

LEHRGANGSBEITRAG

Grundlehrgang: 2.980 € pro Person inkl. MwSt.
Aufbaulehrgang: 2.880 € pro Person inkl. MwSt.

FRÜHBUCHERBONUS

Bei einer Anmeldung innerhalb 15. April 2025 wird ein Frühbuchungsbonus von 100 € auf den Grundlehrgang verrechnet.

FÖRDERUNGEN

Teilnehmende aus der Privatwirtschaft haben die Möglichkeit, in der Koordinationsstelle für berufliche Weiterbildung um einen finanziellen Beitrag anzusuchen.

REFERENT:INNEN

Birgit Dissertori – Dozentin für systemische Beratung, Leiterin von InCuM Intercultura Management

Sascha Kuhlmann – Dozent für systemische Beratung, 1. Vorsitzender der systemischen Gesellschaft

Thomas Hegemann – Lehrender Coach und Supervisor (SG), Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Thomas Hellrigl – Systemische Coach (DGSv), Direktor der Sozialdienste - Eisacktal

MODULE

GRUNDLEHRGANG

5 Module im Zeitraum von Oktober 2025 bis Juni 2026

AUFBAULEHRGANG

5 Module im Zeitraum von September 2026 bis Mai 2027

HINWEIS

Grund- und Aufbaulehrgang können jeweils einzeln besucht werden.





8.12.24

Advent in Lichtenstern – Danke den Ehrenamtlichen

Am 8. Dezember 2024 lud der Katholische Familienverband Südtirol zum „Advent in Lichtenstern“ ein, um den Ehrenamtlichen und den Familien für ihren Einsatz zu danken.

Über 26 Familien verbrachten einen abwechslungsreichen und besinnlichen Tag im Haus der Familie.

Unter dem Motto „Sei wie ein Stern“ gab es stimmungsvolle Aktivitäten wie Adventsingens, ein Kasperltheater, Vorlesegeschichten und einen Räucherworkshop. Kreative Bastelstunden und eine

meditative Wanderung durch das verschneite Lichtenstern rundeten das Programm ab. Den Abschluss bildete eine feierliche Zeremonie in der **Waldkirche**, bevor der Tag bei Tee und Kuchen ausklang.

In ihrer Eröffnungsrede betonte KFS-Präsidentin **Angelika Mitternitzer** die Bedeutung des ehrenamtlichen Engagements: „Ihr Einsatz ist ein leuchtender Stern, der unsere Gemeinschaft stärkt und bereichert.“

Herzlicher Dank geht an alle Mitwirkenden, die diesen besonderen Tag ermöglicht haben!



Fotos © KFS

Freiwillige für Familien – Erfolgreiche Austauschtreffen



12.12.24 in Bruneck



17.12.24 in Sterzing

Fotos © KFS

Die Projekte „Freiwillige für Familien“ im Pustertal und Wipptal leisten wertvolle Unterstützung für Familien in herausfordernden Situationen.

Ehrenamtliche begleiteten 2024 insgesamt 555 Stunden lang Familien, schenkten Zeit und entlasteten. Bei den Austauschtreffen in Bruneck und Sterzing reflek-

tierten die Teilnehmenden über ihre schönsten Momente und die Bedeutung ihrer Tätigkeit. In Briefen an sich selbst hielten sie fest, welche Ziele und Wünsche

sie für ihr Engagement verfolgen. Der KFS dankt allen Ehrenamtlichen für ihren Einsatz und ihre Inspiration für eine solidarische Gemeinschaft!



TIPPS & HITS FÜR DIE FIS-LESER/INNEN AUS DEM AMT FÜR BIBLIOTHEKEN & LESEN

UNSER KLEINES HAUS

DER TIPP VOM BOOKSTART-TEAM

Dieses süße, zarte und ruhige Pappbilderbuch spiegelt die Liebe zwischen Eltern und Kind wider. Das Buch thematisiert Geborgenheit und Liebe und führt die Kleinsten spielerisch in die Grundfarben ein.

Mit seiner ruhigen Gestaltung ist es ideal zur Schlafenszeit geeignet und schafft eine liebevolle Atmosphäre.

Marie France Painset, Atelier SAJE, UNSER KLEINES HAUS, Minedition 2024, ISBN: 9783039342273



Der Tipp vom
Bookstart-Team

Das Bookstart - Team erstellt monatlich Buchtipps für Kleinkinder. Veröffentlicht werden sie hier:



ANGRIFF DER KILLERUNTERHOSEN

FAKE NEWS UND VERSCHWÖRUNGSTHEORIEN ERKENNEN:
MEDIENKOMPETENZ FÜR KINDER AB 8

Im Comic-Format erklärt dieses witzige Sachbuch was Fake News und Verschwörungstheorien sind, warum sie verbreitet werden und wie man sie entlarvt.

Ist Zahnpasta gefährlich? Trachten uns Killerunterhosen nach dem Leben? Machen Erdnüsse Mega-Muskeln? Das alles sind Fake News! Doch wer verbreitet solche Desinformationen und warum? Dieser witzig illustrierte Sachcomic erklärt Kindern ab 8 Jahren auf altersgerechte Weise, was Verschwörungstheorien und Fake News sind, warum sie gefährlich sein können, weshalb sie verbreitet werden, wieso Menschen sie glauben und natürlich wie man sie von gesicherten Informationen unterscheiden kann.



Elise Gravel, ANGRIFF DER KILLERUNTERHOSEN, Ravensburger Verlag 2024, ISBN: 9783473480746

Dieses und noch mehr Medien für Kinder und Erwachsene finden Sie in Ihrer Bibliothek. Die Ausleihe von Medien ist in allen Südtiroler Bibliotheken kostenlos. Die Bibliothek in Ihrer Nähe finden Sie hier: www.biblio.bz.it



BEGLEITEN STATT VERBIETEN

ALS FAMILIE KOMPETENT UND SICHER IN DIE DIGITALE WELT

Medienkompetenz ist mehr als Gerätekompetenz! Leonie Lutz und Anika Osthoff zeigen, wie ein sicheres, kompetentes und kreatives digitales Familienleben aussehen kann – frei von Konflikten und Verboten. Eltern bleiben handlungsfähig und können die digitalen Erfahrungen ihrer Kinder gezielt und kreativ mitgestalten.

Das Buch hilft Eltern, indem es ihnen grundlegendes Wissen zu Risiken vermittelt, ihre Rolle bei der digitalen Erziehung aufzeigt und konkrete Tipps zu gemeinsamen digitalen Familienerfahrungen gibt.



Leonie Lutz & Anika Osthoff, BEGLEITEN STATT VERBIETEN, Kösel Verlag 2022, ISBN: 9783466311866

Dieses Buch ist auch auf der Biblio24, Südtirols Online-Bibliothek, kostenlos für alle Eingeschriebenen einer Südtiroler Bibliothek entlehnbar.



Gemeinschaftlich leistungsfähig wohnen in Brixen

Ein Modellprojekt für eine neue Form des geförderten Wohnbaus in Südtirol

In Südtirol wird der Wohnungsbedarf weiter kontinuierlich steigen. Während 70 % der Bevölkerung Eigentum besitzen, haben die stark gestiegenen Immobilienpreise den Traum vom Eigenheim für viele unerreichbar gemacht. Gleichzeitig fehlt es an leistbaren Mietwohnungen – eine Herausforderung für junge Menschen, Studierende, Familien und Arbeitskräfte.

Die Gemeinde Brixen möchte gemeinsam mit sozialen Partnern und Raiffeisen Lösungen schaffen: Eine gemeinnützige Stiftung soll in Zusammenarbeit mit dem Land Südtirol, den Gemeinden und lokalen Banken Ein-, Zwei- und Dreizimmerwohnungen bauen und zu leistbaren Mieten anbieten. Besonders junge Menschen und systemrelevante Berufsgruppen stehen im Fokus. Für ein Baufeld der geförderten Erweiterungszone Zone d'Andrea in Brixen gibt es bereits einen konkreten Projektvorschlag von 30



Foto © Adobe Stock

Wohnungen in Holzbauweise. Ein weiteres Projekt mit 15 Wohnungen wird derzeit mit der Firma Progress entwickelt.

Dieses Brixner Projekt dient als Modell für eine neue Form des Wohnbaus und könnte auf an-

dere Gemeinden übertragen werden, um in Südtirol in einem überschaubaren Zeitraum leistbare Mietwohnungen bereitzustellen.

VALENTIN MAIR

Save the date

17.05.2025

KFS
Katholischer
Familienverband
Südtirol

Landesversammlung des
Katholischen Familien-
verbandes Südtirol

WERTE.

Bewegen

Teilbereich Bauen und Wohnen

Info-Serie zum Klimaplan Südtirol 2040

Das Land Südtirol hat mit dem Klimaplan 2040 einen ambitionierten Maßnahmenkatalog erstellt. Ein wichtiger Teilbereich der 17 Aktionsfelder ist das „Bauen und Wohnen“. Hier findet sich eine Auswahl konkreter Ziele und Maßnahmen aus dem Klimaplan und den Vorschlägen von Klimabürgerrat und Stakeholder-Forum Klima.

- **Bestandsanierung hat Vorrang vor Neubau:** Neue Bestimmungen (Oktober 24) erlauben einen Energiebonus.
- **Öffentliche Verwaltung setzt auf Sanierung der Gebäude:** Es besteht das Vorhaben, 27 Landesgebäude mit Investitionskosten von 56 Millionen Euro energetisch zu sanieren.
- **Mehr Holzbau für öffentliche Räume:** Das Land verpflichtet sich, innerhalb 2030 mindestens 30 % der Neubauten der öffentlichen und halböffentlichen Verwaltungen gemäß Bauweisen mit natürlichen und möglichst lokal nachwachsenden Baustoffen zu errichten. Zur Unterstützung wurde ein Holzbaufond eingerichtet.
- **Raus aus dem Gas:** Für den Ausstieg aus dem Gasmarkt muss die Provinz Vorreiter

Energiebonus



Ziel ist es, zusätzlichen Wohnraum zu schaffen und eine klimaschonende Bauweise zu fördern



Inanspruchnahme **bis 31. Dezember 2026** möglich - nur einmal pro Gebäude



Gültig für alle Wohngebäude, die bereits **seit 4. September 2007** bestehen. Bei energetischer Sanierung darf die Baumasse um **bis zu 20 Prozent** erhöht werden.



Anwendung in **Mischgebieten** und im **historischem Ortskern** und – neu – auch im **Landwirtschaftsgebiet**



Bau von Wintergärten in Mischgebieten von mindestens 9 und höchstens 30 Quadratmetern Größe möglich

sein, aber das Gasnetz wird offensichtlich immer noch ausgebaut.

- **Fossile Heizungen ersetzen:** Die privaten Gasheizungen sind möglichst schnell durch erneuerbare Energiequellen, insbesondere Wärmepumpen, zu ersetzen. Um eine völlige Abkehr von fossilen Brennstoffen zu erreichen, müssen beispielsweise 80.000 fossile Heizungen ausgetauscht werden – das entspricht 5.000 Heizungen pro Jahr.

- **Bauwirtschaft trifft Kreislaufwirtschaft:** Am Bau sollen regionale, recycelbare Materialien eingesetzt werden. Eine klare Definition mit der Erstellung übersichtlicher Listen ist notwendig.
- **Faire Regeln für gerechtes Wohnen:** Es braucht eine sozial gerechte Anpassung und Ausrichtung der rechtlichen Rahmenrichtlinien und entsprechende Förderungen.

VALENTIN MAIR

HIER ERFAHREN SIE MEHR.



NEUERUNGEN
ENERGIEBONUS



HOLZBAUFOND
DES LANDES



SÜDTIROLER GAS-
VERTEILUNGSNETZ

Gesund genießen

DIE TAGESMUTTER KOCHT MIT UND FÜR IHRE TAGESKINDER



Tradition mit Raffinesse – einfach und raffiniert zugleich

Couscous – ein wahres Wunderkorn – kommt ursprünglich aus Nordafrika, ist aber auch bei uns inzwischen eine beliebte Beilage anstelle von Reis oder Kartoffeln.

Mit seiner einfachen Zubereitung und seiner unglaublichen Vielseitigkeit erfreut sich Couscous sowohl in traditionellen als auch in modernen Küchen großer Beliebtheit. Couscous selbst ist keine eigenständige Getreidesorte, sondern besteht aus winzigen Kügelchen, die aus gemahlenem Getreide wie Hartweizen, Dinkel, Gerste oder Hirse hergestellt werden.

Birnen-Couscous-Schmarrn

Zutaten: 75 g Couscous · 150 ml Wasser · 1 Zitrone · 2 Eier · 1 El Zucker · 1 Vanillezucker · 75 g Mehl · 125 g Naturjoghurt · 2 Birnen · Salz · Butter zum Braten · Puderzucker zum Bestreuen

Zubereitung: Zitrone heiß abwaschen, Schale fein abreiben und Saft auspressen • Zitronensaft und Schale zum Wasser geben und mit dem Couscous vermischen und bereitstellen • Birnen schälen, vom Kerngehäuse befreien und in feine Scheiben schneiden • Eier trennen • Eiweiße zu Schnee schlagen • Eigelbe mit Zucker, Vanillezucker, Salz, Mehl und Joghurt verrühren. Eingeweichten Couscous und Eischnee abwechselnd unterheben • Etwas Butter in eine beschichtete Pfanne geben und zerlassen • Die Hälfte vom Teig hineingeben, die Hälfte von den Birnen darauf verteilen und zugedeckt goldbraun backen • Umdrehen und etwas anbacken lassen und mit zwei Pfannenwendern zerreißen • Diesen Vorgang mit den restlichen Zutaten nochmals wiederholen • Auf Tellern anrichten und mit Puderzucker bestreuen und servieren. • **Tipp:** Anstelle von Birnen können auch Äpfel, Pfirsiche, Zwetschgen, Kirschen, Beeren, ... verwendet werden. Rezept: Fachschule für Land- und Hauswirtschaft Salern



„Kinder freuen sich und ihre Augen strahlen, wenn sie bei der Zubereitung des gemeinsamen Essens mithelfen dürfen. Stolz präsentieren sie ihre Kochkünste und lernen ganz selbstverständlich die Vielfalt der Lebensmittel sowie die unterschiedlichen Zubereitungsmöglichkeiten kennen.“ – **Maria Hochgruber Kuenzer**, Präsidentin der Sozialgenossenschaft „Mit Bäuerinnen lernen – wachsen – leben“

Wussten Sie, dass ...

... den Kindern, die in der Küche bei der Vor- und Zubereitung der Lebensmittel mithelfen dürfen, die Speisen danach viel besser schmecken? Oft werden auf einmal Lebensmittel wie Gemüse oder Gerichte akzeptiert, die zuvor abgelehnt wurden. Keine Sorge, wenn Kinder plötzlich etwas nicht mehr mögen, das sie zuvor gegessen haben. Das gehört zu unserer Essbiographie und kommt immer wieder vor. Die „weiße Nudelphase“ ist bei vielen Kindern zu beobachten. Auch diese Phase ist zeitlich beschränkt.



Fotos Birnen-Couscous-Schmarrn © Roland Pernler, Effekti, Buchcover Effekti

Das Kochbuch „**Rühren, kneten – Mund auf und genießen!**“ der Sozialgenossenschaft „**Mit Bäuerinnen lernen – wachsen – leben**“ ist in Zusammenarbeit mit den Fachschulen für Land-, Hauswirtschaft und Ernährung entstanden. Es enthält neben vielen Rezepten und Tipps, wie Kochen und Backen mit Kindern Spaß und Genuss bringen, auch wertvolle Informationen zu Lebensmitteln und gesunder Ernährung. Das Kochbuch ist gegen eine freiwillige Spende am Sitz der Sozialgenossenschaft in der Weintraubengasse 23 in Bozen erhältlich.

Mit Bäuerinnen

lernen - wachsen - leben

SOZIALGENOSSENSCHAFT



Im ganzen Land

Alternative Märkte, festliche Feiern, begeisternde Krippenspiele, aufschlussreiche Vorträge, einladende Treffen und Austausch bei Essen und Kartenspiel: Die Veranstaltungen in den vergangenen Monaten waren vielfältig und bunt.

Bearbeitet von INGE LUNGER



● DEUTSCHNOFEN

Auf zur „Ladies Night“! Da wurde **gebastelt, geratscht** und auch **gefeiert**, dieses Mal bei **Panettone, Glühwein** oder **Apfelglühmix**. Der Abend kam sehr gut an und die Frauen haben den gemütlichen Abend allesamt genossen.



● KIENS / HOFERN

Zu Beginn der Adventzeit organisierten wir einen **Adventmarkt**. An den verschiedenen **Ständen** wurde **Selbstgebasteltes** und **Hausgemachtes** angeboten. Auch viele Kinder kamen zum **Weihnachtsbasteln** und stimmten sich bei Musik und **Lagerfeuer** auf die Adventszeit ein.



● BLUMAU

Im Herbst fand unser **Preiswatten** statt. **32 Paare** haben sich gemeldet und alle sind mit einem kleinen Preis nach Hause gegangen. Am Ende bedankten sich alle für den netten Nachmittag. Es ist einfach wunderschön, ein solches Feedback zu bekommen. Der **Erlös** wurde **gespendet**.



● GIRLAN

Unsere **Schüler-Rorate** waren ein besonderes Erlebnis. Nach dem **Gottesdienst** wartete ein liebevoll vorbereitetes **Frühstück** mit Kakao, Früchtetee, Broten mit Streichschokolade und Marmelade, Kekse und Pandori auf die Kinder. Die ruhige Atmosphäre sorgte für stimmungsvolle Adventsmomente.



● KORTSCH

Am Silvestertag **zogen** nach alter Tradition **Kinder mit klingenden Schellen von Haus zu Haus**, läuteten das neue Jahr ein und **wünschten Glück** und **Segen**. Sie wurden mit kleinen Süßigkeiten belohnt. Ein herzliches Danke an alle, die diese schöne Tradition lebendig halten!



● LATZFONS / GARN

Am Heiligen Abend gestaltete unsere Zweigstelle eine **Weihnachtsandacht** und lud zum **Krippenspiel** ein. Beides wurde zu einem ruhigen, besinnlichen Einstieg in diese Heilige Nacht und brachte allen das **Wunder der Weihnacht** und **Gottes Botschaft** näher. Ein großer Dank an alle!



● LENGMOOS/KLOBENSTEIN

Wir feierten im November das **Ehejubiläum**. In festlicher Atmosphäre wurde das **gemeinsame Glück gewürdigt**; die Paare konnten einen besonderen Tag genießen. Ein schöner Moment, um Liebe und Zusammenhalt zu feiern!



● LUTTACH

Bei der Aktion „**Sternensuche**“ bemalten Kinder Sterne, die im ganzen Dorf verteilt wurden. Groß und Klein beteiligten sich am **Schätzspiel**, und die glücklichen Gewinnerinnen und Gewinner freuten sich am Heiligen Abend über eine **kleine Überraschung**.



● NALS

Auch in diesem Jahr konnte die Zweigstelle Nals des Katholischen Familienverbandes die Aktion **Sternsingen** mit großem Erfolg durchführen. Mit ihren Liedern und dem Segen brachten die Kinder und Jugendlichen **Licht** und **Freude** in die **Nalser Haushalte**.



● OBERBOZEN

Die **wunderbare Weihnachtsgeschichte**, gespielt von Kindern in Oberbozen, begeisterte auch im zu Ende gehenden Jahr viele Zuschauerinnen und Zuschauer. Mit viel **Talent**, **Einsatz** und **Herz** sorgten die Kinder für eine gelungene und unvergessliche Aufführung! Bravo, ihr seid spitze!



● SEXTEN

Mit Hilfe der schönen **Bastel- und Handarbeiten** der Sextner/innen, konnten wir einen **Weihnachtsmarkt** organisieren. Mit dem **Reinerlös** unterstützen wir **wohltätige Zwecke** in unserem Bezirk. Ein großes Danke an alle.



● STILFS MIT FRAKTIONEN

Zum zweiten Mal verwandelte sich unser kleines Dorf in die zauberhafte Winterwelt „**Stilzer Adventzauber**“. Mit seinem **charmanten, idyllischen Flair** und **liebevoll gestalteten Ständen** wurde er zum Treffpunkt aller, die die Vorweihnachtszeit in gemütlicher Atmosphäre genießen wollten.



● ST. MARTIN IN THURN

Im November hielt **Sr. Teresa Zukic** drei spannende Vorträge über die **Neugestaltung von Kindergottesdiensten**, die **Kraft des Lachens** und den **Umgang mit Sorgen. Über 200 Personen** ließen sich von den erfrischenden Ideen der Referentin inspirieren und begeistern.



● ST. VALENTIN

Im November fand die **Preisverleihung** für alle Kinder statt, welche beim heurigen **KFS-Sommermarsch** teilgenommen haben. Es galt, **vier vorgegebene Wanderziele** – einfache für die Kleineren und anspruchsvolle für die Großen – zu erreichen.



● STULS

In der Teamarbeit können alle aufeinander zählen, stärken sich gegenseitig und teilen auch die Freude über Gelungenes miteinander. Wir führten bei einem **gemeinsamen Abendessen** in entspannter Atmosphäre **wertvolle Gespräche, tauschten uns aus** und **schmiedeten Zukunftspläne**.



● TAISTEN

Kurz vor der Adventszeit fand der **2. Taistner Weihnachtsmarkt** statt: Mehrere **Anbieter aus Süd- und Osttirol** boten handgemachte **Schätze** an und luden zum Kauf ein. Der KFS verkaufte verschieden gestaltete **Adventskränze** und sorgte für **Speis** und **Trank**.



● WEISSENBACH

Der **Nikolaus** hat auch uns besucht und seine bescheidenen Gaben verteilt. Wir dachten bei dieser Feier auch an andere, die Hilfe brauchen und verteilten das **Büchlein „Genauso wie ich bin“** gegen eine **freiwillige Spende**. Der **Erlös** dieses Abends ging an „**Nähe hilft heilen**“.

St. Martins leuchtende Laternen

Die Martinsumzüge haben bezaubert, festliche Stimmung in die Dörfer und Städte gebracht und die Bedeutung des Teilens auf wunderbare Weise sichtbar gemacht.

● BLUMAU



● BRUNECK



● BURGEIS



● EGGEN



Alle Fotos © KFS-Zweigstellen oder Privat

● GAIS



● GLURNS



● GUMMER



● KARNEID



● KORTSCH



● LAAS



● LATZFONS/GARN



● LÜSEN



● LUTTACH



● MONTAN



● NEUMARKT



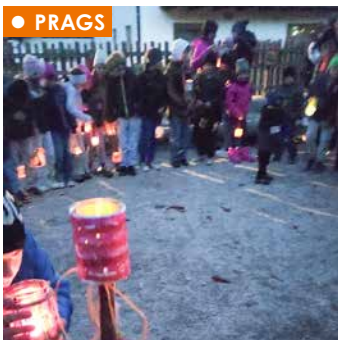
● OBERBOZEN



● OBERVINTL



● PRAGS



● RABLAND



● SCHLANDERS





Die Nikolausumzüge ...

... haben die Herzen erfreut, festliche Stimmung verbreitet und die Freude am Schenken und an wohlthätigen Gesten in den Mittelpunkt gerückt.



● LAAS



● LATZFONS/GARN



● LÜSEN



● MONTAN



● NEUMARKT



● NIEDERDORF



● OBERBOZEN



● PRAGS



● RABLAND



● RAISCHACH



● SAND IN TAUFERS



● ST. JOHANN



● ST. MAGDALENA GSIES



● ST. MARTIN IN PASSEIER



● ST. VALENTIN



● STEGEN



● STEINEGG



● TAISTEN



● VILLNÖSS



● WINNEBACH



Alle Fotos © KFS Zweigstellen oder Privat

KFS-Zweigstellen-Challenge

Ja, ja, die Challenge hat es in sich ! Nach anfänglicher Ratlosigkeit sprudeln schließlich doch zahlreiche und ganz unterschiedliche Ideen. Lest selbst, auf welche Aktionen einige unserer Zweigstellen gekommen sind.

Bearbeitet von INGE LUNGER

• ANDRIAN & WINNEBACH

Wir von der ZW Andrian wurden mit der ZW Winnebach zusammengelost. Die Entfernung war für uns kein Hindernis: Wir gestalteten für die jeweilige Partnerzweigstelle einen Adventskalender.

Mit viel Liebe und Engagement bastelten wir 24 Überraschungen und füllten damit hübsche Säckchen. Auch die Winnebacher legten sich mächtig ins Zeug und bereiteten ebenfalls 24 Überraschungen vor. So durften sich alle in der Adventszeit jeden Tag über ein kleines Geschenk aus der jeweils anderen Zweigstelle freuen. Diese liebevolle Geste brachte uns einander näher und sorgte für eine **spannende Vorweihnachtszeit**. Zudem fühlten wir uns auf diese Weise miteinander verbunden.



Alle Fotos © KFS-Zweigstellen oder Privat



• NEUSTIFT & ST. JOHANN IM AHRNTAL

Das Glücksrad hat unsere ZW Neustift mit der ZW St. Johann i. Ahrntal zusammengelost. Es war gleich klar, was wir unternehmen. Nach anfänglichen Terminüberschneidungen war es dann Mitte November so weit: Wir trafen uns alle in Neustift und unternahmen bei wunderbarem Herbstwetter eine Wanderung. Unterwegs kehrten wir ein und stärkten uns. Dann ging es weiter zum **Guggerhof zum Törggelen**.

Wir haben uns über die Arbeit in unseren Zweigstellen ausgetauscht. Bei Vollmond ging's wieder gut gelaunt zum Ausgangspunkt zurück. Wir treffen uns sicherlich wieder zu einer gemeinsamen Aktion im Ahrntal.

• VAHRN & KORTSCH

Nachdem wir uns im Juli mit der ZW Kortsch trafen, waren jetzt wir von der ZW Vahrn an der Reihe. Einige Ausschussmitglieder mit ihren Familien folgten der Einladung. Gemeinsam verbrachten wir einen **sonnigen Tag**.

Nach einer **Wanderung** und einem gemütlichen Beisammensein in einem **Buschenschank** kehrten wir nach Vahrn zurück, wo wir den Tag bei einem **traditionellen Törggelen** ausklingen ließen. Wir freuten uns sehr, unsere neuen Bekannten kennenzulernen bzw. wiederzusehen und denken schon an eine weitere gemeinsame Aktion im kommenden Jahr.



● PERDONIG & TAISTEN

„Du bist an der Reihe!“, hieß es in Taisten, als dort die Sternsinger/innen Memory spielten. Spannung und Einsatz und viel Spaß waren vorprogrammiert.

Der **Grafikdesigner Manuel** von der ZW Perdonig hatte die Idee, ein **Memory mit Bildern von Perdonig und Taisten** zu gestalten. Er war die treibende Kraft und zur Freude beider Zweigstellen ist die Umsetzung vortrefflich gelungen, wie die zwei Fotos zeigen. Vielen Dank! Wir sind stolz auf unsere kleine, verbindende Aktion!



Alle Fotos © KFS-Zweigstellen oder Privat



● VIERSCHACH & PERCHA

Vierschach und Percha liegen nicht weit voneinander entfernt.

Wir von den Zweigstellen-Ausschüssen kennen uns. Trotzdem freuten wir uns über die Einladung zum **Kreativmarkt in Percha**. Bei dieser Gelegenheit tauschten wir uns aus, genossen heißen Glühwein und wunderbar gebratene Kastanien.

Familien-Ratgeber

Online-Shopping bei Minderjährigen

Liebes Team des Familienratgebers, unser 16-jähriger Sohn bestellt vieles online. Wir Eltern sind besorgt: Was sind die rechtlichen Aspekte des Online-Einkaufs durch Minderjährige und wie können wir verhindern, dass er ein Opfer von Betrug wird?

Liebe Eltern, die Mehrheit der Jugendlichen verfügt über Smartphones, Tablets oder Laptops und surft dementsprechend häufig im Internet. Das bedeutet jedoch nicht, dass alle jungen Menschen das mit der gebotenen Vorsicht und Kompetenz handzuhaben wissen. Beim Online-Shopping kann man materielle Sachen wie Kleidung kaufen, aber auch Apps verschiedener Art abonnieren, zum Beispiel Apps zur Musikwiedergabe oder kostenpflichtige Premium-Versionen von Videospielen. Bei Letzteren handelt

es sich um sogenannte „In-App-Käufe“, das heißt Käufe von zusätzlichen Inhalten, die innerhalb einer bereits installierten App stattfinden und oft auf Abonnements beruhen, die sich automatisch monatlich bis zu einer Kündigung verlängern. Minderjährige können allerdings keine Verträge abschließen, da sie erst mit Erreichen der Volljährigkeit handlungsfähig sind (Art. 2 Zivilgesetzbuch). Von Minderjährigen abgeschlossene Verträge können demnach für nichtig erklärt werden (Art. 1425 Zivilgesetzbuch), sofern der/die Jugendliche seine Minderjährigkeit nicht durch Täuschungshandlungen verheimlicht hat (Art. 1426 Zivilgesetzbuch). Der Klageanspruch auf

Nichtigerklärung verjährt in fünf Jahren. Es wurden Sicherheitssysteme entwickelt, damit Minderjährige keine Online-Einkäufe ohne das Wissen ihrer Eltern tätigen. Zudem muss deutlich darauf hingewiesen werden, dass eine App oder ein Dienst kostenpflichtig ist und eine Überprüfung des Alters des Käufers oder der Käuferin erfolgt. Außerdem braucht es für Online-Einkäufe oft eine Kreditkarte, die Jugendliche meist nicht haben, weswegen auch ein umsichtiger Umgang mit der Kreditkarte wichtig ist. Der Online-Markt bietet viele Möglichkeiten. Sprechen Sie mit Ihrem Sohn und zeigen Sie ihm, wie er sich sicher in der digitalen Welt bewegen kann.



RA Dr. Daniela Höller

Kinder- und Jugendanwältin von Südtirol
daniela.hoeller@kinder-jugendanwaltschaft-bz.org
www.kinder-jugendanwaltschaft-bz.org

Spenden im Advent



„Loos'r Liacht!“

Beim **Adventsstand „Loos'r Liacht!“** in Laas wurden 18.842,27 Euro gesammelt. Das Geld wurde an den Hilfsfond „**Familie in Not“ (FiN)** des KFS überwiesen, der die Trägerschaft übernommen hat und die Beträge an verschiedene gemeinnützige Organisationen weiterleitet. **Dank gilt allen Beteiligten, die diese wundervolle Aktion möglich gemacht haben.** Ein Beweis dafür, dass Gemeinschaft Großes bewegen kann!



Alle Fotos © KFS-Zweigstellen, FiN Kiens/Hofern, Privat



Advents-kränze für guten Zweck



Beim diesjährigen **Adventsmarkt** wurden durch den Verkauf von Adventskränzen 1.900 Euro gesammelt. Die Summe wurde an den Hilfsfond „**Familie in Not“ (FiN)** des KFS gespendet. **Josef Willeit** (4. im Bild v. l.) nahm den Scheck dankend entgegen. Diese Aktion ist ein **Lichtblick in der Weihnachtszeit** und zeigt, wie viel **Mitgefühl** bewirken kann!



„Tearna Advent hilft“



Beim „**Tearna Advent**“ in Terenten wurden 3.700 Euro für den Hilfsfond „**Familie in Not“ (FiN)** des KFS gesammelt.

Angelika Weichsel Mitterrutzner (3. im Bild v. l.) und **Josef Willeit** (4. im Bild v. l.) nahmen den Scheck dankend entgegen. Die Summe wurde durch einen Losverkauf und die Unterstützung zahlreicher Sponsoren erzielt.

Die Spendenaktion unterstreicht den **besonderen Geist der Weihnachtszeit** und das **Engagement der Dorfgemeinschaft**, Familien in schwierigen Lebenslagen zu unterstützen.



Dank „KFS-Familie in Not“ geht es uns wieder besser!

SPENDEN FÜR „FAMILIE IN NOT“ IM ZEITRAUM NOVEMBER – DEZEMBER 2024

35,00 Euro: anonyme Spende
75,00 Euro: anonyme Spende
100,00 Euro: Architekturbüro Uwe Bacher
131,60 Euro: Zweigstelle St. Georgen, Nikolausfeier
150,00 Euro: anonyme Spende
250,00 Euro: anonyme Spende
300,00 Euro: sechs anonyme Spenden à 50,00 Euro
400,00 Euro: vier anonyme Spenden à 100,00 Euro
400,00 Euro: Zweigstelle Nals
450,00 Euro: Zweigstelle Obervintl
500,00 Euro: Simedia GmbH
600,00 Euro: drei anonyme Spenden à 200,00 Euro
700,00 Euro: Zweigstelle St. Lorenzen,
 Erlös Adventkranzaktion

1.000,00 Euro: Zweigstelle Kiens Hofern | Zweigstelle Rabland | Zweigstelle St. Georgen | Zweigstelle Latsch | Zweigstelle Antholz Niedertal | zwei anonyme Spenden à 1.000,00 Euro
1.200,00 Euro: Zweigstelle Vöran
1.247,75 Euro: Physio HandMed d. Mayr Lukas, Erlös Spendenaktion
1.450,15 Euro: Zweigstelle Schenna
1.900,00 Euro: Zweigstelle Mühlwald, Erlös Weihnachtsmarkt
2.000,00 Euro: Zweigstelle Vahrn, Erlös Adventskranzaktion
3.700,00 Euro: Zweigstelle Terenten, Terner Advent
5.000,00 Euro: Progress Group
15.000,00 Euro: Alpitronic SR



Wir danken allen Spender/innen für die Unterstützung. Ihr Beitrag hilft Familien, die in Not geraten sind. Auch in Zukunft bitten wir um Ihre wertvolle Hilfe. Als Verband haben wir uns an die neuen Vorgaben zum Schutz Ihrer personenbezogenen Daten angepasst. Die Namen der Spender/innen werden daher nicht mehr automatisch veröffentlicht.

Gerne möchten wir Sie aber auch künftig als Spender/innen nennen. Senden Sie uns hierfür bitte eine E-Mail an geschaeftsleitung@familienverband.it mit dem Text: „Ich möchte in der Zeitschrift FiS als Spender/in genannt werden.“ Andernfalls bleibt die Spende anonym, was deren Wert keineswegs mindert. Das Spendenkonto, lautend auf „Katholischer Familienverband Südtirol – Familie in Not“, ist bei der Raiffeisenkasse Bozen eingerichtet, IT71N0808111600000300010014.

Herzlichen Dank sagt „KFS-Familie in Not“! Weitere Informationen unter <https://www.familienverband.it/familie-in-not/hilfsfonds>

FiS-Förderpartner.
Wir sagen Danke!



gefördert von | sostenuto da

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL
Familienagentur



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Agenzia per la famiglia

globus
BOZEN MERAN BRIXEN BRUNECK

alperia



Raiffeisen
Mehr Nähe. Mehr Bank.

Die nächste FiS erscheint am **4. April 2025** | Redaktionsschluss ist der **4. März 2025**

KFS
Katholischer
Familienverband
Südtirol

Erscheinungsweise

Sechsmal jährlich. Die Zusendung erfolgt kostenlos an alle KFS-Mitglieder. Das Abonnement ist im jährlichen KFS-Mitgliedsbeitrag enthalten.

Auflage 16.000

Redaktionsanschrift & Anzeigenverwaltung
Katholischer Familienverband Südtirol (KFS),
Wangergasse 29, 39100 Bozen
Tel. +39 0471 974 778 - info@familienverband.it
www.familienverband.it



Herausgeber und Eigentümer

Katholischer Familienverband Südtirol (KFS)
Eintragung beim Landesgericht Bozen mit
Dekret Nr. 18/75 vom 25.11.1975

Presserechtlich verantwortlich

Dr. Alfons Gruber

Schriftleitung

Beatrix Unterhofer
Redaktion Angelika Mitternützer, Samantha Endrizzi,
 Silvia Di Panfilio, Inge Lunger, Manuela Unterthiner
 Mitternützer, Maria Lobis

Fotos KFS, www.stock.adobe.com

Layout www.effekt.it

Druck Ferrari Auer, Bozen

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Autors wieder. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Anzeigen zurückzuweisen.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit werden fallweise personenbezogene Bezeichnungen in männlicher Form angeführt. Sie beziehen sich selbstverständlich auf alle Geschlechter in gleicher Weise.

