



Die Familie in Südtirol

DIE ZEITSCHRIFT DES
NR. 5 · OKTOBER 2025

KFS
Katholischer
Familienverband
Südtirol

Präsent statt perfekt

FAMILIEN LEBEN



FAMILIENPOLITIK

**Unterstützungsleistungen für
Senior/innen in Südtirol**

Gabriele Morandell

S. 12

AUS DER PRAXIS GESPROCHEN

**Plastik reduzieren: Nachhaltige
Alternativen für den Alltag**

Christine Romen

S. 20

WEBINAR

Die Frau im Berufsleben

Zeitraum: Mi., 15. Oktober 2025 um 20 Uhr, über Zoom

Zielgruppe: Erwachsene, Interessierte

Referentin: Ulrike Kofler – Arbeitsrechtberaterin



WEBINAR

Werte, Glaube & Erziehung. Die Bedeutung religiöser Erziehung für unsere Kinder

Zeitraum: Di., 4. November 2025 um 20 Uhr, über Zoom

Zielgruppe: Mütter/Väter, Erwachsene, Interessierte

Referentin: Johanna Brunner – Amtsleiterin Amt für Ehe und Familie,
Diözese Bozen – Brixen



Foto © Canva

WEBINAR

Durchblick im App-Dschungel. Ein Informationsabend für Eltern über die Welt der Social-Media-Plattformen der Teenager

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

Zielgruppe: Mütter/Väter, Erwachsene, Interessierte

Referent: Matthias Jud – Kultur- und Medienpädagoge, Jugendarbeiter



Neugierig auf mehr?

Das gesamte Kursprogramm 2026 gibt's auf der KFS-Webseite.

Schon jetzt können Sie einen Blick auf die Webinare und Seminare von Jänner bis März 2026 werfen – ob spannende Inputs, praxisnahe Tipps oder gemeinsame Erlebnisse: Hier ist für jede und jeden etwas dabei!

Mi, 14.01.2026: **Clever mit Geld Finanzielle Bildung für die ganze Familie** mit Felix Brugger

Di, 27.01.2026: **Wertschätzende Kommunikation in der Familie** mit Monica Margoni

Sa, 31.01.2026: **Familienrat – Gemeinsam Lösungen finden** mit Monica Margoni

Mi, 11.02.2026: **Eltern sein – Paar bleiben** mit Manuela Zelger

Di, 24.02.2026: **Schimpfen, drohen und strafen – muss das sein?** mit Alexandra Schreiner Hirsch

Do, 05.03.2026: **Unverschämt weiblich. Mentale Stärke & Selbstentfaltung für Frauen** mit Ruth Rieder

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:



In Kooperation mit:

HAUS DER FAMILIE

gefördert von der Familienagentur



Autonome Provinz Bozen
Provincia autonoma di Bolzano
Provincia autonoma de Bulsan
SÜDTIROL · ALTO ADIGE

KFS
Katholischer
Familienverband
Südtirol

Liebe Familien, liebe Leserinnen und Leser,

der Sommer liegt hinter uns, und wir sind mit neuem Elan in den Herbst gestartet. Rückblickend auf die vergangenen Monate erfüllt mich große Dankbarkeit: Für die zahlreichen Begegnungen, die inspirierenden Gespräche und das spürbare Engagement so vieler Menschen, die den KFS mittragen und lebendig machen.

Unsere Gesellschaft steht weiterhin vor großen Herausforderungen – Familien brauchen heute mehr denn je verlässliche Begleitung, praktische Unterstützung und eine starke Stimme. Als KFS setzen wir genau hier an: Wir hören zu, geben Orientierung und gestalten mit – ganz konkret und nah am Alltag.

In dieser Ausgabe der **FIS** greifen wir wieder viele Themen auf, die Familien bewegen: Vom Umgang mit schulischer Motivation über nachhaltiges Leben bis hin zu Fragen rund ums Älterwerden. Besonders freue ich mich über das Interview mit **Felicitas Richter**,

die uns daran erinnert, dass es nicht um Perfektion geht, sondern um Präsenz, Herz und echtes Miteinander.

Auch die **Veranstaltungen** der vergangenen und kommenden Monate, wie der **Familihtag im Haus der Familie**, das **Kinderfestival auf der Talferwiese** oder unsere **Erlebnissommerwochen**, zeigen, wie viel Leben, Freude und Gemeinschaft im KFS steckt. Und mit der **Gründung neuer Zweigstellen**, dem Aufbau von Netzwerken – etwa rund um das wichtige Thema **Sternenkinder** – sowie unserer Beteiligung an der **Stiftung Wohnen Südtirol**, wachsen wir als Verband weiter in Verantwortung.

Ich schätze es sehr, dass wir im Austausch mit **anderen Vereinen und der öffentlichen Hand** immer wieder Wege der Zusammenarbeit finden – denn Familienpolitik ist eine gemeinsame Aufgabe, die wir nur im Miteinander gut gestalten können.



Foto © KFS/Matteo Grappo

Herzlichen Dank allen, die sich im Kleinen wie im Großen einbringen – sei es in der Spielgruppe, im Vorstand, bei einem Fest oder in der stillen täglichen Fürsorge.

Euer Engagement ist das Fundament unserer Arbeit – und ein echtes Hoffnungszeichen.

In diesem Sinne wünsche ich euch viel Freude beim Lesen dieser FIS-Ausgabe und uns allen einen kraftvollen, gesegneten Herbst.

Herzlichst,

Sieglinde Aberham
Sieglinde Aberham
Präsidentin

Inhalt

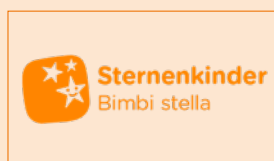


04 Familien Leben
Präsent statt perfekt

12 Familienpolitik
15 Kinderseite
16 KFS-Intern
18 Glauben
19 Familien-Ratgeber



06 Familien Leben
Wenn Schule wieder zum Alltag gehört



08 Familien Leben
Sternenkinder – Bimbi stella



10 Aus der Praxis gesprochen
Alt und zu nichts mehr zu gebrauchen? Von wegen!

20 Fachleute informieren
22 Essen & Trinken
23 Tipps & Hits

24 Die Familienagentur informiert
25 Im ganzen Land
31 Familie in Not

12. KFS-Familienkongress Familie im Gleichgewicht
14.–15.11.2025 im Haus der Familie, Lichtenstern, Ritten

Präsent statt perfekt Familie als Resonanzraum

Es gibt Tage, da hetzen wir von Termin zu Termin, machen Häkchen auf unserer To-do-Liste – und fragen uns abends: „Was habe ich heute eigentlich erlebt?“ Beschäftigt waren wir genug. Aber war da auch ein Moment, in dem wir uns als Familie wirklich lebendig gefühlt haben?

Genau darum geht es beim Familienkongress in Lichtenstern am Ritten: Familie nicht als weiteres Projekt zu sehen, das wir managen müssen. Sondern als Resonanzraum – ein Ort, wo wir uns spüren, wo Nähe entsteht und wo Glaube lebendig wird.



Resonanz – das andere Erleben

Der Soziologe Hartmut Rosa beschreibt Resonanz als eine besondere Erfahrung: Etwas berührt mich, ich antworte – und es verändert mich.

Das kennen wir alle: Der Blick, der länger hält als ein flüchtiges Hallo. Ein gemeinsames Lachen, das den Stress wegwischt. Das Lied, das uns plötzlich Gänsehaut macht.

Solche Momente sind klein, aber kostbar. Sie lassen uns sagen: „Ja, dafür lohnt es sich.“ Resonanz bedeutet: Ich bin in Verbindung – mit mir selbst, mit den Menschen um mich herum und mit dem Größeren, das trägt.

Drei Räume, die Resonanz ermöglichen

Damit Resonanz geschehen kann, braucht es Raum. Nicht unbedingt viel Zeit – aber die Bereitschaft, inzuhalten. Drei Räume sind für die Familie besonders wichtig:

1. Regenerationsräume – bei mir selbst ankommen: Resonanz beginnt innen. Nur wenn ich spüre, wie es mir geht,

kann ich für andere offen sein. Ein kurzer Moment der Stille, ein Atemzug, ein Gebet – das sind Quellen, die uns im Alltag Kraft schenken.

Resonanz bedeutet: Ich bin in Verbindung – mit mir selbst, mit den Menschen um mich herum und mit dem Größeren, das trägt.

2. Begegnungsräume – miteinander verbunden sein. Familie lebt von echten Begegnungen: zuhören, Blickkontakt, gemeinsam etwas tun. Oft reichen wenige Minuten, in denen wir uns wirklich füreinander öffnen. Dann wird Nähe spürbar, die trägt – über Unterschiede und Konflikte hinweg.

3. Spielräume – das Größere erleben.

Resonanz zeigt sich auch dort, wo wir uns überraschen lassen: im Spiel, in der Natur, in Musik oder im Glauben. Wenn wir Fehler machen dürfen, Neues ausprobieren oder gemeinsam staunen, erleben wir, dass Familienleben mehr ist als Pflichten und Pläne.

Familie – ein Resonanzraum

Familie muss nicht perfekt sein. Sie darf lebendig sein. Ein Ort, wo wir Kraft schöpfen, Nähe erfahren und das Größere spüren, das uns verbindet. Der Familienkongress ist eine Einladung, den Druck rauszunehmen – und die Nähe wieder reinzulassen.

Gemeinsam schauen wir, wie Familie zu einem Resonanzraum werden kann: für mich selbst, für die Menschen an meiner Seite und für den Glauben, der unser Leben trägt.



Felicitas Richter über Resonanz und Perfektion

Frau Richter, wie sind Sie auf das Thema „Resonanz“ gekommen?

Felicitas Richter: Schon immer fasziniert mich: Wie können Menschen gut leben – in Familien, Schule, Unternehmen? Mir war klar: Es geht um den Einzelnen UND das Miteinander UND die Gesellschaft. Das große Bild fand ich in der Resonanztheorie von Hartmut Rosa. Plötzlich fügten sich alle Puzzleteile zusammen: Resonanz beschreibt, wie wir in einer beschleunigten Welt in Verbindung bleiben – mit uns selbst, miteinander, mit der Schöpfung.

Gelingt es Ihnen selbst, zwischen Alltagsstress und

Routine den Druck rauszunehmen und die Nähe wieder reinzulassen?

Felicitas Richter: Wichtig ist für mich der Start in den Tag: nicht sofort loslegen, sondern erst innehalten. Eine Tasse Kaffee, ein kurzer Text. So starte ich in Verbindung mit mir selbst. Und: Bewusst Zeit mit jedem meiner Kinder einplanen – früher zu Hause, heute besuche ich sie in ihrem Alltag.

Wie kann Familie nicht perfekt, aber lebendig sein?

Felicitas Richter: „Perfekt“ ist ein Zustand, etwas Fertiges. „Lebendig“ ist ein Prozess, das Erleben des Moments. Familie ist per se lebendig – und nie perfekt.

Eigentlich ganz einfach: sich auf das einlassen, was ist, und etwas Gutes daraus machen.

Mit welchen Impulsen kann es gelingen, Raum zum Durchatmen, Austausch und Ausprobieren zu schaffen?

Felicitas Richter: Rituale helfen. Am Abendbrottisch darf jede und jeder erzählen, was das Schönste am Tag war – und was Kummer gemacht hat. Wichtig: Alle hören zu. Und „Fehler“ als

Lernmomente willkommen heißen.

Präsent und perfekt – was bedeuten diese Worte für Sie persönlich?

Felicitas Richter: Präsent sein ist ein Geschenk: da sein mit Körper, Geist und Seele. Perfekt sein ist ein Wunsch: vollendet, optimal – oft schön, manchmal aber auch eine Illusion.

INTERVIEW

BEATRIX UNTERHOFER



Felicitas Richter

ist Dipl. Sozialpädagogin und Seelsorgerin, Rednerin und Autorin. Vor allem aber ist sie Mutter, Tochter und Partnerin.

Foto: Privat

12. KFS-Familienkongress Familie im Gleichgewicht 14.–15.11.2025 im Haus der Familie, Lichtenstern, Ritten

12. KFS-
Familienkongress



Freitag, 14.11.2025

15.00 – 16.00: Check-in und Begrüßung

16.30 – 18.00: VORTRAG
Matthias Oberbacher
Vater sein heute: Neue Rollenbilder und Chancen für Väter
Moderation: Jutta Wieser

18.00 – 18.30: Pause

18.30 – 20.00: Abendessen

20.00 – 22.00:
Hannes Waldner
Spielerischer Abend für die gesamte Familie

Samstag, 15.11.2025

09.00 – 09.15: Begrüßung
Landesrätin Rosmarie Pamer

09.15 – 10.45: VORTRAG
Felicitas Richter
Präsent statt perfekt – Familie als Resonanzraum erleben

10.45 – 11.00: Pause

11.00 – 12.45: WORKSHOP A
Felicitas Richter
Und mittendrin – wir! Wie wir Nähe leben, auch wenn's turbulent wird

WORKSHOP B
Felix Brugger
Familienfinanzen leicht erklärt: Tipps und Strategien für Eltern

12.45 – 14.00: Mittagessen

14.00 – 15.30: WORKSHOP C
Markus Costa
Was sich Mama und Papa voneinander erwarten

WORKSHOP D
Monika Kompatscher
Mental load – Wie kann Gleichberechtigung in den Familien gelingen?

15.30 – 16.00: Abschluss



Jetzt den
QR-Code
scannen und
anmelden!



Kinder willkommen! An beiden Kongresstagen findet parallel ein Workshop für Kinder ab 6 Jahren statt. Für jüngere Kinder wird eine separate Betreuung angeboten.

Wenn Schule wieder zum Alltag gehört

Es sind erst ein paar Schulwochen vergangen und schon hört man wieder bekannte Sätze wie „Ich mag die Schule nicht“, „Wieso muss Schule so schwer sein?“ oder „Ich habe keine Lust auf Mathe“.

Die Kinder wirken erschöpft, die Motivation sinkt und zuhause prallen Frust und Hilflosigkeit aufeinander. Viele Eltern fragen sich dann, woher das kommt. Vor einem Monat hat sich das Kind doch noch auf die Schule gefreut. Dabei lohnt es sich, genauer hinzuhören.

Das Positive wahrnehmen

Oft schenken wir dem Negativen automatisch mehr Aufmerksamkeit, sodass kleine Erfolge oder positive Erlebnisse leicht übersehen werden. Kinder sind stolz auf gelöste Aufgaben, erleben Freude an spannenden Projekten oder haben Spaß mit Mitschüler/innen. Wer aufmerksam hinhört, kann erkennen, dass Schule keineswegs nur Pflicht ist, sondern auch Erfolge, Begeisterung und schöne Erlebnisse bietet. Indem Eltern diese positiven Erfahrungen bewusst wahrnehmen, sie benennen und reflektieren, lernen Kinder, ihre eigenen Fortschritte zu erkennen und wertzuschätzen.

Die Haltung der Eltern zur Schule und zum Lernen ist entscheidend dafür, wie Kinder Bildung erleben.

Die Haltung der Eltern

Bei den negativen Aussagen geht es oft nicht um mangelndes Interesse am

Lernen, sondern darum, dass Kinder wieder Teil einer größeren Gemeinschaft geworden sind. Anders als in den Sommerferien, in denen sie ihre Zeit frei gestalten konnten, müssen sie jetzt feste Aufstehzeiten, geregelte Essens- und Pausenzeiten sowie Regeln im Klassenzimmer einhalten. Sie sollen Rücksicht nehmen, warten, bis sie an der Reihe sind und auch Aufgaben erledigen, auf die sie vielleicht keine Lust haben oder bei denen sie sich unsicher fühlen. Eltern haben dann oft Sorge, zu streng zu wirken oder ihr Kind zu verärgern, wenn sie es nicht sofort von einer unangenehmen Aufgabe befreien. Doch gerade das, was in diesem

Wer aufmerksam hinhört, erkennt: Schule ist nicht nur Pflicht, sondern auch Erfolge, Begeisterung und schöne Erlebnisse.



Impulse für den Alltag

Lesen im Alltag

Gemeinsames Lesen von Spielanleitungen oder das Entziffern von Rezepten stärkt Sprach- und Lesekompetenz.

Offenheit zeigen

Sätze wie „Das weiß ich nicht, lass uns das gemeinsam herausfinden“ machen Eltern zu Lernpartner/innen und vermitteln, dass Fehler erlaubt sind.

Kleine Investitionen, große Wirkung

Schon 10 Minuten Lesen am Tag summieren sich auf über 50 Stunden im Jahr. Ein minimaler Aufwand mit großer Wirkung.

Bewusst Zeit für positive Erfahrungen schaffen

Kurze Fragen wie „Worauf freust du dich heute besonders?“ oder ein kleines Ritual, in dem Kinder erzählen worauf sie stolz sind, zeigen große Wirkung.

Rituale geben Sicherheit

Rituale sind wie Leitplanken im Alltag: Sie nehmen Druck, schaffen Orientierung und steigern die Konzentrationsfähigkeit.

Morgenrituale

Ein gemeinsames Frühstück, ein kurzer Abschiedsgruß, vielleicht ein kleines Ritual wie ein „Glücksstein in der Tasche“, um den Tag positiv zu starten.

Lernrituale

Ein fester Arbeitsplatz, regelmäßige Pausen, eine bestimmte Uhrzeit oder ein kurzes Signal wie „Jetzt geht's los“ helfen, leichter in den Lernmodus zu wechseln.

Gemeinsame Mahlzeiten

Sie bieten Gelegenheit, den Tag zu reflektieren und Erlebtes zu besprechen.

Schlafrythmus

Regelmäßige Schlafenszeiten sind zentral für Konzentration, Gedächtnisleistung und emotionale Stabilität.



Moment kurzzeitig unangenehm wirkt, ist langfristig wertvoll: Das Vertrauen in sich selbst, dass sie es schaffen können. Diese Haltung stärkt Resilienz, Ausdauer und zeigt den Kindern, dass sie Herausforderungen meistern können, auch wenn sie zunächst Angst oder Widerwillen verspüren.

Wichtig ist auch die genaue Beobachtung des Schulalltags. Schnelle Kritik an Kindern, Lehrkräften oder der Schule bringt meist wenig. Vielmehr kann es hilfreich sein, die Situation aus der Perspektive des Kindes oder der Lehrperson zu betrachten: Wie erleben sie den Schulalltag mit festen Zeiten, Regeln und unterschiedlichen Bedürfnissen?

Kinder orientieren sich stark an dem, was sie sehen, hören und vor allem an ihren Eltern als Vorbildern. Die Haltung der Eltern zur Schule und zum Lernen ist deshalb entscheidend dafür, wie Kinder den Schulalltag und Bildung insgesamt erleben. Schätzen Eltern die Lehrkräfte und den Schulalltag, überträgt sich diese positive Haltung auf die Kinder. Oder wenn Erwachsene zu Hause neugierig bleiben, Fragen stellen, Bücher lesen oder Dinge ausprobieren, merken Kinder, dass Lernen nichts Fremdes ist, sondern ein selbstverständlicher Teil des Lebens.

LISA UNTERTHINER
ERZIEHUNGSWISSENSCHAFTLERIN

Kido.IMPULS 
FAMILIE - PROJEKTE - BILDUNG - PRÄVENTION

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

Sternenkinder – Bimbi stella:

Wenn das Ende vor dem Anfang kommt...

Das Netzwerk Sternenkinder stellt sich vor

Sternenkinder (italienisch Bimbi stella) sind Kinder, die während der Schwangerschaft, bei oder kurz nach der Geburt sterben. Auch wenn ihr Leben nur kurz war, bleiben sie Teil der Familie, einzigartig, geliebt und unvergessen.

Um Eltern in dieser schweren Zeit nicht allein zu lassen, wurde 2022 auf Initiative des Katholischen Familienverbands Südtirol das Netzwerk Sternenkinder – Bimbi stella gegründet.

Heute arbeiten neun Organisationen zusammen, die Familien begleiten, Orientierung geben und das Thema in die Gesellschaft tragen.

Im Gespräch erzählt Projektleiterin **Isabella Thurin**, warum das Netzwerk so wichtig ist und welche Unterstützung es bietet.

„Die Einschlagdecke war mehr als Stoff, sie war ein erstes Willkommen in endloser Stille.“

(betroffene Mutter)

Isabella, zum Einstieg: Wofür steht der Begriff Sternenkinder?

Isabella Thurin: Der Begriff Sternenkinder steht für Kinder, deren Zeit auf dieser Welt nur sehr kurz war. Das Bild vom Sternenhimmel vermittelt Trost: Auch wenn ein Stern nicht mehr sichtbar ist, bleibt er Teil des Ganzen. Es erinnert daran, dass Liebe, Erinnerung und Trauer ihren Platz haben dürfen.

Warum ist dieses Netzwerk entstanden und warum gerade jetzt wichtig?

Isabella Thurin: Am 15. Oktober 2025 wird weltweit der Tag der Sternenkinder begangen. Auch in Südtirol verbindet er viele Familien und zeigt, dass sie mit ihrer Trauer nicht allein sind. Aus diesem Anlass wurde 2022 die Initiative gestartet. Heute vereint das Netzwerk neun Partnerorganisationen, die gemeinsam betroffene Familien begleiten, informieren und stärken.

An wen richtet sich das Netzwerk Sternenkinder – Bimbi stella konkret?

Isabella Thurin: Es steht allen offen, unabhängig von Religion, Herkunft oder Lebenssituation. Jede Trauer ist einzigartig, aber niemand soll sie allein durchstehen müssen. Das Netzwerk richtet sich sowohl an Betroffene selbst als auch an ihr gesamtes Umfeld. Auch Fachkräfte profitieren, weil sie im Austausch mit Kolleginnen, Hebammen oder der Krankenhausseelsorge besser sehen, wo Unterstützung fehlt.

„Ich halte unser kleines Sternenkind im Herzen ... und dieses Ritual hat mir gezeigt: Es ist okay, zu trauern.“

(betroffene Mutter)

Welche Rolle spielt die Website?

Isabella Thurin: Die zweisprachige Seite **www.sternenkinder.it** ist das Herzstück des Netzwerks. Sie bietet Antworten auf häufige Fragen, Kontakte zu Beratungsstellen, Informationen zu Kindergrabfeldern in Südtirol, Hinweise auf Selbsthilfegruppen und Seelsorge sowie aktuelle Termine. Eltern teilen dort ihre Erfahrungen, Fachleute stellen Materialien bereit. Betreut wird die Seite vom Katholischen Familienverband Südtirol, in enger Abstimmung mit allen Partnerorganisationen.

„Im Austausch mit anderen Eltern fand ich Worte, wo vorher nur der Schmerz war.“

(betroffene Mutter)

Gab es ein Projekt, das dich besonders berührt hat?

Isabella Thurin: Sehr bewegend war die Aktion Einschlagdecken aus gespendeten Hochzeitskleidern für Sternenkinder anzufertigen. Seit 2022 haben Freiwillige Näherinnen aus den KFS-Zweigstellen mit viel Behutsamkeit über 700 Decken für Sternenkinder angefertigt. Diese wurden an Krankenhäuser in ganz Südtirol verteilt. Die Beteiligung war so groß, dass wir die

Annahme weiterer Brautkleider aus Platzgründen einstellen mussten. Dieses Projekt ist allen Beteiligten sehr nahegegangen und wir sind sehr dankbar für das enorme Engagement und die vielen Spenderinnen.

Welche Herausforderungen gibt es?

Isabella Thurin: Jede Organisation bringt ihre eigenen Schwerpunkte ein. Das kann den Austausch manchmal anspruchsvoll machen, ist aber auch eine große Stärke. Entscheidend ist, die Vielfalt zu nutzen und das Tabu rund um den Verlust eines Kindes weiter aufzubrechen.

Und wie geht es in den nächsten Jahren weiter?

Isabella Thurin: Im Jahr 2026 ist eine große Fachtagung im Haus der Familie geplant. Dort soll der Austausch zwischen Medizin, Beratung und Seelsorge vertieft werden. Ziel ist, die Begleitung von Familien noch besser zu machen und das Thema Sternenkinder stärker ins Bewusstsein zu rücken.

INTERVIEW
SILVIA DI PANFILO



Isabella Thurin
Projektleiterin Sternenkinder –
Bimbi stella, Pädagogische
Mitarbeiterin im KFS

Wer steht hinter der Initiative?

TRÄGER:

Katholischer Familienverband Südtirol (KFS)

INITIATOR/INNEN:

Nicole Uibo und Philipp Achammer

STERNENKINDER-NETZWERKPARTNER:

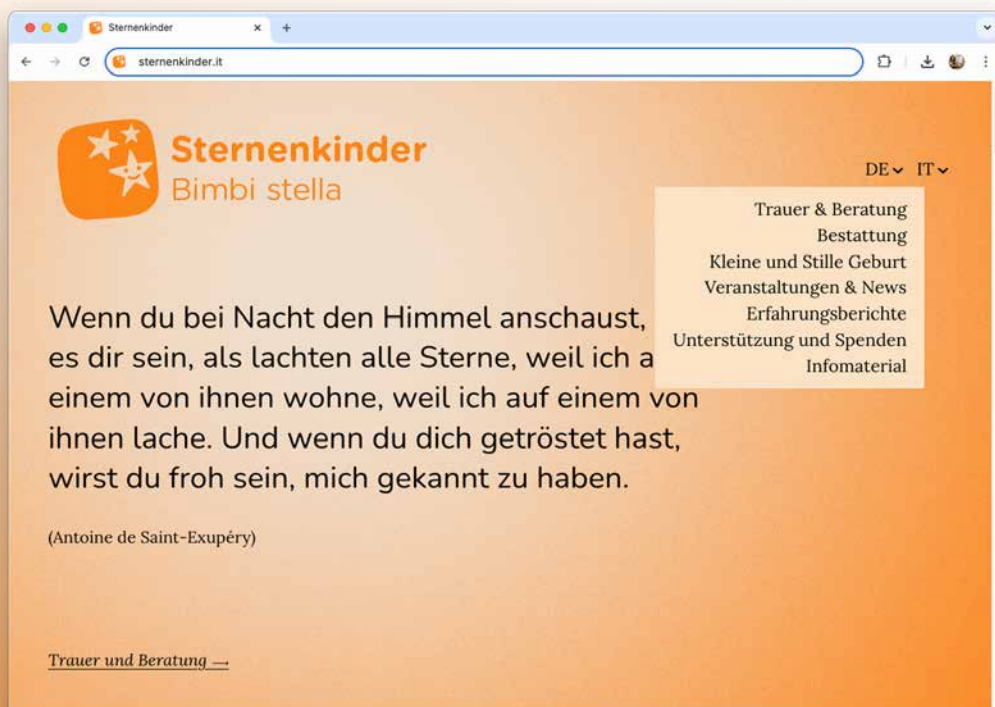
Auto Mutuo Aiuto (AMA), Berufskammer der Hebammen Bozen (OPO), Caritas Hospizbewegung, Dachverband für Soziales und Gesundheit (KDS), Familienberatung fabe, Familienberatungsstelle Lilit Meran, Haus der Familie (HDF), Katholische Frauenbewegung (kfb), Krankenhausseelsorge.

GEFÖRDERT VON:

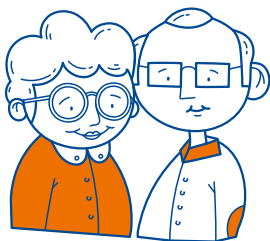
Stiftung Südtiroler Sparkasse und Familienagentur



Sternenkinder
Bimbi stella



Mit einem Klick auf die Homepage www.sternenkinder.it sind hilfreiche Infos und Erfahrungsberichte zu finden.



AUS DER PRAXIS
GESPROCHEN

Alt und zu nichts mehr zu gebrauchen? Von wegen!

„Oft werdn isch nix Gescheits.“ Das hört man immer wieder, wenn Menschen schon 70, 80 oder gar 90 Lebensjahre hinter sich haben. Es stimmt: Ältere Menschen sind nicht mehr so gelenkig, wie in jungen Jahren, die Arbeiten gehen oft nicht mehr so zügig von der Hand, manchmal ist man auch auf fremde Hilfe angewiesen.

Der Lebensrhythmus verlangsamt sich, es wird Zeit, auch loszulassen und der nächsten Generation das Ruder zu übergeben. Nicht wenige trauern einem Lebensabschnitt nach, den es nicht mehr gibt. Das tägliche Klagen über gesundheitliche Gebrechen, die das Leben beschwerlicher machen, ist weit verbreitet und viele sehnen

sich nach der Jugendzeit zurück. Pilschlucken, Arztbesuche und Physiotherapien bestimmen manchmal das Tagesgeschehen. Mit 70 ist man nun mal nicht mehr so flott unterwegs wie mit 20. Diese Tatsache gilt es zu akzeptieren.

Geben Sie auch im Alter niemals auf. Stärken Sie Ihre Resilienz!

Setzen Sie alles dran, aktiv und mobil zu bleiben, also selbstständig vor die Tür gehen zu können. Auch wenn die Gelenke schmerzen und es vielleicht Überwindung kostet. Bewegung tut gut und lindert Beschwerden.

Halten Sie das Körpergewicht unter Kontrolle. Das heißt nicht, dass sie gertenschlank sein müssen, aber starkes Übergewicht fördert nun mal degenerative Erkrankungen.

Akzeptieren Sie, dass es ist, wie es ist. Vor allem akzeptieren Sie, was nicht mehr zu ändern ist.

Wie ist Ihre innere Einstellung? Beklagen Sie sich häufig (z.B. keiner kümmert sich um mich, es wird nicht besser, es ist eh schon zu spät, immer trifft es mich, ich kann das nicht mehr, die Jungen taugen nichts usw.) oder sind Sie meist humorvoll und gut gelaunt?

Eine lebensbejahende, optimistische Haltung wirkt sich positiv auf Ihr familiäres und gesellschaftliches Umfeld aus. So bekommen Sie viel Freude, Freundschaft und Liebe zurück.

Vermeiden Sie Selbstmitleid: Verharren Sie nicht in der Opferrolle.

Denken Sie lösungsorientiert und handeln Sie entsprechend.

Hören Sie auf Ihre innere Stimme, da steckt viel Erfahrung und Lebensweisheit drin!

Vermeiden Sie Katastrophen-denken: Wer immer das Schlimmste denkt, blockiert sich in kritischen Situationen selbst. Der größte Energieverlust entsteht durch Widerstand. Je mehr Sie etwas verhindern wollen, desto sicherer wird es eintreten.

Bleiben Sie nicht alleine. Vor dem Alleinsein im Alter sollten Sie sich schützen. Pflegen Sie Kontakte.

Lassen Sie sich Ihren Wirtshausbesuch, Ihr „Karterle“, den Stammtischabend mit Freunden oder Ihr Kaffeekränzchen nicht nehmen.

Leben Sie Im Hier und Jetzt und bleiben Sie lernwillig und neugierig auf Neues (Glauben Sie mir: Früher wor net olls bessr!).

Zeigen Sie Dankbarkeit für alles Schöne, das Sie erlebt haben und noch erleben dürfen. Wofür sind Sie heute dankbar?

Und **zögern Sie nicht, sich Hilfe zu holen,** wenn Sie sie brauchen. Südtirol weist ein dichtes Netz an professionellen Hilfsangeboten und ehrenamtlichen Strukturen auf.

Das Großelternbuch des KFS

„Erinnerungen für unser Enkelkind“ – ein gemeinsames Erinnerungsbuch mit Platz für Fotos und besondere Momente. Ein schönes Geschenk für Familien zum Festhalten von Erinnerungen. Preis: 10 €.

Für Mitglieder: kostenloser Versand bei Abholung in einem unserer vorgegebenen Standorte. Bestellung über das KFS-Verbandsbüro.
E-Mail: info@familienverband.it



Foto © KFS

Doch das ist nur die eine Seite der Medaille. Die andere ist viel schöner und wertvoller.

Als Person im Ruhestand hat man endlich Zeit für Dinge, für die man vorher keine Zeit hatte. Ob es nun das Reisen ist, ob ich als älterer Mensch noch einmal an Weiterbildungskursen teilnehme, mehr Zeit für meine Familie habe, einem neuen Hobby fröne oder ein altes „wiederbelebe“, mich mit der Welt des Computers auseinandersetze oder mich einfach mehr bewege: Die Möglichkeiten sind vielfältig.

mit sich. Während Jüngere frische Ideen und digitale Kompetenz mitbringen, weisen Ältere oft profundes Fachwissen und wertvolle Lebenserfahrung auf. Dies fördert den Gedankenaustausch und das gegenseitige Verständnis und stärkt überdies die Solidarität und Zukunftsfähigkeit einer Gesellschaft.

Selbst wenn der Körper nicht mehr so will, sind Menschen im reiferen Lebensalter durch ihr Wissen und ihre Erfahrung, ja Lebensweise eine wichtige und unverzichtbare Ressource für

Eine besondere Rolle der Senioren und Seniorinnen: Großeltern sind eine wichtige und unverzichtbare Ressource.

Haben Sie sich einmal gefragt, warum Enkelkinder so gerne bei Oma und Opa sind? Ja selbst in der Pubertät oder auch als bereits Erwachsene haben sie zu den Großeltern oft ein innigeres oder genauso gutes Verhältnis wie zu den Eltern. Großeltern haben Geduld, sind tolerant(er), sie geben Halt und sie sind auch ein Anker, wenn das Leben einmal stürmischer daherkommt.

Sie sind wichtige Bezugspersonen für die Enkel, denen sie Liebe, Geborgenheit und Unterstützung geben. Durch ihre Lebenserfahrung und Lebensgestaltung dienen Großeltern oft auch als Vorbilder und können den Enkeln mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Großeltern sind eine wichtige Stütze für die Eltern bei der Erziehung der Kinder. Ihr Einfluss auf die Enkel ist vielfältig. Wann immer es möglich ist und die Großeltern nicht selbst noch im beruflichen Alltag stehen, sollte auf diese wertvolle Ressource zurückgegriffen werden.

Sie spielen auch eine bedeutende Rolle bei der Weitergabe von Werten wie Anstand, Ehrlichkeit und Respekt. Dies ist gerade in der heutigen Gesellschaft ein grundlegender

Aspekt. Weisen doch das ethisch-moralische Empfinden und das Verhalten eine bedenkliche Verrohung auf, die durch die teilweise Anonymität der sozialen Netzwerke noch befeuert wird.

Großeltern stiften Familienidentität und sind das historische Gedächtnis über Generationen hinweg. Sie können den Enkeln zeigen, wo ihre Wurzeln liegen und ein Gefühl der Zugehörigkeit vermitteln. Die authentischen Erzählungen von früheren Zeiten, von der Vergangenheit und den Veränderungen der Welt fördern das Verständnis für die eigene Familiengeschichte.

Und schließlich sind Sie auch eine nicht zu unterschätzende Stütze für die Eltern selbst. Durch ihre Präsenz schaffen sie Freiräume für die Eltern und tragen auch dazu bei, dass die Familie zusammenhält und die Bande zwischen den Generationen gestärkt werden. Eine intensive Beziehung zu Großeltern kann das Selbstwertgefühl der Enkel festigen und ihnen helfen, sich zu selbstbewussten und weltoffenen Menschen zu entwickeln.

Zusammenfassend kann man sagen: Großeltern spielen eine einzigartige und wertvolle Rolle in der Familie. Sie sind der Kitt, der die Familie über Generationen zusammenhält.

Foto: Adobe Stock



Auch ehrenamtliche Tätigkeiten können viel Abwechslung in den Alltag bringen, z.B. als Schülerlotse, bei Nachmittagsbetreuung von Kindern, Aufgabenhilfe, Mitarbeit in der Bibliothek oder Mithilfe bei Essen auf Rädern, um nur einige zu nennen. Eine wichtige ehrenamtliche Tätigkeit ist die Mitarbeit in den Vereinen. Die Zusammensetzung der Gremien mit jüngeren und älteren Frauen und Männern bringt viele Vorteile

unsere Gesellschaft, wovon jüngere Generationen nur profitieren können. Diese Sichtweise ist bei uns noch zu wenig verankert. In der asiatischen Kultur hingegen ist sie allgegenwärtig. Dort werden ältere Personen sehr geschätzt und als weise Ratgeber betrachtet. Auch die afrikanische Kultur kennt z.B. keine Altersheime. Dort verbleiben die Menschen bis an ihr Lebensende im familiären Umfeld.



Johanna Plasinger

Coach und langjährige Führungskraft in der Landesverwaltung, nunmehr in Pension

Foto: Privat

Unterstützungsleistungen für Seniorinnen und Senioren in Südtirol

Ältere Menschen tragen in unserer Gesellschaft viel Verantwortung, haben gearbeitet, Familien aufgebaut und Generationen geprägt. Mit zunehmendem Alter rücken jedoch andere Fragen in den Vordergrund: Wie kann ich meine Grundbedürfnisse finanzieren, wenn meine Rente gering ist? Was passiert, wenn ich pflegebedürftig werde? Welche Hilfen gibt es, um trotz eingeschränkter Mittel in Würde und Sicherheit leben zu können? Kann ich nach der Rente noch weiterarbeiten?

Das Land Südtirol hat ein umfangreiches Maßnahmenpaket, das Seniorinnen und Senioren finanziell und sozial unterstützt. Diese Leistungen sind unterschiedlich ausgestaltet: Manche richten sich direkt an Rentnerinnen und Rentner, andere an pflegende Angehörige, wieder andere an Personen, die auf zusätzliche Hilfe im Alltag angewiesen sind. Im Folgenden möchte ich einen kurzen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten und Leistungen geben.

Rentenbezuschussung – außerordentliche Einkommensunterstützung

Die **Rentenbezuschussung** ist eine zentrale Neuerung für die Jahre 2025–2027. Sie bietet eine einmal jährlich ausbezahlte Unterstützung, die von der Einkommenssteuer befreit ist.

Voraussetzungen sind der Wohnsitz in Südtirol, die Vollendung des 65. Lebensjahres, der Bezug einer INPS-Rente (möglich ist auch der Bezug einer Frührente, einer Hinterbliebenenrente oder eine Sozialrente), ein ISEE-Wert von höchstens 20.000 Euro und die Antragstellung samt ISEE-Bescheinigung muss bis

spätestens 30. September 2025 bei einem Patronat eingereicht werden.

Der jährlich mögliche Zuschuss entspricht der Differenz zwischen 1.000 Euro und der eigenen monatlichen Bruttorente (Stichtag: Dezember des Vorjahres), multipliziert mit zwölf Monaten.

Die Leistung ist streng personenbezogen, nicht übertragbar und wird nicht als Einkommen bei der Berechnung der wirtschaftlichen Lage im Hinblick auf den Bezug finanzieller Sozialhilfe oder zur Berechnung der Sätze für die Leistungen des ambulanten Betreuungsdiens berücksichtigt.

Damit soll verhindert werden, dass die Auszahlung zu einer Kürzung anderer wichtiger Unterstützungen führt.

Finanzielle Sozialhilfe und soziales Mindesteinkommen

Neben der Rentenbezuschussung gibt es für einkommensschwache Seniorinnen und Senioren, die sich in

wirtschaftlicher Not befinden die Möglichkeit, beim Sozialsprengel die **finanzielle Sozialhilfe** zu beantragen. Auf staatlicher Ebene ist dies der "assegno di inclusione", der in Alternative dazu beantragt werden könnte.

Falls der/die Rentner/in älter als 75 Jahre ist, allein lebt, keine erweiterte Familiengemeinschaft hat und sein Einkommen vorwiegend aus einer Rente besteht, wird die Ausgleichsleistung zwölf Monate ausbezahlt und bei Fälligkeit von Amts wegen, nach erneuter Überprüfung, verlängert. Dieses Instrument ist eine wichtige Sicherheitslinie für alle, deren Altersrente kaum zum Leben reicht.



Illustration: Freepik

Miet- und Wohnnebenkostenbeiträge

Wohnen ist einer der größten Kostenfaktoren im Alter. Deshalb unterstützt das Land Südtirol auch hier mit Mietbeiträgen und Beiträgen für Wohnungsnebenkosten. Einen erhöhten Beitrag für Wohnungsnebenkosten wird alleinstehenden Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren gewährt, die ein jährliches Rentennettoeinkommen bis 10.000 Euro haben.

Pflegegeld

Ein zentraler Baustein der sozialen Absicherung auch im Alter ist das **Pflegegeld**. Es ist unabhängig von Einkommen und Vermögen und wird nach dem individuellen Pflegebedarf berechnet. Ein Einstufungsteam des Landes erhebt den Pflegebedarf in der Regel in den Räumlichkeiten des Dienstes. In besonderen Fällen kommt das Pflegeteam auch nach Hause. Bei der Einstufung erhebt das Einstufungsteam die Wohnsituation und die vorhandenen Hilfsmittel. Bewertet wird der aktuellen Pflege- und Betreuungsbedarf in den Bereichen Körperpflege, Nahrungsaufnahme, Hilfe beim Toilettengang, Mobilität, kognitiven Einschränkungen, Beschäftigung, Tagesgestaltung und soziale Beziehungen. Die Erhebung des Pflege- und Betreuungsbedarfs erfolgt in Stunden und Minuten und wird in 4 Pflegestufen entspre-

chend dieser Tabelle ausbezahlt:

- **Pflegestufe 1** (mehr als 60–120 Stunden/Monat): 587,50 €
- **Pflegestufe 2** (mehr als 120–180 Stunden/Monat): 900,00 €
- **Pflegestufe 3** (mehr als 180–240 Stunden/Monat): 1.350,00 €
- **Pflegestufe 4** (mehr als 240 Stunden/Monat): 1.800,00 €

Mit diesem Geld können pflegende Angehörige, professionelle Hilfen oder andere Unterstützungsleistungen finanziert werden. Es ist für die Pflege zweckgebunden und dient der Sicherung eines würdigen Lebens trotz Pflegebedürftigkeit.

Rentenmäßige Absicherung bei Pflegezeiten

Viele Angehörige übernehmen die Pflege von Familienmitgliedern – oft unbezahlt oder auch, indem sie ihr Arbeitsverhältnis auf Teilzeit reduzieren, oder sie sind selbstständig und arbeiten auch in diesem Fall einfach weniger. Damit diese Zeiten nicht zu Lücken in der Altersvorsorge führen, gibt es einen **Zuschuss für freiwillige Rentenbeiträge** bis zu einem jährlichen Höchstausmaß von 4.000 Euro. Dieser Beitrag der Region kann bis zum Erreichen der Mindestvoraussetzung für die Dienstalters- oder Altersrente, oder über das vorgesehene Alter hinaus, wenn der Antragsteller nicht die Mindestbeitragsjahre von 20 Jahren angereift hat, gewährt wer-

den. Der Beiträge wird für die Pflege von Ehepartner, eingetragene Lebenspartner, oder Verwandte oder Verschwägte gewährt, die in die 2. Pflegestufe oder höher eingestuft sind und kann über das Patronat angesucht werden.

Ambulanter Betreuungsdienst

Nicht jede Seniorin und jeder Senior benötigt eine stationäre Pflege, viele brauchen nur punktuelle Unterstützung im Alltag. Hier setzt der **ambulante Betreuungsdienst** an, der von den Sozialsprengeln angeboten wird. Er unterstützt Menschen, die familiär oder persönlich überlastet sind, und übernimmt Aufgaben, die Betroffene nicht mehr allein erledigen können. Die Kosten werden einkommensabhängig berechnet.

Tagessatz im Seniorenheim und Taschengeld

Die Kosten für den Aufenthalt im Seniorenwohnheim werden **zwischen Land (öffentliche Hand) und Bewohner** aufgeteilt.

Das **Land** übernimmt die Kosten für Pflege und Betreuung und die Heimbewohner zahlen grundsätzlich den **Hotelkostenanteil** (Unterkunft, Verpflegung, Reinigung, allgemeine Dienstleistungen). Die Höhe des Grundtarifes für den Heimbewohner ist zwischen den Heimen etwas unterschiedlich und sie hängt auch davon ab, ob es sich um ein Einzel- oder Zweibettzimmer handelt. Reicht das Einkommen und Vermögen der Heimbewohner nicht oder nicht mehr aus, um die Kosten zu decken, sind Ehepartner und Kinder verpflichtet, den ungedeckten Teil zu übernehmen. Wenn deren Einkommen nicht ausreicht, kann um eine individuelle Berechnung des Beitragssatzes beim Sozialsprengel angesucht werden. Dort wird Einkommen und Vermögen der Familienangehörigen geprüft



und der angepasste Beitragssatz ermittelt. Wenn das Einkommen der Familie nicht ausreicht die Heimkosten zu tragen, springt die Wohnsitzgemeinde des Heimbewohners ein und übernimmt den offenen Betrag.

Heimbewohner, deren Einkommen nicht ausreichen, um den Kostenanteil zu übernehmen, haben jedoch auch immer das Recht für persönliche Ausgaben (z.B. Kleidung, Hygieneartikel, kleine Freizeitaktivitäten) ein monatliches Taschengeld zu behalten.

Ticketbefreiung im Gesundheitswesen

Ein weiterer wichtiger Bereich ist der Zugang zum Gesundheitssystem. Hier können ältere Menschen, abhängig von Alter und Einkommen, von der Zahlung der

Gesundheitstickets befreit werden. Es gibt verschiedene Befreiungskodizes (E01, E11, E03, E04, E99), die je nach Einkommenssituation oder Rentenart angewandt werden. Damit wird garantiert, dass Menschen mit kleinem Einkommen nicht durch Gesundheitskosten zusätzlich belastet werden.

Zusatzeinkommen für Rentner/innen

Viele Seniorinnen und Senioren möchten auch nach ihrer Pensionierung noch etwas dazuverdienen. Die Beweggründe dafür sind sehr unterschiedlich, manche möchten ihre berufliche Leidenschaft weiter ausüben, andere suchen nach geistiger oder körperlicher Aktivität im Alter, wieder andere benötigen ein zusätzliches Einkommen aus wirtschaftlichen Gründen.

Wer eine Altersrente bezieht, kann uneingeschränkt dazuverdienen, egal ob als Arbeitnehmer oder als Selbständiger. Es besteht die Möglichkeit, durch weitere Beitragszahlungen während einer weiteren Erwerbstätigkeit einen **Pensionszuschlag (supplemento di pensione)** zu erwerben.

Grundsätzlich ist es allen Rentnern erlaubt gelegentliche selbständige Tätigkeiten auszuüben. Bis zu einem Einkommen von 5.000 Euro brutto pro Jahr (auch bei verschiedenen

Auftraggebern) kann so zur Rente dazuverdient werden, ohne eine Rentenkürzung zu erhalten und ohne zusätzlichen Sozialabgaben zu leisten. Dieses Einkommen ist jedoch steuerpflichtig (IRPEF). Wenn diese Grenze überschritten wird, besteht die INPS Beitragspflicht, an die INPS-Sonderverwaltung. Bei Frühpensionierungen wie Quota 100/102/103 oder APE Sociale kann es bei Überschreitung dieser Grenze zur zeitweiligen Aussetzung der Rente kommen. Genaue Informationen können bei den Patronaten eingeholt werden.

Das Zusammenspiel von **Rentenbezuschussung, Sozialhilfe, Wohn- und Pflegeunterstützung sowie Gesundheitsvergünstigungen** zeigt, dass das Land Südtirol einen ganzheitlichen Ansatz verfolgt. Entscheidend ist jedoch, dass Seniorinnen und Senioren sowie ihre Familien gut informiert sind und die Anträge rechtzeitig bei Sozialsprengeln, Patronaten oder bei der Gemeinde einreichen. Nur so können die vorgesehenen Hilfen tatsächlich wirksam werden.



Gabriele Morandell
Vorsitzende
Die Soziale
Mitte der SVP

Foto: Privat

Sommerklausur Familienpolitik

Die Mitglieder des KFS-Fachausschusses Familienpolitik waren bei der Sommerklausur in regem Austausch mit Landesrätin **Rosmarie Pamer** und **Leonhard Resch** von der Arche im KVW, (unten im Bild 2. von links) zu folgenden Themen: Familien, FamilyPlus - Audit für Familienfreundlichkeit in Südtirols Gemeinden, Nachbarschaftshilfeprojekt

ZeitBank KFS-Zeit-Jolly, zu leistbares Wohnen in Zusammenhang mit Stiftung Wohnen, sowie zu Schule, Kindergarten, Senioren und das Ehrenamt.



Der KFS-Fachausschuss Familienpolitik mit Familienlandesrätin Rosmarie Pamer von links: Andreas Pramstraller, Angelika Mitterrutzner, Valentin Mair, Gerlinde Haller und Norbert Kofler (rechts). Entschuldigt waren Vanessa Macchia und FA-Vorsitzende Margareth Mair Engl.

Fotos © KFS / Samantha Endrizzi



Windrad

Dekoideen aus Papier sind einfach umzusetzen und nebenbei auch noch kostengünstig. Mit der unendlich großen Farbpalette und Strukturen des Papiers, lassen sich mit ein paar Handgriffe originelle Windräder basteln. Ob klein oder groß, braun oder bunt, jedes schaut anders aus. Als Geschenk oder als Dekoration für den Blumentopf, ein Windrad ist immer etwas Erstaunliches. Obendrein ist das Basteln für das Windrad ein tolles Erlebnis für Jung und Alt. **Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf!**



1

Aus dem Papiersack wird ein Quadrat (5 cm) ausgeschnitten.



3

Jedes zweite Eck wird zur Mitte gebogen.



5

Der Haselnussstößchen wird zu Hand genommen und mit dem Holzbohrer ein Loch gebohrt.

Das Quadrat von Ecke zu Ecke falten und dann bei jeder Ecke ungefähr 1/3 einschneiden.



2



4

Einen Korken nehmen und daraus zwei dünne Scheiben abschneiden. Anschließend eine kleine Stecknadel nehmen. Die Nadel durch die kleine Perle sowie durch eine Scheibe Korken stechen.

Nun durchsticht man das gefaltete Blatt mit einer Nadel. Danach befestigt man es am Stecken. Auf der Rückseite wird zur Befestigung und zum Schutz eine dünne Korkenscheibe angebracht.

6



MATERIAL

- Mehl- oder Getreidesack (aus Papier)
- Korken
- Haselnussstößchen
- Bunte Holzperlen
- Feste Stecknadel
- Holzbohrer
- Zum Verzieren: Buntstifte



AUS UNSERER HAND

Südtiroler Bäuerinnen

Unsere **Aus.unserer.Hand-Bäuerinnen** laden ein, Kreativität und bäuerliches Handwerk aus Südtirol gemeinsam zu erleben. In liebevoll gestalteten **Handarbeits- und Dekorationskursen** geben die Bäuerinnen ihr Wissen weiter – vom kunstvollen Kränzebinden bis hin zum Arbeiten mit Naturmaterialien. Mit viel Gespür für Tradition und Ästhetik zeigen sie, wie Schönes und Nützliches mit den eigenen Händen entsteht. Dabei steht immer der Bezug zur Natur und zur bäuerlichen Lebensweise im Mittelpunkt. Weitere Informationen finden Sie auf www.baeuerinnen.it.

Gutes Gelingen wünscht

Aus.unserer.Hand-Bäuerin Rosina Kuen Ötli



Familienverband ist Gründungsmitglied der Stiftung Wohnen Südtirol

31.07.2025



Der KFS setzt sich seit Jahren schon für einen leistbaren Wohnraum in Südtirol ein. Als Stiftungsmitglied der gemeinnützigen „Stiftung Wohnen Südtirol“ unterzeichnete KFS-Präsidentin **Sieglinde Aberham** (2. Reihe, 3. von links), die den KFS auch im Stiftungsrat vertritt, im vergangenen Juli zusam-

men mit einem breiten Bündnis an Mitgliedern die Gründungsurkunde. „Ein Projekt, um unseren Jungen eine Chance zu bieten, sich eine Zukunft im Lande aufzubauen. Sie brauchen unser Vertrauen, sie wollen vom Elternhaus weg, wollen sich selbst etwas aufbauen... wir müssen ihnen eine

Chance geben!“, betonte sie im anschließenden Morgentelefon auf Rai Südtirol (am 08.08.2025).

Damit unterstreicht der KFS um einmal mehr, dass ein sicheres Zuhause die Grundlage für stabile, starke und familienfreundliche Lebensverhältnisse ist.

12.09.2025



Spaß & Maskenzauber beim 20. Kinderfestival

Viel Spiel, Spaß, basteln, malen, tanzen und lachen war angesagt. Das 20. Kinderfestival der Stiftung Südtiroler Sparkasse auf der Bozner Talferpromenade am zweiten Septemberwochenende war wieder ein toller Erfolg und hat Hunderte von Kids und Familien begeistert. Auch der Familienverband war mit **Inge Lunger**, **Anna Sophie Mur** und **Emely Graf Mair** mit einem Kreativstandl dabei. Danke allen fürs Vorbeischauen, Mitmachen und Dabeisein. Besonderer Dank gilt den Organisatoren: dem **Verein Tiatro** und der **Stiftung Südtiroler Sparkasse**.



Abenteuer, Spiel & Gemeinschaft: die KFS-Erlebniswochen

Fotos © KFS



Die KFS-Erlebniswochen haben auch heuer wieder für leuchtende Kinder- und entspannte Eltern gesorgt. In **Algund, Andrian, Burgeis, Haflling, Laas, Latsch, Luttach, Prad, Riffian/Kuens, Schenna, Tschermes** und **St. Leonhard in Passeier** verbrachten insgesamt **3.087 Teilnehmer/innen** eine fröhliche und abwechslungsreiche Sommerzeit. Ob beim Spielen, Basteln, Entdecken oder einfach beim Zusammensein, im Mittelpunkt standen Freude, Gemeinschaft und neue Erfahrungen. Begleitet wurden die Kinder von über 100 engagierten Betreuerinnen und Betreuern im ganzen Land, die mit Kreativität und Herzblut für unvergessliche Ferienmomente sorgten. Für



viele Familien sind die Erlebniswochen längst ein Fixpunkt im Sommer, weil sie Kindern und Jugendlichen Abenteuer schenken und Eltern eine wertvolle Entlastung bieten. Ein großer Dank gilt den ehrenamtlichen Zweigstellenmitarbeitern und -mitarbeiterinnen und den motivierten Sommerbetreuern

und Sommerbetreuerinnen, die mit ihrem Einsatz die KFS-Erlebniswochen erst möglich machen. Die KFS-Erlebniswochen sind damit viel mehr als nur Ferienbetreuung: Sie sind ein Stück gelebte Gemeinschaft und ein Sommererlebnis, das Kinder wie Eltern gleichermaßen stärkt.

Antrittsbesuche der neuen KFS-Präsidentin

Fotos © KFS



28.08.2025

Zahlreiche Termine stehen derzeit im Kalender der neuen KFS-Präsidentin **Sieglinde Aberham**. So war sie (Bild links) zusammen mit der KFS-Vizepräsidentin **Angelika Mitterrutzner** und KFS-Geschäftsleiterin **Samantha Endrizzi** zur Herbstaudienz bei **Bischof Ivo Muser**,



08.09.2025

beim Präsidenten der Stiftung Sparkasse **Stefan Pan** (Bild Mitte) und nicht zuletzt bei Landeshauptmann **Arno Kompatscher** (Bild rechts). Allen Gesprächen gemeinsam war das Hauptthema Familie, denn wenn es der Familie gut geht, geht es allen



12.09.2025

gut. Hingewiesen wurde auch auf die Jubiläumsdaten und -aktionen, welche im Laufe des kommenden Jahres für 60. Jahre KFS unter dem Motto **Feiern. Danken. Weitertragen.** anstehen.

Fotos © LPA/Margit Plöck



Wenn Kinder zu Heiligen werden: Die Geschichte von Fátima

Vor über hundert Jahren, im Jahr 1917, erlebten drei einfache Hirtenkinder aus dem portugiesischen Dorf Fátima etwas, das ihr Leben – und das vieler Menschen – für immer veränderte.

Francisco (10 Jahre), Jacinta (9 Jahre) und ihre Cousine Lucia (10 Jahre) sahen auf einer Weide die Gottesmutter Maria. Sechs Mal erschien sie ihnen zwischen Mai und Oktober und vertraute ihnen Botschaften an: betet, tut Gutes, vertraut auf Gott. Die Kernbotschaft war einfach und gleichzeitig tief: Das tägliche Gebet – besonders der Rosenkranz – verändert die Welt. Frieden entsteht nicht zuerst in großen Verhandlungen, sondern in den Herzen. Maria rief die Kinder auf, Opfer in Liebe zu bringen, für die Bekehrung der Menschen und für den Frieden in einer von Krieg erschütterten Zeit. Sie sprach auch vom Leid, das die Kirche und die Menschheit erwarten würde, aber vor allem von der Hoffnung: Am Ende siegt die Liebe Gottes.

Francisco und Jacinta starben schon wenige Jahre nach den Erscheinungen an der Grippe, die damals in Europa viele Menschenleben forderte. Doch trotz ihres jungen Alters haben sie durch ihr tiefes Vertrauen auf Gott und ihre Treue zum Gebet ein helles Beispiel gegeben. Ihre Cousine Lucia lebte bis ins hohe Alter und erzählte als Ordensschwester von den Botschaften, die ihnen anvertraut worden waren. Am 13. Mai 2017, genau hundert Jahre nach der ersten Erscheinung, sprach Papst Franziskus Francisco und Jacinta heilig. Sie sind

die jüngsten Kinder der Kirchengeschichte, die nicht als Märtyrer, sondern wegen ihrer gelebten Liebe zu Gott und den Menschen in den Kreis der Heiligen aufgenommen wurden. Lucia befindet sich noch im Seligsprechungsprozess. Der Ort, an dem die Erscheinungen geschahen – die „Cova da Iria“ in Fátima – hat



Die drei Hirtenkinder von Fátima:
Lúcia, Francisco und Jacinta

sich zu einem der meistbesuchten Wallfahrtsorte der Welt entwickelt. Millionen Menschen pilgern dorthin, um zu beten, Kerzen zu entzünden und ihre Sorgen und Hoffnungen vor Gott zu tragen. Fátima ist beliebt, weil es ein Ort des Trostes und der Kraft ist. Hier spüren Menschen, dass Gott da ist, dass Maria uns begleitet, und dass

Hoffnung möglich ist. Die Botschaften der Kinder wirken zeitlos: Sie zeigen, dass Frieden und Gutes im Herzen beginnen, dass auch kleine Opfer und Gebete einen Unterschied machen, und dass wir alle Teil einer großen betenden Gemeinschaft sind. Für viele Familien ist Fátima ein Ort, an dem sie innerlich gestärkt, miteinander verbunden und in ihrem Glauben getragen werden.

Was können wir Familien und unseren Kindern von diesen heiligen Kindern mitgeben? Vielleicht dies: Heiligkeit ist kein „Programm für Erwachsene“, sondern beginnt im Kleinen – im Alltag. Ein einfaches Gebet, das Teilen mit Geschwistern, das Vertrauen, dass Gott auch in Sorgen bei uns ist. Die Hirtenkinder haben gezeigt: Man muss nicht groß und stark sein, um Licht in die Welt zu tragen. Auch Kinder können ein lebendiges Beispiel von Glauben, Mut und Liebe sein – und Erwachsene dürfen von ihnen lernen, das Wesentliche nicht aus den Augen zu verlieren.

So erinnern uns die Kinder von Fatima: Jede/r kann heilig leben – groß oder klein, arm oder reich. Und vielleicht fragen wir uns: Was wäre, wenn auch wir uns von der Einfachheit und dem Vertrauen dieser Kinder leiten ließen?



Manuela Unterthiner Mitternitzer
geistliche Assistentin im KFS

Foto © Ilustração Portuguesa/Joshua Benoliel

Keine Lust auf Hausaufgaben

Liebes Team des Familienratgebers, Julian (7) ist in der 2. Klasse und hasst Hausaufgaben. Es gibt sehr viel Streit rund um dieses Thema. Julian muss x-Mal aufgefordert werden und kommt nicht weiter. Was können wir tun?

Unzähligen Familien geht es mit dem Thema Hausaufgaben so, wie Sie es beschreiben. Vielen Kindern scheint die Motivation zu fehlen, die Hausaufgaben erledigen zu wollen.

Zunächst ist es wichtig, die Verantwortung für die Hausaufgaben beim Kind zu lassen: Nicht Sie als Eltern sind verantwortlich für das Erledigen der Hausaufgabe, sondern Julian selbst. Sie als Eltern tragen lediglich die Verantwortung dafür, dass Julian eine geeignete Umgebung zum Erledigen der Hausaufgaben hat und einen (auch gemeinsam vereinbarten) Zeitrahmen, innerhalb welchem die Hausaufgaben erledigt werden. Ob und wie Julian in dieser Zeit seine Hausaufgaben erle-

digt, ist ganz allein seine Verantwortung. Auch wenn es für manche Eltern sehr schwierig ist, dies auszuhalten, so ist es doch ein wichtiger Schritt in Richtung Autonomie-Entwicklung des Kindes und dem Lernen von Eigenverantwortung.

Gleichzeitig ist auch wichtig zu erforschen, warum Julian diese Abneigung gegen die Hausaufgaben hat. Findet er sie langweilig? Ist er überfordert? Ist es im Umfang zu viel? Ist er abgelenkt? Ist es vielleicht der Druck, den er von Ihnen als Eltern spürt? Oder möchte er Ihre Aufmerksamkeit (Gemäß dem Grundsatz: „Negative Aufmerksamkeit, z.B. Streit, ist besser als keine Aufmerksamkeit.“)?

Wenn Sie erkennen, was die Ursache für die „Unlust“ ist, können Sie gezielt gegensteuern.

Hier einige Beispiele:

- **Überforderung:** Mit Lehrpersonen sprechen; Hilfsmittel verwenden
- **Zu viel Umfang:** In mehrere Häppchen aufteilen mit Pausen dazwischen
- **Wunsch nach Aufmerksamkeit:** Positive Aufmerksamkeit geben durch gemeinsame Spielzeit nach den Hausaufgaben

Loben und Ermutigen fördern zusätzlich die Erfolgszuversicht und damit die Bereitschaft, sich für ein Ziel anzustrengen. Ich wünsche Ihnen alles Gute!



Evelyn Haller

Pädagogin, systemische Beraterin, Podcasterin („Kindskopf und Co“), www.evelynhaller.com; info@evelynhaller.com; +39 339 8168943

Foto: Privat

Familiientag im Herbst!

05.10.2025

Der Herbst-Aktionstag in den Gärten von Schloss Trauttmansdorff bietet ein vielfältiges und faszinierendes Programm: Sehen, Hören, Begreifen und Verstehen. Für Groß und Klein heißt es mitmachen und Pflanzen erleben.

Mehr Infos:
trauttmansdorff.it



**TRAUTTMANS-
DORFF**



Plastik reduzieren:

Nachhaltige Alternativen für den Alltag

Vom Wecker bis zum Kinderspielzeug: Wo Plastik überall steckt und wie nachhaltige Lösungen aussehen.

Noch bevor die Augen richtig geöffnet sind, beginnt der Tag bereits mit Plastik. Der Griff zum Wecker, dessen Gehäuse und Knöpfe aus Kunststoff bestehen, ist meist die erste Berührung des Tages. Im Badezimmer folgen Kamm, Zahnbürste, Rasierer oder die Shampooflasche. Beim Frühstück stehen Joghurtbecher, Trinkflaschen oder Verpackungen auf dem Tisch. Unterwegs begleiten Coffee-to-go-Becher mit Plastikdeckel, Aufbewahrungsboxen für die Jause oder Einwegflaschen den Alltag. Plastik ist in nahezu allen Lebensbereichen präsent – leicht, günstig und praktisch, jedoch mit gravierenden Folgen für Umwelt und Klima.

Plastik ist nicht gleich Plastik

Viele Produkte, die umgangssprachlich einfach als „Plastik“ bezeichnet werden, bestehen heute aus deutlich nachhaltigeren Alternativen. Ein gutes

Beispiel sind Einkaufstüten: Während früher fast jede Supermarktkasse mit konventionellen Plastiktüten bestückt war, dürfen in Italien seit dem 1. Jänner 2011 nur noch biologisch abbaubare Tragtaschen wie solche aus Papier, Jute, Stoff oder biobasierten Kunststoffen angeboten werden. Auch im Kosmetikbereich sind Alternativen im Kommen – feste Shampoos in Seifenform, Nachfüllstationen oder Verpackungen aus recyceltem und biologisch abbaubarem Material, ersetzen zunehmend die klassische Plastikflasche.

Allgegenwärtig und langlebig

Plastik ist langlebig und zersetzt sich kaum. Selbst wenn es zerfällt, bleiben kleinste Partikel, sogenanntes Mikroplastik, über Jahrzehnte erhalten. Diese Partikel gelangen in Böden, Flüsse und schließlich ins Meer, wo sie sich in der Nahrungskette anreichern und Tiere wie Fische, Meeressäuger oder Vögel gefährden. Häufig wird Plastik mit Nahrung verwechselt oder Tiere verfangen sich darin. Zusätzlich können chemische Zusatzstoffe, die im Kunststoff enthalten sind, gesundheitsschädlich wirken.

Ein weiterer Bereich, in dem Plastik stark vertreten ist, sind Kinderspielzeugen. Viele Spielzeuge bestehen fast vollständig aus Kunststoff und stammen aus Ländern, in denen Sicherheits- und Umweltstandards oft niedrig sind. In manchen Fällen enthalten sie bedenkliche Weichmacher oder Farbstoffe. Spielsachen aus Holz oder Recyclingmaterial bieten hier eine langlebige, sichere und umweltfreundliche Alternative.



Foto © Adobe Stock

Ein Tipp um im Alltag Plastik zu reduzieren: Zahnbürsten aus Bambus, Holz oder recyceltem Material.

Ein oft übersehener Faktor sind Fertiggerichte. Ob Tiefkühlpizza, Salate in Plastikschaalen oder vorgekochte Pastagerichte. Fast immer sind diese Produkte in Kunststoffbehältern oder -folien verpackt. Viele dieser Verpackungen bestehen aus Materialmischungen, die nur schwer recycelbar sind. Wer häufiger selbst kocht und frische, unverpackte Zutaten verwendet, spart nicht nur Plastik, sondern auch Energie bei Produktion und Transport.

Die Herstellung von Plastik verbraucht große Mengen fossiler Rohstoffe. Pro Kilogramm produziertem Kunststoff entstehen im Durchschnitt 1,7 Kilogramm CO₂. Wer Plastik reduziert, senkt somit nicht nur den Müllberg, sondern verbessert auch die persönliche Klimabilanz.



Foto © Adobe Stock

Plastik zerfällt nicht, sondern wird zu Mikroplastik – es belastet Böden, Gewässer und gefährdet Tiere sowie unsere Gesundheit.

Nachhaltige Alternativen im Alltag

Plastik lässt sich nicht von heute auf morgen vollständig vermeiden, doch es gibt zahlreiche Möglichkeiten, den Verbrauch deutlich zu senken:

- **Wecker und Alltagsgegenstände:** Modelle aus Metall oder Holz statt reinem Kunststoff.
- **Kamm und Zahnbürste:** Varianten aus Bambus, Holz oder recyceltem Material.
- **Kosmetik und Pflegeprodukte:** Seifenstücke und Nachfüllsysteme statt Einwegspender.
- **Lebensmittelverpackungen:** Wiederverwendbare Behälter, Stofftaschen und Glasflaschen nutzen.
- **Unterwegs:** Mehrweg-Kaffeebecher, Lunchboxen aus Edelstahl, Trinkflaschen aus Glas oder Metall.
- **Fertiggerichte reduzieren:** Mehr selbst kochen und stark verpackte Produkte meiden.
- **Reinigungsmittel umstellen:** Nachfüllpacks, feste Reiniger oder Mehrwegsysteme verwenden.
- **Kinderspielzeug bewusst wählen:** Auf langlebige Holz- oder Recyclingmaterialien setzen und auf geprüfte Qualität achten.

Plastik ist aus dem Alltag kaum völlig wegzudenken, doch jede vermiedene Verpackung, jeder wiederverwendete Behälter und jede alternative Materialwahl macht einen Unterschied. Weniger Plastik bedeutet weniger Müll in der Natur, weniger CO₂-Emissionen und einen Beitrag zum Schutz von Umwelt, Klima und Gesundheit.

CHRISTINE ROMEN

Info und Hilfe:

Pfarrhofstraße 60/a, I-39100 Bozen,
Tel. 0471 25 4199;
info@afb.bz; info@energieforum.bz;
www.afb.bz; www.energieforum.bz



Christine Romen
Bildungs- und Energieforum
AFB



18.–19.10.25, Waltherhaus, Bozen



Foto © Shutterstock

Am 18. und 19. Oktober 2025 verwandelt sich das Waltherhaus in Bozen erneut in ein Zentrum rund um die Themen Bauen, Sanieren und Wohnen. Bereits zum 36. Mal lädt das Bildungs- und Energieforum zur renommierten WohnbauMesse ein, die angehenden Häuslbauerinnen und Häuslbauern umfassende Informationen zu allen Aspekten des Bauens, Kaufens, Sanierens und Wohnens an einem Ort bietet.

FACHBERATUNG: An den beiden Messetagen stehen Expertinnen und Experten bereit, um zu verschiedensten Themen zu beraten. Dazu gehören unter anderem Wohnbauförderungen, Steuerabzüge für Sanierungen (36%–50%), der Superbonus, Landesförderungen zur Energieeinsparung sowie energiesparendes Bauen und Sanieren. Auch zu verschiedenen Heizsystemen und dem Selbstbau von Sonnenkollektoren wird umfassend informiert.

FACHAUSSTELLUNG: Die begleitende Fachausstellung bietet einen breiten Überblick über moderne Baumaterialien und Bauweisen, wobei der Fokus auf gesunden Baustoffen und alternativer Energietechnik liegt. Das Spektrum reicht von Dämm- und Baustoffen über Heiz- und Lüftungssysteme bis hin zu Fertig- und Holzhäusern.

FACHVORTRÄGE: Ein vielfältiges Programm ausgewählter Fachvorträge rundet die WohnbauMesse ab. Themen wie Landesförderungen, Steuerabzüge für Gebäudesanierungen (36–50%) die Reduzierung von Energiekosten durch nachhaltiges Bauen und Sanieren, Photovoltaik: Strom von der Sonne und der Selbstbau von Sonnenkollektoren stehen dabei im Mittelpunkt.



Das vollständige Programm der WohnbauMesse ist auf der Webseite des AFB unter www.wohnbaumesse.bz nachzulesen.

Gesund genießen

DIE TAGESMUTTER KOCHT MIT UND FÜR IHRE TAGESKINDER

Kartoffelbrot

Zutaten: 550 g fein gemahlenen Dinkel · 200 g rohe, mehlig
Kartoffeln gerieben · 300 ml lauwarmes Wasser · 1 rote
Zwiebel, fein gewürfelt · 50 g geriebenen Käse · 1/2 Tl
Kümmel · 1 1/2 Tl Salz · 20 g Hefe · Butter oder Öl



Zubereitung: Hefe, Salz und etwas lauwarmes Wasser verrühren • Das restliche Wasser zugießen und das Dinkelvollkornmehl einrühren • Fein geschnittene Zwiebel in Butter oder Öl andünsten und kurz abkühlen lassen • Mit den geriebenen Kartoffeln und dem Käse vermischen • Zum Teigansatz geben und 10 Minuten gut zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten • Zugedeckt ca. 1/2 Stunde gehen lassen bis sich das Volumen verdoppelt hat • Nochmals kurz zusammenkneten • Einen Brotlaib formen und nochmals gehen lassen • Brot in das vorgeheizte Backrohr schieben (10 Minuten bei 220°C anbacken, 30–40 Min. bei 170°C weiterbacken)

Rezepttipp

Ob als Snack zwischen-
durch, zum Abendbrot
oder als Begleitung zu einer
herbstlichen Gemüsesuppe,
dieses Kartoffelbrot passt
immer. Noch warm aus
dem Ofen und mit einem
Stück Butter oder einem fri-
schen Kräuterdip ist es ein
echter Genuss.

Der hohe Kartoffelanteil
sorgt zudem dafür, dass das
Brot wunderbar saftig bleibt
und auch nach einigen Ta-
gen noch frisch schmeckt.
Für Abwechslung und zu-
sätzlichen Geschmack
sorgen Varianten mit ge-
riebenem Käse, Kürbisker-
nen oder fein gehackten
Kräutern im Teig. Besonders
bei Kindern kommen kleine
Kartoffelbrötchen gut an –
handlich, lecker und perfekt
zum Naschen oder Mitneh-
men in der Pausenbox.

Wussten Sie, dass ...

... es beim Brotbacken um weit mehr geht als nur ums
Backen? Kinder dürfen selbst kneten, formen und beo-
bachten, wie aus einfachen Zutaten wie Kartoffeln,
Mehl und Wasser ein herrlich duftendes, knuspriges
Brot entsteht. Mit großer Freude erleben sie, wie der
Teig im Ofen langsam aufgeht, sich der köstliche Duft
im Raum ausbreitet und probieren später stolz ihr selbst
gebackenes Brot.

Dabei erleben sie, was gemeinsames Tun bewirken kann:
Sie teilen Aufgaben, helfen einander und freuen sich
gemeinsam über das Ergebnis. Ganz nebenbei werden
beim Kneten und Formen die Feinmotorik geschult,
die Konzentration gestärkt und das Vertrauen in die
eigenen Fähigkeiten gefördert. Und der Spaß kommt
dabei garantiert nicht zu kurz!



Fotos: Kartoffelbrot © Fachschule für Land- und Hauswirt-
schaft Diefenheim; Buchcover: Efehl

Das Kochbuch „Rühren, kneten – Mund auf und ge-
nießen!“ 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 Lebensmit-
teln 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 

TIPPS & HITS FÜR DIE FIS-LESER/INNEN AUS DER SADTBIBLIOTHEK STERZING

OH, WIE LIEBE ICH DEN HERBST

Ein zauberhaftes Bilderbuch über die Schönheit der Herbstzeit und die Kraft der Freundschaft. In dieser warmherzigen Geschichte begleiten wir den kleinen Fuchs durch seine liebste Jahreszeit: den Herbst. Er genießt das Rascheln der bunten Blätter, das Naschen von Brombeeren mit der Maus und das Pflücken der Äpfel mit dem Wiesel. Als die Tage kürzer werden, versucht der kleine Fuchs, den Herbst so lange wie möglich festzuhalten – dabei vergisst er fast, was ihn wirklich glücklich macht: die gemeinsamen Abenteuer mit seinen Freunden. Für Kinder ab 4 Jahren.



Foto © Kneisebeck Verlag

OH, WIE LIEBE ICH DEN HERBST Text: Fiona Barker, Illustrationen: Christine Pym. Kneisebeck-Verlag 2024. ISBN 978-3-95728-866-0

DAS GROSSE BUCH DER JAHRESZEITEN MIT GESCHICHTEN UND GEDICHTEN, REZEPTE, KREATIVIDEEN UND VIELEM MEHR

Ein Buch für die ganze Familie, das nicht nur gelesen, sondern gelebt werden will. Dieses Buch nimmt uns auf eine spannende Entdeckungsreise durch die vier Jahreszeiten mit: Sachinformationen, Gedichte und Geschichten, Kreativideen und Naturerlebnisse, Lieder und Bräuche, selbst das Kochen, mit einfachen, aber leckeren Rezepten, kommt nicht zu kurz – alles passend zur jeweiligen Jahreszeit. Für Kinder ab 6 Jahren.



Foto © dtv Reihe Hanser

DAS GROSSE BUCH DER JAHRESZEITEN Text: Antonie Schneider, Illustrationen: Silke Leffler. dtv Reihe Hanser 2023. ISBN 978-3-423-64106-7

ZAHLN LERNEN MIT DEM BLÄTTERDIEB

MIT LUSTIGEN KLAPPEN EINE BLÄTTERDIEB-GESCHICHTE

Ein farbenfrohes Zahlenabenteuer für neugierige kleine Hände. In diesem Pappbilderbuch begleiten wir die zwei Freunde Eichhörnchen und Vogel auf ihrem fröhlichen Spaziergang durch den Wald. Hinter jeder Klappe warten lustige Überraschungen, die dazu einladen mitzuzählen, zu suchen und zu staunen und dabei spielerisch die Zahlen von 1 bis 5 zu entdecken. Für Kinder ab 3 Jahren.



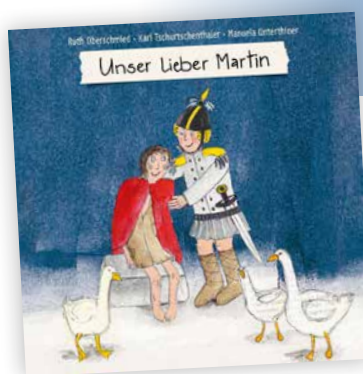
Foto © Baumhaus

ZAHLN LERNEN MIT DEM BLÄTTERDIEB Text: Alice Hemming, Illustrationen: Nicola Slater. Baumhaus 2025. ISBN 978-3-8339-1014-2

ALLE DREI BÜCHER FINDEN SIE IN IHRER BIBLIOTHEK STERZING!

TIPPS & HITS AUS DEM KFS-BÜRO

Box „Familien feiern Feste“ – auf einen Blick:
32 liebevoll gestaltete Karten bringen christliche Feste und Alltagsthemen kindgerecht in eure Familie. Mit Impulsen, Gebeten & Mitmachideen. Preis: 7 €.



Einfach scannen
um den KFS-Shop
zu besuchen



„Unser lieber Martin“

Martin ist einer unserer bekanntesten Heiligen. Doch wer ist dieser Mann? Ein tolles Geschenk zum Anschauen, Vorlesen und Selberlesen, zum Basteln, Singen und Backen. Preis: 10 €.

„Unser guter Nikolaus“

Dieses Nikolaus-Buch ist ein tolles Geschenk für Klein und Groß, zum Anschauen, Vorlesen und Selberlesen, zum Basteln, Singen und Backen. Preis: 10 €.



Für Mitglieder: kostenloser Versand bei Abholung
in einem unserer vorgegebenen Standorte.
Bestellung über das KFS-Verbandsbüro.
E-Mail: info@familienverband.it



Starke Familien durch Bildung und Beratung

Elternbildung und Beratung in Anspruch zu nehmen, sind keine Zeichen von Schwäche, sondern Ausdruck von Stärke und Verantwortung – gegenüber den Kindern und der gesamten Familie.

Familien stehen heute vor vielfältigen Herausforderungen – im Alltag, bei der Vereinbarkeit zwischen Familie und Beruf, während der Schwangerschaft, in Erziehungsfragen, in der Partnerschaft, bei familiären Konflikten oder finanziellen Sorgen. Umso wichtiger ist es, dass Familien in Südtirol wissen: Es gibt Unterstützung – nicht nur finanzieller Art.

„Die frühzeitige Stärkung von Familien ist ein Schwerpunkt der Familienförderung; sie hat eine nachhaltige positive Auswirkung auf die Partnerschafts-, Eltern- und Erziehungskompetenzen“, sagt Familienlandesrätin **Rosmarie Pamer**. Das Land wolle deshalb gezielt

Strukturen mit einem Elternbildungs- oder Beratungsangebot für Familien unterstützen, so Pamer.

Das Land Südtirol fördert über die Familienagentur zahlreiche Gemeinden, Organisationen und Vereine, die sich für Familien engagieren – insgesamt mehrere Hundert.

Umfangreiche Angebote zur Eltern- und Familienbildung

Ein Schwerpunkt liegt auf der Eltern- und Familienbildung. Allein im Jahr 2025 stellt die Familienagentur rund sechs Millionen Euro bereit, um öffentliche und gemeinnützige private Organisationen zu fördern.

In Treffs, Kursen, Workshops, Gesprächsrunden und Online-Angeboten werden Eltern auf ihre Erziehungsaufgabe vorbereitet und erhalten praktische Tipps für den Familienalltag. Die Angebote sind so vielfältig wie die Familien selbst und

richten sich an alle Familien. Die landesweit tätigen Eltern-Kind-Zentren und Spielgruppen bieten Eltern Raum für Austausch, neue Kontakte und Unterstützung bei Erziehungsfragen. Gleichzeitig fördern sie die frühkindliche Entwicklung der Kleinkinder. Zahlreiche Organisationen in Südtirol widmen sich Themen wie Partnerschaft und Beziehung, Eltern- und Familienbildung, Familien-Selbsthilfe, präventive Angebote zur Vorbeugung von Problemsituationen, zielgruppen-spezifische Beratungs- und Begleitung sowie Familienmediation. Wer sich in seiner Wohngemeinde oder online informiert, findet schnell passende Angebote.

Beratung und Hilfe in schwierigen Lebenslagen

Wenn Informationen und Bildungsangebote nicht ausreichen, weil Sorgen wachsen oder Fragen zu Familie, Kindern, Partnerschaft, Erziehung oder Alltag auftauchen, stehen professionelle Beratungsangebote zur Verfügung.

Die Familienberatungsstellen in Bozen, Brixen, Bruneck,

Leifers, Meran, Neumarkt, Schlanders und St. Ulrich bieten vertrauliche und kostenlose Hilfe bei sozialen, psychologischen, gynäkologischen, partnerschaftlichen, erzieherischen und rechtlichen Problemen – für Familien, Paare und Einzelpersonen.

Je nach Lebenslage finden Familien auch Unterstützung bei zahlreichen weiteren spezialisierten Beratungsstellen, etwa für werdende Eltern, Jugendliche, Frauen und Männer in Krisensituationen, Alleinerziehende, Menschen in Gewaltsituationen, Schuldnerberatung.

Informierte und unterstützte Eltern sind der Schlüssel zu glücklichen und starken Kindern. Als Orientierungshilfe dient das Familienportal des Landes – mit Informationen, Anlaufstellen und Angeboten.

FA/GB



Mit einem Klick ins Familienportal – einfach QR-Code scannen.

gefördert von der Familienagentur



**Autonome Provinz Bozen
Provincia autonoma di Bolzano
Provincia autonoma de Bulsan
SÜDTIROL • ALTO ADIGE**



Die Familienagentur finanziert Angebote der Familienbildung und Beratungsangebote

KFS-Wahljahr 2025

Und wiederum haben uns die Gruppenfotos und Namen der neugewählten Zweigstellen-Ausschüsse erreicht. Wir freuen uns darüber und wünschen allen viel Motivation, Mut und Freude!

Alle Fotos © KFS-Zweigstellen oder Privat



• AUER

Vorne von links nach rechts: Evelyn Pfeifer, Ruth Thaler (Zweigstellenleiterin), Elfriede Silgoner, Elke Gatscher

Hinten von links nach rechts: Katja Trauner, Christiane Anhof, Monika Perathoner, Monika Dalvai, Magdalena Florian



• KORTSCH

(vorne von links) Tamara Oberhofer, Johanna Stecher, Martina Lechthaler und Daniela Tumler

(hinten von links) Barbara Frank, Eleonora Platzer, Juliane Rainer und Monika Skovagova



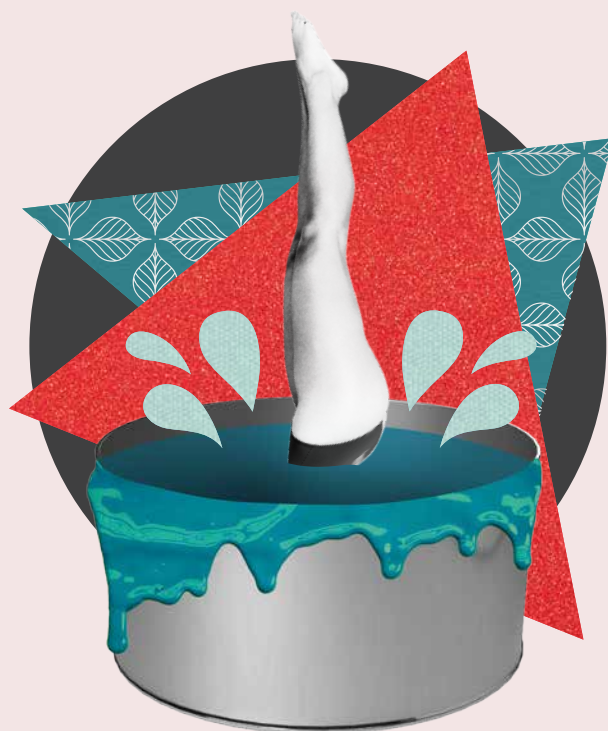
• REISCHACH

v.l.n.r.: Christiane Wilhelm, Maria Oberhuber, Brigitte Griebmair, Magdalena Lerchner, Tamara Kammerer, Kerstin Schmid, Karin Pramstaller, Linda Pitscheider, Julia Happacher

PRINT PROFI

Perfektion bis ins kleinste Detail. Als größte Druckerei Südtirols verbinden wir handwerkliches Können mit innovativen Technologien. So entstehen vielfältige Druckprodukte in höchster Qualität. Seit über 130 Jahren.

www.athesiadruck.com



Im ganzen Land

Sommererlebnisse und Natur pur! Unsere Zweigstellen haben wieder ein vielfältiges Programm auf die Beine gestellt, das mit vielen kreativen Ideen überzeugt. Vorherrschend waren es Gemeinschaftserlebnisse draußen in der Natur, wobei Dankbarkeit für die Schöpfung Gottes einen hohen Stellenwert einnahm.

Bearbeitet von INGE LUNGER



Alle Fotos © KFS-Zweigstellen oder Privat

● EGGEN

Vom 25.–29. August hieß es im Vereinshaus Eggen „**Vorhang auf**“ für **17 theaterbegeisterte Grund- und Mittelschüler**. Unter der Leitung von **Astrid Gärber** haben sie mit viel Liebe, Hingabe und Fantasie das einzigartige **Stück „Fluch über Blatttal“** auf die Beine gestellt und das Publikum begeistert.



● GUMMER

Das **Symbol Traube** begleitete uns am **Christophorus-Sonntag**, drückt unsere Verbundenheit mit Christus aus und steht für Fruchtbarkeit, Gemeinschaft und Lebensfreude. Viele trugen zum guten Gelingen dieser Veranstaltung und zum **abwechslungsreichen Rahmenprogramm** bei. Danke!



● KARNEID

Ende August fand die traditionelle **Familienwanderung** bei herrlichem Sonnenschein statt, bei der **Würstchen und Stockbrot** gegrillt und andere Leckereien genossen wurden. Es wurde viel gelacht und gespielt. Müde, aber glücklich, traten wir am späten Nachmittag den Heimweg an.



● KEMATEN

Im Juli wurde das **Festival des Glaubens** gefeiert – ein Fest der Gemeinschaft, getragen von Gruppen und Vereinen der Seelsorgeeinheit Taufers. Den stimmungsvollen Abschluss bildete die **Wortgottesfeier**, die **Heidi Zimmerhofer** mit einfühlsamen und treffenden Worten gestaltete.



● LAAS

In diesem Sommer konnten wir wieder **7 abwechslungsreiche Betreuungswochen** für Kinder und Jugendliche aus unserer Gemeinde anbieten. Von **Kreativ-** bis zu **Hip-Hop-** und **Bewegungswochen** war alles dabei.



● LATSCH MIT FRAKTIONEN

Die Kinder erlebten im Rahmen des **KFS-Erlebnissommers** zwei abwechslungsreiche und spannende Wochen im Juni und August. Sie verbrachten viel **Zeit im Wald**, machten **Bewegungseinheiten** auf dem Sportplatz, besuchten ein **privates Hofmuseum**, konnten **Schnitzen** und **wanderten** auf eine Alm. Danke **Simone und Team** für diese tollen Erfahrungen.



● LATZFONS/GARN

Trotz strömenden Regens haben sich 15 Interessierte zum **Grillkurs** getroffen. Dabei haben sie alles über das **perfekte Steak**, das **Grillen** von **verschiedenen Fleischsorten**, **Fisch** und **Beilagen** erfahren. Zum Abschluss wurde noch eine gegrillte Nachspeise gezaubert.



● LUTTACH

Heuer ging es wieder rund beim **Kischta**. Es wurde gemalt, gebastelt und gespielt. Es gab eine **Holz- und Bauecke** und für die Naschkatzen gratis **Zuckerwatte**. Zum Schluss fand wieder das beliebte **Entenrennen am Wasserpark** statt, wo es nette Preise zu gewinnen gab. Einmalig!



● LÜSEN

Beim „**Petschieder Kirchtag**“ feierten wir unser **50-jähriges Bestehen**. Wir ließen Bilder sprechen, die besonders die gute Zusammenarbeit mit den Vereinen im Dorf verdeutlichten. Gute Laune war angesagt und alle genossen das **unterhaltsame Programm** und die **Gaumenfreuden**.



● MARLING

An zwei lauen Sommerabenden Anfang August kamen zahlreiche kleine und große Kinofreunde in den Genuss von **Freilichtkino**. Bereits zum dritten Mal fanden unsere **Kinoabende im Pavillon** statt. Natürlich gab es auch **knuspriges Popcorn** und **süße Zuckerwatte**.



● OBEROLANG

Zum **Hochfest Mariä Himmelfahrt** haben wir **über 200 duftende bunte Kräutersträußchen** gebunden und nach der **feierlichen Prozession** gegen eine freiwillige Spende verteilt. Der Erlös wurde gespendet.



● OBERRASEN

Damit unsere **Erstklässler** viel Spaß beim Lernen haben, voller Neugier und Mut gut ins Abenteuer Schule starten, haben wir ihnen diese **Schultüten** gebastelt.



● PFALZEN

Märchen hören, Freundschaften pflegen und Würstchen genießen – die **Erlebnis-Märchenstunde** mit **Alexia** war für unsere kleinen Märchenfans ein echtes Sommer-Highlight.



● PRAD

Ende Juni fand die **Naturwoche** mit **Marion** und **Anita** statt. Es war erstaunlich, mit welcher Freude und Kreativität Kinder mit wenig Material und Werkzeug einzigartige Dinge wie **Schildkäppi**, **Türklingel** und **Traumfänger** herstellten. Weiter so, wir freuen uns!



● REISCHACH

Uns, die „**KFS- Schuichplattla**“, gibt es seit 2023. Heuer waren wir Mitte August auf **Hüttenlager in Defreggen**. Wir haben auf der Alm geplattelt, gespielt und sogar zwei Gipfel bestiegen. Für uns als Gruppe war das sehr abenteuerlich und ein unvergessliches Erlebnis.



● SAND IN TAUFERS

„**Gemeinsam auf dem Weg**“ lautete das Thema der **Wortgottesfeier**, zu der wir die **Ehejubilare** dieses Jahres einluden und dabei auch die Kirche passend zum Thema dekorierten. Es war eine **gelungene Feier**, die im Pfarrheim beim gemütlichen Beisammensein ausklang.



● SEXTEN

Anlässlich des **Hochfestes Maria Himmelfahrt** wurden traditionell nach den Gottesdiensten in der Pfarrkirche **geweihte Trockensträußchen** gegen eine freiwillige Spende verteilt. Der Gesamterlös dieser Aktion kommt auch dieses Jahr der **Krebshilfe – Bezirk Oberpustertal** zugute.



● ST. MARTIN IN PASSEIER

Wie durften beim **Kindertheater „Die Glücksforscher“** die Verpflegung übernehmen, es gab **Zuckerwatte, Popcorn** und noch **so manche Leckerei**. Es war schön so viele lachende Gesichter und vergnügte Kids zu sehen.



● ST. VALENTIN

Am ersten Wochenende im August stand der **Wald im Mittelpunkt**. Im wunderschönen nahen **Talaiwald** erlebte eine unternehmungshungrige **Kindergruppe mit zwei motivierten Pädagoginnen** Spaß und Abenteuer! Es wurde gemeinsam gebastelt, gespielt und knuspriges Stockbrot gegrillt.



● STILFS MIT FRAKTIONEN

Einmal im Jahr unternehmen wir, die **Ausschussmitglieder des KFS mit unseren Familien**, einen **Ausflug**. Dieses Jahr waren wir auf **Meran 2000**. Ein toller und aktionsreicher Tag für Groß und Klein.



● TERENTEN

Das **Outdoor-Event** war ein voller Erfolg! **16 Kinder** hatten viel Spaß beim **Wandern, Grillen von Würstchen und Marshmallows, Basteln und Spielen**. Ein unvergesslicher Tag voller Abenteuer und gemeinsamer Erlebnisse!



● TSCHERMS

Unsere **Erlebniswochen** boten ein abwechslungsreiches Programm für die Kids, das großen Anklang fand und für unvergessliche Sommermomente sorgte. **Spannende Aktivitäten** im **Naturparkhaus Texel** und im **ArcheoParc Schnalstal** sowie das **Schiffbauern am Mühlbachweg** gehörten dazu.



● UNTERINN

Im August fand zum zweiten Mal der **Familientag im Haus der Familie** in **Lichtenstern** statt. Wir waren mit einem eigenen **KFS-Stand** vertreten. Besonders das **kreative, bunte Gesichter-Schminken** ist bei den vielen großen und kleinen Gästen aus Nah und Fern gut angekommen und hat zu diesem erlebnisreichen Tag beigetragen.



• UTTENHEIM

Für die **14 Erstklässler der Grundschule Uttenheim** haben **Edith und Monika** zum Schulanfang mit viel Herz die **Schultüten gebastelt**, mit buntem Allerlei an Schulmaterial und Süßigkeiten gefüllt und beim Schulanfangsgottesdienst den Neustartern überreicht. Wenn DAS kein motivierender Anfang für ein gutes Schuljahr 2025/26 ist...



• VILLNÖSS

Wir organisierten heuer im Sommer einen **Selbstbehauptungskurs** mit **Protactics-Trainer Michael Pfattner**. Viele Kinder nahmen teil – ein voller Erfolg für alle Beteiligten.



• WALTEN

Ende Juli organisierten wir gemeinsam mit der **Jugendkapelle Walten** einen **Spielesachmittag** für **Kinder von 4-7 Jahren**. Unter dem Motto „**Einmal Indianer**“ ging es mit Liedern und Spielen quer durch den Wald. Zum Abschluss gab es leckeres **Stockbrot**.



• WIESEN

Am **Pfingstmontag** wurde **Erstkommunion** gefeiert. Zur Einstimmung auf diesen großen Tag luden wir die Erstkommunikanten zwei Tage zuvor zum **gemeinsamen Frühstück** mit Pfarrer **Corneliu Berea** und Pfarrseelsorger **Walter Prast** ein. Zum Schluss gab es für alle ein Geschenk.

EIN AKTIV-KREATIVER ADVENTSKALENDER

Ein besonderer Adventskalender für die ganze Familie: In der Adventsgeschichte in 24 Teilen rund um Oma Klein und ihre Überraschungstanne erwartet Kinder und Erwachsene jeden Tag eine Mischung aus Vorlesen, Basteln, Zeichnen, Erzählen und kleinen Freuden. So wird die Weihnachtszeit kreativ, spannend und gemeinschaftlich gestaltet.

Der Kalender ist für KFS-Mitglieder um 2 € erhältlich (für Nicht-Mitglieder 3 €), mit kostenlosem Versand bei Abholung an den angegebenen Standorten. Bestellung über das KFS-Verbandsbüro: info@familienverband.it



Foto © KFS, Freepik



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

SPENDEN FÜR „FAMILIE IN NOT“ IM ZEITRAUM JULI – AUGUST 2025

50,00 Euro:	anonyme Spende	400,00 Euro:	zwei anonyme Spenden á 200 Euro
60,00 Euro:	anonyme Spende	640,00 Euro:	anonyme Spende
112,00 Euro:	anonyme Spende	1.087,00 Euro:	Katholische Frauenbewegung Welsberg, Aktion Kräutersträußen
200,00 Euro:	ZW Mühlwald, Spendenaktion Familienwanderung		



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>

gefördert von der Familienagentur

FiS-Förderpartner.
Wir sagen Danke!



Autonome Provinz Bozen
Provincia autonoma di Bolzano
Provincia autonoma de Bulsan
SÜDTIROL • ALTO ADIGE



Die nächste FiS erscheint am **5. Dezember 2025** | Redaktionsschluss ist der **28. Oktober 2025**



Erscheinungsweise
Sechsmal jährlich. Die Zusage 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 Beatrix Unterhofer, Sieglinde Aberham,
Angelika Mitternitzer, Samantha Endrizzi,
Silvia Di Panfilio, Inge Lunger, Lisa Huber, Julian Stuefer,
Manuela Unterthiner Mitternitzer
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.





globus[●]
BOZEN MERAN BRIXEN BRUNECK



12. KFS-
Familienkongress



12. KFS-Familienkongress

Familie im Gleichgewicht

Gemeinsam stark im Alltag, Beruf und Familienleben

Fr+Sa, 14. – 15.11.2025 **Haus der Familie, Lichtenstern/Ritten**

FAMILIE BRAUCHT BALANCE – zwischen Beruf, Kindern, Beziehung und Alltag. Der KFS-Familienkongress geht genau diesen Fragen auf den Grund:

*Wie gelingt gerechte Rollenverteilung?
Wie können wir mentale Belastung reduzieren?
Und wie schaffen wir ein stabiles Miteinander?*

*Freuen Sie sich auf spannende
Vorträge:*

„Vater sein heute“
mit Matthias Oberbacher

„Präsent statt perfekt“
mit Felicitas Richter

In praxisnahen Workshops geht es u.a. um:

Mental Load & Gleichberechtigung
Familienfinanzen verständlich erklärt
Nähe trotz Alltagsstress
Erwartungen zwischen Mama und Papa

Austausch, Impulse & neue
Perspektiven erwarten Sie!

