

GUTES
LEBEN

MITEINANDER SPIELEN

26. Jän. bis 2. Feb. 2025

- Familien-Nonsens-Olympiade
- Zeichenspiele
- Sprachspiele
- Geschicklichkeitsspiele
- Ratespiele
- Bewegungsspiele



MITEINANDER SPIELEN

26. Jänner bis 02. Februar 2025

Was gibt es Schöneres, als in der Familie und mit Freund:innen zu spielen. Die kalte Jahreszeit mit ihren langen Nächten bietet sich besonders gut an, um zu Hause alte und neue Spiele auszuprobieren. Folgendes haben wir für Sie vorbereitet:

- Familien-Nonsens-Olympiade
- Zeichenspiele
- Sprachspiele
- Geschicklichkeitsspiele
- Ratespiele
- Bewegungsspiele

WAS WOLLEN WIR MIT DEM PROJEKT „GUTES LEBEN“ ERREICHEN?

Das Projekt „Gutes Leben“ dient einzig und allein dazu, Ihr Leben und das Ihrer Familie zu bereichern. Jährlich tragen wir 6 Themenschwerpunkte an Sie heran, zu folgenden Themen liefern wir im Jahr 2025 Anregungen, Informationen und Aktionsvorschläge auf Ihr Handy:

- miteinander spielen: 26. Jänner bis 02. Februar 2025
- Fastenzeit: 05. März bis 19. April 2025
- auf Entdeckungsreise im Wald: 22. bis 29. Juni 2025
- mentale Frische für den Tag: 21. bis 28. September 2025
- 8 Schritte zur Entlastung: 16. bis 23. November 2025
- Geborgenheit und Licht: 30. November bis 24. Dezember 2025

GUTES LEBEN APP

Wir begleiten Sie per App mit passenden Informationen, Anregungen, Ideen und einer Fülle von Aktionsvorschlägen durch jeden Aktionszeitraum.

Sie haben die Möglichkeit, Vorhaben festzulegen und können festhalten, ob deren Durchführung gelungen ist. Sämtliche Anregungen stehen Ihnen unter der Download-Funktion auch als drucktaugliche PDF-Datei zur Verfügung.





MITTEINANDER SPIELEN

26. Jän. bis 2. Feb. 2025

- Familien-Nonsens-Olympiade
- Zeichenspiele
- Sprachspiele
- Geschicklichkeitsspiele
- Ratespiele
- Bewegungsspiele



Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage



www.familie.at

Wir vertreten die Anliegen der Familien.

GUTES
LEBEN

MITEINANDER SPIELEN

26. Jän. bis 2. Feb. 2025

- Familien-Nonsens-Olympiade
- Zeichenspiele
- Sprachspiele
- Geschicklichkeitsspiele
- Ratespiele
- Bewegungsspiele



FASTENZEIT

05. März bis 19. April 2025

Die Fastenzeit ist eine gute Zeit, um zur Ruhe zu kommen und sich auf das Wesentliche zu besinnen. Wir laden Sie ein, manches in Ihrem Leben zumindest probeweise zu reduzieren, anderes zu verstärken. Wir unterstützen Sie mit ...

- täglichen Impulstexten
- Anregungen für Herausforderungen
- einer Möglichkeit, das Gelingen der Vorhaben zu dokumentieren
- Feierelementen für die Karwoche
- Materialien für Familien, Kindergärten, Volksschulen, Gruppen etc

WAS WOLLEN WIR MIT DEM PROJEKT „GUTES LEBEN“ ERREICHEN?

Das Projekt „Gutes Leben“ dient einzig und allein dazu, Ihr Leben und das Ihrer Familie zu bereichern. Jährlich tragen wir 6 Themenschwerpunkte an Sie heran, zu folgenden Themen liefern wir im Jahr 2025 Anregungen, Informationen und Aktionsvorschläge auf Ihr Handy:

- miteinander spielen: 26. Jänner bis 02. Februar 2025
- Fastenzeit: 05. März bis 19. April 2025
- auf Entdeckungsreise im Wald: 22. bis 29. Juni 2025
- mentale Frische für den Tag: 21. bis 28. September 2025
- 8 Schritte zur Entlastung: 16. bis 23. November 2025
- Geborgenheit und Licht: 30. November bis 24. Dezember 2025

GUTES LEBEN APP

Wir begleiten Sie per App mit passenden Informationen, Anregungen, Ideen und einer Fülle von Aktionsvorschlägen durch jeden Aktionszeitraum.

Sie haben die Möglichkeit, Vorhaben festzulegen und können festhalten, ob deren Durchführung gelungen ist. Sämtliche Anregungen stehen Ihnen unter der Download-Funktion auch als drucktaugliche PDF-Datei zur Verfügung.





FASTENZZEIT 2025

5. März bis 19. April

- tägliche Impulstexte
- Herausforderungen für die ganze Familie
- Dokumentation, ob Vorhaben gelingen
- Feierelemente für die Karwoche
- Materialien für Familien, Kindergärten, Volksschulen, Gruppen etc.



Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage



GUTES
LEBEN

MITEINANDER SPIELEN

26. Jän. bis 2. Feb. 2025

- Familien-Nonsens-Olympiade
- Zeichenspiele
- Sprachspiele
- Geschicklichkeitsspiele
- Ratespiele
- Bewegungsspiele



AUF ENTDECKUNGSREISE IM WALD

22. bis 29. Juni 2025

In dieser Woche begleiten wir Sie auf eine Entdeckungsreise in den Wald. Es wird gespielt und gelacht, wir laden Sie ein, diesen Lebensraum achtsam zu erkunden, Detektivaufgaben zu lösen und kleine Kunstwerke im Wald zu gestalten. Also raus aus dem Haus, rein in die Natur, es erwarten Sie ...

- Waldaktionen
- detektivische Aufgaben
- Rucksackspiele
- Achtsamkeitsübungen
- Naturgeschichten
- Kunst im Wald

WAS WOLLEN WIR MIT DEM PROJEKT „GUTES LEBEN“ ERREICHEN?

Das Projekt „Gutes Leben“ dient einzig und allein dazu, Ihr Leben und das Ihrer Familie zu bereichern. Jährlich tragen wir 6 Themenschwerpunkte an Sie heran, zu folgenden Themen liefern wir im Jahr 2025 Anregungen, Informationen und Aktionsvorschläge auf Ihr Handy:

- miteinander spielen: 26. Jänner bis 02. Februar 2025
- Fastenzeit: 05. März bis 19. April 2025
- auf Entdeckungsreise im Wald: 22. bis 29. Juni 2025
- mentale Frische für den Tag: 21. bis 28. September 2025
- 8 Schritte zur Entlastung: 16. bis 23. November 2025
- Geborgenheit und Licht: 30. November bis 24. Dezember 2025

GUTES LEBEN APP

Wir begleiten Sie per App mit passenden Informationen, Anregungen, Ideen und einer Fülle von Aktionsvorschlägen durch jeden Aktionszeitraum.

Sie haben die Möglichkeit, Vorhaben festzulegen und können festhalten, ob deren Durchführung gelungen ist. Sämtliche Anregungen stehen Ihnen unter der Download-Funktion auch als drucktaugliche PDF-Datei zur Verfügung.



familien

Der Katholische
Familienverband
www.familie.at



GUTES
LEBEN

AUF ENTDECKUNGSREISE IM WALD

22. bis 29. Juni 2025

- Waldaktionen
- detektivische Aufgaben
- Rucksackspiele
- Achtsamkeitsübungen
- Naturgeschichten
- Kunst im Wald



familien^v

Der Katholische
Familienverband
www.familie.at

© Familienverband-KI generiert

GUTES
LEBEN

MENTALE FRISCHE FÜR JEDEN TAG

21. bis 28. Sept. 2025

- Mo – Tag der guten Gedanken
- Di – Tag der Anerkennung und Würdigung
- Mi – Tag der guten Taten
- Do – Tag des Dankens
- Fr – Wohlfühlfreitag
- Sa – Tag der Leichtigkeit
- So – Alles ist gut



familien^v

Der Katholische
Familienverband
www.familie.at



MENTALE FRISCHE FÜR JEDEN TAG

21. bis 28. September 2025

Sie haben es in der Hand, wie sich Ihr Tag entwickelt. Und das hängt wesentlich davon ab, wie Sie Ihren Tag beginnen. Deshalb haben wir für jeden Tag der Woche eine Anregung vorbereitet:

- Mo – Tag der guten Gedanken
- Di – Tag der Anerkennung und Würdigung
- Mi – Tag der guten Taten
- Do – Tag des Dankens
- Fr – Wohlfühlfreitag
- Sa – Tag der Leichtigkeit
- So – Alles ist gut

WAS WOLLEN WIR MIT DEM PROJEKT „GUTES LEBEN“ ERREICHEN?

Das Projekt „Gutes Leben“ dient einzig und allein dazu, Ihr Leben und das Ihrer Familie zu bereichern. Jährlich tragen wir 6 Themenschwerpunkte an Sie heran, zu folgenden Themen liefern wir im Jahr 2025 Anregungen, Informationen und Aktionsvorschläge auf Ihr Handy:

- miteinander spielen: 26. Jänner bis 02. Februar 2025
- Fastenzeit: 05. März bis 19. April 2025
- auf Entdeckungsreise im Wald: 22. bis 29. Juni 2025
- mentale Frische für den Tag: 21. bis 28. September 2025
- 8 Schritte zur Entlastung: 16. bis 23. November 2025
- Geborgenheit und Licht: 30. November bis 24. Dezember 2025

GUTES LEBEN APP

Wir begleiten Sie per App mit passenden Informationen, Anregungen, Ideen und einer Fülle von Aktionsvorschlägen durch jeden Aktionszeitraum.

Sie haben die Möglichkeit, Vorhaben festzulegen und können festhalten, ob deren Durchführung gelungen ist. Sämtliche Anregungen stehen Ihnen unter der Download-Funktion auch als drucktaugliche PDF-Datei zur Verfügung.



Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage



www.familie.at

Wir vertreten die Anliegen der Familien.



Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage



www.familie.at

Wir vertreten die Anliegen der Familien.



MENTALE FRISCHE FÜR JEDEN TAG

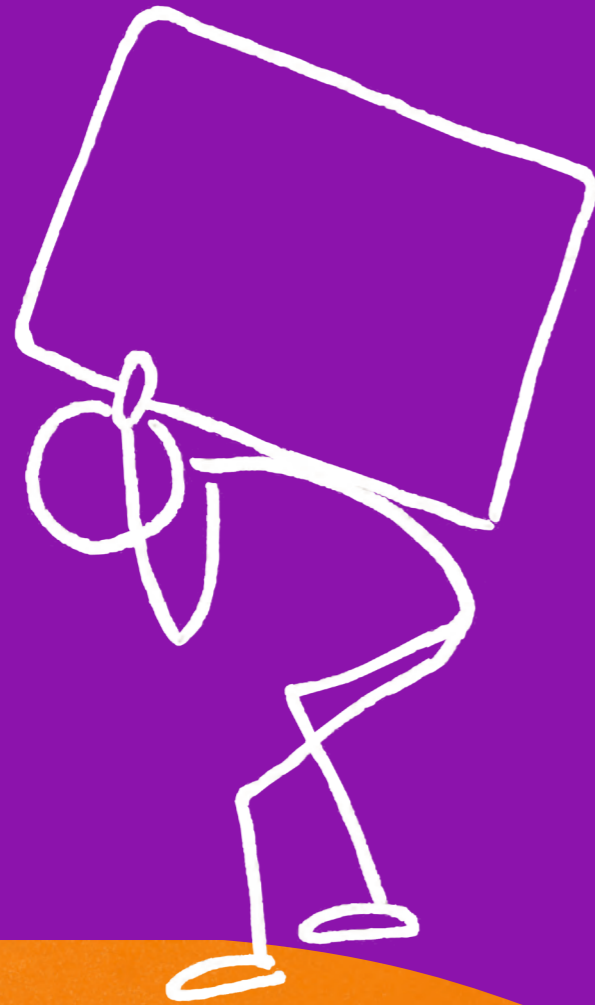
21. bis 28. Sept. 2025

- Mo – Tag der guten Gedanken
- Di – Tag der Anerkennung und Würdigung
- Mi – Tag der guten Taten
- Do – Tag des Dankens
- Fr – Wohlfühlfreitag
- Sa – Tag der Leichtigkeit
- So – Alles ist gut



Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage





8 SCHRITTE ZUR ENTLASTUNG

16. bis 23. Nov. 2025

- Selbstfürsorge
- Selbstermächtigung
- erste Hilfe
- Akzeptanz
- loslassen
- Netzwerk erschließen
- Austausch
- neue Ziele



8 SCHRITTE ZUR ENTLASTUNG

16. bis 23. November 2025

Eines steht fest: Beinahe jede/jeder von uns ist schon einmal an ihre/seine Grenzen gestoßen oder stand zumindest kurz davor. In 8 Schritten geben wir Ihnen sehr konkrete Anregungen, was Sie in belastenden Situationen für sich tun können.

- Selbstfürsorge
- Selbstermächtigung
- erste Hilfe
- Akzeptanz
- loslassen
- Netzwerk erschließen
- Austausch
- neue Ziele

WAS WOLLEN WIR MIT DEM PROJEKT „GUTES LEBEN“ ERREICHEN?

Das Projekt „Gutes Leben“ dient einzig und allein dazu, Ihr Leben und das Ihrer Familie zu bereichern. Jährlich tragen wir 6 Themenschwerpunkte an Sie heran, zu folgenden Themen liefern wir im Jahr 2025 Anregungen, Informationen und Aktionsvorschläge auf Ihr Handy:

- miteinander spielen: 26. Jänner bis 02. Februar 2025
- Fastenzeit: 05. März bis 19. April 2025
- auf Entdeckungsreise im Wald: 22. bis 29. Juni 2025
- mentale Frische für den Tag: 21. bis 28. September 2025
- 8 Schritte zur Entlastung: 16. bis 23. November 2025
- Geborgenheit und Licht: 30. November bis 24. Dezember 2025

GUTES LEBEN APP

Wir begleiten Sie per App mit passenden Informationen, Anregungen, Ideen und einer Fülle von Aktionsvorschlägen durch jeden Aktionszeitraum.

Sie haben die Möglichkeit, Vorhaben festzulegen und können festhalten, ob deren Durchführung gelungen ist. Sämtliche Anregungen stehen Ihnen unter der Download-Funktion auch als drucktaugliche PDF-Datei zur Verfügung.





8 SCHRITTE ZUR ENTLASTUNG

16. bis 23. Nov. 2025

- Selbstfürsorge
- Selbstermächtigung
- erste Hilfe
- Akzeptanz
- loslassen
- Netzwerk erschließen
- Austausch
- neue Ziele



Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage



www.familie.at

Wir vertreten die Anliegen der Familien.



Albin Egger-Lienz, Schloss Bruck



GEBORGENHEIT UND LICHT

30. Nov. bis 24. Dez. 2025

Wir begleiten Sie zum Kind in der Krippe mit

- einem täglichen adventlichen Impuls
- Gestaltungselementen für Feiern
- Advent- und Weihnachtsgeschichten
- Brauchtum und adventlichen Aktivitäten



GEBORGENHEIT UND LICHT

30. November bis 24. Dezember 2025

Der Advent ist eine gute Zeit, sich mit zentralen Lebensfragen auseinanderzusetzen, das Innenleben zu beleuchten und es zu nähren. Bis Sie bei der Krippe ankommen, begleiten wir Sie mit ...

- einem täglichen Impulstext
- Gestaltungselementen für die Advent- und Weihnachtsfeiern
- Advent- und Weihnachtsgeschichten
- Brauchtum und adventlichen Aktivitäten

WAS WOLLEN WIR MIT DEM PROJEKT „GUTES LEBEN“ ERREICHEN?

Das Projekt „Gutes Leben“ dient einzig und allein dazu, Ihr Leben und das Ihrer Familie zu bereichern. Jährlich tragen wir 6 Themenschwerpunkte an Sie heran, zu folgenden Themen liefern wir im Jahr 2025 Anregungen, Informationen und Aktionsvorschläge auf Ihr Handy:

- miteinander spielen: 26. Jänner bis 02. Februar 2025
- Fastenzeit: 05. März bis 19. April 2025
- auf Entdeckungsreise im Wald: 22. bis 29. Juni 2025
- mentale Frische für den Tag: 21. bis 28. September 2025
- 8 Schritte zur Entlastung: 16. bis 23. November 2025
- Geborgenheit und Licht: 30. November bis 24. Dezember 2025

GUTES LEBEN APP

Wir begleiten Sie per App mit passenden Informationen, Anregungen, Ideen und einer Fülle von Aktionsvorschlägen durch jeden Aktionszeitraum.

Sie haben die Möglichkeit, Vorhaben festzulegen und können festhalten, ob deren Durchführung gelungen ist. Sämtliche Anregungen stehen Ihnen unter der Download-Funktion auch als drucktaugliche PDF-Datei zur Verfügung.





GEBORGENHEIT UND LICHT

30. Nov. bis 24. Dez. 2025

Wir begleiten Sie zum Kind in der Krippe mit

- einem täglichen adventlichen Impuls
- Gestaltungselementen für Feiern
- Advent- und Weihnachtsgeschichten
- Brauchtum und adventlichen Aktivitäten



Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage



www.familie.at

Wir vertreten die Anliegen der Familien.