

EIN ÜBERARBEITETER NEUAUFTRITT
FÜR DEN KATHOLISCHEN FAMILIENVERBAND
BZW. FÜR DAS PROJEKT „GUTES LEBEN“.

02.08.2024



ÜBERARBEITUNG EMBLEM

- runde Form fügt sich besser in das Gesamtbild ein
- lässt sich flexibler in diverse Layouts einbauen
- funktioniert auch ohne Kreis (siehe nächste Folie)

EMBLEM



ÜBERARBEITUNG EMBLEM

- runde Form fügt sich besser in das Gesamtbild ein
- lässt sich flexibler in diverse Layouts einbauen
- funktioniert auch ohne Kreis (siehe nächste Folie)

FARBKOMBINATION



SIE HABEN ES IN DER HAND

Das Leben schreibt deine Geschichte, doch du hast den Stift in der Hand.

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





LEGEN SIE LOS

„Du selbst zu sein in einer Welt, die ständig einen anderen aus Dir machen will, ist der größte Erfolg von allen.“
Ralph Waldo Emerson

8 SCHRITTE ZUR ENTLASTUNG 17. BIS 24. NOVEMBER

Eines steht fest: Beinahe jede/jeder von uns ist schon einmal an 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
- loslassen
- Selbstermächtigung
- Netzwerk erschließen
- erste Hilfe
- Austausch
- Akzeptanz
- neue Ziele



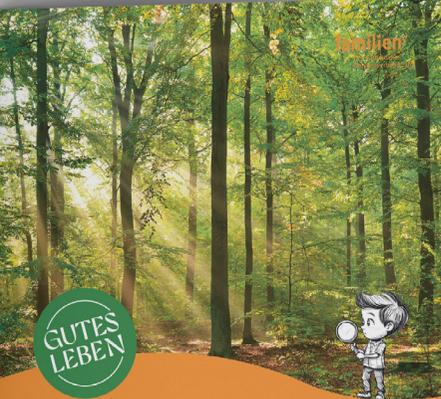
BEGEGNUNG LERNEN

Weihnachten sind wir eingeladen, aus der Begegnung mit Christus die Begegnung mit den Menschen zu lernen.

GEBORGENHEIT UND LICHT 29. NOV. BIS 24. DEZ. 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 Weihnachtstiem
- Advent- und Weihnachtsgeschichten
- Brauchtum und adventliche Aktivitäten



PROJEKT GUTES LEBEN 2025

- miteinander spielen
- Fastenzeit
- auf Entdeckungsreise im Wald
- mentale Frische für den Tag
- 8 Schritte zur Entlastung
- Geborgenheit und Licht

WWW.FAMILIE.AT



Was wollen wir erreichen?

Mit dem Projekt „Gutes Leben“ bringen wir jährlich 6 Themenschwerpunkte an Familien heran. Zu jedem Thema liefern wir per App oder „Gutes Leben-Mailversand“ Impulse, Informationen und Aktionsvorschläge nach Hause. In diesem Falter finden Sie eine kurze Beschreibung der Themen und Aktionszeiträume des Jahres 2025



Was wollen wir erreichen?

Um Sie bestmöglich durch die einzelnen Aktionszeiträume begleiten zu können, bieten wir sämtliche Begleitmaterialien auch per kostenloser App an. Zur Anmeldung benötigen wir keinerlei Daten. Hier stehen Ihnen sämtliche Texte auch als druckoptimierte Datei zum Download zur Verfügung. Wenn Sie diese lieber per E-Mail erhalten möchten, dann melden Sie sich bitte über info-tro@familie.at zu unserem „Gutes Leben-Mailversand“ an.

Besonderes zur Fastenzeit

Die App richtet sich eher an Einzelpersonen. Über die Homepage der „AKTION plusminus“ www.fastenzeit.jetzt bieten wir für Familien, Kindergärten, Volksschulen, Schulen, Gruppen etc. Begleitmaterialien an.



Impressum: Der Kath. Familienverband Tirol, Riedl 9, 6020 Ekk, Böden-Cross und PartnerInn, Hausneu-Maischensheim, com fastenzeit, Waldy-KinderInk, Leisachhaus-München, Hauschickl, Kath. Familienverband, Die besten-journal-intro



SPIELEN VERBINDET

Ein Spiel ähnelt einer Brücke, es bringt Menschen zueinander. Spielen macht Spaß, erlaubt, erleichtert, befreit, inspiriert, macht vieles möglich und verbindet.

MITEINANDER SPIELEN 05. BIS 12. FEBRUAR 2025

Was gibt es schöneres als in der Familie und mit Freunden zu spielen. Die Weihnachtsferien bieten eine gute Gelegenheit, miteinander zu spielen. Folgendes haben wir für Sie vorbereitet:

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



WAS WIR WIRKLICH BRAUCHEN

Der beste Weg, um herauszufinden was wir wirklich brauchen, ist, das loszuwerden was wir nicht brauchen

FASTENZEIT 05. MÄRZ BIS 19. APRIL 2025

Was gibt es schöneres als in der Familie und mit Freunden zu spielen. Die Weihnachtsferien bieten eine gute Gelegenheit, miteinander zu spielen. Folgendes haben wir für Sie vorbereitet:

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

WAS WIR WIRKLICH BRAUCHEN

Der beste Weg, um herauszufinden was wir wirklich brauchen, ist, das loszuwerden was wir nicht brauchen

AUF ENTECKUNGSREISE IM WALD 22. BIS 29. JUNI 2025

Was gibt es schöneres als in der Familie und mit Freunden zu spielen. Die Weihnachtsferien bieten eine gute Gelegenheit, miteinander zu spielen. Folgendes haben wir für Sie vorbereitet:

- Waldaktionen
- detektivische Aufgaben
- Waldspiele
- Achtsamkeitsübungen
- Waldgeschichten
- Kunst im Wald



familien^v
Der Katholische
Familienvorstand Tirol
www.familie.at

GUTES LEBEN

MITEINANDER SPIELEN
26. Jän. bis 2. Feb. 2025

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

GUTES LEBEN PER APP
bereichernd • kostenlos
wertvoll • anonym
In den Stores zu finden
unter „Gutes Leben“

Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage

TYROLIA SWAROVSKI **tiroler** Tiroler Tageszeitung LAND TIROL ERBE BARBER

familien^v
Der Katholische
Familienvorband Tirol
www.familie.at

GUTES LEBEN

FASTENZEIT 2025
5. März bis 19. April

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

GUTES LEBEN PER APP
bereichernd • kostenlos
wertvoll • anonym
In der App sind zu finden
unter „Gutes Leben“

QR Code: Gutes Leben Anmeldung Umfrage

TYROLIA | SWARCZYNSKI | tiroler | Tiroler Tageszeitung | LAND TIROL | TIROLER BARBER



familien
Der katholische
Familienvorband Tirol
www.familie.at

**GUTES
LEBEN**

AUF ENTDECKUNGSREISE IM WALD

22. bis 29. Juni 2025

- Waldaktionen
- detektivische Aufgaben
- Waldspiele
- Achtsamkeitsübungen
- Waldgeschichten
- Kunst im Wald



**GUTES
LEBEN
PER APP**

berreicherd - kostenlos
wertvoll - anonym
In der Story zu finden
unter „Gutes Leben“

Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage

TYROLIA SWAROVSKI **tiroler** Tiroler Tageszeitung LAND TIROL TRAVEL BARBER

familien^v
Der Katholische Familienverband Tirol
www.familie.at

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

GUTES LEBEN PER APP
bereichernd • kostenlos
wertvoll • anonym
In der Store zu finden
unter „Gutes Leben“

© Familienverband Tirol gGmbH

Gutes Leben
Anmeldung
Unfrage

TYROLIA SWAROVSKI tiroler Tiroler Tageszeitung LAND TIROL TIWIS BARBER

familien^V
Der Katholische
Familienvorband Tirol
www.familie.at

GUTES LEBEN

8 Schritte ZUR ENTLASTUNG
16. bis 23. Nov. 2025

- Selbstfürsorge
- Selbstermächtigung
- Erste Hilfe
- Akzeptanz
- Loslassen
- Netzwerk erschließen
- Austausch
- neue Ziele

GUTES LEBEN PER APP
bereichernd • kostenlos
wertvoll • anonym
In 8 Schritten zu leichter
Unterstützung

Gutes Leben
Anmeldung
Umfrage

TYROLIA SWAROVSKI tiroler Tiroler Tageszeitung LAND TIROL TIWAS BARBER

familien^V
Der Katholische
Familienverband Tirol
www.familie.at

GUTES LEBEN

GEBORGENHEIT UND LICHT
29. Nov. bis 24. Dez. 2025

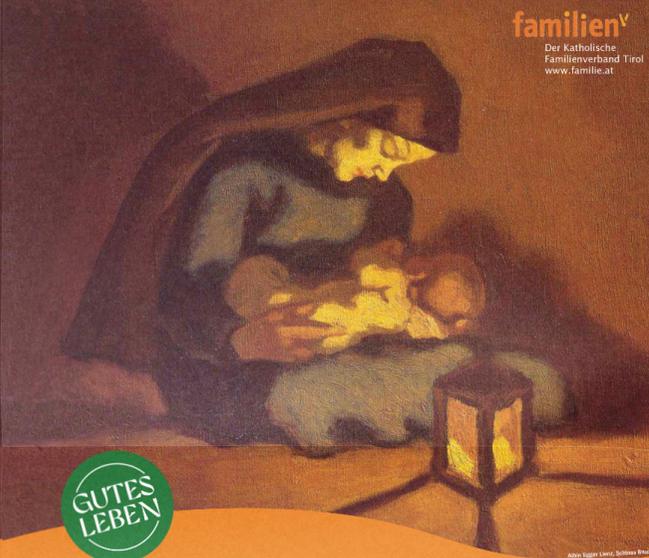
Wir begleiten Sie zum Kind in der Krippe mit

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

GUTES LEBEN PER APP
bereichernd • kostenlos
wertvoll • anonym
In den Stores zu finden
unter „Gutes Leben“

Gutes Leben
Anmeldung
Unfrage

TYROLIA | SWAROVSKI | tiroler | Tiroler Tageszeitung | LAND TIROL | DWTS BARBER



familien^V
Der Katholische
Familienverband Tirol
www.familie.at



GEBORGENHEIT UND LICHT

29. 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 adventliche Aktivitäten



Herzlichen -kostenlos-
Herzlich willkommen
in dem Gottesdienst
„Gutes Leben“



familien^V
Der Katholische
Familienverband Tirol
www.familie.at



GEBORGENHEIT UND LICHT

29. 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 adventliche 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 2. Februar 2025
- Fastenzeit: 5. März bis 19. April 2025
- auf Entdeckungreise 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: 29. 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.



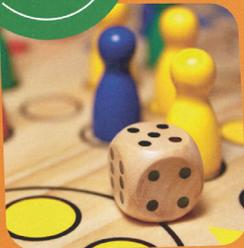
Um Sie bestmöglich durch die einzelnen Aktionszeitpunkte begleiten zu können, bitten wir Sie, die Begleitmaterialien der kostenlosen App an Herzhilf Tirol Brau- und Weinstubli zum Download zu lassen.

RÜCKSEITE MIT DETAILINFORMATION

INFOKARTE

GUTES
LEBEN

SECHS HERAUSFORDERUNGEN FÜR DAS JAHR 2025



miteinander spielen



Fastenzeit



Entdeckungsreise im Wald



mentale Frische



8 Schritte zur Entlastung



Geborgenheit und Licht

Machen
Sie mit! Es
lohnt sich.

familien^v
Der Katholische
Familienverband Tirol

GUTES
LEBEN

6 AKTIONSZEITRÄUME FÜR EIN GUTES LEBEN!

Wir liefern Ihnen jährlich 6 Themenschwerpunkte auf Ihr Handy, passend dazu begleiten wir Sie mit täglichen Impulsen, Ideen und Aktionsvorschlägen.

- miteinander spielen: 26. Jänner bis 2. Februar 2025
Hier kommt noch eine Kurzbeschreibung der Aktionswoche
- Fastenzeit: 5. März bis 19. April 2025
Hier kommt noch eine Kurzbeschreibung der Aktionswoche
- auf Entdeckungsreise im Wald: 22. bis 29. Juni 2025
Hier kommt noch eine Kurzbeschreibung der Aktionswoche
- mentale Frische für den Tag: 21. bis 28. September 2025
Hier kommt noch eine Kurzbeschreibung der Aktionswoche
- 8 Schritte zur Entlastung: 16. bis 23. November 2025
Hier kommt noch eine Kurzbeschreibung der Aktionswoche
- Geborgenheit und Licht: 29. November bis 24. Dezember 2025
Hier kommt noch eine Kurzbeschreibung der Aktionswoche



familien^v
Der Katholische
Familienverband Tirol





Erika Musterfrau

www.familie.at

0512/2230-4383

info-tirol@familie.at

Riedgasse 9, 6020 Innsbruck

familien

Der Katholische
Familienverband Tirol

familien^v

Der Katholische
Familienverband Tirol

www.familie.at

0512/2230-4383

info-tirol@familie.at

Riedgasse 9, 6020 Innsbruck





BEI UNS
IST FAMILIE
PROGRAMM

WWW.FAMILIE.AT

familien
Der katholische
Familienverband Tirol



familien^v
Der Katholische
Familienverband Tirol

WWW.FAMILIE.AT

BEI UNS IST FAMILIE
PROGRAMM



familien^V
Der Katholische
Familienverband Tirol

WWW.FAMILIE.AT

familien^V
Der Katholische
Familienverband Tirol

Der Katholische Familienverband Weerberg
lädt zum

Spielenachmittag



für alle Generationen

Samstag, 13.04.2024

Centrum Weerberg/Seminarraum & Foyer

Dauer: 14:00 – 16:00 Uhr (Spielzeit)

Alle, die ihre Spielfreude ausleben oder neu entdecken wollen oder eine andere Form des Miteinander und der Kommunikation erleben wollen, sind herzlich zu diesem Spielenachmittag mit vielen pädagogisch wertvollen Brettspielen eingeladen.



Im Anschluss gibt es Kaffee und Kuchen.

Eintritt: Freiwillige Spenden

Wir freuen uns auf Euer Kommen!



WWW.FAMILIE.AT

familien^V
Der Katholische
Familienverband Tirol

Der Katholische Familienverband Weerberg
lädt zum

Spielenachmittag



für alle Generationen

Samstag, 13.04.2024

Centrum Weerberg/Seminarraum & Foyer

Dauer: 14:00 – 16:00 Uhr (Spielzeit)

Alle, die ihre Spielfreude ausleben oder neu entdecken wollen oder eine andere Form des Miteinander und der Kommunikation erleben wollen, sind herzlich zu diesem Spielenachmittag mit vielen pädagogisch wertvollen Brettspielen eingeladen.



Im Anschluss gibt es Kaffee und Kuchen.

Eintritt: Freiwillige Spenden

Wir freuen uns auf Euer Kommen!



WWW.FAMLIE.AT

familien^V
Der Katholische
Familiverband Tirol

**BEI UNS
IST FAMILIE
PROGRAMM**

WWW.FAMILIE.AT

The banner features a photograph of a family (a man, a woman, and a young child) smiling together in an outdoor setting. The bottom half of the banner is a solid orange color with white text and decorative white line art.



familien^v
Der Katholische
Familiverband Tirol

**BEI UNS
IST FAMILIE
PROGRAMM**

WWW.FAMILIE.AT

The banner features a photograph of a family (a man, a woman, and a child) at the top. The bottom half of the banner is a solid orange color with white text. There are decorative orange lines on the right side of the orange section.