12. KFS-Familienkongress

Familie im Gleichgewicht

Gemeinsam stark im Alltag, Beruf und Familienleben

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

12. KFS-Familienkongress

KFS Katholischer Familienverband Südtirol

HAUS DER FAMILIE

Familie im Gleichgewicht
Gemeinsam stark im Alltag, Beruf und Familienleben

Der KFS-Familienkongress beleuchtet zentrale Herausforderungen des modernen Familienlebens von Rollenverteilung und mentaler Belastung bis zu Finanzen und Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Durch praxisnahe Impulse, inspirierende Vorträge und interaktive Workshops fördert er den Austausch und stärkt die familiäre Balance sowie individuelle Ressourcen.

ZIELGRUPPE Der Kongress ist offen für alle Familienkonstellationen – ob allein oder mit Partner/in – und möchte allen die Möglichkeit bieten, neue Perspektiven zu gewinnen und gestärkt in den Familienalltag zu gehen.

Kinder willkommen!

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

„Familie ist ein starkes Team“

Familie bedeutet Zusammenhalt, Vertrauen und Teamwork. In diesem Workshop entdecken Kinder ab 6 Jahren und Jugendliche anhand von lustigen Teamspielen, kleinen Herausforderungen und gemeinsamen Aktionen, wie wichtig Zusammenarbeit, Kommunikation und gegenseitige Unterstützung sind.

Hannes Waldner ist Wildnis-, Spiel- und Medienpädagoge und hat über 20 Jahre Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Bereich Spiel und Kreativität.

HAUPTVORTRÄGE

Vater sein heute
Neue Rollenbilder und Chancen für Väter

Väter sind gefordert, ihre Rolle zwischen Tradition und Moderne neu zu definieren. Der Vortrag mit Podiumsdiskussion, moderiert von Jutta Wieser, beleuchtet die Bedeutung der Vaterschaft, aktuelle Entwicklungen und deren Auswirkungen auf Familien. Väter berichten von Herausforderungen und geben Einblicke in bewährte Praktiken.

Matthias Oberbacher ist Vater von drei Kindern, Soziologe, Erwachsenenbildner und zuständig für die Väterwerkstatt bei der Katholischen Männerbewegung.

Präsent statt perfekt
Familie als Resonanzraum erleben

Oft geht es im Familienalltag zwischen To-do-Listen und Wäschebergen um die Verbindung zueinander. Felicitas Richter lädt ein, den Druck rauszunehmen und echte Nähe zuzulassen. Sie zeigt mit einfachen Impulsen und Geschichten, wie Familie lebendig sein kann, wie Präsenz auch ohne Perfektion möglich ist und erklärt, warum echte Verbindung der Schlüssel zu mehr Leichtigkeit ist. Denn Resonanz beginnt da, wo wir aufhören, alles richtig machen zu wollen.

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

WORKSHOP **A**

Und mittendrin – wir! Wie wir Nähe leben, auch wenn's turbulent wird

Wenn der Alltag Fahrt aufnimmt, braucht es manchmal nur einen kleinen Moment des Innehaltens, um wieder bei sich und den anderen anzukommen. Mit Impulsen, Übungen und viel Ermutigung entdecken wir in diesem Workshop, wie Verbindung in der Familie wachsen kann – nicht trotz, sondern mitten im bunten Familienleben.

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

WORKSHOP **B**

Familienfinanzen leicht erklärt

Tipps und Strategien für Eltern

Wie kann eine Familie offen über Geld sprechen? Hindernisse werden besprochen und gemeinsam Strategien entwickelt, wie Eltern eine positive Einstellung zu Geld im Alltag fördern können. Es werden Kontomodelle vorgestellt, die gut für Familien geeignet sind. Neben praktischen Spartipps wird gezeigt, wie Familien Sparziele setzen und so Wünsche realisieren können.

Felix Brugger ist selbständiger Vermögensberater. Er informiert über Finanzen, Themen wie Liquidität, Vorsorge, Vermögen und Immobilien.

WORKSHOP **C**

Was sich Mama und Papa voneinander erwarten

Mütter und Väter fühlen sich in ihrer Rolle oft verunsichert oder überfordert. Vor allem dann, wenn die gesellschaftlichen sowie die partnerschaftlichen Erwartungen mit dem eigenen Erleben nicht übereinstimmen. Wir setzen uns mit den beiden Rollenbildern auseinander und schaffen einen dialogischen Raum für ein gegenseitiges Verständnis und ein achtsames Bewusstein, um Elternschaft und Partnerschaft zu stärken.

Markus Costa ist Counsellor Professional (Psychosoziale Beratung, Paar- und Sexualberatung) und leitet die Caritas-Männergruppe.

WORKSHOP **D**

Mental Load Wie kann Gleichberechtigung in den Familien gelingen?

Mental Load bezeichnet die Belastung, die durch das Organisieren von Alltagsaufgaben entsteht, die gemeinhin als „nicht der Rede wert" erachtet und häufig von Frauen ausgeführt werden. Bei diesem Workshop werden Strategien erarbeitet und Rollenerwartungen reflektiert, um Mütter-Burnout vorzubeugen. So können Familienzusammenhänge gestärkt werden, die von Gleichberechtigung, Empathie und Solidarität geprägt sind.

Monika Kompatscher ist Mutter, Counsellor Professional CNCP und Psychologin.

DER TAGESABLAUF IM DETAIL

Freitag, 14.11.2025

15.00 – 16.30	Check-in und Begrüßung
16.30 – 18.00	Vater sein heute: Neue Rollenbilder und Chancen für Väter *Matthias Oberbacher* *Moderation: Jutta Wieser*
18.00 – 18.30	*Pause*
18.30 – 20.00	*Abendessen*
20.00 – 22.00	Spielerischer Abend für die gesamte Familie *Hannes Waldner*

Samstag, 15 .11.2025

09.00 – 09.15	Begrüßung Landesrätin *Rosmarie Pamer*
09.15 – 10.45	Präsent statt perfekt – Familie als Resonanzraum erleben *Felizitas Richter*
10.45 – 11.00	*Pause*
11.00 – 12.45	WORKSHOP **A** Und mittendrin – wir! Wie wir Nähe leben, auch wenn's turbulent wird *Felizitas Richter* WORKSHOP **B** Familienfinanzen leicht erklärt: Tipps und Strategien für Eltern *Felix Brugger*
12.45 – 14.00	*Mittagessen*
14.00 – 15.30	WORKSHOP **C** Was sich Mama und Papa voneinander erwarten *Markus Costa* WORKSHOP **D** Mental load – Wie kann Gleichberechtigung in den Familien gelingen? *Monika Kompatscher*
15.30 – 16.00	Abschluss

TEILNAHMEBEITRAG

KFS-Mitglieder
135 Euro pro Familie/Paar;
70 Euro pro Einzelperson

Nicht-Mitglieder
150 Euro pro Familie/Paar;
80 Euro pro Einzelperson

zzgl. Unterkunft und Verpflegung

TAGESTICKET

KFS-Mitglieder
85 Euro pro Familie/Paar;
45 Euro pro Einzelperson

Nicht-Mitglieder
100 Euro pro Familie/Paar;
55 Euro pro Einzelperson

zzgl. Verpflegung

Anmeldung unter
www.hdf.it

Infos
KFS, 0471 974 778 · info@familienverband.it
HDF, 0471 345 172 · info@hdf.it

Bitte teilen Sie bei der Anmeldung mit, an welchen Workshops (A oder B, C oder D) Sie teilnehmen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Sobald die maximale Anzahl erreicht ist, erfolgt eine Zuteilung zu einem parallelen Workshop.

Anmeldeschluss: **04.11.2025**

effekt.it

gefördert von | sostenuto da
Familienagentur – Agenzia per la famiglia
AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL · Familienagentur
PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE · Agenzia per la famiglia
HAUS DER FAMILIE
KFS Katholischer Familienverband Südtirol