

**Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen
der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee**

Magistratsdirektion | Bürgerservice, Kumpfgasse 20/3,

T +43 463 537-4656 oder +43 463 537-4681

frauen.chancengleichheit.generationen@klagenfurt.at

www.klagenfurt.at/frauen-chancengleichheit-generationen

Das BÜRO für FRAUEN, CHANCENGLEICHHEIT und GENERATIONEN der Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee ist städtische Servicestelle für Frauen und Familien. Wir bieten kostenlose Information und Rechtsberatung bei frauen- und familienspezifischen Fragen. Wir fördern gleichstellungsorientierte Projekte. Wir kooperieren mit frauen- und familienspezifischen Einrichtungen wie z. B. Frauenplattform Klagenfurt, Klagenfurter Familienforum, Mädchenzentrum. Wir erstellen kostenlose Broschüren „TopAdressen für Frauen, Familien und Integration“ oder die „Elternbildungsbroschüre“ und führen zahlreiche Veranstaltungen und Workshops durch.



TREFFPUNKT PUBERTÄT!

Notfalltipps und Motivationstricks für Eltern

Im Namen von Bürgermeister Christian Scheider
lädt Sie Familienreferentin Stadträtin Mag.^a Corinna Smrečnik
und das Büro für Frauen, Chancengleichheit und Generationen der
Landeshauptstadt Klagenfurt am Wörthersee herzlich ein!

TREFFPUNKT PUBERTÄT!

Notfalltipps und Motivationstricks für Eltern

Anmeldung zur Teilnahme unbedingt erforderlich!

T +43 463 537-4681 oder frauen.chancengleichheit.generationen@klagenfurt.at

Bitte die geltenden Coronaregeln beachten!

30. September **Keep-Kool-Konzert**
19.30 Uhr Wenn das Gehirn der Teenager umgebaut wird, bedeutet das auch für die Eltern eine herausfordernde Zeit. Nicht verzagen: Die Soulbrothers (Wolfgang Unterlercher und Dominik Werginz) trösten mit ausgewählten und eigenen Liedern über das Erwachsenwerden und die Liebe zueinander. Dazu kommen Mutmach-Texte aus den letzten Jahrtausenden. Ein besonderes Konzerterlebnis (nicht nur) für Eltern!
Beginn um 19.30 Uhr, Volxhaus, Südbahngürtel 24
18. November **Entspannung to go!**
18.00 Uhr Jugendliche verstehen und begleiten, ohne sich in Machtkämpfe und Streitereien zu verlieren. Praktische Antworten auf alltägliche und herausfordernde Situationen finden.
Mit Entspannungsübungen „zum Oba kuman“. Mit Gesundheitstrainerin Mag.^a Romana Ravnjak. Treffpunkt um 18.00 Uhr, NMS Wölfnitz, Römerweg 38
9. Dezember **Kling, Alarmglöckchen klingeling!**
18.00 Uhr Ein Hoch auf die musikalischen Klänge zweier genialer Künstler. Lassen Sie sich von Wolfgang Unterlercher und Wolfgang Ruppig mit Live-Musik durch den Dschungel Pubertät führen. Ein besonderes Konzerterlebnis!
Treffpunkt um 18.00 Uhr, Diözesanhaus, großer Saal, Tarviser Straße 30. Zu hören sind die beiden auch in einem Live-Stream.
13. Jänner **Wie umarme ich einen Kaktus?!**
18.00 Uhr Otto Frühbauer, Vater von 3 Kindern, Mentaltrainer und Coach weiß wie es geht, in der konfliktreichen Phase der Pubertät die Verbindung zu den Kindern aufrecht zu erhalten. Ein Vortrag mit Tipps und Tricks sowie Erfahrungsberichten. Treffpunkt um 18.00 Uhr, GZ St. Ruprecht, Kinoplatz 3
3. Februar **Haltung bewahren! HALO**
18.00 Uhr Sorgen lassen oft den Kopf hängen und den Rücken rund machen. Mit einem neuartigen Programm für die richtige Kopf- und Rückenhaltung lernen Sie eine neue (Lebens-)Haltung – vielleicht auch ihren Kids gegenüber. Workshop mit Tausendsassariner Natalija Tschelej-Kreibich.
Treffpunkt um 18.00 Uhr, Europahaus, Reitschulgasse 4

Inhalte zu den Angeboten finden Sie auf unserem Videoportal

video.klagenfurt.at

