

## VERANSTALTUNGSANKÜNDIGUNG November 2026

Mittwoch 04.11.2026

### Spittal/Drau: Schlaf & Regeneration

Vortrag von Ilse Zraunig, Med. in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Spittal/Drau, Schloß Porcia, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Donnerstag, 05.11.2026

### Obervellach: Aquajogging I

Kursstart mit Gabriele Kemmer in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Obervellach (5 Einheiten), Hallenbad Obervellach, Beginn: 18:30 Uhr, Kosten: € 25,00/TN zuzgl. Eintritt, Anmeldung: Gabriele Kemmer  
0676 729 33 44

Donnerstag, 05.11.2026

### Kleblach/Lind: Reflexintegration – kleine Reflexe, große Wirkung

Vortrag von Andrea Fleißner und Mag.a Andrea Wirth in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Kleblach/Lind, Wallnerhaus Lind, Beginn: 19:00 Uhr, Eintritt frei

Donnerstag, 05.11.2026

### Obervellach: Glaubenssätze erkennen und aufbrechen

Vortrag von Dr.in Andrea Egger in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Obervellach, Gemeindesitzungssaal, Beginn: 18:30 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 06.11.2025

### Obervellach: Zwischen Drogen, online Nutzung und Nervenkitzel

FamiliJa-Online-Vortrag von Michael Dünhofen, 10:00 Uhr und/oder 20:00 Uhr (selber Inhalt), kostenlos, Zugangslink kostenlos downloaden unter Familienfreitag online:  
<https://www.ktn.gv.at/Themen-AZ/Details?thema=5&subthema=26&detail=1084>

Freitag, 06.11.2026

### Millstatt: Die Kunst des Loslassens

Workshop mit Ilse Zraunig, M.Ed., in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Millstatt, Blauer Saal Kongresshaus, Dauer: 18:00 bis 20:30 Uhr, Kosten: € 9,00/TN, Anmeldung: ramona.egarter@millstatt.at

Freitag, 06.11.2026

### Trebesing: Gesunde Ernährung „Brot backen“

Workshop mit Anita Obernosterer der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Dellach/Drau, Bettys Showküche Dellach 141, Dauer: 17:00 bis 20:30 Uhr, Kosten: € 9,00/TN, excl. Materialkosten, Anmeldung: Nina  
0676 374 69 30

Samstag, 07.11.2026

**Lendorf: Vitaminbomben für die Haut**

Workshop mit Kräuterpädagogin Anita Stauder in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Lendorf, Mehrzweckhaus, Dauer: 14:00 bis 17:00 Uhr, Kurskosten: € 9,00 zuzgl. Material, Anmeldung Gemeinde: 04762 2264

Montag, 09.11.2026

**Mörtschach: Spielenachmittag**

in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Mörtschach, Dauer: 14:00 bis 16:00 Uhr, Kultbox, Eintritt frei

Montag, 09.11.2026

**Trebesing: Finanzielle Zukunft ohne Lücken - Frauengesundheit**

Vortrag von Mag.a Ingrid Gritschacher in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Trebesing, Trebesinger Wirt, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Montag, 09.11.2026

**Heiligenblut: Spielenachmittag**

in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Heiligenblut, Dorfsaal, Beginn: 14:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 13.11.2026

**Winklern: Wenn Leben und Tod einander begegnen II**

Vortrag von Maria Radziwon, Dr. Günther Jesacher, Elisabeth Kuntner in der im Rahmen der FamiliJa-Pflegenahversorgung betreuten Winklern, Einsatzzentrum 2. OG, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 13.11.2025

**Obervellach: Zwischen Tik Tok, Games und KI**

FamiliJa-Online-Vortrag von Mag.a Christiane Steiner-Hintermann, 10:00 Uhr und/oder 20:00 Uhr (selber Inhalt), kostenlos, Zugangslink kostenlos downloaden unter Familienfreitag online:

<https://www.ktn.gv.at/Themen-AZ/Details?thema=5&subthema=26&detail=1084>

Mittwoch, 18.11.2026

**Trebesing: Darmgesundheit**

Vortrag von Diätologin Dora Krenn des von FamiliJa betreuten „Gesunden Vereins“ Trebesinger Speis, Trebesinger Wirt, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 18.11.2026

**Malta: Fit fürs Alter – Tipps und Tricks**

Vortrag von Herta Lindner in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Malta, Festsaal Malta, Beginn: 14:00 Uhr, Eintritt frei

Donnerstag, 19.11.2026

**Obervellach: „Oh mein Gott“ Theatergeneralprobe**

Eine göttliche Komödie mit Isabella und Michael Weger in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Obervellach, Kultursaal, Beginn: 19:00 Uhr, Kartenvorverkauf; € 15,00, Abendkasse: € 19,00, Karten ab sofort erhältlich im FamiliJa-Büro [familija@rkm.at](mailto:familija@rkm.at)

Freitag, 20.11.2026

**Heiligenblut: Arthrose – Ernährung und Bewegung**

Vortrag von Mag.a. Jasmin Tiefnig BSc. in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Heiligenblut, Dorfsaal, Beginn: 19:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 20.11.2026

**Spittal/Drau: SelbstBewusstsein, SelbstBehauptun, SelbstVerteidigung für Mädchen (10-14 Jahre) mit Mutter, Oma, Tante...**

Workshop mit Stefanie Riebenbauer, Eva Krainer von Equaliz in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Spittal/Drau, Dauer: 14:30 bis 18:00 Uhr, Folgetermin 21.11. 8:30 bis 17:00 Uhr, Otelo Spittal, Kosten: € 20,00/Paar  
Anmeldung: 0463 508821 [workshop@equaliz.at](mailto:workshop@equaliz.at)

Dienstag, 24.11.2026

**Mallnitz: Generationen-Spielenachmittag für alle**

in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Mallnitz  
Beginn: 14:00 Uhr, VS Sängerprobelokal, Eintritt frei

Dienstag, 24.11.2026

**Obervellach: Kein Like für Mobbing - Mobbing und Gewaltprävention**

Vortrag von Tina Anetter im Rahmen der FamiliJa-Elternbildung in der „Gesunden Gemeinde“ Obervellach, Bildungszentrum Obervellach, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 25.11.2026

**Winklern: Stammtisch für pflegende Angehörige - Aromatherapie**

Pflegestammtisch mit DGKP Barbara Kosian in der durch FamiliJa-Pflegekoordination betreuten Marktgemeinde Winklern, Haus St. Laurentius, Beginn: 14:00 Uhr, Eintritt frei

Mittwoch, 25.11.2026

**Mühldorf: Bildungshungrige Eltern – interessierte Kinder**

Vortrag von Ines Zach-Baldele im Rahmen der FamiliJa-Elternbildung in der „Gesunden Gemeinde“ Mühldorf, Gemeindesitzungssaal, Beginn: 18:00 Uhr, Eintritt frei

Samstag, 28.11.2026

**Flattach: Frauenfrühstück „Resilienz Stärkung“**

Frauenfrühstück mit Dr.in Andrea Egger in der von FamiliJa betreuten  
"Gesunden Gemeinde" Flattach, Gemeindesitzungssaal, Beginn: 9:00 Uhr  
Anmeldung: Gemeinde: 04782 205 15, [patricia.edlinger@ktn.gde.at](mailto:patricia.edlinger@ktn.gde.at)