

FamilienTISCH – 12 Themenideen 2025

Mit Verknüpfung zu den Aktionszeiträumen von „Gutes Leben“

Jänner – Miteinander spielen

Zeitraum „Gutes Leben: Miteinander spielen“ (26. Jänner – 2. Februar)

 *Spielen verbindet – Generationen am Spieltisch*

Ob Brettspiel, Kartenspiel oder Bewegung: Spielen bringt Leben in die Pfarre.

Aktion: Spielecke, Spielturnier (Kinder vs. Erwachsene), alte Spiele neu entdecken.

Impuls: „Was war dein Lieblingsspiel als Kind?“

Ideen auf www.projektgutesleben.at

Februar – Geschichten von früher

 *Erinnern, erzählen, staunen*

Familien bringen alte Fotos, Gegenstände oder Erinnerungen mit.

Aktion: Erzählrunde mit Omas & Opas, Kinder malen die „alten Zeiten“.

Impuls: „Was würdest du deinen Enkeln über dein Leben erzählen?“

März – Weniger ist mehr

Zeitraum „Gutes Leben: Fastenzeit“ (5. März – 19. April)

 *Fastenzeit als Chance für Vereinfachung & Begegnung*

Ein Tisch für bewussten Austausch, Einfachheit und das Wesentliche.

Aktion: Suppenessen, Brot teilen, Stille erleben

Impuls: „Auf was will ich verzichten – und was möchte ich vertiefen?“

Ideen auf www.projektgutesleben.at

April – Brot backen & teilen

 *Was nährt uns – geistlich & gemeinsam?*

Brotbacken mit Kindern, Geschichten übers Teilen, ein gesegneter Tisch.

Aktion: Jede Familie nimmt ein kleines Brot mit nach Hause

Impuls: „Wem möchte ich heute etwas Gutes geben?“

Mai – Vatersein heute

 *Väter erzählen, Kinder basteln, Mütter lachen mit*

Vatertags-Tisch mit kleinen Geschenken, Erzählimpuls und Humor.

Aktion: Vatertagskarte gestalten, Limo & Würstel-Tisch

Impuls: „Was hab ich von meinem Papa gelernt?“

Juni – Gemeinsam in die Natur

Zeitraum „Gutes Leben: Auf Entdeckungsreise im Wald“ (22. – 29. Juni)

 *Der Wald als Begegnungsraum*

Ein FamilienTISCH im Freien – mit Waldspielen, Barfußpfad oder Picknick.

Aktion: Naturquiz, Kräuterwanderung, Waldandacht

Impuls: „Was schenkt dir Ruhe?“

Ideen auf www.projektgutesleben.at

Juli – Sommergeschichten & Ferien früher

 *Ein Nachmittag wie im Freibad... nur mit Kuchen*

Menschen erzählen von Urlaub früher, Kinder träumen vom Abenteuer.

Aktion: Foto-Mitbringaktion, Eisstand oder Wiesenpicknick

Impuls: „Was war dein schönster Sommermoment als Kind?“

August – Spielen, Basteln, Tun

 *Kreativ & frei – ein Sommer-Tisch für alle*

Bastelstationen, Spielecken, Malplatz – einfach zusammen sein.

Aktion: Familien-Collage oder Segensbanner gestalten

Impuls: „Was macht einen guten Tag aus?“

September – Frisch in den Alltag

Zeitraum „Gutes Leben: Mentale Frische für jeden Tag“ (21. – 28. Sept.)

 *Wie wir gemeinsam stark in den Alltag starten*

Thementisch zu Schulstart, Morgenritualen, Selbstfürsorge

Aktion: Jausenbox-Ideen, Segen für das neue Schuljahr

Impuls: „Was gibt mir Kraft für den Tag?“

Ideen auf www.projektgutesleben.at

Oktober – Erntedank der kleinen Dinge

 *Dankbarkeit gemeinsam sichtbar machen*

Erntedank einmal anders: Jeder bringt „sein kleines Dankeschön“ mit.

Aktion: Dankesbaum, Suppenrunde, Rezepttausch

Impuls: „Was tut mir gut – und ist trotzdem nicht selbstverständlich?“

November – Zurück ins Gleichgewicht

Zeitraum „Gutes Leben: 8 Schritte zur Entlastung“ (16. – 23. November)

☞ *Loslassen, ausatmen, wieder zu sich finden*

Ein ruhiger, warmer FamilienTISCH mit Tee, Kerzen, Entlastungsimpulsen

Aktion: Sorgen-Zettel verbrennen, Achtsamkeitsstation

Impuls: „Was darf leichter werden in meinem Leben?“

Ideen auf www.projektgutesleben.at

Dezember – Geborgenheit & Licht teilen

Zeitraum „Gutes Leben: Geborgenheit und Licht“ (30. Nov – 24. Dez)

🕯 *Adventlich – Herzlich – Gemeinsam*

Weihnachtsbäckerei, Basteln mit Kindern, Licht teilen

Aktion: Laternen, Wunschkarten, Gebets- oder Segensstation

Impuls: „Was wünsche ich mir – und anderen – für Weihnachten?“

Ideen auf www.projektgutesleben.at

+ Bonus-Tipp:

Diese Themen können **frei variiert, miteinander kombiniert** oder **an besondere Feste angepasst** werden (z. B. Schulbeginn, Erntedank, Patrozinium, Erstkommunionjahrgang...).

+ Bonus: Elternbildung & Großelternbildung beim FamilientISCH

Der FamilientISCH ist nicht nur ein Ort für Begegnung, sondern kann auch ein wertvoller Rahmen für **Eltern- und Großelternbildung** sein.

Wenn gewünscht, kann beim FamilientISCH ein Vortrag oder ein Gesprächsteil mit einer/*m* *Referent/in* eingebaut werden – niederschwellig, praxisnah und lebensnah.

Der **Katholische Familienverband Burgenland** vermittelt gerne kompetente Referent/innen zu verschiedensten Themen, wie z. B.:

- Starke Gefühle – Umgang mit Wut & Zorn
- Grenzen setzen – aber wie?
- Medienerziehung & digitale Balance
- Pubertät verstehen – gelassener begleiten
- Resilienz – Kinder stärken
- U.v.m.

Ob als kurzer Impulsvortrag, moderierter Austausch oder als „Elternsprechstunde“ beim FamilientISCH – alles ist möglich.

 Kontakt für Vermittlung & Themenabstimmung:

Katholischer Familienverband Burgenland

info-bgld@familie.at | 02682 777 291

Tipp: Ein familiennaher Impuls kann den Familientisch bereichern – und gibt Raum für Fragen, Austausch und Stärkung im Erziehungsalltag.