



MAXIMILIANUM

bilden - Maximilianhaus

MAXIMILIANHAUS Programm

August 2024 bis Februar 2025

Singen und Klingen – Glückstag

mehr auf Seite 7



Himmel, Hölle, Fegefeuer

mehr auf Seite 15



Die Kunst der Ausrede

mehr auf Seite 18



Katholische Kirche
in Oberösterreich

Kontakt, Information, Anmeldung:

Bildungszentrum Maximilianhaus
Gmundnerstraße 1b
4800 Attnang-Puchheim

T 07674 665 50

E maximilianhaus@dioezese-linz.at

W www.maximilianhaus.at

Unsere Bürozeiten:

Montag,	8.00 bis 11.30 Uhr
Dienstag,	8.00 bis 11.30 Uhr
Mittwoch,	8.00 bis 11.30 Uhr 16.00 bis 18.30 Uhr
Donnerstag,	8.00 bis 11.30 Uhr
Freitag,	8.00 bis 11.30 Uhr
Samstag,	8.00 bis 10.00 Uhr



AM ENDE BLEIBEN GLAUBE, LIEBE, HOFFNUNG. DIESE DREI ...

1. Korinther 13,13

Liebe Freunde des Maximilianhauses! Geschätzte Besucherinnen und Besucher! Liebe Interessierte!

Es fällt mir gar nicht leicht, im Moment Worte zu finden, die ausdrücken, was ich empfinde. Das Team des Hauses und ich sind gerade sehr gefordert, mit der von der Diözesanleitung getroffenen Entscheidung, dass das Maximilianhaus geschlossen wird, umzugehen. Wir verspüren Trauer und Verlust und es ist schwierig für uns, gerade Hoffnung zu finden und zu leben.

Der Zeitplan für die Schließung sieht vor, dass wir bis zum Juni 2025 noch unser Eigenprogramm anbieten. Für den Herbst 2025 ist geplant, als Veranstaltungsort noch zur Verfügung zu stehen und alle Dinge zu tun, die mit einer Schließung des Hauses einhergehen. Mit 31. Dezember 2025 wird das Haus dann geschlossen werden.

Auf der Nebenseite finden Sie eine Stellungnahme von Sr. Maria Maul als Verantwortliche für den Bereich Bildung und Kultur in der Diözesanleitung und von Rudi Püzl, dem Vorsitzenden des Kuratoriums des Maximilianhauses.

Ich habe trotz allem große Freude mit den Inhalten unseres aktuellen Programmes und dem aktuellen Schwerpunkt, „Hoffnung leben“, den sich die diözesanen Bildungshäuser gemeinsam gegeben haben. In diesem Programm finden Sie mehrere Veranstaltungen dazu. Besonders einladen möchte ich Sie für den 14. Jänner 2025 um 19.00 Uhr. Willy Horner und ich gestalten einen spannenden Abend. „Hoffnung_Los“ will eine Ermutigung sein und diese Leerstelle füllen – dies nicht mit einem kleinen „s“. Ich freue mich, wenn Sie sich dafür Zeit nehmen. Ein komisches und herausforderndes Zusammentreffen von Schwerpunktsetzung und geplanter Schließung ... Ich möchte hier nicht enden, ohne meine Dankbarkeit auszudrücken. Meine Dankbarkeit für 31 Jahre tolle Bildungsarbeit in diesem Haus: für die hervorragende Arbeit der Referierenden, für wertschätzende Begegnungen mit vielen Menschen und die Beobachtung wie Menschen mit unseren Angeboten über sich hinausgewachsen sind. Danke euch allen dafür.

Mein Besonderer Dank gilt auch dem Team des Hauses: Liebe Alexandra! Liebe Christine! Liebe Isolde! Liebe Maria! Lieber Michael! Danke für euer Mittragen, Mitleiden, Mitwachsen. Für all euer Tun, damit Menschen hier in diesem Haus gut sein können. Ihr seid das beste Team, das man sich als Chef wünschen kann. Tausend Dank für alles, was ihr in diesem Haus getan habt.

Am Ende bleiben Glaube, Liebe, Hoffnung, steht am Beginn dieser Zeilen. Das gilt nun auch am Ende. Ich glaube an einen Gott, der es gut mit uns meint. Ich glaube aber auch daran, dass uns oft Wege aufgezeigt werden, die wir heute noch nicht kennen. Wenn wir in dieser Liebe Gottes und in der Liebe zu den Menschen unterwegs sind, wird Neues wachsen. Und Hoffnung gibt es NIE oder IMMER. Ich habe mich für das IMMER entschieden.

In Trauer und Verlusterfahrung, mit Hoffnung und Liebe verbleibt
Ihr Willi Seuffer-Wasserthal

Unser Team



Isolde Schmid
Pädagogische
Mitarbeiterin



Christine
Göschlberger
Sekretariat



Maria
Kronberger
Kursbetreuung



Alexandra
Ennsberger
Reinigung



Michael
Sutter
Haustechnik

Zertifiziert nach:



In Zusammenarbeit mit:



Unser Bildungsprogramm wird
unterstützt von:



Katholische Kirche
in Oberösterreich



Sehr geehrte Freundinnen und Freunde des Maximilianhauses!

Der Blick auf die Homepage des Maximilianhauses spiegelt die Spannung zwischen Freude und Trauer wider, die zurzeit über dem beliebten Bildungszentrum schwebt. Beide Informationen finden sich auf der Startseite nebeneinander: Die Einblicke in das wunderschöne Jubiläumsfest „30 Jahre Maximilianhaus“, über das ich mich persönlich sehr gefreut habe, und die Ankündigung der Schließung des Hauses ein Dreivierteljahr später.

Auch ich habe sehr gehofft, dass die Kürzungsmaßnahmen, die angesichts der geringer werdenden finanziellen Ressourcen notwendig geworden waren, nicht das Maximilianhaus betreffen würden. Dennoch

steht mittlerweile fest: Das Maximilianhaus wird nur mehr bis Ende des Kalenderjahres 2025 vonseiten der Diözese Linz erhalten. Wie gut kann ich die Trauer der Mitarbeitenden, der Referierende, der Gäste und der Kooperationspartner:innen des Hauses nachvollziehen. Diese Entscheidung ist für die meisten völlig unerwartet gekommen, vor allem angesichts des hervorragenden Bildungshauskonzeptes, das der Fachbereich Erwachsenenbildung von Mai 2023 bis Mai 2024 erarbeitet hat. In diesem Konzept ist auf beeindruckende Weise dargestellt, wie sich die Bildungshäuser der Diözese Linz entwickelt haben und zurzeit präsentieren. Besonders bewundernswert ist die Entwicklung des Maximilianhauses in den letzten 15 Jahren unter der ausgezeichneten Leitung von Wilhelm Seuffer-Wasserthal. Ihm und seinem äußerst engagierten Team ist es gelungen, das Bildungszentrum mit einem sehr attraktiven Programm in der gesamten Region zu etablieren und zu vernetzen – dafür ein ganz großes Danke! Gerade diese Vernetzung weit über Attnang-Puchheim hinaus bewirkt die verständliche Enttäuschung und Empörung.

Die Entscheidung, das Maximilianhaus nicht mehr weiterzuführen, hat die Diözesanleitung nur sehr schweren Herzens getroffen, denn bisher hat sich ihre Wertschätzung für das jahrzehntelange Wirken der Bildungshäuser an der Schnittstelle von Kirche und Gesellschaft darin geäußert, dass sie für deren Erhalt viel Geld investiert hat. Die nun beschlossenen Kürzungen im Fachbereich Erwachsenenbildung haben daher allein wirtschaftliche Gründe, weil das vom Wirtschaftsrat der Diözese vorgegebene Ziel des ausgeglichenen diözesanen Haushalts bis 2028 die Einsparung von 17 Millionen Euro erfordert.

Mir ist sehr bewusst, dass die Weiterführung der Bildungsangebote des Maximilianhauses in den verbleibenden eineinhalb Jahren vor allem auf emotionaler Ebene eine große Herausforderung darstellen wird – sowohl für Wilhelm Seuffer-Wasserthal und sein Team als auch für die Kooperationspartner der Pfarre Maria Puchheim und des Klosters der Redemptoristen. Mit allen Beteiligten werden im kommenden Jahr intensive Gespräche geführt werden, vor allem auch im Hinblick auf die Nachnutzung des Gebäudes, über die gesprochen werden kann, sobald das Dekanat Schwanenstadt die Entscheidung bezüglich des Büros der Pfarre neu getroffen hat.

Allen, die im kommenden Jahr die Angebote des Maximilianhauses nützen, wünsche ich bereichernde Erfahrungen und Begegnungen. Möge die Haltung der Dankbarkeit für das Kostbare, das sich im und durch das Maximilianhaus in einzelnen Personen und in der gesamten Region entwickelt hat, in uns wachsen.

Mit herzlichen Grüßen

Sr. Maria Maul

Leiterin des Bereiches Bildung & Kultur der Diözese Linz

6. Juli 2024



Geschätzte Freunde und Freundinnen des Maximilianhauses!

Die Diözesanleitung hat beschlossen, dass das Maximilianhaus ab Ende 2025 nicht mehr weitergeführt wird. Diese Mitteilung traf die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und auch das Kuratorium des Bildungszentrums völlig überraschend.

In den vergangenen 30 Jahren ist das Haus ein bedeutender pastoraler Ort geworden. Hier treffen Menschen zusammen, auch wenn sie den Pfarren oder sonstigen kirchlichen Einrichtungen nicht so nahestehen. Somit ist es eine Begegnungsstätte, die in qualitätsvoller Weise wichtige Fragen unserer Gesellschaft thematisiert.

In den „Pastoralen Leitlinien – Kirche weit denken“ wird immer wieder betont, wie wichtig es der Kirchenleitung ist, nahe bei den Menschen und wirksam in der Gesellschaft zu sein. Der Schließungsbeschluss widerspricht in vielen Bereichen diesen Aussagen. Es gab im Vorfeld keine Kommunikation mit den Betroffenen. In einer Zeit, in der in unserer Kirche stark auf „synodalen Prozess“ gesetzt wird, bleibt die Frage, warum die unterschiedlichen Argumente nicht gehört und nach gemeinsamen Lösungen gesucht wurde. Seitens des Kuratoriums werden in der nächsten Zeit verschiedene Szenarien überlegt, mit der Absicht, die Weiterführung unserer Bildungseinrichtung zu ermöglichen.

Sie können unsere Bemühungen unterstützen, wenn Sie in den nächsten beiden Wochen eine Stellungnahme an folgende Adressen senden:

post@dioezese-linz.at

<https://www.facebook.com/KathKircheOOE>

<https://www.instagram.com/kathkircheoee>

Freundliche Grüße

Rudolf Pülzl

Vorsitzender des Kuratoriums



Infoabend: Auf dem Weg zum Ich

An diesem Abend möchte Bettina Kronegger dich mitnehmen auf eine Reise in die Tiefe unserer menschlichen Psyche. Was ist seelische Spaltung und wie kann innere Heilung gelingen?

Die Selbstbegegnung mithilfe der Anliegen-Methode ist hilfreich für Lebensqualität, Beziehungsqualität, ganzheitliche Gesundheit und Lebenslust. Die Anliegen-Methode ist ICH-orientiert und ursachenorientiert. Sie unterstützt Menschen, die mit Menschen arbeiten und wo Trigger auftauchen können.

Bist du gerüstet und sattelfest?! Willkommen!

- Wenn du bereit bist, dich und dein Leben zu reflektieren, dann bist du hier richtig.
- Wenn du deine Vergangenheit mit Selbstliebe betrachten magst, um die Erfahrungen in dir in Frieden zu bringen, dann bist du hier richtig.
- Wenn du von der Täter/Opfer-Dynamik in die Selbstwirksamkeit kommen möchtest, bist du hier richtig.
- Wenn du dir und deinem Körper dein:e beste:r Freund:in sein möchtest, bist du hier richtig.
- Wenn du eine gute Beziehung mit dir haben möchtest, um gute Beziehungen haben zu können, bist du hier richtig.

Referentin: Bettina Kronegger, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Systemische Coachin, Supervisorin, Gordon Familien- und Persönlichkeitstrainerin, Humanenergetikerin mit BodyTalk, Einzel- und Gruppenarbeit seit 2011, Supervision und Update seit 2020, Co-Autorin im Buch „Mein Körper, mein Trauma, mein Ich“, Workshopleiterin bei intern. Kongressen in München 2014 bis 2020, dreifache Mutter

Dienstag, 3. September 2024, 19.00 Uhr

Beitrag: kostenlos

In Präsenz oder online – beides ist möglich.

Anmeldung erforderlich!



Yoga mit Margit

Für Margit bedeutet Yoga, im augenblicklichen Moment „wahr zu sein“, zu lauschen, zu beobachten, sich zu erlauben und Neugierde zu leben. Yoga wirkt sich auf unzählige Weise positiv auf uns und unser Leben aus. Gleichzeitig ist es wunderbar und heilsam, die eigenen Grenzen zu erfahren, anzunehmen und auszuweiten.

Yoga zu unterrichten bedeutet für sie viel Persönlichkeit und Empathie! Ihre Yogastunden sind harmonisch aufgebaut und klar strukturiert. Neben traditionellen „Asanas“ (Übungen) mit abwechslungsreichen Schwerpunkten fließen auch Erkenntnisse der modernen Spiraldynamik ein. Es gibt immer einen sanften Ausklang, der mit einem wohltuenden „Shavasana“ (Endentspannung) abschließt.

Margit schafft einen Raum, welcher dir die Möglichkeit bietet, deinen Körper zu kräftigen und beweglicher zu machen, der dich mit deinem Atem verbindet und dir Zeit schenkt für dich und dein Innerstes.

Trainerin: Margit Schranzinger
AYUR-Yogalehrerin, Heilmasseurin,
dipl.Gesundheitstrainerin

**Mittwoch, 11., 18. und 25. September,
2., 9., 16. und 23. Oktober 2024**

**Mittwoch, 6., 13., 20. und 27. November,
4., 11. und 18. Dezember 2024,
jeweils 8.00 bis 9.30 Uhr**

Beitrag: jeder Block € 105,-

Anmeldung erforderlich!



Qi Gong mit Gabi

Qi Gong bewegt Körper, Geist und Energie!

Eine alte chinesische Weisheit besagt: „Wer regelmäßig Qi Gong übt, erwirbt sich die Geschmeidigkeit eines Babys, die Robustheit eines Holzfällers sowie die Weisheit des Alters.“

Unter dem Begriff „Qi Gong“ werden Übungssysteme zusammengefasst, die in China im Lauf von Jahrtausenden entwickelt wurden. Ihnen allen liegt das Konzept des „Qi“ zugrunde, auf dem auch die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) aufbaut, sowie der Gedanke, dass Körper, Seele und Geist als eine Einheit zu verstehen sind. Qi Gong zu üben ermöglicht eine umfassendere Wahrnehmung all dieser Bereiche. Ein guter und stressfreier Umgang mit diesem „Qi“ sowie regelmäßiges Praktizieren können zu besserer Lebensqualität führen und unsere körperliche, mentale wie psychische Gesundheit bewahren bzw. fördern.

Trainerin: Gabriele Scheibl,
Qi Gong-Lehrerin, www.qi-atsu.at

**Montag, 16., 23. und 30. September,
7., 14. und 21. Oktober, 4., 11., 18. und
25. November, 2. und 9. Dezember 2024,
8.30 bis 10.00 Uhr oder
19.00 bis 20.30 Uhr**

**Dienstag, 17. und 24. September, 1., 8.,
15. und 22. Oktober, 5., 12., 19. und 26.
November, 3. und 10. Dezember 2024,
8.30 bis 10.00 Uhr oder
17.00 bis 18.30 Uhr**

Beitrag: jeder Block € 174,-

Anmeldung erforderlich!



Tai Chi für Anfänger:innen

Tai Chi bedeutet übersetzt so viel wie „das Höchste“ und meint damit eine „höchste Dynamik“, die sich auf das Wechselspiel des Yin und Yang im Universum bezieht und die Wurzeln in der daoistischen Naturphilosophie hat.

Wir können Tai Chi als langsam fließende Bewegungskunst und als ein Übungssystem begreifen, aber auch als Meditation in Bewegung. Tai Chi ist der bewegte Ausdruck des Daoismus, der uns an wahres Menschsein erinnert. Tai Chi ist auch ein Schulungsweg in energetischer Persönlichkeitsarbeit.

In diesem Kurs beginnen wir an 12 Abenden à 2 Std. mit einer Kurzform im Yang-Stil. Wir werden uns intensiv mit den Prinzipien des Tai Chi (wie z. B. Yin und Yang, Pendel, voll und leer etc.) auseinandersetzen und daoistische Meditation praktizieren.

Trainerin: Gabriele Scheibl,
Meditations- und Tai Chi Lehrerin,

**Dienstag, 17. und 24. September, 1., 8.,
15. und 22. Oktober, 5., 12., 19. und 26.
November, 3. und 10. Dezember 2024,
jeweils 19.00 bis 21.00 Uhr**

Beitrag: € 225,-

Anmeldung erforderlich!



Ehevorbereitung.aktiv

In diesem Seminar haben Sie die Möglichkeit, sich einzeln, im Paargespräch, in Kleingruppen und im Plenum (max. 12 Paare) unter kompetenter Anleitung mit folgenden Themen zu befassen: Kommunikation (Information, Gefühle, „Projekt Ehe“); Auseinandersetzung mit den Herkunftsfamilien; Zärtlichkeit, Erotik und Sexualität; Familie werden: verantwortete Elternschaft; Eherecht; Sakrament Ehe. Das Programm ist dicht. Sie bekommen Anregungen und Unterlagen zur Gestaltung weiterer Paargespräche für zu Hause.

Die „Ehevorbereitung.outdoor“ ist für Paare, die gerne einen Teil des Kurses in der Natur verbringen möchten.



Ehevorbereitung.aktiv

Freitag, 20. September, 25. Oktober 2024, 17., 24. und 31. Jänner, 28. Februar, 21. März, 4. April, 13. Juni 2025, jeweils 13.30 bis 22.00 Uhr

Samstag, 5. Oktober, 18. Jänner, 1. Februar, 15. und 29. März, 26. April, 10. Mai, 20. September, 11. Oktober 2025 jeweils 9.00 bis 18.00 Uhr

Beitrag: € 100,- pro Paar

Anmeldung erforderlich!



Begegnung – Kennenlernen – Austauschen

Das Begegnungskaffee bietet Ihnen die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und neue Menschen kennenzulernen, Gemeinschaft zu erleben, Spaß zu haben und Gedanken, Erlebnisse und Neuigkeiten auszutauschen. Seien Sie dabei, wir freuen uns auf Ihr Kommen! Ein kurzer Impuls, eine Übung aus dem Selba-Training, ein Gesprächsimpuls wird für jeden Termin vorbereitet.

Begleitung: Christine Göschlberger, Selba-Trainerin, Willi Seuffer-Wasserthal, Seelsorger

Dienstag, 17. September, 15. Oktober, 19. November, 17. Dezember 2024, jeweils 9.00 bis 11.00 Uhr

Beitrag: freiwillige Spenden



Treffpunkt für betreuende und pflegende Angehörige

Wir laden Sie alle ein, zu einem unserer Treffpunkte zu kommen, um

- Erfahrungen auszutauschen,
- sich Belastendes von der Seele zu reden,
- sich Wissen anzueignen,
- neue Wege kennenzulernen,
- gestärkt in den Pflegealltag zu gehen und
- Gemeinschaft unter Gleichgesinnten zu erleben.

Herzlich willkommen sind alle Menschen, die in ihrem Umfeld Angehörige betreuen und pflegen.

Genauso willkommen sind Menschen, die sich auf eine Pflegesituation vorbereiten wollen.

Auf ein gemeinsames Unterwegs-Sein freut sich:

Helene Kreiner-Hofinger

Caritas Servicestelle Pflegende Angehörige
Vöcklabruck

Telefon: 0676 8776 2448

Termine: jeden 3. Dienstag im Monat von 18.00 bis 20.00 Uhr

die nächsten Termine: 17. September, 15. Oktober, 19. November, 17. Dezember 2024

Anmeldung erforderlich!



Wie mache ich meinen Garten winterfit?

Im Vortrag wird erklärt, was im Herbst geschnitten werden kann, darf oder soll und was man besser stehen lässt, um nicht die Winterquartiere von Gartenliebblingen zu zerstören. Wer überwintert wo und wie? Welche Arbeiten sollten unbedingt noch passieren und was hat Zeit.

Vortragende: Kathrin Neuhuber, Gärtnermeisterin

Mittwoch, 18. September 2024, 19.00 bis 20.30 Uhr

Beitrag: € 12,- mit Vorbestellung, € 15,- Restkarten an der Abendkasse

Anmeldung erforderlich!



Yoga für Anfänger:innen mit Margit

Jeder Zeitpunkt ist der richtige, um als Anfänger:in mit Yoga zu beginnen, du musst dafür keine besonderen Voraussetzungen mitbringen!

Das bewusste Spüren, wie sich dein Körper und dein Geist tatsächlich im gegenwärtigen Moment anfühlen, ist schon ein erster wichtiger Yoga-Schritt. Margit praktiziert einen sanften Yogastil. Durch einfache kräftigende und mobilisierende Yogahaltungen und effektive Atemtechnik kannst du schon nach kurzer Zeit körperliches und geistiges Wohlbefinden erleben.

Trainerin: Margit Schranzinger, AYUR-Yoga-Lehrerin, Heilmasseurin, dipl. Gesundheitstrainerin

Block I: Mittwoch, 18., 25. September, 2., 9., 16. und 23. Oktober 2024,

Block II: Mittwoch, 6., 13., 20. und 27. November, 4., 11. und 18. Dezember 2024 jeweils 9.45 bis 11.15 Uhr

Beitrag: € 90,- für 6 Termine
€ 105,- für 7 Termine

Anmeldung erforderlich!



Trauercafé **EIN RAUM FÜR TRAUER, BEGEGNUNG UND** **ERINNERN**

Das Trauercafé im Maximilianhaus ist ein Angebot für alle Menschen, die trauern. Trauernde können einen Kaffee genießen, über ihre Trauer sprechen, einander zuhören, erinnern, ähnlich Betroffene kennenlernen. Das Trauercafé ist ein offener Treffpunkt. Kommen und gehen ist jederzeit möglich. Kommen Sie einmal oder öfter. Ganz wie es Ihnen guttut. In Zusammenarbeit mit dem Dekanat Schwanenstadt.

Begleitung: Margit Schmidinger,
Christine Niedermair,
Alexandra Freinthalder,
ausgebildete Trauerbegleiterinnen

Jeden 3. Donnerstag im Monat,
19. September, 17. Oktober,
21. November, 19. Dezember 2024

Beitrag: freiwillige Spenden

Anmeldung erforderlich!



„Auf dem Weg zum Ich“ Selbstbegegnung **FORTBILDUNG UND VERTIEFUNG:** **ANLIEGEN-METHODE**

Wer bin ich, was will ich? Zurück ins eigene Fühlen und Wollen mit der Anliegen-Methode – Selbstbegegnung.

Identitätsorientierte Ich-Entwicklung, Methode, Theorie, Praxis & Begleitung. „Nicht gewollt, nicht geliebt, nicht geschützt“ sind nach Prof. Ruppert gravierende Ursachen. Diese ziehen eine prägende Biografie nach sich. Wir entwickeln Überlebensstrategien, Glaubens- und Verhaltensmuster, die wir unbewusst ein Leben lang beibehalten. Leider werden diese in späterer Folge selbst- und fremdschädigend. Ziele dieser Arbeit sind u.a. gesunde Anteile zu finden und zu stärken, Überlebensanteile als solche zu erkennen, ihnen mit Verständnis begegnen und begreiflich zu machen, dass die Gefahr vorüber ist und somit diese Strategien nicht mehr notwendig sind. Den verletzten Kind-Anteilen mit Verständnis, Liebe und Mitgefühl zu begegnen. Sie emotional aus der Vergangenheit ins Jetzt abzuholen – intensive und sensible „Innere Kind“-Arbeit. Wir sind doch vielfach verletzte Kinder in erwachsenen Körpern. Eine tiefe „Wundversorgung“ kann hier erfolgen. Die tiefe Wunde entsteht zum einen dadurch, was ich erleben muss, und zum anderen, wie die Umgebung, meine Mitmenschen, darauf reagieren. Wie in Folge mit mir und dem Erlebten umgegangen wird. Inhalte: Grundlagen der Theorie, Methode und Praxis vom Aufstellen des Anliegen, traumasensibel:

Modul 1: die menschliche Psyche

Modul 2: ich und Identität versus Identifizierung

Modul 3: die Liebe, Bindung und Bindungsbeziehungen

Modul 4: Sexualität, Erlebnisse, Prägungen - damals bis heute

Modul 5: die Anliegen-Methode/ Selbstbegegnung als „Technik“

Modul 6: Täter-Opfer-Dynamik/ Spaltung

Modul 7: frühestes Erleben- Schwangerschaft, Geburt, die ersten Jahre

Modul 8: mein Körper, meine Körpererinnerung, mein Ich

Modul 9: Reflexion und Abschluss

Die Fortbildung und Vertiefung richtet sich an:

- Lebens- und Sozialberater:innen, Berater:innen im psychosozialen Kontext
- Pädagogen und Pädagoginnen
- Menschen in sozialen, begleitenden, helfenden, unterstützenden Berufen
- Menschen, die sich selbst auf einer tiefen Ebene kennenlernen möchten
- verantwortungsbewusste Eltern und Großeltern.

Referentin: Bettina Kronegger, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Systemische Coachin, Supervisorin, Gordon Familien- und Persönlichkeitstrainerin, BodyTalk CBP, Lizenzierte Weiterbildnerin, Co-Autorin im Buch „Mein Körper, mein Trauma, mein Ich“, selbständig in eigener Praxis seit 2008, Einzel- und Gruppenarbeiten seit 2011, Supervision, Update seit 2020
www.gesundheitswerkstatt.co.at

Modul 1:

Freitag, 20. September, 14.00 bis 20.00 Uhr
und Samstag, 21. September 2024, 9.00 bis 18.00 Uhr

Modul 2:

Freitag, 11. Oktober, 14.00 bis 20.00 und
Samstag, 12. Oktober 2024, 9.00 bis 18.00 Uhr

Modul 3:

Freitag, 8. November, 14.00 bis 20.00 Uhr,
Samstag, 9. November, 9.00 bis 18.00 Uhr und
Sonntag, 10. November 2024, 9.00 bis 13.00 Uhr

Modul 4:

Freitag, 6. Dezember, 14.00 bis 20.00 Uhr und
Samstag, 7. Dezember 2024, 9.00 bis 18.00 Uhr

Modul 5:

Freitag, 10. Jänner, 14.00 bis 20.00 Uhr und
Samstag, 11. Jänner 2025, 9.00 bis 18.00 Uhr

Modul 6:

Freitag, 7. Februar, 14.00 bis 20.00 Uhr und
Samstag, 8. Februar 2025, 9.00 bis 18.00 Uhr

Modul 7:

Freitag, 7. März, 14.00 bis 20.00 Uhr und
Samstag, 8. März 2025, 9.00 bis 18.00 Uhr

Modul 8:

Freitag, 4. April, 14.00 bis 20.00 Uhr, Samstag,
5. April, 9.00 bis 18.00 Uhr und Sonntag, 6.
April 2025, 9.00 bis 13.00 Uhr

Modul 9:

Freitag, 9. Mai, 14.00 bis 20.00 Uhr und Samstag,
10. Mai 2025, 9.00 bis 18.00 Uhr

Beitrag: € 2.150,- Gesamtkosten, inklusive PDF-Unterlagen, Preisvorteil bei gesamter Buchung!

Ab heuer NEU: die ersten drei Module können als Basisseminar gebucht werden. Aufbau der weiteren Module im 3er Baukastensystem möglich.

Kosten 3er Block: € 780,-

Anmeldung erforderlich!



Smart und fit am Handy – Grundlagenkurs

Sie haben erst seit Kurzem ein Smartphone? Sie wollen es sicherer bedienen können?

Im Kurs werden von einer qualifizierten Trainerin in einfacher, verständlicher Sprache folgende Themen mit viel Geduld gezeigt und mit Ihnen geübt: Bedienung leicht gemacht, Aufbau, wichtige Begriffe, Telefon und Kontakte, SMS, Fotos, Einstellungen, Grundlagen zum Internet, WLAN, Google-Konto, Apps.

Zum Kurs sind mitzubringen:

eigenes Smartphone (betriebsbereit) und Ladegerät – kein iPhone

E-Mail-Adresse, Google-Account und Passwort, Passwort der SIM-Karte

Smart und fit am Handy: Aufbaukurs

Sie können schon ganz gut mit dem Smartphone umgehen und haben Lust auf mehr? Dann sind Sie im Aufbaukurs richtig.

Themen: unterwegs im Internet, hilfreiche Apps installieren und löschen, Google Maps, WhatsApp, Signal, Sicherheit im Internet, Oberfläche verwalten. Nach Absolvierung von Grundlagen- und Aufbaukurs erhalten Sie den SelbA-Smartphone-Führerschein.

Referentin: Mag.^a Maria Wimplinger,
Erwachsenenbildnerin,
SelbA-Digital-Trainerin

3 zusammenhängende Termine:

Freitag, 20. und 27. September, Donnerstags, 3. Oktober 2024,
jeweils von 13.30 bis 16.30 Uhr

Beitrag: 85,-



3 zusammenhängende Termine:

Dienstag, 15. Oktober, Montag, 21. Oktober und Freitag, 25. Oktober 2024, jeweils 13.30 bis 16.30 Uhr

Kursbeitrag: € 85,-

Anmeldung erforderlich!



Singen und Klingen – Glückstag

KRAFTVOLLES SINGEN, KLANGREISE MIT KLANGSCHALEN UND JODELN

Lieder aus aller Welt, einfache Bewegungslieder und einfache Lockerungsübungen, aber auch einfache Jodler. Dabei begeben wir uns auf eine rhythmisch-musikalische Reise durch die verschiedenen Kulturen der Welt. Ziel ist es, in Gemeinschaft die verbindende und heilsame Kraft des Singens und Bewegens zu spüren und einzutauchen in die Quelle der Freude und Zufriedenheit. Ohne Perfektion und ohne Leistungsdenken, jedoch mit Begeisterung, Schwung und viel Humor, denn Singen ist gesund, Singen macht glücklich und ALLE können singen! Wir begeben uns auf eine wundervolle Klangreise. Kleine Kompositionen, in denen Wort und Klang miteinander verwoben werden, lassen uns in einer wohltuenden Entspannung und in Leichtigkeit ankommen. Im Urlaubsland der Klänge entfliehen wir mit verschiedenen Instrumenten (Monochorde, Gongs, Koshis, Sansula ...) dem Alltag. Welch ein wunderbares Mittel, um zur eigenen Mitte und inneren Harmonie zu finden.

***Singen ist gesund, ***Singen macht glücklich, ***ALLE können singen!

Referentinnen:

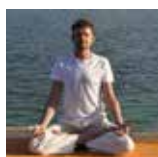
Ingrid Huemer, ein gebürtiges Bauernmädle mit kraftvoller Stimme: Zertifizierte Singleleiterin für heilsames und gesundheitsförderndes Singen und für Gesundheitseinrichtungen und Krankenhäuser, Jung-Jodlerin, Praktikerin für Cranio-Sacrale Körperarbeit.

Magdalena Pühringer, Bäuerin, Zertifizierte Singleleiterin für heilsames und gesundheitsförderndes Singen, Klangenergetikerin, Klavierlehrerin, Aromapraktikerin, Praktikerin für Cranio-Sacrale Körperarbeit.

Samstag, 21. September 2024,
9.00 bis 16.30 Uhr

Beitrag: € 96,-

Anmeldung erforderlich!



Yoga mit Stefan

Inspiziert durch die Ausbildungsschwerpunkte in Iyengar- und Lunayoga hat sich in der langjährigen Yogapraxis ein individueller Yogastil bei Stefan entwickelt.

Mit Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen sowie Atemtechniken wird das Körperbewusstsein gefördert.

Die eigenen positiven Erfahrungen in der Yogapraxis sind für Stefan Motivation, diese mit anderen zu teilen.

Ein Drittel des Kursbeitrages wird für Sozial- und Entwicklungshilfeprojekte des Vereins „Eine Welt für alle“ Attnang gespendet.

Trainer: Stefan Schmidt, Regau,
Dipl. Hatha-Yoga-Lehrer

Dienstag, 24. September, 1., 8., 15. und 22. Oktober, 5., 12. und 26. November, 3. und 10. Dezember 2024,

Yoga Intensiv, jeweils 19.00 bis 20.15 Uhr

Yoga für alle, jeweils 20.30 bis 21.45 Uhr

Beitrag: € 90,- Semesterticket
€ 60,- 5er Block

Anmeldung erforderlich!



Wohlbefinden rund um die Wirbelsäule

Es gibt kaum einen Menschen, der Zeit seines Lebens nicht irgendwann Schmerzen im Bereich seiner Wirbelsäule hatte. Richtige Beanspruchung der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur, um Schädigungen zu vermeiden und Bandscheiben zu entlasten.

Helfen wir der Wirbelsäule, ihre Aufgabe als tragende Stütze unseres Skeletts zu erfüllen, indem wir durch Gymnastik ein ausgewogenes Verhältnis unserer Rumpfmuskulatur schaffen.

Yoga mit Sabine

Yoga ist wohl die älteste Lehre vom Leben. Es ist eine Methode, alle Energien in uns zu vereinen und in Einklang zu bringen. Dies gelingt, wenn Körper, Geist und Seele in Balance sind. Das erreichen wir mit Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen. Körperübungen: durch gestärkte Muskeln, also Kraft, zu Ausdauer und Beweglichkeit. Atmung: den Kreislauf anregen durch gute Versorgung mit Sauerstoff. Konzentration: ausgeglichener durch ein beruhigtes Nervensystem. Jede:r kann Yoga!!! Unabhängig von Alter und persönlicher Kondition.

Funktionelle Gymnastik

Mit den Beinen sind Sie zufrieden.
Den Bauch hätten Sie gern flacher und fester.
Der Busen hatte auch schon bessere Tage. Oder umgekehrt?
Macht nichts!
Mit funktioneller Gymnastik kräftigen und formen wir unseren gesamten Körper für Gesundheit und ein gutes Körpergefühl.
Frauen und Männer sind in allen Kursen herzlich willkommen.

Montag, 23. und 30. September, 7., 14. und 21. Oktober, 4., 11., 18. und 25. November, 2. und 9. Dezember 2024
9.45 bis 10.45 Uhr, 17.30 bis 18.30 Uhr

Donnerstag, 26. September, 3., 10., 17. und 24. Oktober, 7., 14., 21. und 28. November, 5. und 12. Dezember 2024
9.45 bis 10.45 Uhr, 17.30 bis 18.30 Uhr

Beitrag: € 99,-

Montag, 23. und 30. September, 7., 14. und 21. Oktober, 4., 11., 18. und 25. November, 2. und 9. Dezember 2024
8.15 bis 9.30 Uhr, 18.45 bis 20 Uhr

Donnerstag, 26. September, 3., 10., 17. und 24. Oktober, 7., 14., 21. und 28. November, 5. und 12. Dezember 2024
8.15 bis 9.30 Uhr, 18.45 bis 20.00 Uhr
Beitrag: € 132,-

Mittwoch, 25. September, 2., 9., 16. und 23. Oktober, 6., 13., 20. und 27. November, 4. und 11. Dezember 2024
17.45 bis 18.45 Uhr
Beitrag: € 99,-

Trainerin: Sabine Hoffmann,
Dipl. Wellness-Trainerin,
Dipl. Reha-Trainerin,
Dipl. Hatha-Yoga-Trainerin

Anmeldung erforderlich!



Schlaflos. Erholsamer Schlaf ist (k)eine Glückssache VORTRAG

Rund 50% der Österreicher:innen leiden unter Ein- oder Durchschlafstörungen. Müdigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, aber auch körperliche Beschwerden können die Folge sein. In diesem Vortrag nähern wir uns dem großen Thema Schlaf, wir werden mögliche Ursachen und erste Lösungsansätze für Schlafstörungen beleuchten. Unter anderem erfahren Sie auch, wie man anhand einer 48h-EKG-Messung erkennen kann, ob Ihr Körper nachts „unter Stress“ steht, während Sie glauben, eigentlich ruhig zu schlafen.

Referentin: Lisa Kaltenbrunner,
Dipl. psychologische Beraterin, systemischer Familien-Coach und Resilienz-Trainerin,
BodyTalk CBP

Dienstag, 24. September 2024
19.00 bis 20.30 Uhr

Beitrag:
€ 15,- Vorreservierung,
€ 17,- Restkarten an der Abendkasse
Teilnahme online möglich!

Anmeldung erforderlich!



Slow Art and Soul MEDITATION MIT BILD

Sie kennen sicher Slow Food. Man kommt zum Essen zusammen und speist regional, langsam und mit Zeit.
Genauso ist auch dieses Angebot. Man kommt zusammen, betrachtet ein Kunstwerk genauer und nicht nur im Vorbeigehen. Es ist Zeit für Details. Ich kann darüber nachsinnen, was mich anspricht, was mich irritiert.
Wir beginnen immer mit Musik und Betrachtung in Stille. Danach gibt es eine Einführung und Zusammenschau zum Kunstwerk und einen Bezug zu Lebenswelt und Bibel. Wir beenden mit einem gemeinsamen Gebet.
Danach gibt es noch die Möglichkeit zu Austausch bei einem Getränk.

Begleitung: Willi Seuffer-Wasserthal,
BZ Maximilianhaus, Gottesdienstleiter,
Dekanatsassistent

Dienstag, 24. September, 22. Oktober, 26. November, 17. Dezember 2024, 21. Jänner, 25. Februar 2025
jeweils 18.00 bis 19.00 Uhr

Anmeldung erwünscht, spontanes Kommen möglich!



Wer Pilze isst, lebt gesünder ONLINE

Gesund leben funktioniert mit Pilzen kulinarisch – mit wirklich leckeren Rezepten. Champignon ist gut für die Augen, Steinpilz für das Herz, Austernseitling gegen Cholesterin, Eierschwammerl gegen Viren, um hier nur vier heimische Speisepilze zu nennen. Was diese vier Speisepilze noch können, und welche anderen Pilze mit wissenschaftlich anerkannter Wirkung wir noch bei uns finden oder kaufen können, wird im Online-Seminar ebenso im Detail vorgestellt, wie viele tolle erprobte Pilz-Rezepte.

Antibiotische und antivirale heimische Heilpilze 3-STÜNDIGES ONLINE-SEMINAR

In der traditionellen Heilkunde hatten und haben Pilze nicht nur in Asien einen festen Platz. Pilze gelten auch in Europa unter Naturheilkundigen schon immer als effektive Helfer bei Infektionen aller Art. Sowohl Paracelsus als auch Hildegard von Bingen verwendeten heimische Pilze genauso selbstverständlich wie die viel bekannteren Therapeutika aus Kräutern. Die Inhalte des Workshops sind so aufbereitet, dass keine Vorkenntnisse erforderlich sind. Fragen zum Workshop: mail@sissikaiser.com

Heilpilze sammeln: 365 Tage im Jahr 3-STÜNDIGES ONLINE-SEMINAR

Heilpilze haben immer Saison. Einige – wie der Samtfußrübbling – wachsen sogar bevorzugt im Winter. Auch der Austernseitling braucht Frost, um sich zu zeigen. Ob Judasohr, Steinpilz, Schopftintling oder Baumpilze wie Birkenporling oder Zunderschwamm und Steinschwamm: Sammelsaison ist das ganze Jahr. 365 Tage im Jahr hält der kostenlose Bauchladen der Natur seine Schätze für uns bereit. Wie und wann welcher Pilz zu finden ist und was diese Pilze Gutes für unser Wohlbefinden beitragen können, wird im Online-Seminar allgemein verständlich vorgestellt.

Schnuppern für die Signaturenlehre – ONLINE-LEHRGANG IN 12 BLÖCKEN

Kostenloser Schnupperabend zum Lehrgang in 2025, um die Inhalte des Lehrgangs „Die Signaturenlehre“ zu erkunden und auszuprobieren, wie spannend und kurzweilig die Online-Veranstaltungen aus dem nautikuss Studio sind. In 12 Lehrgangsböcken zu je 3 Stunden begeben wir uns in die Welt der Signaturen und zeigen, wie hilfreich und detailliert diese Systematik beim Verständnis von Pflanzen, Pilzen, Heilsteinen und auch von uns Menschen selbst ist.

Und bitte los! Filme machen ganz einfach FILMWORKSHOP IN PRÄSENZ

Ein Handy kann mehr als Social Media und YouTube. Mit dem Smartphone lassen sich hervorragende Videos und Clips drehen, die nichts dem Zufall überlassen. Damit das gelingt, sind Bildausschnitt, Kameraeinstellungen, Einstellungsgrößen, Storytelling, Shotlist, Storyboard & Co. sehr hilfreiches Basiswissen, um mit dem Handy kreativ zu sein und Geschichten gut umsetzen zu können.

Sind die Clips gedreht, geht es an den Filmschnitt: Musik, Effekte, Texte, Bilder, Intro und Abspann werden ergänzt, so wie im richtigen Profi-Film. Der kostenlose Zugang zum eigenen Schnittprogramm ist im Kurs enthalten.

Den Workshop zu Weihnachten verschenken? Ideal in Kombination mit dem aktuellen Buch der Kursleiter „Und bitte los. Einfach gemeinsam Filme machen“. Das Filme-Machen-Mutmach-Buch ist im Buchhandel für 18,50 Euro erhältlich. Einblicke ins Buch beim kopaed-Verlag www.kopaed.de

Dienstag, 24. September 2024,
18.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: € 42,- Euro inkl. umfangreichem Skript (PDF) und Link zum Videomitschnitt des Workshops

Dienstag, 29. Oktober 2024,
18.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: 42,- Euro inkl. umfangreichem Skript (PDF) und Link zum Videomitschnitt des Workshops

Montag, 25. November 2024,
18.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: Kosten: 42,- Euro inkl. umfangreichem Skript (PDF) und Link zum Videomitschnitt des Workshops

Donnerstag, 14. November,
Dienstag, 10. Dezember 2024 oder
8. Jänner 2025
18.00 bis 20.00 Uhr

Beitrag: kostenlos

Samstag, 18. Jänner 2025,
9.00 bis 17.00 Uhr

Beitrag: € 150,- inkl. umfangreichem Skript, Aufzeichnung von Teil 2 (Schnitt-Schulung), exkl. Verpflegung. 50 %-Familienrabatt ab der 2. Person: € 75,-

Referententeam:

Sissi Kaiser und Tom Beyer verbinden traditionelles Wissen mit aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und setzen damit fundamentale Akzente in der Kombination von altem und neuem Wissen. Ihr beruflicher Schwerpunkt in allen Projekten ist die Vermittlung von Strategien und Konzepten zur individuellen Selbstbestimmung und Wohlbefinden.

Anmeldung erforderlich!



Yoga am Nachmittag mit Susanne

Yoga harmonisiert dein Leben, lässt schlafende Fähigkeiten erwecken und dich mit deinem wahren Selbst verbinden. Susanne unterrichtet einen ganzheitlichen Yogastil, der sowohl Körperübungen, Meditation, Atemübungen und Tiefenentspannung enthält. Geistig-emotionale Impulse runden diese Yogastunden ab und lassen dich als Einheit erstrahlen. So kannst du selbst entscheiden, was du davon in dein tägliches Leben integrieren möchtest. Beweglichkeit – neues Selbstvertrauen – neue Vitalität.

Mittwoch, 25. September, 2., 9., 16., 23. und 30. Oktober, 27. November, 4., 11. und 18. Dezember 2024, jeweils 16.00 bis 17.15 Uhr

Beitrag: € 125,-

Anmeldung erforderlich!

Feldenkrais mit Susanne

In einer Feldenkrais Stunde, auch Bewusstheit durch Bewegung genannt, bekommst du verbale Anleitung zu bestimmten Bewegungsabläufen und kannst Intensität, eigene Möglichkeiten, Tempo und Dauer selbst bestimmen. In einem sehr entspannten Rahmen erlernst du eine gesunde Haltung für Alltag und Beruf, wirst stressresistent und kannst auch deine Leistung steigern. So entwickelst du mehr Bewusstheit über deine eigene Selbstorganisation und lernst deine persönlichen Ressourcen zu mobilisieren. Die Kursthemen sind auf die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden abgestimmt.

Mittwoch, 25. September, 2., 9., 16., 23. und 30. Oktober, 27. November, 4., 11. und 18. Dezember 2024, jeweils 17.30 bis 18.45 Uhr

Beitrag: € 125,-

Anmeldung erforderlich!

Yoga und Meditation mit Susanne

Wie kann Meditation uns helfen, friedvoller, gelassener und gesünder zu leben? Welche Meditationstechniken gibt es und welche sind für dich ideal? Wie kannst du Meditation im Alltag leben?

In diesem Kurs erfährst du theoretische und praktische Aspekte der Meditation. Sanfte Yogaeinheiten stimmen deinen Körper auf deine persönliche Meditationspraxis ein. Für Anfänger:innen und alle, die sich schon einmal mit Meditation angefreundet haben und diese vertiefen möchten.

Mittwoch, 25. September, 2., 9., 16., 23., 30. Oktober, 27. November, 4., 11. und 18. Dezember 2024, jeweils 19.00 bis 20.15 Uhr

Beitrag: € 125,-

Trainerin: Susanne Schlesinger, Dipl. Feldenkraispädagogin, Yoga- & Meditationslehrerin, www.lebeninbewegung.at

Anmeldung erforderlich!



Gewaltfreie Kommunikation VERTIEFUNGSEMINARE

Aufbauend auf dem im Basistraining erworbenen Wissen geht es ums Vertiefen, um das „Flüssiger-Werden“ in den drei Richtungen und vier Schritten der Gewaltfreien Kommunikation. Mithilfe verschiedener „Dancefloors“, dem Sechs-Stühle-Modell und anderer vertiefender Methoden steigen wir miteinander tiefer in den GFK-Prozess und die GFK-Haltung nach innen und außen ein. Anhand einer bewährten Methodenmischung in den verschiedensten Formen und Varianten schaffen wir nun verstärkt Raum für Nähe und Verbindung, Austausch und Verständnis sowie das verstärkte Bearbeiten eigener Themen und Konflikte.

Referierende:

Nicola Abler-Rainalter, vom Fachverband anerkannte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg, staatlich anerkannte Lebens- und Sozialberaterin, Coaching und Supervision,
Ing. Thomas Abler, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, Teamtrainer, Trainer Führungsmethodik, TRE-Provider, Coach

Samstag, 28. September, 23. November 2024, 9.00 bis 17.00 Uhr

Beitrag: je Seminartag € 145,-

Anmeldung erforderlich!



Gutschein

Sie sind auf der Suche nach einem Geschenk?

Dann können Sie bei uns gerne individuell gestaltete Gutscheine für spezielle Veranstaltungen oder Gutscheine über einen bestimmten Wert erwerben.

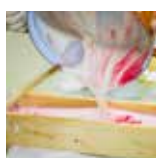


Deine Zeit braucht dich VON DER KUNST DES ERFOLGREICHEN ZEIT- UND SELBSTMANAGEMENTS

Der gesellschaftliche Druck im (Arbeits-)Leben hat deutlich zugenommen. E-Mails, Smartphone und Co fördern unser Gefühl, permanent aufmerksam und erreichbar sein zu müssen. Immer öfter haben wir das Gefühl, „keine Zeit“ zu haben. Doch wo ist unsere Zeit hingekommen? Durch den bewussten Umgang mit unseren „To-do-Listen“, dem Erkennen und Weglassen von Unwichtigem, und dem Aktivieren unserer persönlichen „Manana-Erfolgsfaktoren“ schaffen wir es, mehr Freiräume, Gelassenheit und Zufriedenheit in unseren Alltag zu bringen.

Inhalt:

- Analyse meines Energiekuchens: Wer und was sind meine „Zeiträuber“?
- Erprobte Zeitmanagement-Methoden zum Erkennen und Setzen von Prioritäten.
- Mit „Pausen-Pausen“ neue Kraft tanken.
- Das Pareto-Prinzip: Weniger ist oft mehr.
- Faktoren für effektives Arbeiten erkennen.
- Den Vagusnerv für mehr Gelassenheit im Alltag gezielt aktivieren.
- Mein persönlicher „Manana-Typ“: den inneren Kompass wahrnehmen und das persönliche Selbstmanagement danach ausrichten.



Seifen sieden – Tradition trifft Moderne EIN URALTES HANDWERK NEU INTERPRETIERT

Dieser Ganztageskurs richtet sich an alle, die sich intensiv mit dem kreativen Handwerk des Seifensiedens beschäftigen wollen. Wir verbringen einen ganzen Tag gemeinsam und Sie erlernen alles Wichtige rund um das Herstellen von Naturseifen im traditionellen Kaltsiedeverfahren.

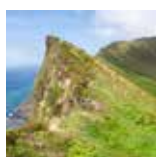
Während des Theorieteils am Vormittag besprechen wir wichtige Themen wie beispielsweise die Rohstoffe für eine gelungene Seife, den Umgang mit der Lauge, die Berechnung eines Seifenrezeptes, was sagt eine Verseifungszahl aus und wie berechne ich eine Überfettung. Weiters lernen Sie eine Vielzahl an tollen Kräutern, Düften und Zusätzen für die Seifenherstellung kennen. Nach dem gemeinsamen Mittagessen richten sich alle Siedenden den eigenen Arbeitsplatz her und Sie entscheiden über den gewünschten Duft, die Farben und Zusätze. Mithilfe der erfahrenen Referentin sowie unter fachkundiger Anleitung sieden Sie nun zwei Seifenblöcke nach Ihren persönlichen Vorstellungen und Vorlieben. Auch Techniken zum attraktiven Gestalten der Seife werden Thema sein.



Kochen mit ... Begegnungsaspekt

Miteinander reden und sich kennenlernen. Neue kulinarische Genüsse – ausprobieren und verkosten. Gerichte aus aller Welt.

Im September kochen wir thailändisch im November russisch, im Jänner Siebenbürger Küche und im Februar spanische Küche. Mitzubringen: Gefäße für übrig gebliebenes Essen. Beitrag: Lebensmittelbeitrag und freiwillige Spenden



Wanderinseln im Atlantik »Makaronesien« MULTIMEDIA SHOW

Azoren, Madeira, Kanaren und Kapverden bilden zusammen Makaronesien, übersetzt heißt das „die glücklichen Inseln“. Obwohl sie bis zu 1.500 Kilometer voneinander entfernt liegen, sind alle Inseln vulkanischen Ursprungs. Sie bieten eine faszinierende Flora und Fauna mit einer üppigen, grünen Natur, ganzjährigem Frühlingswetter, wunderschönen Landschaften und freundlichen BewohnerInnen. In einer Komposition aus professioneller Reisefotografie, Reportage und Livemusik präsentieren wir die faszinierende Inselwelt Makaronesiens. Es erwartet Sie eine eindrucksvolle Mischung aus Natur, Kultur und Musik. Genießen Sie die Präsentation mit professionellem Soundtrack und Livemusik.

Referentin: Sylvia Brazda, BSc.MA, Selbstständige Trainerin, systemischer Coach, Unternehmensberaterin mit langjähriger Führungserfahrung, Lehrbeauftragte an der FH-Gesundheitsberufe, Studium Gesundheitsmanagement und Sozialwirtschaft. Themenschwerpunkte sind Führungskräfte- und Persönlichkeitsentwicklung, Kommunikation und Konflikt sowie interkulturelle Kompetenz.

**Samstag, 28. September 2024,
9.00 bis 13.00 Uhr**

Beitrag: € 57,-

Anmeldung erforderlich!

Referentin: Vanessa Arnezeder, mit Freude und Leidenschaft hält sie bereits seit 2012 Seminare zu den Themen „Kosmetikherstellung“, „Destillieren von ätherischen Ölen und Hydrolaten“, „Seifen sieden“ und die Kunst der Kerzenherstellung. <https://www.naturkosmetik-akademie.at/seifen-sieden>

**Samstag, 28. September 2024,
10.00 bis 18.00 Uhr**

Beitrag: € 190,- pro Person inkl. Skriptum und Rohstoffe, die Sie zur Herstellung von 2x 1,3kg Seife (entspricht ca. 50 Seifenstücken) benötigen

Anmeldung erforderlich!

Begleitung: Doris Sterrer, Bianca Loidl

**Montag, 30. September 2024,
Thailändische Küche, 17.00 bis 21.00 Uhr**
**Samstag, 23. November 2024,
Russische Küche, 10.00 bis 14.00 Uhr**
**Donnerstag, 9. Jänner 2025,
Siebenbürger Küche, 17.00 bis 21.00 Uhr**
**Mittwoch, 5. Februar 2025,
Spanische Küche, 17.00 bis 21.00 Uhr**

Beitrag: Lebensmittelbeitrag & freiwillige Spenden

Anmeldung erforderlich!

Vortragende: Renate Kogler, Fotografin, Ausbildung Prager Fotoschule, Musikerin (Saxofon), Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester
Franz Marx, Ausbildung Prager Fotoschule, Musiker (E-Bass), Lebens- und Sozialberater;

Dienstag, 1. Oktober 2024, 19.00 Uhr

Beitrag:
€ 15,- Vorreservierung,
€ 17,- Restplätze an der Abendkassa



Kurrent-Schrift lesen und schreiben lernen

Sie haben Urkunden der Großeltern gefunden, die in einer schon fremd anmutenden, gestochen geschriebenen Handschrift erstellt wurden. Sie tun sich aber beim Lesen dieser Urkunden schwer? Und das liebevoll handgeschriebene Kochbuch Ihrer Vorfahren ist voller Rezepte, die Sie gerne nachkochen möchten, wenn Sie es auch wirklich lesen könnten? Beim Stöbern in Archiven entdecken Sie handgeschriebene Dokumente und auf Flohmärkten alte Ansichtskarten, die Sie entziffern wollen? In diesem Kurs lernen Sie diese alte Schriftart kennen. Sie werden üben, diese zu lesen und zu schreiben, und erste Anweisungen für die Ahnenforschung, das Recherchieren in Matrikeln bekommen.

Beim Kurs stellen wir Ihnen ein Skriptum und Übungsblätter zur Verfügung. Für die ersten Schreibversuche sollten Sie ein liniertes Heft und einen weichen Bleistift mitbringen.

Referent: Alfred Schrempf,
Attnang-Puchheim

**Donnerstag, 3. Oktober 2024,
18.00 bis 20.00 Uhr**

Beitrag: € 15,-

Anmeldung erforderlich!



Wenn das Leben brüchig wird ... EIN ABEND FÜR GETRENNT LEBENDE

Nichts hält ewig. Doch wir tragen oft schwer am Verlust. Dieser Abend soll ein Austauschort sein. Wie geht es mir im Prozess des Loslassens? Was brauche ich für den nächsten Schritt? An diesem Abend lernen Sie andere Betroffene kennen, hören voneinander und schaffen Raum für Neues. Am Ende des Abends wollen wir alles, was bewegt, in einem Ritual zum Ausdruck bringen.

Begleitung: Margit Schmidinger und
Willi Seuffer-Wasserthal, Seelsorgende

**Donnerstag, 3. Oktober, 7. November,
5. Dezember 2024,
19.00 bis 21.00 Uhr**

Beitrag: Freiwillige Spenden

Anmeldung erforderlich!



Improvisationsgruppe – Lachen und Humor

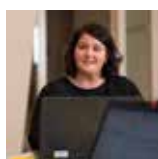
Theater einmal anders. Wir kommen zusammen, um Spaß am Leben zu haben und mit Genuss Theater zu spielen. Kein Auswendiglernen von Rollen, keine langweiligen Probetriaden. Wir spielen in Übungen und Kurzscenes, Begriffe, Gefühle, Begebenheiten. Die Inspirationen kommen direkt von uns aus der Gruppe! Es kostet Überwindung und Mut, im Rampenlicht zu stehen und über den Tellerrand zu blicken. Diese Fertigkeiten werden auf lustige Art und Weise trainiert und kommen uns auch im Alltag wieder zu Gute. Es gibt kein richtig oder falsch, kurz gesagt, man kann dabei nur profitieren. Keine Szene gleicht der anderen!

Referentin: Irene Speichert, Dipl. Lebens-
beraterin, psychosoziale Beratung, isozertifi-
zierte Trainerin in der Erwachsenenbildung,
Motivatorin, Ideen- und Impulsgeberin,
Clownfrau und Improspielerin

**Freitag, 4. Oktober 2024,
14.00 bis 19.00 Uhr**

Beitrag: € 45,-

Anmeldung erforderlich!



Digital Spezial SOCIAL MEDIA – WAS IST DAS? WAS KANN DAS?

In diesem Kurs erhalten Sie einen Überblick über die verschiedenen Social Media Plattformen wie Facebook, Instagram, Tictoc und WhatsApp und lernen, wie man ein Facebook-Profil erstellt.

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene.

Sie sollten grundsätzlich handyfit und mit Internet und E-Mail vertraut sein. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone, Tablet oder Notebook, auf dem Sie Zugriff auf eine E-Mail-Adresse haben, mit.

Referentin: Stefanie Gastberger,
SelbA-Digital-Trainerin

**Freitag, 4. Oktober 2024,
9.00 bis 11.00 Uhr**

Beitrag: € 22,-

**20,- (ehrenamtliche und hauptamtliche
Mitarbeiter:innen des KBW)**

Anmeldung erforderlich!



Humor als Strategie

Krisen, die Herausforderungen unserer Zeit, der Alltag! Gelassenheit und humorvoller Blick – Fehlanzeige!

Der Humor geht bei all diesen Gegebenheiten schon mal leicht verloren. Genau in solchen Situationen können Gelassenheit und

Humor im Alltag jeoch sehr hilfreich sein. Eines der Ziele des Seminars ist es, mehr Gelassenheit und Humor im Alltag als Strategie einzusetzen. Die Vorstellung, dass man in schwierigen Situationen beispielsweise Clownnasen aufsetzen kann, führt zu Entspannung und ist ein wirksames Mittel gegen Stress.

Referentin: Irene Speichert, Dipl. Lebens-
beraterin, psychosoziale Beratung, isozertifi-
zierte Trainerin in der Erwachsenenbildung,
Motivatorin, Ideen- und Impulsgeberin,
Clownfrau und Improspielerin

**Samstag, 5. Oktober 2024,
9.00 bis 16.00 Uhr**

Beitrag: € 90,-

Anmeldung erforderlich!



Supervision mit Bettina Kronegger REFLEXION IM BERUFLICHEN KONTEXT

Supervision als berufs- oder ausbildungsbegleitender Reflexionsprozess unterstützt Sie, ein Team oder eine Gruppe dabei, die erworbenen beruflichen Kompetenzen zu erweitern und zu stärken.

Supervision ist ein berufsbegleitender Reflexionsprozess. Der moderierte Austausch mit verschiedensten Methoden ermöglicht einen Perspektivenwechsel.

Teamsupervision

Erweiterung der Methodenkompetenz, neue Strategien und Ziele entwickeln.

Einzelsupervision

Die persönliche berufliche Situation sowie das eigene Wirken reflektieren. Natürlich ist auch eine Einzelfallsupervision möglich.

Supervision für Ausbildungsgruppen

Für beispielsweise Lebens- und Sozialberater:innen sind ganze Supervisionstage, Halbtage sowie einzelne Einheiten möglich. Aktuelle Themen, welche die Gruppe bzw. einzelne Ausbildungsteilnehmer:innen beschäftigen, werden reflektiert und lösungsorientiert bearbeitet.

Einzelsupervision und Einzelselbsterfahrung für Ausbildungsteilnehmer:innen

Für z.B. angehende Lebens- und Sozialberater:innen, Auszubildende für diverse Berufe im Sozial- und Gesundheitswesen werden in Einzelsupervisionen aktuelle Themen sowie die eigene Persönlichkeit im Kontext der „neuen“ beruflichen Rolle reflektiert und lösungsorientiert bearbeitet.

Supervision: fördert gutes Arbeitsklima, Psychohygiene in Teams, stärkend und unterstützend, Teambuilding, Begleitung auch durch Krisen, Krisenintervention, Gesundheitsfürsorge für Betrieb und Mitarbeitende, unterstützt die Zufriedenheit im Team, Arbeitsplatz, Betriebsklima, Rollen- und Beziehungsdynamiken beleuchten/klären, neutrale Außensicht, verschiedene Blickwinkel erweitern den Horizont, Wertschätzung, Kommunikationsmoderation. Geht's den Mitarbeitenden gut, geht's der Firma gut. Geht's der Leitung gut, geht's den Mitarbeitenden und der Firma gut;

Referentin: Bettina Kronegger, Dipl.
Lebens- und Sozialberaterin, Systemische Coachin, Supervisorin, Gordon Familien- und Persönlichkeitstrainerin, BodyTalk CBP, Lizenzierte Weiterbildnerin, Co-Autorin im Buch „Mein Körper, mein Trauma, mein Ich“, selbständig in eigener Praxis seit 2008, Einzel- und Gruppenarbeiten seit 2011, Supervision, Update seit 2020

**Dienstag, 8. Oktober 2024,
17.00 bis 20.00 Uhr**

Beitrag: € 120,-

Anmeldung erforderlich!



Gib mir deine Stimme! Eintauchen in biblische Texte

Nein, kein Wahlslogan! Sondern eine wunderbare Möglichkeit, in einen Text einzutauchen, mit allem, was mich ausmacht! So auch in die Bibel.

A n drei Abenden widmen wir uns ausgewählten Bibeltexten – und zwar in Form eines Bibliologs. Dabei verleihen wir den darin vorkommenden Figuren unsere Stimme, unsere Gedanken und Gefühle. Schnell wird klar: Der Text ist nicht verstaubt – er wird lebendig, ungeahnt aktuell. Und: Er wirkt kraftvoll ins eigene Leben hinein. Durch die Vielfalt der Stimmen im Miteinander der Gruppe eröffnen sich neue Sichtweisen auf den Text und (Zukunfts-)Perspektiven für das eigene Leben. Es sind keine Vorkenntnisse – weder biblisch noch methodisch – nötig!

Referentin:

Mag. Renate Hinterberger-Leidinger,
Linzer Bibelwerk

**Dienstag, 8. Oktober, 5. November,
3. Dezember 2024**

19.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: € 15,-/Abend;

€ 45,- für die gesamte Reihe

Anmeldung erforderlich!



Maixabel – Kinoabend im Maximilianhaus

Im Jahr 2000 wird Juan Mari Jáuregui, der frühere sozialistische Zivilgouverneur der baskischen Provinz Gipuzkoa, durch einen Mordanschlag der ETA getötet. Eine Welt bricht zusammen für Maixabel Lasa, seine Frau und politische Weggefährtin. So schwer es ihr fällt, sie muss die Kraft zum Weitermachen finden, für ihre Tochter María, für den Dialog, für den Juan Mari sich so leidenschaftlich eingesetzt hatte. Elf Jahre später erhält sie eine ungewöhnliche Anfrage: Zwei der Mörder bitten sie um ein Gespräch. Maixabel wagt die Begegnung, gegen alle Widerstände, auch ihre eigenen. Sie stellt sich dem Dialog mit denen, die ihr so unendlichen Schmerz zugefügt haben, den Mördern ihres Mannes.

Ein Film von Iciar Bollain.

**Dienstag, 8. Oktober 2024, 19.00 Uhr,
Filmdauer: 115 Minuten**

Eintritt frei!



Journaling: Schreibend in die eigene Kraft MIT STIFT UND PAPIER ZU MEHR GELASSENHEIT UND RESILIENZ

Schlaglöcher und Umwege im Leben machen es uns nicht immer leicht, in unserer Mitte zu bleiben. Schreiben hilft in schwierigen Lebenssituationen, Klarheit zu gewinnen, Ruhe zu bewahren und handlungsfähig zu bleiben. Erfahren Sie im Workshop, wie Sie die Kraft des Schreibens für sich nutzen können – ob Sie eine Beziehung klären, aus dem Gedankenkarussell aussteigen oder in die Lösungsorientierung kommen möchten. Dabei sind die Schreibimpulse darauf ausgerichtet, mit möglichst wenig Zeitaufwand überzeugende Wirkungen zu erreichen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, jede:r schreibt für sich. Stärken auch Sie Ihre innere Widerstandskraft und mentale Gesundheit mit innovativen Methoden aus dem Journaling!

Referentin: Lisa Fuchs, Schreibcoach und Achtsamkeitstrainerin

**Donnerstag, 10. Oktober 2024,
18.00 bis 21.00 Uhr**

Beitrag: € 45,-

Anmeldung erforderlich!



Hand- und Brushlettering BASIC WORKSHOP

In diesem Workshop lernst du die Grundkenntnisse des Hand- und Brushletterings kennen. Wir starten mit einer kleinen Materialkunde und der Gestaltung von Aquarellhintergründen. Danach sehen wir uns verschiedene Schriftarten an, erlernen Schattenlinien zu setzen und widmen uns dann dem Brushlettering. Hier üben wir zuerst die richtige Stiftehaltung mit dem Brushpen und arbeiten uns dann Buchstabe für Buchstabe durch das Brush-Alphabet. Im Materialpreis inbegriffen sind alle Materialien, die für den Kurs benötigt werden. Dazu gehören Workshop Unterlagen und ein „Stifte-Starterset“, mit dem du zuhause gleich weitermachen und deine erlernten Kenntnisse vertiefen kannst.

Referentin: Silke Ortler, Leiterin Eltern-Kind-Zentrum, hat 2017 das Handlettering für sich entdeckt und gibt ihr erworbenes Wissen sowie Tipps und Tricks gerne in ihren Workshops weiter.

**Freitag, 11. Oktober 2024,
15.30 bis 19.00 Uhr**

Beitrag: € 60,- Workshop, zzgl. € 25,- Materialkosten (vor Ort zu bezahlen)

Anmeldung erforderlich!

Hand- und Brushlettering Volume 2 FÜR LEICHT FORTGESCHRITTENE

In diesem Workshop wird's bunt, denn wir widmen einen Großteil der Kurszeit dem BLENDING (= das Mischen von zwei oder mehreren Farben zu einem Farbverlauf). Du bekommst Layout-Tipps, wir lassen unsere Buchstaben „tanzen“, versuchen Outline-Buchstaben zu gestalten und sehen uns an, was unser Brushpen alles kann. Außerdem gibt es weitere Gestaltungsideen für Hintergründe. Voraussetzung für diesen Workshop ist der Besuch des Basic Workshops oder Vorkenntnisse im Hand- und Brushlettering. Mitzubringen sind ein Fineliner und ein schwarzer Brushpen für kleine Schriften (aus dem Materialpaket des Basic Workshops)

**Freitag, 15. November 2024,
15.30 bis 19.00 Uhr**

Beitrag: € 60,- zzgl. € 7,- für Papier- und Kopierkosten

Anmeldung erforderlich!



Handlettering Weihnachtsworkshop

Du hast den Basic Workshop schon besucht und immer noch Freude am Buchstaben malen?

Du möchtest deine Liebsten heuer zu Weihnachten mit selbstgemachten Unikaten überraschen?

In diesem Workshop zaubern wir wunderschöne Schriftzüge auf Weihnachtskarten, Tassen, Christbaumkugeln, Kerzen und vieles mehr.

**Donnerstag, 28. November 2024,
18.30 bis 21.00 Uhr**

Beitrag: € 30,- zuzüglich € 25,- Materialkosten (Tasse, Christbaumkugel, Stabkerze, Weihnachtsanhänger, Blanko-Karten mit Kuverts, Kopien ...)

Anmeldung erforderlich!

Erklär mir Handy/Tablet/Computer JUGENDLICHE UNTERSTÜTZEN BEIM BENUTZEN

Es gibt Funktionen und Einstellungen auf Ihrem Gerät, welche Sie gerne nutzen würden?

Sie wissen aber nicht wie? Sie wollen ein bestimmtes APP nutzen?

Aber wie steige ich dort ein? Wie sind die ersten Funktionen?

In einer gemütlichen Runde wird von Jugendlichen auf diese persönlichen Fragen zu Ihrem Gerät eingegangen und Sie erhalten Unterstützung, um die Funktionen einzustellen und zu aktivieren. Dann ist Zeit zum selbst Probieren und mit den Jugendlichen im Austausch zu sein.

Referent:innen: Jugendliche aus der Region
Begleitung: Willi Seuffer-Wasserthal, BZ Maximilianhaus, sehr aktiver Digitalnutzer

Termin 1: Freitag, 11. Oktober 2024,
16.00 bis 18.00 Uhr

Termin 2: Freitag, 15. November 2024,
16.00 bis 18.00 Uhr

Beitrag: € 18,- pro Termin

Anmeldung erforderlich!



NEURODINGS® – Raus aus dem Gedankenkarussell

Unliebsame Verhaltensweisen abzulegen, sich von hinderlichen Einstellungen zu trennen, dazu benötigt man ausreichend Motivation. Manche Menschen sind sehr motiviert und engagiert und haben ein hohes Maß an Selbstmotivation. Andere brauchen wichtige Gründe und lange Zeit!

Als Kinder waren wir neugierig und wissensdurstig, im Laufe der Zeit verlieren wir jedoch diese Eigenschaften. Warum das so ist, ist sehr verschieden. Durch das Setzen von Zielen können wir den „inneren Schweinehund“ enttarnen und überwinden. Die freigesetzte Energie lässt uns die nächsten Schritte Richtung Ziel gehen!

Referentin: Gudrun Scharax,
Dipl. NEURODINGS®-Trainerin, WIFI-NEURODINGS®-Co-Trainerin, ISO zertifizierte
Erwachsenentrainerin,
www.gudrun-scharax.com

**Samstag, 12. Oktober 2024,
9.00 bis 13.00 Uhr**

Beitrag: € 57,–

Anmeldung erforderlich!



Shampoo- und Duschbars PLASTIKFREIE REINIGUNGSMITTEL FÜR DUSCHE UND HAAR

handlich ° pflegend ° duftend!

Shampoo-Bars sind kraftvolle Reinigungsstücke auf Basis von pflanzlichen Tensiden – angereichert mit nährenden Proteinen, glanzgebenden Pflanzenölen, feuchtigkeitsspendenden Wirkstoffen und verführerisch duftenden ätherischen Ölen. Perfekt für jeden Haar- & Hauttyp!

Weitere Infos: www.naturkosmetik-akademie.at/feste-shampoo-duschbars

Referentin: Vanessa Arnezeder, mit Freude und Leidenschaft hält sie bereits seit 2012 Seminare zu den Themen „Kosmetikherstellung“, „Destillieren von ätherischen Ölen und Hydrolaten“, „Seifen sieden“ und die Kunst der Kerzenherstellung.

**Samstag, 12. Oktober 2024,
10.00 bis 15.00 Uhr**

Beitrag: € 105,– inkl. Skriptum und
10 hergestellter Bars

Anmeldung erforderlich!



Weil ich es mir wert bin

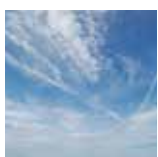
Die Anforderungen an uns steigen – zum einen durch unsere Gesellschaft und unser Umfeld – zum anderen wohl auch durch uns selbst. Sich bewusst Zeit für sich zu nehmen und sich Gutes zu tun, sollte auf unseren To-do-Listen ganz oben stehen – doch wann ist die Zeit dafür? Genau JETZT – weil ich es mir wert bin! Mit Körperhaltungen, Atemübungen und Methoden der Achtsamkeit und Resilienz tun wir unserem Körper und Geist etwas Gutes und finden eine wohltuende Auszeit vom Alltag.

Referentin: Daniela Klein, Dipl. Gesundheits- & Wellnesstrainerin, Resilienz- & Achtsamkeitstrainerin

**Samstag, 12. Oktober 2024,
9.00 bis 13.00 Uhr**

Beitrag: € 70,–

Anmeldung erforderlich!



Himmel, Hölle, Fegefeuer DIE CHRISTLICHE AUFERSTEHUNGSHOFFNUNG IN DER HEUTIGEN ZEIT

„Himmel“ und „Hölle“ werden vielfach nur noch als oberflächliche Phrasen verwendet, die „Hölle“ zum Teil noch als Kinderschreck. Die Ausdrücke sind fragwürdig oder belanglos geworden. Gibt es eine endgültige Erfüllung und Vollendung des Lebens? Die Bildwörter von Gericht, Fegefeuer oder Himmel wollen dieses Vollendungsgeschehen umschreiben. Irritieren Sie diese Bilder und Ideen? Wie ist der Auferstehungsglaube in der Bibel? Wie wollen Sie diesen leben? Ein Abend, um dem eigenen Glauben etwas auf die Spur zu kommen.

Referent: Dr. Hans Rauscher, Theologe,
Desselbrunn

**Dienstag, 15. Oktober 2024,
19.00 Uhr**

Beitrag:

€ 9,– Vorreservierung,

€ 11,– Abendkassa

Anmeldung erwünscht. Spontan kommen
möglich.



Natur im Konzert

Ben Venuto spielt ein Live-Entspannungs-Konzert auf verschiedenen Instrumenten, vorwiegend auf Handpans. Gleichzeitig zeigt er seine selbstgedrehten, inspirierenden Naturfilme und nimmt dabei das Publikum mit auf eine musikalische Reise in unsere wunderschöne

Natur. Es ist Entspannung und Erlebnis pur.

Referent: Bernhard Ziegl,
www.ben-venuto.at

**Mittwoch, 16. Oktober 2024,
19.00 bis 20.00 Uhr**

Beitrag: € 18,–

Anmeldung erforderlich!



Auf dem Weg zum Ich ANLIEGEN-METHODE – SELBSTBEGEGNUNG

Ein tiefes Verständnis der menschlichen Psyche, für dich, für andere, mit der Anliegen-Methode/Selbstbegegnung. Magst du dabei sein, auf der Abenteuerreise zu deinem Ich? Dann fühl dich willkommen. Wenn du bereit bist, dich und dein Leben zu reflektieren, dann bist du hier richtig. Wenn du deine Vergangenheit mit Selbstliebe betrachten magst, um die Erfahrungen in dir in Frieden zu bringen, dann bist du hier richtig. Wenn du von der Täter/Opfer-Dynamik in die Selbstwirksamkeit kommen möchtest, bist du hier richtig. Wenn du eine gute Beziehung mit dir haben möchtest, um gute Beziehungen haben zu können, bist du hier richtig. Sei dir selbst die Gesellschaft, in der du sein möchtest. Es ist sinnvoll, sich ein eigenes Anliegen vorab zu überlegen und vorzubereiten. Hinweise dazu auf www.gesundheitswerkstatt.co.at

Referentin: Bettina Kronegger, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Systemische Coachin, Supervisorin, Gordon Familien- und Persönlichkeitstrainerin, BodyTalk CBP, Lizenzierte Weiterbildnerin, Co-Autorin im Buch „Mein Körper, mein Trauma, mein Ich“, selbständig in eigener Praxis seit 2008, Einzel- und Gruppenarbeiten seit 2011, Supervision, Update seit 2020

**Freitag, 18. Oktober 2024,
14.00 bis 20.30 Uhr oder
Samstag, 19. Oktober 2024,
9.00 bis 18.00 Uhr**

Beitrag pro Tag:
€ 120,- Teilnahme mit Anliegen,
€ 50,- Teilnahme ohne Anliegen

Anmeldung erforderlich!



Die Metamorphische Methode UNSERE VORGEBURTLICHEN MUSTER

„Metamorphose ist die Bewegung von dem, wer wir sind, zu dem, was wir sein können und im Potential schon sind.“ (Gaston Saint-Pierre)

Die Metamorphische Methode ist eine leichte Berührung von Wirbelsäulen-Reflexpunkten an Füßen, Händen und Kopf. Diese Bereiche sind Spiegel für die Erinnerungen und Eindrücke, die sich im Laufe unserer Entwicklung, von dem Zeitpunkt der Empfängnis bis zur Geburt, in uns eingeprägt haben. Es sind Energiemuster, die sich als äußere Symptome auf der körperlichen, emotionalen oder mentalen Ebene zeigen.

Die Metamorphische Methode erkennt, dass allein unsere Lebenskraft mit der ihr innewohnenden Intelligenz Transformation und Heilung bewirken kann.

Erfahrungsaustausch für Anwender:innen

SCHENK DIR ZEIT ... für die Verwirklichung des eigenen Potentials.

Wir kommen zusammen, um im Austausch miteinander ein immer tiefer werdendes Verständnis für das Leben in uns zu erfahren und zu erforschen, was jenseits der Worte liegt. Dies bietet eine einfache Möglichkeit, das Leben in seiner Vielfalt neu zu entdecken und es so anzunehmen, wie es ist!

„Lasst uns zu dem Wandel werden, den wir in der Welt sehen möchten.“ (Mahatma Gandhi)

Referentin: Maria Eibensteiner

**Freitag, 18. Oktober,
17.00 bis 21.00 Uhr und
Samstag, 19. Oktober 2024,
9.00 bis 17.00 Uhr**

**ERFAHRUNGSAUSTAUSCH:
Freitag, 15. November 2024 oder
24. Jänner 2025,
jeweils 15.00 bis 19.00 Uhr**

Beitrag:
€ 168,- für Neueinsteiger:innen
€ 88,- für Wiederholer:innen
€ 15,- für Erfahrungsaustausch

Anmeldung erforderlich!



Duft- und Kräuterkerzen selber machen WORKSHOP FÜR ANFÄNGER:INNEN

KOMMEN SIE MIT AUF EINE DUFTENDE REISE und erleben Sie, wie Sie Aroma- & Kräuterkerzen aus natürlichen Wachsen mit 100% naturreinen, ätherischen Ölen selbst herstellen können! Wir verwenden in unserem Kurs nur reinste Pflanzenwachse (Sojawachs, Bienenwachs, etc.) und naturbelassene Dochte aus Echtholz, Hanf oder Baumwolle. Die Kunst besteht darin, diese richtig zu kombinieren. Wählen Sie aus vielen verschiedenen, 100% naturreinen ätherischen Ölen und tollen Mischungen. Lassen Sie Ihre Nase den Lieblingsduft wählen! Lernen Sie alles über die Komposition und die Verarbeitung von ätherischen Ölen in Aromakerzen und tauchen Sie ein in die natürliche Welt der Düfte!

Folgenden Themen widmen wir uns:

- die richtige Gießtechnik
- Stumpenkerzen/Containerkerzen – die richtige Wachs-Auswahl
- Kräuterkerzen – was ist zu beachten
- Duftende Räucherkerzen – eine kleine Besonderheit
- Die einfache, aber richtige Dochtauswahl
- Das korrekte Einarbeiten von Düften
- Die Kombinationsmöglichkeiten von ätherischen Ölen vs. Duftölen
- Wichtiges zur Farbauswahl und Verarbeitung
- Die Auswahl passender Wachse
- Tipps zur Mengenberechnung

Referentin: Vanessa Arnezeder, hält mit Freude und Leidenschaft bereits seit 2012 Seminare zu den Themen „Kosmetikherstellung“, „Destillieren von ätherischen Ölen und Hydrolaten“, „Seifen sieden“ und zur „Kunst der Kerzenherstellung“. Nach ihrer Ausbildung zur Dipl. Kräuterpädagogin hat sie sich in diesem Bereich selbstständig gemacht und widmet sich seit 2016 zur Gänze dem DIY-Thema in zahlreichen Seminaren, Schulungen, Workshops und Vorträgen.

**Samstag, 19. Oktober 2024,
10.00 bis 18.00 Uhr**

Beitrag: € 149,- inklusive 7 duftender Wunschkerzen und umfangreicher Seminarunterlagen

Anmeldung erforderlich!





Camino delle Pievi – der Taufkirchenweg 3D-AUDIOVISION

Friaul, nahe der österreichischen Grenze in Italien, ist eine Region voller Geschichte und Naturschönheiten. Hier verläuft auf 20 Etappen der noch wenig beachtete Pilgerweg „Camino delle Pievi“ auf alten Tal- und Alpinwanderwegen zu den zehn Taufkirchen, die einst Wehrtürme waren und hoch oben auf besonderen Kraftplätzen thronen. Markus Hatheier wanderte in 2 Wochen auf 270 km durch wunderschöne Berg- und Taldörfer, an Flüssen und Wildbächen entlang und durch die schroffen Gipfel der Karnischen Alpen. Seine einzigartigen Bilder nehmen den Besucher hautnah mit, in eine Region voll ursprünglicher Schönheit und Stille, die jeden Schritt zur Meditation werden lassen.

Vortragender: Markus Hatheier,
3D-Fotograf mit Auszeichnung auf nationalen und internationalen 3D-Bewerben.

Dienstag, 22. Oktober 2024, 19.30 Uhr

Beitrag:
€ 15,- Vorreservierung,
€ 17,- Restkarten an der Abendkasse

Anmeldung erforderlich!



Sei gut zu dir, wir brauchen dich! EIN WORKSHOP FÜR MEHR SELBSTLIEBE

Es gibt immer was zu tun. Ob in der Familie, in der Arbeit, im Verein oder in der Kirche. Wir werden gebraucht. Aber was ist mit mir? Warum stellen wir unsere eigenen Bedürfnisse immer zurück? Selbstmitgefühl und Selbstliebe ist kein Ego-Tripp, sondern Grundvoraussetzung für ein zufriedenes, dankbares Leben. An drei Abenden beschäftigen wir uns mit dem Thema der Selbstfürsorge und finden dadurch einen liebevolleren Umgang mit uns selbst. In Zusammenarbeit mit Dekanatsprojekt Talitakum

Referentin: Margit Schmidinger,
Seelsorgerin und Begleiterin

**Dienstag, 22. Oktober, 5. und
19. November 2024,
jeweils 19.00 bis 21.00 Uhr**

Beitrag: € 45,-

Anmeldung erforderlich!



Baustellen der Hoffnung

Überall sind Baustellen: in der Wirtschaft, in der Politik, in der Gesellschaft, in den Betrieben, in der Kirche, in den Familien, im eigenen Leben. Sie haben keinen guten Ruf. Könnte das nicht auch anders sein? Dank einer großen Baustelle entdeckt Martin Werlen die verschiedenen Baustellen, in denen er selbst lebt, ganz anders. Er fordert heraus, sich den eigenen Baustellen, drinnen und draußen, zu stellen und in ihnen kreativ zu werden, ganz konkret. Wer das entdeckt, geht anders weiter! Hinführung, Hintergründe und Lesung, die aufhorchen lassen und bewegen.

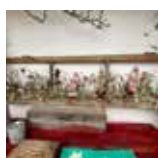
P. Martin Werlen ist Benediktiner. Seit 1983 lebt er als Mönch im Benediktinerkloster Einsiedeln. Der Walliser studierte Philosophie, Theologie und Psychologie in der Schweiz, in den USA und in Italien. Von 2001 bis 2013 war er Abt des Klosters und Mitglied der Schweizer Bischofskonferenz. Seit August 2020 ist er Propst der zum Kloster Einsiedeln gehörenden Propstei St. Gerold im Grossen Walsertal. Er hat mehrere Bücher geschrieben, die weit über die Kirchengrenzen hinaus zu Bestsellern wurden. Das neueste Buch: „Baustellen der Hoffnung. Eine Ermutigung, das Leben anzupacken“ (2024).

Referent: P. Martin Werlen, Benediktiner

**Donnerstag, 24. Oktober 2024,
19.30 Uhr**

Beitrag:
€ 9,- Vorverkauf,
€ 11,- Abendkasse

Anmeldung erforderlich!



Florale Herbstdekoration für's ganze Haus

Was erwartet Sie bei dem Workshop? Florale Gestecke, Türkranz, Tischgedeck, Sträuße, Deko für den Innen- und Außenbereich. Material bitte selbst mitnehmen! Materialliste wird ca. drei Wochen vor dem Kurs zugeschickt.

Referentin: Andrea Cecon, Floristin und
gesprühte Dekorateurin

**Donnerstag, 24. Oktober 2024,
9.00 bis 16.00 Uhr**

Beitrag: € 59,-

Anmeldung erforderlich!



Letzte-Hilfe-Kurs DAS KLEINE 1X1 DER STERBEBEGLEITUNG

Ein Letzte-Hilfe-Kurs vermittelt Basiswissen und Orientierungen sowie einfache Handgriffe. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die insbesondere in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Wir geben Grundwissen an die Hand und ermutigen Menschen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was alle Menschen am Ende des Lebens am meisten brauchen. Im Letzte-Hilfe-Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens.

Referentinnen:
**Monika Truckenthanner und
Regina Hehenfelder,** Mitarbeitende im
Hospizteam im Bezirk Vöcklabruck

**Freitag, 25. Oktober 2024,
17.00 bis 21.00 Uhr**

Beitrag: € 20,-

Anmeldung erforderlich!



Ein Tag im Jüdischen Wien – EXKURSION

Wien ist das Zentrum jüdischen Lebens in Österreich und Mitteleuropa. Nach der letzten fast vollständigen Vernichtung durch den Nationalsozialismus – der dritten in ihrer langen Geschichte an der Donau – hat die kleine, aber selbstbewusste Gemeinschaft neue Institutionen geschaffen, die das geistige, religiöse und kulturelle Rückgrat des Gemeindelebens bilden. Ein „Tag im jüdischen Wien“ gewährt Einblicke in Einrichtungen jüdischen Lebens heute, besucht historische Stätten und erinnert an die wechselvolle Geschichte der einstmals drittgrößten Gemeinde Europas. Besonderes Augenmerk wird auf die spannungsreiche Beziehung zwischen Christen und Juden gelegt, die an historischen Stätten zeichnerhaft erfahrbar ist.

Begleitung: Markus Himmelbauer; Seelsorger in der Pfarre Attersee; langjähriger Geschäftsführer des österreichischen Koordinierungsausschusses für christlich-jüdische Zusammenarbeit, international geschätzter Experte des christlich-jüdischen Dialogs,
Willi Seuffer-Wasserthal,
BZ Maximilianhaus

Dienstag, 29. Oktober 2024

Beitrag: € 45,- inkl. Eintritte, exklusive Reisekosten, Tickets für Zug und öffentlichen Verkehr in Wien sind selbst zu besorgen.

Anmeldung erforderlich!



Die Kunst der Ausrede VORTRAG UND DISKUSSION

Wir sind doch schon umweltfreundlich, in China ist es viel schlimmer, und außerdem ist es doch ohnehin zu spät. Wenn es um Nachhaltigkeit und Klimaschutz geht, dann sind die Rechtfertigungen nicht weit, warum es bei einem selbst, im eigenen Unternehmen oder im eigenen Land eben nicht klappt. Was macht die Selbsttäuschung so attraktiv und was steckt hinter den allgegenwärtigen Klimaausreden? Wie können wir mit ihnen umgehen, und was brauchen wir aus Sicht der Verhaltenswissenschaften, um den Übergang in eine nachhaltige Gesellschaft zu schaffen? Diesen Fragen widmet sich der Vortrag von Thomas Brudermann – mit einer Mischung aus Humor und dem notwendigen Ernst.

Referent: Thomas Brudermann, assoziierter Professor an der Universität Graz, Buchautor, Forschungsarbeit vor allem zu psychologischen Aspekten von Innovationen, Nachhaltigkeitstransformationen und Klimawandel. Ausgezeichnet mit dem Eunice Foote Preis 2023.

**Mittwoch, 6. November 2024,
19.00 Uhr**

Beitrag:
€ 9,- Vorreservierung,
€ 11,- Abendkassa, € 9,- Onlineteilnahme, für die Onlineteilnahme ist eine Anmeldung erforderlich

Anmeldung erforderlich!



Ausstellungsdauer: 7. November bis 21. Dezember 2024, Montag bis Freitag von 8.00 bis 12.00 Uhr, Dienstag von 17.00 bis 19.00 Uhr und jederzeit nach Vereinbarung

Die Kunst der Ausrede – Ausstellung

Wie oft sitzen wir einer Selbsttäuschung auf? Wie oft reden wir unser Engagement größer, als es ist? Glauben wir selbst daran, dass wir uns gut verhalten? Diese Ausstellung will Anregung und Anstoß sein, das eigene Verhalten zu überdenken und das eigene Leben zu verändern. Begib dich auf eine Entdeckungsreise zu einem besseren Leben.



Reparieren oder verändern von Lieblingsstücken

Ob ein Zipp kaputt, eine Naht aufgegangen, eine Hose zu lang, zu kurz oder ein Rock zu eng geworden ist ... Auch aus einem alten Kleidungsstück kann man noch etwas Brauchbares nähen. Hilfe dabei gibt es in diesem Kurs.

**Freitag, 8., 15. und 22. November 2024,
jeweils 16.30 bis 20.30 Uhr**

Beitrag:
alle 3 Termine: € 150,-
Einzeltermine möglich: € 55,- pro Termin

Anmeldung erforderlich!



Taschen nähen

In diesem Nähkurs wird Basiswissen über das Nähen von Taschen aus Jeans- und Baumwollstoffen vermittelt. Verarbeitet werden können alte Hemden, Blusen, Bettwäsche-Stoffe etc.

Zur Auswahl stehen im Kurs drei Modelle:

1. faltbare Taschen aus Hemden, 2. Taschen aus Jeansstoffen oder
3. Kosmetiktaschen

**3 zusammenhängende Termine: Samstag,
9., 16. November und 7. Dezember 2024,
jeweils von 8.30 bis 12.30 Uhr**

Beitrag: € 150,-

Referentin: Elisabeth Neumayer,
Schneidermeisterin, Regau,
www.mode-patchwork.com

Anmeldung erforderlich!





Gospel singen MIT GLÄNZEND KRÄFTIGER MIXED VOICE

Dazu braucht es eine gewisse Technik, die Anna Huber Ihnen erklären und mit Ihnen trainieren möchte. Ihre neu gewonnenen sängerischen Fähigkeiten probieren Sie Schritt für Schritt an leichten Gospelsongs aus. Als Abschluss singen Sie solo oder alle zusammen in einem ausgewählten Raum mit besonderer spiritueller Atmosphäre.

Referentin: Anna Huber, Pflegelehrerin in Pension mit langjähriger Leidenschaft für Gesangsausbildung

**Freitag, 8. November 2024,
15.00 bis 19.00 Uhr**

Beitrag: € 42,-

Anmeldung erforderlich!



Werte – Talente – Berufung AUS DEN EIGENEN, INNEREN SCHÄTZEN NEUES ERSCHAFFEN UND MANIFESTIEREN LASSEN.

Berufung steht für das, was ich liebe, was ich kann, gerne mache und gebraucht wird. Auf alle Fälle ist es etwas, das sich stimmig anfühlt!

In diesem zweitägigen Seminar gehe und spüre ich dem nach, was „meine Berufung“ in Sachen beruflicher oder privater Tätigkeit ist oder sein könnte. Berufung kann schließlich vieles sein. Eine einfache Beschreibung dafür ist: Berufung ist etwas, das ich bieten kann, das benötigt wird.

Es kann etwas sein, wovon ich leben kann. Vielleicht ist es auch etwas, wovon ich nicht leben kann, das mich jedoch spirituell, emotional oder bezüglich Selbstverwirklichung aufblühen lässt, weil andere Personen von mir profitieren. Da das Leben jedem Menschen viele Möglichkeiten bietet und nicht alles unter Berufung fällt, schweift der Blick somit auch weiter auf das, was sinnstiftende Tätigkeit, Aufgabe, Projekt, Ziel, Leidenschaft oder Vision heißen könnte. Dazu ist die Betrachtung individuell bedeutsamer Werte, die Ressourcen und Talente darstellen, wichtig. Begabungen, Erfahrungen, Wissen und Können fließen ebenso mit ein und wir betrachten die Dinge aus verschiedenen, zum Teil vermutlich neuen und ungewöhnlichen Blickwinkeln.

Dieses Seminar ist für dich geeignet, wenn du ...

- dich mit dir auseinandersetzen und dich neu kennenlernen willst.
- Klarheit, neue Impulse, Inspiration und Motivation in dein Leben bringen möchtest.
- dich anders orientieren oder ausrichten willst.
- eine Ahnung davon haben willst, welches Potential in dir steckt.
- die ersten Schritte eines möglichen neuen Wegs mit Unterstützung sofort machen möchtest.

Referent: Markus Leonhartsberger, Wander- und Schneeschuhführer, Naturvermittler, Gordon-Familien-Trainer, www.wanderbar-markus.at

**Samstag, 9. und 16. November 2024,
jeweils 9.30 bis 18.00 Uhr**

Beitrag: € 195,-

Anmeldung erforderlich!



Pfarrblätter schreiben KONZEP TARBEIT, THEMENFINDUNG UND SEITEN- PLANUNG

Mit einem Pfarrblattkonzept und einer gut überlegten Themen- und Seitenplanung können Sie die Qualität und Professionalität Ihres Pfarrblatts wesentlich erhöhen. Sie vermeiden, dass Ihrer Zeitung der „rote Faden“ fehlt und sie wie eine zufällig zusammengewürfelte Ansammlung von Artikeln wirkt. So fördern Sie die Lesedauer und Lesefreude Ihrer Zielgruppen.

In diesem Workshop erfahren Sie von Profis, wie man zu einem Pfarrblattkonzept kommt, wie sich interessante Themen finden lassen und warum eine klare Seitenplanung das Arbeiten erleichtert.

**Referierende: Mag. Paul Stütz und
Mag. Josef Wallner**, Redakteure der Kirchenzeitung Diözese Linz

**Samstag, 9. November 2024,
9.00 bis 15.30 Uhr**

Teilnehmendenbeitrag: kostenfrei

Anmeldung erforderlich!





Wilde Jagd – Lesung mit René Freund

Er trinkt zu viel und hinkt, Frau und Tochter wollen nichts mit ihm zu tun haben: Quintus Erlach, die Hauptfigur in „Wilde Jagd“.

René Freund, in Grünau im Almtal lebender Bestsellerautor, liest aus seinem neuesten Roman.

Eine gemeinsame Veranstaltung mit der Stadtbibliothek Attnang-Puchheim und der Pfarrbücherei Attnang.

Referent: René Freund, Schriftsteller und Dramaturg, Grünau

Dienstag, 12. November 2024, 19.00 Uhr

Beitrag:

Vorreservierung: € 10,-

Abendkassa € 12,-

Anmeldung erforderlich!



Humor VORTRAG

Ein humorvoller Blick auf das Leben kann viele oft schwierige Situationen leichter erscheinen lassen. Darüber hinaus kann Humor Konflikte entschärfen – mit Klienten und Klientinnen, im Kollegium, aber auch mit Freunden und Familie. Und nicht zuletzt ist Humor ein wirksames Mittel gegen Stress. Dabei müssen Menschen keineswegs als „Spaßmacher“ geboren sein. Inhalt sind Werkzeuge, um den eigenen Humor zu trainieren. Basierend auf Ergebnissen aus der therapeutischen Praxis, der positiven Psychologie und den fünf Stufen des Humors.

Referentin: Evelyn Mallinger, Soziologin, Pädagogin, Diplomierte Resilienztrainerin, Diplomierte Kinesiologin und Cranio-Sacral Therapeutin, Ausgebildete CliniClownfrau

Mittwoch, 13. November 2024,
19.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag:

€ 10,- Vorreservierung,

€ 12,- Abendkassa

Anmeldung erbeten!



Uganda – Eine Reise zu den Berggorillas im Regenwald, Wild Life und die Vogelwelt

Eine spannende, aber unvergessliche Reise in das heute friedliche Land UGANDA. Beobachtung der Wildtiere in freier Natur – besonders der Berggorillas im Ruwenzori Gebiet und des urtümlichen Schuh-schnabels in den Mabamba Sümpfen.

Referent: Gerhard Hemetsberger, Abenteurer aus Attnang-Puchheim

Donnerstag, 14. November 2024,
19.00 Uhr

Beitrag:

€ 10,- mit Vorreservierung,

€ 12,- Restkarten an der Abendkassa

Anmeldung erbeten!



Heilsames Berühren

Berührt zu werden ist ein grundlegendes menschliches Bedürfnis. Es tut uns gut und fördert unser Wohlbefinden. Das Wissen, dass heilende Kraft durch unsere Hände fließt, ist alt und wird seit Jahrhunderten im Handauflegen angewandt.

Woher diese Kraft kommt, wird unterschiedlich gedeutet. Im christlichen Verständnis ist es die Segenskraft Gottes, die heilend wirkt. Sie kann sich sowohl körperlich wie auch seelisch-spirituell auswirken.

Für diese heilende Kraft öffnen wir uns beim behutsamen Handauflegen und vertrauen darauf, dass sie zum Guten wirkt. Oft können sich Menschen dabei tief entspannen und innerlich ruhig werden. Das kann einen Einfluss auf Schmerzen haben, das Wohlbefinden stärken und die eigenen Selbstheilungskräfte aktivieren. Es kann auch geschehen, dass Menschen durch das Handauflegen zu innerem Frieden und tröstlicher Geborgenheit finden.

Impulse zum christlichen Verständnis des Handauflegens, Anleitungen für praktische Übungen sowie der Austausch von Erfahrungen sind zentrale Elemente des Seminars. Es richtet sich an Menschen, welche dafür offen sind, das achtsame Handauflegen an sich und anderen zu erfahren. Speziell für Menschen in pflegenden Berufen bietet das Seminar Impulse für den respektvollen und achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen.

Referentin:

MMag.^a Gertraud Stockinger-Pichler
BA, Theologin, Krankenhausseelsorgerin,
Handauflegen nach Open Hands, Meditati-
onslehrerin Via Cordis, Oberalm

Freitag, 15. November 2024,
9.00 bis 17.00 Uhr

Beitrag: € 110,-

Anmeldung erforderlich!





„Gesunde Scham“ braucht Würdigung Vortrag für pflegende Angehörige und Interessierte

Menschen empfinden Scham in verschiedenen Kontexten und Situationen.

Besonders in der Pflege und Betreuung Angehöriger, gibt es für Pflegende und Gepflegte immer wieder Gefühle der Scham – es ist einem etwas peinlich oder unangenehm. Diese Schamgefühle entwickeln sich bei jedem Menschen unterschiedlich und wollen uns schützen, vor etwas (be-)wahren. Es braucht daher Bewusstsein und Würdigung für diese gute Absicht der Scham, damit ein positives Miteinander möglich ist.

Wir wollen uns mit folgenden Fragen beschäftigen:

- Was ist Scham?
- Woher kommt sie?
- Was kann meinem Gegenüber wichtig/schützenswert sein, wenn er/sie mit Unbehagen oder Ablehnung reagiert?
- Wie gehe ich mit eigenen Gefühlen der Scham um?
- Wie kann ich Aspekte der Scham erkennen, die zum positiven Gelingen des Lebens beitragen wollen?

Referentin: **Veronika Santer**, tätig in der Erwachsenenbildung, Lebens- und Sozialberaterin, Theologin

Dienstag, 19. November 2024, 19.00 Uhr

Beitrag: freiwillige Spenden erbeten
Weitere Informationen:

Helene Kreiner-Hofinger
Caritas Servicestelle Pflegende Angehörige
Vöcklabruck
Telefon: 0676 8776 2448

Anmeldung erforderlich!



In „versöhnter Verschiedenheit“ Zukunft leben und gestalten WAS SAGT DIE BIBEL ZU LEBEN IN GEMEINSCHAFT?

Spaltungen in der Gesellschaft, Verfolgung von Minderheiten, Wertungen und Abwertungen in vielerlei Ausprägungen und mittendrin in kleinen Funken Zukunftsvisionen, die Hoffnung schenken und Kraft zum Weitergehen. Krise als Chance. Die Bibel ist voll von Krisen, aber sie hält auch mit Bewältigungsstrategien nicht zurück. Das macht sie zu einem Lebensbuch. Sie verschweigt nicht und beschönigt nicht. Keine Situation menschlichen (Zusammen-)Lebens ist ihr fremd. Alte Geschichten – ja, aber aktuell und auf Zukunft ausgerichtet!

Referentin: **Renate Hinterberger-Leidinger**, Linzer Bibelwerk

Donnerstag, 21. November 2024, 19.00 Uhr

Beitrag:
€ 9,- Vorreservierung,
€ 11,- Abendkassa
Anmeldung erwünscht, spontanes Kommen möglich!



Quatschivity – Was ist das? EIN NEU ENTWICKELTES BRETTSPIEL ZUM PERSÖNLICHEN AUSTAUSCH UND GEGENSEITIGEN KENNENLERNEN.

Bei Quatschivity werden Begriffe erklärt, gezeichnet oder pantomimisch dargestellt. Durch das Erraten der Begriffe kommt dein Team auf dem Spielfeld voran und kann gewinnen. Zusätzlich wird zu jedem Begriff eine tiefgründige Frage gestellt, die zum persönlichen Austausch und gegenseitigen Kennenlernen anregt.

Wenn z.B. der Begriff „Priorität“ aufgerufen wird, lautet die Frage: „Welche drei Dinge sind dir aktuell am wichtigsten im Leben?“

An diesem Abend wird das Spiel erklärt und gemeinsam angespielt.

Gönne dir Stunden voller Spaß und Spannung und überlege, mit wem du Quatschivity spielen willst.

Referentin: **Siliva Nagl**, Studium der Wirtschaftspädagogik

Donnerstag, 21. November 2024, 18.30 bis 20.30 Uhr

Beitrag: € 15,- inkl. Brettspiel Quatschivity
In Kooperation mit KBW Treffpunkt Bildung OÖ.
Unterstützt aus Mitteln des Anerkennungsfonds für Freiwilliges Engagement des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.

Anmeldung erforderlich!



FÖRDERMÖGLICHKEITEN: Kirchlicher Bildungsgutschein



Einige unserer Angebote sind mit dem Bildungsgutschein gekennzeichnet. Für diese Veranstaltungen können Sie eine Ermäßigung von € 20,- in Anspruch nehmen. Sie erhalten ihn mit Ihrer Kirchenbeitragsvorschrift.

Elternbildungsgutscheine



vom Familienreferat des Landes OÖ. Die Gutscheine können bei allen Veranstaltungen, die mit dem Gutschein gekennzeichnet sind, eingelöst werden und werden von der Teilnahmegebühr abgezogen.

Bildungskonto des Landes OÖ



Für viele unserer Veranstaltungen können Sie bei Erfüllung der Kriterien eine Förderung im Rahmen des Bildungskontos des Landes OÖ beantragen. Das Antragsformular liegt bei uns auf bzw. ist abrufbar unter www.land-oberoesterreich.gv.at

4you-Card



Vorträge bis 15 €: unter 18 Jahre: Eintritt frei, 18 bis 26: 50 % Rabatt,

Einzelseminare: 10 % Rabatt (gekennzeichnet),
Seminarreihen und Lehrgänge: 5 % Rabatt (gekennzeichnet)



Neue Perspektiven auf Kriegerdenkmäler GESCHICHTE, TRANSFORMATION UND GEDENKKULTUR

Etwa 80 Jahre nach dem Zweiten Weltkrieg stellt sich für viele Pfarren die Frage nach der Bedeutung und Gestaltung ihrer Kriegerdenkmäler. Die Diözese Linz und das Maximilianhaus Puchheim laden am 22. November 2024 zur Veranstaltung „Neue Perspektiven auf Kriegerdenkmäler: Geschichte, Transformation und Gedenkkultur“ ein, um eine zeitgemäße und kritische Reflexion des Themas anzustoßen.

Auf Basis grundlegender Fakten zum Zweiten Weltkrieg werden die Entwicklung und Neubewertung von Kriegerdenkmälern in Oberösterreich untersucht und bereits geplante oder umgesetzte Beispiele zur Kontextualisierung und Transformation präsentiert – nicht zuletzt, um zu zeigen, wie Kunst das Gedenken prägt und zur Diskussion anregt. Die Veranstaltung richtet sich an Interessierte, die sich an einer Diskussion über die Herausforderungen und Möglichkeiten des Gedenkens beteiligen wollen.

Zeitplan:

16.00 bis 16.50 Uhr

Wie war das damals mit dem Krieg?

Andreas Schmoller

16.55 bis 17.45 Uhr

Erinnerungsstätten in heutiger Zeit

Clemens Gruber

18.15 bis 19.45 Uhr

Neukontextualisierung von Kriegerdenkmälern

Martina Gelsinger

Hubert Lobnig/Moritz Matschke und Rosa Andraschek/Simon Nagy präsentieren aktuelle Konzepte im Umgang mit bestehenden Kriegerdenkmälern

20.00 bis 20.45 Uhr

Ausblicke auf eine neue Gedenkkultur

Podiumsgespräch

Eine Veranstaltung von Maximilianhaus, den diözesanen Fachbereichen Kunst und Kultur und Gesellschaft und Soziales sowie dem Franz und Franziska Jägerstätter Institut der KU Linz

Freitag, 22. November 2024,
16.00 bis 21.00 Uhr

Referierende:

Mag. Dr. Andreas Schmoller,
Studium der Theologie (Religionspädagogik),
Romanistik (Französisch) und Geschichte in
Salzburg und Fribourg. Seit 2018 Leiter des
Franz und Franziska Jägerstätter Instituts an der
Katholischen Privat-Universität Linz.

Mag.^{Phil.} Clemens Gruber,
Studium der Germanistik und Geschichte an
der Universität Wien; Unterrichtstätigkeit an
einem Gymnasium für die Fächer Deutsch und
Geschichte
Freiberuflicher Historiker mit Schwerpunkt Zeit-
geschichte und Erinnerungskultur

Dr.ⁱⁿ Martina Gelsinger
Kunstgeschichtestudium in Salzburg und Linz,
Kunstreferentin in der Diözese Linz, Ausstel-
lungskuratorin und Kunstvermittlerin

Beitrag: € 15,-

Anmeldung erforderlich!



Freude am Korbflechten WORKSHOP FÜR ANFÄNGER:INNEN UND LEICHT FORTGESCHRITTENE

Der Kurs für begeisterte Hobbyflechter und alle, die es noch werden wollen. Einfach zu erlernende Flechttechniken vereinen sich zu einer Vielfalt von praktischen Körben. Nach der bewährten Easy-Basket-Methode flechten Sie einen Korb Ihrer Wahl, der Ihnen viele Jahre Freude machen wird.

Die Auswahl der Körbe erhalten Sie nach der Anmeldung.

Anmeldung und Materialbestellung bis 10. November 2024 möglich.

Referent: **Erich Bendl**, Korbmacher,
www.easy-basket.at

Freitag, 22. November 2024,
14.00 bis 17.00 Uhr

Beitrag: € 39,- zuzüglich Materialkosten

Anmeldung erforderlich!



Komm' tangeln DIE ZENTANGLE®-METHODE

Die Zentangle®-Methode ist meditatives Zeichnen, das durch die strukturierten Muster und seine Einfachheit besticht. Zentangle® ist eine Wortschöpfung von Rick Roberts und Maria Thomas, den Begründer:innen dieser Methode. „Zen“ bedeutet Ruhe und „tangle“ zeichnen. Der Prozess beginnt mit einem kleinen quadratischen Stück Papier – „Kachel“ genannt. Durch den begrenzten Raum kommt es zu keiner Überforderung. Grundelemente des Zeichnens sind Linie, Kurve, Kreis und „S“. Die Schönheit von Zentangle® liegt in den unendlichen Kombinationen und Variationen sowie dem Schattieren. Durch den rhythmischen, fast hypnotischen Fluss des Stiftes – einem Fineliner - wird die Aufmerksamkeit mit sich selbst sowie die Kreativität gefördert. Das Kopfkind kommt zur Ruhe und es entsteht eine heilsame Konzentration. Nebenbei entstehen kleine Kunstwerke.

Referentin: **Regina Witz**, zertifizierte Lehrerin für die Zentangle®-Methode, Masseurin in Pension

Samstag, 23. November 2024,
9.00 bis 13.00 Uhr

Beitrag: € 57,-
Erforderliche Materialien können direkt bei der Referentin um € 14,80 erworben werden.

Anmeldung erforderlich!



Vorsprung durch Resilienz MEHR INNERE STÄRKE UND WIDERSTANDSFÄHIGKEIT DURCH HERZKOHÄRENZ

Wie können wir tragfähige Beziehungen führen, intuitiv handeln, effizient kommunizieren und optimal mit Herausforderungen umgehen? Unser Herz ist der Schlüssel dazu. Genauer gesagt: unsere Herzratenvariabilität (HRV).

In diesem Workshop tauchen wir gemeinsam ein in die faszinierenden Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche, Herz und Gehirn, wissenschaftlich fundierten Fakten und Intuition, die aus dem Herzen kommt. Darüber hinaus erhalten Sie alltagstaugliche Werkzeuge für mehr innere Ruhe, mentale Widerstandsfähigkeit und körperliches Wohlbefinden. Ergebnisse sind sogar unmittelbar messbar – mittels HRV-Messung in Echtzeit!

Referentin: Lisa Kaltenbrunner, Psychologische Beraterin, systemischer Familien-Coach und Resilienz-Trainerin

Samstag, 23. November, 8.30 bis 13.00 Uhr

Beitrag: € 79,-

Anmeldung erforderlich!



Behutsam auf Weihnachten zugehen

Möchtest du die Adventszeit nutzen, um der eigentlichen Bedeutung von Weihnachten näherzukommen? Es geht um Menschwerdung. An vier Abenden üben wir eine Haltung der Achtsamkeit und Erwartung ein und spüren den eigenen Bildern von „Mensch Sein“ nach. Die biblischen Weihnachtserzählungen sind uns dabei Inspirationsquelle für den ganz persönlichen Weg nach Betlehem.

So gehen wir bewusst – Woche für Woche – dem „Fest der Liebe“ entgegen.

Referentin: Margit Schmidinger, Seelsorgerin, Vorsitzende der KFB OÖ, talitakum.at

Dienstag, 26. November, 3., 10. und 17. Dezember 2024, jeweils 19.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: € 60,-

Anmeldung erforderlich!



Adventmarkt

Eintauchen in adventliche Stimmung, Düfte, Lichter, Dekoration. Eine Vielzahl von Kunsthandwerkern bietet ihre Arbeiten zum Verkauf, Vereine sorgen für kulinarische Köstlichkeiten. Der Adventmarkt in besonderer Atmosphäre im Schloss Puchheim. Im Maximilianhaus gibt es in der Kapelle einen Ort der Stille und Menschen für Begegnung und Gespräch. Wir sind ansprechbar. Wir freuen uns auf Sie. Falls Sie Interesse haben, Ihre kunsthandwerklichen Produkte auszustellen, treten Sie mit uns in Kontakt.

In Zusammenarbeit mit TV Hausruckwald und der Stadtgemeinde Attnang Puchheim. Details und Programm finden Sie auf www.maximilianhaus.at

Samstag 30. November 2024, 13.00 bis 19.00 Uhr, Sonntag, 1. Dezember 2024, 10.00 bis 18.00 Uhr

Eintritt: € 3,-

So kommen Sie zu uns:

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

- Bahnknotenpunkt Attnang-Puchheim (ca. 1,5 km vom Bildungshaus entfernt)
- Taxis vor dem Bahnhofsgelände
- Stadtbusverbindung Linie 1 – Ausstiegsstelle: Basilika Puchheim – Fahrtdauer: ca. 3 Minuten.
- Oder Bundesbus Linie 576 – Ausstiegsstelle Puchheim Maierhof

Anreise mit dem Auto

Folgen Sie der Beschilderung „Schloss Puchheim“

- Von der A1 kommend: A1 Westautobahn – Abfahrt Regau Richtung Vöcklabruck (B145) erste Ampel rechts Richtung Attnang-Puchheim ca. 4 km dem Straßenverlauf folgen, dann geht es bergauf; Sie sehen rechts vor sich die Kirche; Parkmöglichkeit gegenüber;
- Von der B1 kommend:

Folgen Sie in Attnang-Puchheim der Beschilderung Schloss Puchheim; parken Sie gegenüber der Kirche; gehen Sie entlang der Kirche in den Schlosshof; das Maximilianhaus befindet sich auf der anderen Seite des Schlosshofes





Der Fuchs – Kinoabend im Maximilianhaus

Ein eigensinniger Mann, der als Motorradkurier während des Zweiten Weltkriegs in der Normandie eingesetzt wird, findet einen verletzten Fuchswelpen und pflegt ihn heimlich gesund. Darüber werden schmerzhaft Gefühle und Erinnerungen an seine Kindheit als österreichischer Bauernsohn wach. Skizziert wird die ungewöhnliche Freundschaft zwischen Mensch und Tier als Parabel über Zuneigung und Verbundenheit auch unter widrigen Umständen.

Ein Film von Adrian Goiginger.

**Dienstag, 7. Jänner 2025,
19.00 Uhr, Filmdauer: 117 Minuten**

Eintritt frei!

Anmeldung erwünscht!



Yoga am Nachmittag mit Susanne

Yoga harmonisiert dein Leben, lässt schlafende Fähigkeiten erwecken und dich mit deinem wahren Selbst verbinden. Susanne unterrichtet einen ganzheitlichen Yogastil, der sowohl Körperübungen, Meditation, Atemübungen und Tiefenentspannung enthält. Geistig-emotionale Impulse runden diese Yogastunden ab und lassen dich als Einheit erstrahlen. So kannst du selbst entscheiden, was du davon in dein tägliches Leben integrieren möchtest. Beweglichkeit – neues Selbstvertrauen – neue Vitalität.

**Mittwoch, 8., 15. und 29. Jänner, 5.,
12. und 19. Februar, 5., 12., 19. und 26.
März 2025
jeweils 16.00 bis 17.15 Uhr**

Beitrag: € 125,-

Feldenkrais mit Susanne

In einer Feldenkrais Stunde, auch Bewusstheit durch Bewegung genannt, bekommst du verbale Anleitung zu bestimmten Bewegungsabläufen und kannst Intensität, eigene Möglichkeiten, Tempo und Dauer selbst bestimmen. In einem sehr entspannten Rahmen erlernst du eine gesunde Haltung für Alltag und Beruf, wirst stressresistent und kannst auch deine Leistung steigern. So entwickelst du mehr Bewusstheit über deine eigene Selbstorganisation und lernst deine persönlichen Ressourcen zu mobilisieren. Die Kursthemen sind auf die Anliegen und Bedürfnisse der Teilnehmenden abgestimmt.

**Mittwoch, 8., 15. und 29. Jänner, 5.,
12. und 19. Februar, 5., 12., 19. und 26.
März 2025
jeweils 17.30 bis 18.45 Uhr**

Beitrag: € 125,-

Yoga und Meditation mit Susanne

Wie kann Meditation uns helfen, friedvoller, gelassener und gesünder zu leben? Welche Meditationstechniken gibt es und welche sind für dich ideal? Wie kannst du Meditation im Alltag leben?

In diesem Kurs erfährst du theoretische und praktische Aspekte der Meditation. Sanfte Yogaeinheiten stimmen deinen Körper auf deine persönliche Meditationspraxis ein. Für Anfänger und alle die sich schon einmal mit Meditation angefreundet haben und diese vertiefen möchten.

**Mittwoch, 8., 15. und 29. Jänner, 5.,
12. und 19. Februar, 5., 12., 19. und 26.
März 2025
jeweils 19.00 bis 20.15 Uhr**

Beitrag: € 125,-

Trainerin: Susanne Schlesinger,
Dipl. Feldenkraispädagogin, Yoga- & Meditationslehrerin, www.lebeninbewegung.at

Anmeldung erforderlich!



Yoga mit Margit

Für Margit bedeutet Yoga, im augenblicklichen Moment „wahr zu sein“, zu lauschen, zu beobachten, sich zu erlauben und Neugierde zu leben. Yoga wirkt sich auf unzählige Weise positiv auf uns und unser Leben aus. Gleichzeitig ist es wunderbar und heilsam, die eigenen

Grenzen zu erfahren, anzunehmen und auszuweiten.

Yoga zu unterrichten bedeutet für sie viel Persönlichkeit und Empathie! Ihre Yogastunden sind harmonisch aufgebaut und klar strukturiert. Neben traditionellen „Asanas“ (Übungen) mit abwechslungsreichen Schwerpunkten fließen auch Erkenntnisse der modernen Spiraldynamik ein. Es gibt immer einen sanften Ausklang, der mit einem wohltuenden „Shavasana“ (Endentspannung) abschließt.

Margit schafft einen Raum, welcher dir die Möglichkeit bietet, deinen Körper zu kräftigen und beweglicher zu machen, der dich mit deinem Atem verbindet und dir Zeit schenkt für dich und dein Innerstes.

Trainerin: Margit Schranzinger
AYUR-Yogalehrerin, Heilmasseurin,
dipl. Gesundheitstrainerin

**Mittwoch, 8., 15., 22. und 29. Jänner,
5. und 12. Februar 2025**

Anmeldung erforderlich!

Beitrag: € 90,-



Qi Gong mit Gabi

Qi Gong bewegt Körper, Geist und Energie!

Eine alte chinesische Weisheit besagt: „Wer regelmäßig Qi Gong übt, erwirbt sich die Geschmeidigkeit eines Babys, die Robustheit eines Holzfällers sowie die Weisheit des Alters.“

Unter dem Begriff „Qi Gong“ werden Übungssysteme zusammengefasst, die in China im Lauf von Jahrtausenden entwickelt wurden. Ihnen allen liegt das Konzept des „Qi“ zugrunde, auf dem auch die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) aufbaut, sowie der Gedanke, dass Körper, Seele und Geist als eine Einheit zu verstehen sind. Qi Gong zu üben ermöglicht eine umfassendere Wahrnehmung all dieser Bereiche. Ein guter und stressfreier Umgang mit diesem „Qi“ sowie regelmäßiges Praktizieren können zu besserer Lebensqualität führen und unsere körperliche, mentale wie psychische Gesundheit bewahren bzw. fördern.

Trainerin: Gabriele Scheibl,
Qi Gong-Lehrerin, www.qi-atsu.at

Montag, 13., 20. und 27. Jänner, 3., 10. und 24. Februar, 3., 10., 17., 24. und 31. März, 7. April 2025
8.30 bis 10.00 Uhr oder 19.00 bis 20.30 Uhr

Dienstag, 14., 21. und 28. Jänner, 4., 11. und 25. Februar, 4., 11., 18., 25. und 1. und 8. April 2025,
8.30 bis 10.00 Uhr oder 17.00 bis 18.30 Uhr

Beitrag: jeder Block € 174,-

Anmeldung erforderlich!



Yoga mit Stefan

Inspiziert durch die Ausbildungsschwerpunkte in Iyengar- und Lunayoga hat sich in der langjährigen Yogapraxis ein individueller Yogastil bei Stefan entwickelt.

Mit Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen sowie Atemtechniken wird das Körperbewusstsein gefördert.

Die eigenen positiven Erfahrungen in der Yogapraxis sind für Stefan Motivation, diese mit anderen zu teilen.

Ein Drittel des Kursbeitrages wird für Sozial- und Entwicklungshilfeprojekte des Vereins „Eine Welt für alle“ Attnang gespendet.

Trainer: Stefan Schmidt, Regau,
Dipl. Hatha-Yoga-Lehrer

Dienstag, 14., 21. und 28. Jänner, 4., 11. und 25. Februar, 4., 11., 18. und 25. März, 1., 8., 22. und 29. April, 6. Mai 2025

Yoga Intensiv, jeweils 19.00 bis 20.15 Uhr
Yoga für alle, jeweils 20.30 bis 21.45 Uhr

Beitrag: € 135,- Semesterticket
€ 60,- 5er Block

Anmeldung erforderlich!



Hoffnung_los

EIN ABEND MIT WILLY & WILLI FÜR EINE ZUKUNFT, DIE SICH LOHNT

Wenn nichts mehr bleibt, bleibt Essen, Trinken, Reden, Singen, Zuhören. Oder anders gesagt: In schwierigen Situationen des Lebens braucht es Orte der Begegnung und des Austausches und der Impulse.

Hoffnung_los ist die Idee, einen solchen zu schaffen. Es soll ein Abend der Genüsse sein. Ohrenschmaus und Gaumenschmaus stehen in Verbindung. Willy & Willi werden mit Liedern, Gedanken und Impulsen diesen Abend mit Ihnen und für Sie gestalten. Getränke und ein kleiner Imbiss runden den Abend ab. Wir freuen uns, wenn Sie mit uns in eine gute Zukunft starten. Hoffnung_los

Hoffnungsboten:

Musik: Willy Horner, Gitarrist, Sänger, Mitglied in mehreren Bands unter anderem bei Willy & the poor Boys

Texte: Willi Seuffer-Wasserthal, BZ Maximilianhaus, Vielleiter

Dienstag, 14. Jänner 2025, 19.00 Uhr

Spende zur Verwendung in der pro mente OÖ, für die Arbeit mit den Menschen der FA Vöcklabruck

Anmeldung erwünscht,
spontanes Kommen
möglich!



Neubeginn: Wünsche, Ideen & Fokus für 2025 MIT KRAFT UND VISION DIE SEGEL NEU SETZEN

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, meinte einst schon Hermann Hesse. Ob Jahresanfang, Wendepunkt oder einfach Zeit, alten Ballast abzuwerfen – starten Sie mit Kraft und Vision in Ihren Neubeginn!

Schreibend verabschieden wir Vergangenes und schaffen Raum für Neues. Wir tauchen in den Ideenfluss ein, erkunden Wünsche und Visionen und setzen die Segel für 2025. Ein Workshop zum Innehalten, Reflektieren und Neuausrichten mit verschiedensten Methoden des freien und autobiografischen Schreibens. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, jede:r schreibt für sich.

Referentin: Lisa Fuchs, Schreibcoach und Achtsamkeitstrainerin

Freitag, 17. Jänner 2025, 14.00 bis 18.00 Uhr

Beitrag: € 66,-



Natur im Konzert

Ben Venuto spielt ein Live-Entspannungs-Konzert auf verschiedenen Instrumenten, vorwiegend auf Handpans. Gleichzeitig zeigt er seine selbstgedrehten, inspirierenden Naturfilme und nimmt dabei das Publikum mit auf eine musikalische Reise in unsere wunderschöne Natur. Es ist Entspannung und Erlebnis pur.

Referent: Bernhard Ziegl,
www.ben-venuto.at

Dienstag, 21. Jänner 2025 19.00 bis 20.00 Uhr

Beitrag: € 18,-





Gewaltfreie Kommunikation JAHRESINTENSIVTRAINING

Dieses Intensivtraining ist etwas für dich, wenn du ...

- die Gewaltfreie Kommunikation vertiefen, festigen und nachhaltig in deinem Leben verankern möchtest,
- dir mehr Souveränität in Gesprächen im Beruf, in der Familie und im öffentlichen Leben wünschst,
- Mitgefühl nach innen und außen stärker integrieren möchtest,
- deine Themen in einer geschützten Gruppe Gleichgesinnter in wertschätzendem, achtsamem Umfeld bearbeiten möchtest,
- von Trainer:innen mit viel Erfahrung lernen möchtest,
- Seminartage bei anerkannten Fachverbands- oder CNVC-Trainer:innen sammeln möchtest, bereit bist, dich beim Lernen auch selbst aktiv einzubringen, um durch Erfahrung zu lernen,
- einen Mix aus Spaß, Tiefe, Leichtigkeit und Intensität genießt.

Inhalte/Methoden

Nicola und Thomas vermitteln die Gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg nun seit über 10 Jahren und bilden sich laufend weiter. In diesem Training möchten sie ihre ganze Schatzkiste an Erfahrung und Methoden zur Verfügung stellen, um zu intensivem Wachstum beizutragen:

- Alltags-Konflikt-Lösungstraining (Alltagsmediation)
- Arbeiten mit dem inneren Team
- Umgang mit starken Gefühlen und herausfordernden Situationen
- körperzentriertes Arbeiten in Kombination mit Selbstreflexion, u.a. TRE – Trauma Release Exercises
- Achtsamkeitspraxis (Elemente aus Robert Gonzales, meditative Übungen, Einbinden von Naturerfahrung)
- Üben anhand aktueller lebendiger Fallbeispiele und Rollenspiele in geschütztem Rahmen
- Gruppendynamik: Einbinden neuer Methoden der Entscheidungsfindung – z.B.: Soziokratie, Systemisches Konsensieren, Kreisarbeit u.v.m
- Strategien für Deeskalation und Entspannung
- Angebote zum selbstverantwortlichen Üben zwischen den Seminaren
- Theorie abwechselnd mit spielerischen, erlebnisorientierten Übungen in Einzel-, Paar- und Gruppenarbeit
- Intensivierung von Empathie nach innen und außen
- Humor, Spiel und Bewegung

Referierende:

Nicola Abler-Rainalter, vom Fachverbands Anerkannte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation nach M.B. Rosenberg, staatlich anerkannte Lebens- und Sozialberaterin, Coaching und Supervision,

Ing. Thomas Abler, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, Teamtrainer, Trainer Führungsmethodik, TRE-Provider, Coach

Samstag, 25. Jänner, 15. Februar, 22.

März, 26. April, 24. Mai, 21. Juni, 27.

September, 25. Oktober, 22. November, 6.

Dezember 2025

Reservetermin: 13. Dezember 2025, jeweils 9.30 bis 18.15 Uhr

Beitrag: € 1375,-

Der Preis beinhaltet neben dem Seminarbeitrag auch Kursunterlagen, Flipchart-Foto-Protokoll und Impulse für das Üben zwischen den Seminartagen.

Falls Sie teilnehmen möchten, die Finanzierung jedoch eine Hürde darstellt, treten Sie bitte mit uns in Kontakt.

Die Details entnehmen Sie bitte dem Einzel-falter auf www.maximilianhaus.at

Wird als Teil der Ausbildung zum GFK-Alltagspractitioner anerkannt.

Anmeldung erforderlich!



Workshop in Cranio-Sacraler Therapie

Im Basis-Workshop werden Sie in praxisorientierter Weise in die mit sanfter und leichter Berührung arbeitende Methode der Cranio-Sacralen Therapie eingeführt. Diese aus der Osteopathie entstandene manuelle Körperbehandlung hilft den Einfluss von Stress zu lindern, stärkt die körpereigene Abwehr und unterstützt Ihren Weg zu Wohlbefinden und Gesundheit. Sie werden einfache aber tiefgreifende Techniken aus der Cranio-Sacralen Therapie gezeigt bekommen und erleben, wie diese die Selbstheilungskräfte anregen können. Ein solides Verständnis, was Cranio-Sacrale Therapie ist, wie sie sich entwickelt hat und warum sie effektiv ist, sind weitere Themen dieses Workshops. Nach dem Motto „Lernen durch Entdecken-Erfahren“ werden Sie u.a. lernen:

- Wahrnehmen des Rhythmus des Cranio-Sacralen Systems
- Durchführen von bewährten Basistechniken an sich selbst und Ihren Lieben
- Erkennen Ihrer Rolle für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden

Referent: Markus Hatheier, Osteopath und langjähriger Cranio-Sacral Therapeut

Samstag, 25. Jänner 2025, 9.00 bis 16.00 Uhr

Beitrag: € 105,-

Anmeldung erforderlich!



Drahtkörbe flechten

Getreu einer alten Tradition unserer Region werden an diesem Nachmittag je nach Belieben entweder Zeger, Körberl, Dekoherzen oder andere individuelle Werkstücke aus Draht gebunden. Es werden dabei zwei verschiedene Bindetechniken vorgestellt. Intensivkurs – je nach handwerklichem Geschick schafft man mehrere verschiedene

Werkstücke an einem Nachmittag.

Referentin: Sylvia Graf Vor 9 Jahren ließ sie sich das Zögerbinden von Josef Fischnaller beibringen.

Freitag, 31. Jänner 2025, 14.00 bis 20.00 Uhr

Beitrag: € 48,- zuzüglich Materialkosten (ca. € 10,- bis € 15,-) direkt vor Ort bar zu bezahlen.

Anmeldung erforderlich!



Chile-Argentinien VON DER ATACAMA BIS ANS ENDE DER WELT

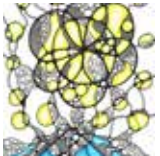
Begleiten Sie die 3 Kunstmann-Brüder auf ihrer unvergesslichen Reise entlang der längsten Gebirgskette der Welt, den Anden. Von den trockenen, surrealen Landschaften im Norden Chiles und Argentinien führen die abenteuerlichen Herausforderungen bis zu den abgelegenen Weiten des patagonischen „Endes der Welt“ sowie nach Feuerland und zu den Osterinseln. Diese fesselnde Multimedia-Show bietet einen atemberaubenden Blick. Diese extremen Gegensätzen Südamerikas werden Sie begeistern. Höhepunkte sind u.a. Aufnahmen von oben, teils mit Hubschrauber, einer Cessna und mittels Drohnen, die die Landschaften in anderen und unbekannten Perspektiven erstrahlen lassen.

Vortragender: Wolfgang Kunstmann,
Reisefotograf, Salzburg

Mittwoch, 29. Jänner 2025, 19.00 Uhr

Beitrag:
€ 18,- bei Vorreservierung,
€ 20,- Restplatzkarten an der Abendkassa

Anmeldung erbeten!



NEURODINGS® – Jetzt wird entrümpelt BEFREIE DICH VON ALLEM UNBRAUCHBAREN!

Wie oft haben wir schon gehört: „Du musst das vergessen! Lass es doch einfach sein. Lass los und schau in die Zukunft!“ Oftmals fällt es uns sehr schwer, Gewohntes loszulassen. Hinter dem Loslassen steht oftmals die Angst vor dem Ungewissen und Unbekannten. Vielleicht liegt es aber auch daran, dass Loslassen ein innerer Abschied ist. Nicht loszulassen bedeutet, dass wir an Situationen, Personen festhalten, die uns körperlich und seelisch auf die Gesundheit schlagen. Das hindert uns daran, aus unserem Ganzen zu schöpfen. So halten wir an etwas fest, das uns blockiert und uns in unserem Vorwärtstkommen bremst. In diesem Workshop befreien Sie sich von allem, was Sie belastet und Sie zurückhält. Durch einfache Linien, Formen und Farben transformieren Sie Ihre Angst vor dem Loslassen und richten Ihre Aufmerksamkeit auf die positiven Auswirkungen Ihres Loslassens. Befreien Sie sich von allem, was Sie nicht mehr benötigen! Sie erhalten positive Energie, Leichtigkeit und Begeisterung für Ihr Weiterkommen.

Referentin: Gudrun Scharax,
Dipl. NEURODINGS®-Trainerin, WIFI-NEURODINGS®-Co-Trainerin, ISO zertifizierte
Erwachsenentrainerin,
www.gudrun-scharax.com

**Samstag, 1. Februar 2025,
9.00 bis 13.00 Uhr**

Beitrag: € 57,-

Anmeldung erforderlich!



Gewaltfreie Kommunikation SCHNUPPERWORKSHOP – PRÄSENZ/ONLINE

Die GFK (Gewaltfreie Kommunikation) unterstützt uns dabei, mit Sprache bewusster und verantwortungsvoller umzugehen. Sie lenkt unsere Aufmerksamkeit auf Gefühle und Bedürfnisse und hilft uns zu vermeiden, was Widerstand und Verletzung provoziert: Bewertungen, Kritik, Schuldzuweisungen, Forderungen ... Gewalt eben!

In der GFK lernen wir:

- uns so auszudrücken, dass wir eine echte Chance haben, gehört zu werden und zu bekommen, was wir brauchen,
- Gedankenmuster, die zu Ärger und Aggression führen, zu verstehen und abzubauen,
- Konflikte zu lösen, ohne unsere Anliegen aufzugeben, noch unsere Beziehungen aufs Spiel zu setzen,
- Vorwürfe, Kritik und Forderungen nicht persönlich zu nehmen, sondern mitfühlend herauszuhören, welche Bedürfnisse sich dahinter verbergen.

Referierende:
Nicola & Thomas Abler, Trainer:in in
Gewaltfreier Kommunikation

Präsenz:
**Dienstag, 4. Februar 2025
19.00 bis 22.00 Uhr**
Online:
**Mittwoch, 12. Februar 2025
19.00 bis 22.00 Uhr**

Beitrag: € 17,-

Anmeldung erforderlich!



Pflanzenschutz und -stärkung im Biogarten

Wie stelle ich Tees, Brühen und Jauchen möglichst einfach her? Praktische Tipps und Tricks sowie Infos zur Anwendung. Wo erledigen diese Arbeit bereits Nützlinge? Natürlich kann auch alles gefragt werden, was im eigenen Garten ansteht.

Vortragende: Kathrin Neuhuber, Gärtnermeisterin und **Josefine Neuhuber,** Kräuterbäuerin, www.krauterhof-neuhuber.at

**Mittwoch, 5. Februar 2025,
18.30 bis 20.00 Uhr**

Beitrag:
€ 12,- mit Vorbestellung
€ 15,- Abendkassa

Anmeldung erbeten!





Grönland – EXPEDITION ICE CAP

Sieben Männer, drei Frauen und 26 Schlittenhunde durchquerten in einer internationalen Expedition Grönland. 600 Kilometer gegen Eis, Sturm und Gletscherspalten. Mit dabei der Österreicher Wolfgang Melchior. In einer faszinierenden Multimediashow zeigt Wolfgang Melchior diese Grönland-Durchquerung. Seine Live-Reportage voller spannender Momentaufnahmen und berührender Begegnungen lässt die Zusehenden ein packendes Abenteuer hautnah erleben.

Vortragender: Dr. Wolfgang Melchior, studierte Germanistik, Philosophie, Psychologie, Pädagogik und Sportwissenschaften. Er bereiste beide Pole der Erde, war viele Jahre auf der Seidenstraße unterwegs und stand mehrere Male am Dach Afrikas. Er ist Reisefotograf, Autor, Vortragender und Abenteurer. Weitere Informationen unter: www.wolfgang-melchior.com

**Donnerstag, 6. Februar 2025,
19.00 bis 20.30 Uhr**

Beitrag:
€ 15,- Vorreservierung,
€ 17,- Restkarten an der Abendkasse

Anmeldung erbeten!



Lebenslacher – Humorvoll durchs Leben schreiben BIOGRAFISCHES SCHREIBSEMINAR MIT AUGEN- ZWINKERN

Lachen ist die beste Medizin – das gilt nicht nur für den Moment, sondern auch für die Erzählung unseres Lebens. In diesem Seminar entdecken wir gemeinsam die Kraft des Humors, um unsere Lebensgeschichte mit Leichtigkeit und Witz zu gestalten. Unsere Trainerin führt Sie durch inspirierende Übungen, die Ihnen helfen, Ihre persönlichen Anekdoten, lustigen Begebenheiten und skurrilen Situationen zu erkunden. Von den kleinen Missgeschicken des Alltags bis zu den großen Triumphen des Lebens – alles kann zu einer humorvollen Erzählung werden. Egal, ob Sie Ihre Biografie für sich selbst, Ihre Familie oder sogar für ein breiteres Publikum verfassen möchten, dieses Seminar bietet Ihnen die Werkzeuge und das Selbstvertrauen, um Ihre Geschichte mit einem Lächeln zu erzählen.

Referentin: Astrid Gaisberger, Trainerin für Biografiearbeit, Schriftstellerin

**Samstag, 8. Februar 2025,
9.30 bis 16.30 Uhr**

Beitrag: € 96,-
PG 1 und PG 2: € 89,- (Mitarbeiter:innen KBW)

Anmeldung erforderlich!



body'n brain®

Zahlreiche Seniorinnen und Senioren bleiben mit den Tipps von body'n brain® bis ins hohe Alter geistig fit und aktiv. Im 10-teiligen Kurs erfährst du:

wie du spielerisch dein Kurz- und Langzeitgedächtnis trainieren kannst

- wie du Körper und Geist aktivierst und damit bis ins hohe Alter fit bleibst
- wie du effektiv Alzheimer und Demenz vorbeugen kannst
- wie du deine Vitalität und Lebensfreude steigern kannst
- wie Du Deine Schlafqualität enorm verbessern kannst
- wie Du zu Deiner aktiven Sturzprophylaxe beitragen kannst

Trainerin: Kornelia Janaczek, zertifizierte body'n brain® Trainerin

**Infovortrag: Montag, 10. Februar, 2025,
18.30 bis 20.00 Uhr, freiwillige Spende**

Kursreihe: Montag, 24. Februar, 3., 10., 17., 24., 31. März, 7., 28. April, 5. und 12. Mai 2025, jeweils 16.00 bis 17.00 Uhr

Beitrag: € 180,-

Anmeldung erforderlich!



Für Pessimismus ist es zu spät – online HOFFNUNG LEBEN IN DER KLIMAKRISE

Der Klimawandel ist zur Klimakrise geworden und droht, zur globalen Klimakatastrophe zu werden. Die bekannte Klimaforscherin Helga Kromp-Kolb engagiert sich seit vielen Jahren, um auf diese Entwicklung hinzuweisen und zu motivieren, entschiedene Maßnahmen zum Gegensteuern zu ergreifen. Kein Land ist zu klein und keine Person ist zu unwichtig: Jeder und jede hat Möglichkeiten, etwas beizutragen: Die Industrie, die Landwirtschaft, die Politik, die Kirchen und sonstigen Einrichtungen und nicht zuletzt jede/r Einzelne durch seinen/ihren Lebensstil und sein Kauf- und Wahlverhalten. „Wir sind Teil der Lösung“ – wenn wir uns das bewusst machen, gewinnen wir neue Kraft und Hoffnung – zum Engagement, zu einem klimafreundlichen Lebensstil – und nicht zuletzt neue Lebensqualität. Neben der Darstellung der bedrohlichen Fakten und der vielfältigen Chancen benennt die Referentin auch ihre Hoffnungsquellen und lädt ein, die eigenen Hoffnungspotentiale zu aktivieren und somit ins Handeln zu kommen.

**Referentin: Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ
Helga Kromp-Kolb**, Wien

Dienstag, 4. März 2025, 19.00 Uhr online

Teilnahmebeitrag: € 9,-
Link wird am Tag der Veranstaltung zugesandt!

Anmeldung erforderlich!



Talitakum STEH AUF UND GEH

Bist du auf der Suche nach einem Leben, das einfach und doch wesentlich ist, das von Vertrauen und Liebe geprägt ist? Fühlst du dich mit deinen christlichen Wurzeln verbunden und suchst du neue Formen, wie du eine geerdete, zeitgemäße Spiritualität leben kannst?

In der Fastenzeit 2024 startet Margit Schmidinger ihre 6-WÖCHIGE-LEBENSCHULE

- WÖCHENTLICHER PODCAST mit zeitgemäßen, stärkenden Impulsen
- GEDRUCKTES WORKBOOK mit täglichen Impulsen und Fragen
- PERSÖNLICHE BEGLEITUNG und wöchentliche Präsenz- oder Online-Meetings.

Alles, was du dafür brauchst, ist täglich etwas Zeit und die Bereitschaft, dich auf einen spirituellen Prozess einzulassen.

Referentin: Margit Schmidinger,
Seelsorgerin und Begleiterin

online:

Montag, 10., 17., 24. und 31. März,
7. und 14. April 2025,

jeweils 19.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: € 75,- für Workbook, Onlinezugang und Austauschtreffen via Teams

Präsenz:

Dienstag, 11., 18. und 25. März,

1., 8. und 15. April 2025,

jeweils 19.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: € 75,- inkl. Workbook und Onlinezugang für die Podcasts

Anmeldung erforderlich!



Heilsames Fasten

Aus freiem Entschluss über längere Zeit (mind. einige Tage) keine feste Nahrung zu sich nehmen, dafür mehr als der Durst verlangt zu trinken, ist Heilfasten. Das hat aber nichts mit einer anstrengenden Hungerkur zu tun – Fasten ist ein ganzheitlicher Prozess – für Körper, Seele und Geist in gleichem Maße hilfreich. Fasten sorgt für Entgiftung und Entschlackung des Körpers, reduziert Übergewicht, stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte, baut Stress ab, löst seelische Blockaden, führt zu mehr Selbstvertrauen und innerer Stabilität, reinigt den Geist und macht nicht zuletzt offener für das Religiöse. Fünf Abende, an denen in das Fasten eingeführt und der Prozess des Fastens begleitet wird. Übungen, die das Erleben bereichern und die spirituelle Dimension des Fastens verdeutlichen.

Beitrag: € 92,-
Anmeldung erforderlich!

Referent: Mag. Wolfgang Singer,
Altmünster, Theologe, Psychotherapeut

Mittwoch, 12. März, Freitag, 14. März,
Sonntag, 16. März, Dienstag, 18. März
und Donnerstag, 20. März 2025,
jeweils 19.30 bis 21.00 Uhr

Beitrag: € 92,-

Anmeldung erforderlich!



Unterwegs im Team AKADEMIE FÜR EHRENAMTLICHE



Als Ehrenamtliche erleben Sie unterschiedliche Teams und gestalten diese durch Ihre Leitung oder Ihr Mitwirken. In diesem Workshop bieten wir praktische Methoden und mögliche Ansätze zu folgenden Fragen:

bieten wir praktische Methoden und mögliche Ansätze zu folgenden Fragen:

- Wie kann kollegiale Leitung gelingen?
- Welche Voraussetzungen braucht es für ein gutes Miteinander?
- Wie können wir einladend Team sein - für neue Mitglieder?
- Teambuilding – Wie kann das konkret gehen?

Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Fachbereich Ehrenamt und Pfarrgemeinde.

Referierende: Daniela Klein, Referentin
für Ehrenamt, Willi Seuffer-Wasserthal,
Dekanatsassistent

Freitag, 14. März 2025,
18.00 bis 21.00 Uhr

Beitrag: Kosten übernimmt die Diözese Linz

Anmeldung erforderlich!



EPL – Das Geheimnis glücklicher Paare KOMMUNIKATIONSTRAINING FÜR PAARE

„Jenseits von Richtig und Falsch liegt ein Land. Dort treffen wir uns.“
Rumi

Die herumliegenden Socken, unterschiedliche Vorstellungen von Urlaub, Freizeit usw. können Auslöser für Streitigkeiten sein.

Weil zwei Menschen verschiedene sind und verschiedene Bedürfnisse und Erwartungen haben, ist es nicht immer einfach, auf einen gemeinsamen Nenner zu kommen. In unseren Kommunikationstrainings (EPL) lernen Sie, konstruktive Gespräche mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin zu führen.

- Sie lernen, Ihre Vorstellungen, Bedürfnisse, Gefühle und Wünsche wahrzunehmen und dem Partner/der Partnerin darüber zu erzählen.
- Sie lernen, Ihrem Partner/Ihrer Partnerin aufmerksam zuzuhören.
- Sie erarbeiten grundlegende Streitregeln für gute Gespräche und faire Problemlösung.

Sie besprechen die persönlichen Themen mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin in einem eigenen Raum. Die Besonderheit des Seminars liegt in der kleinen Kursgruppe. Zwei speziell ausgebildete Kommunikationstrainer:innen begleiten Sie.

Inhalte: Erwartungen an die Partnerschaft, Intimität und Sexualität, gemeinsame Werte, Spiritualität und Glaube, Ansprechen von Gefühlen, Problemlösungen.

Referierende:

Martina Freund, Elementarpädagogin,
Dipl. Montessori-Pädagogin, EPL Trainerin und
Ing. Thomas Freund PMM, NLP Practitioner,
Mediator, Techniker, EPL Trainer

Freitag, 14. März 2025

16.00 bis 19.00 Uhr

Samstag, 15. März 2025

9.30 bis 18.00 Uhr

Sonntag, 16. März 2025

9.30 bis 13.00 Uhr

Beitrag: € 335,- pro Paar

Anmeldung erforderlich!



GLAUBEN (ver) SUCHEN



Grundkurs Bibel – Neues Testament 2

Für viele Christinnen und Christen ist die Bibel ein „Buch mit sieben Siegeln“. Der „Grundkurs Bibel“ will daher lebendige Zugänge zu dieser Ur-Kunde unseres christlichen Glaubens eröffnen und Freude und Neugier an der Bibel wecken. Ein gutes Basiswissen und das persönliche Erleben im Umgang mit der Heilsbotschaft Gottes stärken das Vertrauen in die eigene Kompetenz beim Bibellesen.

Das gemeinsame Fragen und Suchen sowie der Austausch von eigenen Erfahrungen findet in einer gleichbleibenden Gruppe statt; so kann eine Weggemeinschaft im Glauben wachsen. Das vermittelte biblische Wissen wird erfahrbar gemacht und vertieft durch kreative, meditative und liturgische Elemente mit dem Ziel, den Menschen in seiner Ganzheit anzusprechen.

Themen der Wochenenden

- Paulus – Apostel Jesu Christi
- die Kindheitsgeschichten Jesu (Vorgeschichte)
- Bergpredigt und Apostelgeschichte als Gemeindemodelle
- das Johannesevangelium entdecken

Begleitung: Mag.a Karin Hintersteiner,
Theologin, Bibelwerk Linz

28./29. September 2024

16./17. November 2024

8./9. Februar 2025

26./27. April 2025

jeweils Samstag 9 Uhr bis Sonntag 12.30
Uhr (mit Abendeinheit am Sa)

Kursbeitrag:

€ 230,- für alle vier Wochenenden

Anmeldung:

Mistlberg 20, 4284 Tragwein,

07263 86011-0,

bildungshaus@greisinghof.at



Dialog statt Block – eine franziskanische Grundhaltung VORTRAG

„Wenn wir in der Gesellschaft, in der Familie, bei der Arbeit im Gespräch bleiben und dabei unsere Sprache mit Feingefühl und Wahrhaftigkeit einsetzen, können wir Spaltungen vermeiden und neue Beziehungsbrücken aufbauen. Besinnen wir uns auf Wertschätzung und Achtsamkeit! Eine der wichtigsten Aufgaben ist es, im Gespräch zu bleiben und nicht in die Verweigerung zu gehen“, betont Sr. Angelika Garstenauer.

Die Franziskanerinnen von Vöcklabruck rufen in ihrem Magazin zum Dialog auf, da in Zeiten von Social Media Konflikte oft schnell eskalieren und Menschen in „Gut“ und „Böse“ eingeteilt werden. Generaloberin Sr. Angelika Garstenauer mahnt, offen und respektvoll im Gespräch zu bleiben. Franziskus, der trotz Feindseligkeit den Dialog mit dem Sultan suchte, um Frieden zu stiften, zeigt uns den Weg vor.

Die Franziskanerinnen sehen Dialog als zentrale franziskanische Haltung und betonen Respekt und den Willen zum Frieden. Was können wir vom Hl. Franz von Assisi lernen und wie gelingt es uns, Fremden mit Freude statt Angst zu begegnen?

Sr. Angelika Garstenauer, Generaloberin der
Franziskanerinnen Vöcklabruck,

Mittwoch, 2. Oktober 2024, 18.00 Uhr

Eintritt: freiwillige Spenden

Anmeldung:

Riedholzstraße 15a, 4910 Ried, 07752 82742,

franziskushaus@dioezese-linz.at



Zeigt Euch! 21 Portraits namenloser Frauen der Bibel

Sie werden übersehen, überlesen, nicht weiter beachtet. Doch alle hatten einmal einen Namen, der vergessen wurde oder in der Überlieferung verloren ging. Alle hatten eine Geschichte, die wir von manchen noch in Teilen kennen, von manchen gibt es nicht einmal einen ganzen Satz in der Bibel.

Weshalb und wie erinnern wir namenlose Frauen der Bibel? Was erzählen unsere Geschichten über die Frauen damals und was über uns und unsere Zeit? Wie können sie in pastoralen Praxisfeldern eingesetzt werden?

Die Arbeit zu und mit diesen Fragen ist der Leitfaden für diesen Tag. Kontextuelle Exegese und Pastoral finden hoffentlich zusammen, wenn wir an und mit biblischen Texten und den Erzählungen des Buches arbeiten. Vielleicht gelingt es sogar, eine eigene Erzählung einer namenlosen Frau zumindest zu skizzieren – denn jede und jeder von uns erinnert anders.

Leitung : Barbara Janz-Spaeth, Pastoralreferentin, arbeitet als Referentin für Theologie, Bibel und Spiritualität in der Diözese Rottenburg-Stuttgart

Donnerstag, 10. Oktober 2024,

09.00 bis 16.00 Uhr

Anmeldung:

Volksgartenstraße 18, 4020 Linz, 0732

667026, hdf@dioezese-linz.at



Die Dinos dachten auch, sie hätten noch Zeit VORTRAG

Unkonventionell, humorvoll und kritisch setzt sich Carsten Leinhäuser dafür ein, dass Kirche wieder wird, was sie einmal war: ein Hoffnungsschimmer, ein Rettungsboot, agil, mutig, verständlich. Der 1979 geborene Saarländer ist katholischer Priester und schreibt hoffnungsgebende Bücher für alle, die sich nach neuen Formen sehnen, um ihren Glauben zu leben. Damit es Kirche mit ihren aktuellen Überlebenskonzepten nicht geht wie den Dinosauriern, deren Zeit schlicht und ergreifend vorbei ist. Ein begeisternder Impulsabend für alle, die das Feuer der Frohen Botschaft weitergeben.

Carsten Leinhäuser, Winnweiler
Priester, Abenteurer, www.vaticarsten.de

Sonntag, 17. November 2024,
18.00 bis 19.30 Uhr

Kursbeitrag: € 15,-

€ 7,- für Ehrenamtliche in der Diözese Linz

Anmeldung: Puchberg 1, 4600 Wels, 07242

47537, puchberg@dioezese-linz.at



„Hoffnung ... in mir ...“ WORKSHOP

In jedem Menschen steckt ein riesiges Potenzial, sein Leben in die Hand zu nehmen, es selbstbestimmt und hoffnungsvoll zu gestalten und es gemeinsam mit anderen zu etwas Großem werden zu lassen. Der Mensch ist schließlich ein wunderbares, sehr besonderes, kreatives Wesen, das zu vielem fähig ist. Nicht immer ist uns das bewusst, nicht immer liegen alle unsere Fähigkeiten offen zutage. Viele Talente schlummern in uns und wollen ans Tageslicht und in die Welt gebracht werden. Dieses Potenzial in uns zu entdecken und damit in die heute vielfach so herausfordernden Zeiten einzutauchen, unser Leben und das von anderen mitzugestalten, um uns gegenseitig zu stärken und Hoffnung zu geben, will der Kurs ermöglichen.

Inhalte:

- die persönliche Vision des eigenen Lebens entwickeln
- die eigenen Stärken und Talente in das eigene Leben integrieren
- Herausforderungen annehmen und gestalten
- passend zur Persönlichkeit die Ausrichtung des eigenen Lebens stärken oder neu anpassen

Referentin: Univ.Prof.ⁱⁿ Dr.in Ines Weber,
Leitung des Projekts gute gesellschaftliche
Persönlichkeitsbildung und Professorin für
Kirchengeschichte und Patrologie, KU Linz

**Samstag, 25. Jänner 2025,
9.00 bis 13.00 Uhr**

Regiebeitrag: € 62,-

Anmeldung: 4400 Steyr, Grünmarkt 1,
Telefon: 07252/45 400,
dominikanerhaus@dioezese-linz.at

Orient & Ferner Osten
Saudi Arabien,
Jordanien,
China und Japan

Der Gosauer
Helmuth Pichler

Donnerstag 21.11.2024
Beginn 19:30 Uhr
Treffpunkt Pfarre Timelkam
Eintritt: € 19,- Kinder 9,-

Katholisches Bildungswerk, Alois Höfl, 0699-120 389 77
Wir ersuchen um klimaschonende Anreise!



Humor in Welt und Kirche?
Gibt's da noch was zu lachen?

Johannes Pausch,
Pater in Gut Aich

Mittwoch 9.10.2024
Beginn 19:30 Uhr
Treffpunkt Pfarre Timelkam
Eintritt: € 5,00

Katholisches Bildungswerk, Alois Höfl, 0699-120 389 77
Wir ersuchen um klimaschonende Anreise!

GESCHÄFTSBEDINGUNGEN IM ÜBERBLICK:

Die aktuellen und detaillierten Geschäftsbedingungen finden Sie auf www.maximilianhaus.at.

Programmänderungen

sind vorbehalten und werden angemeldeten Interessierten mitgeteilt.

Anmeldungen

Sie können sich schriftlich, telefonisch, per Mail anmelden. Sie erhalten bei Seminaren, die teurer als € 25,- sind, eine Anmeldebestätigung. Bei Angeboten, die unter dieser Summe liegen, ist jede Art der Anmeldung bindend. Der Beitrag ist in diesem Fall am Beginn der Veranstaltung in bar zu begleichen.

Absage

Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmendenzahl behalten wir uns eine Absage vor. Die bereits geleisteten Beiträge werden zurückbezahlt.

Stornierung

Soweit im Programm nicht anders angegeben, können Anmeldungen bis 10 Tage vor Kursbeginn kostenlos storniert werden. Bei späterer Abmeldung ist der Kursbeitrag vollständig zu leisten. Diese Gebühr entfällt, wenn ein:e von Ihnen genannte:r Ersatzteilnehmer:in die Veranstaltung besucht. Wenn Sie eine laufende Veranstaltung vorzeitig unterbrechen oder beenden, kann der Teilnehmer:innenbeitrag nicht rückerstattet werden.

Veranstaltungsort

Alle Veranstaltungen, sofern nicht anders angegeben, finden im Bildungszentrum Maximilianhaus in Attnang-Puchheim statt.

Haftung

Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen ist grundsätzlich eigenverantwortlich. Das Maximilianhaus übernimmt keine Haftung für Unfälle und Schäden aller Art.

Das liebe Geld ...

Bei einigen unserer Kurse ist eine Ermäßigung des Kursbeitrages möglich. Sollten Sie großes Interesse an einem Kurs haben, aber sich diesen aus persönlichen Gründen nicht leisten können, melden Sie sich bitte. Wir finden eine gemeinsame Lösung (Ermäßigung, spätere Bezahlung ...).

Barrierefreiheit

Unser Haus ist im Erdgeschoß zu 100 % barrierefrei. Im Franziskasaal befindet sich eine Induktionsschleife. Falls Sie besondere Bedürfnisse haben und an einem speziellen Seminar teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bei uns. Wir unterstützen Sie, damit Ihre Teilnahme möglich wird.

Fotorechte

Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass Fotos und Filme, die von Ihnen im Rahmen der Veranstaltung gemacht werden, vom Maximilianhaus veröffentlicht werden dürfen.

Datenschutz

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung im Maximilianhaus willigen Sie ausdrücklich ein, dass Ihre personenbezogenen Daten für die Abwicklung und den Zahlungsverkehr elektronisch gespeichert und verarbeitet werden. Sie stimmen mit Ihrer Anmeldung der Übermittlung des Maximilianhausprogramms zweimal jährlich bzw. unseres Newsletters bis zu 12-mal jährlich zu. Zu diesem Zwecke werden Ihre Daten elektronisch gespeichert und verarbeitet. Diese Zustimmung kann jederzeit telefonisch, postalisch und per E-Mail widerrufen werden.

Bildnachweis:

Alle Bildrechte in unserem Programm liegen, wenn beim Bild nicht anders angegeben, entweder bei den Referierenden oder beim BZ Maximilianhaus.

Hoffnung leben – Jahresschwerpunkt



Baustellen der Hoffnung

Referent: P. Martin Welen, Benediktiner

Donnerstag, 24. Oktober 2024,
19.30 Uhr
Nähere Infos auf Seite 17



Hoffnung_los

Hoffnungsboten:

Musik: Willy Horner, Gitarrist, Sänger, Mitglied in mehreren Bands,
unter anderem bei Willy & the poor Boys

Texte: Willi Seuffer-Wasserthal, BZ Maximilianhaus, Vielleser

Dienstag, 14. Jänner 2025, 19.00 Uhr
Nähere Infos auf Seite 25

Anmeldung für die Veranstaltung/en:

Vortrag/Seminar/Workshop

Name, Adresse und Telefonnummer

Bitte senden Sie in Zukunft auch ein Programm an:
(Name und Adresse)

bitte aus-
reichend
frankieren

Bildungszentrum Maximilianhaus

Gmundner Straße 1b
4800 Attnang-Puchheim

**Das nächste Programm erscheint
im Jänner 2025**

Impressum

Programm Maximilianhaus
August 2024 bis Februar 2025
31 Jahrgang, Nummer 89

Inhaber/Verleger:
Diözese Linz, Maximilianhaus

Herausgeber:
Pastoralamt der Diözese Linz,
Bildungszentrum Maximilianhaus

Für den Inhalt verantwortlich:
Wilhelm Seuffer-Wasserthal

Alle: Gmundner Straße 1b,
4800 Attnang-Puchheim

Hersteller: eco-druck e.u., Attnang-P
Verlagsort: 4800 Attnang-Puchheim
Verlagspostamt: 4800 Attnang-Puchheim
Kundennummer: 0021017620
Herstellungsort: Attnang-Puchheim