

BILDUNGS- PROGRAMM

Herbst/Winter 2024/25

Katholisches
Bildungswerk 00



**BILDUNG
DIE KREISE
ZIEHT!**

LICHT FÜREINANDER SEIN UND DAS FEUER WEITERGEBEN



Maria Otruba

LIEBE BILDUNGSINTERESSIERTE UND -BEGEISTERTE,

in einer Welt, in der sich sämtliche Bedingungen, auch die wirtschaftlichen, ständig verändern und Ressourcen immer knapper werden, stehen wir alle vor der großen Herausforderung, Bildung für alle Menschen zugänglich und qualitativ hochwertig zu gestalten.

Wie schon Albert Einstein erkannte: „Bildung ist nicht das Befüllen von Fässern, sondern das Entzünden von Flammen.“ Hier steht dieses entzündliche Symbol sowohl für das innere Feuer als auch für Erleuchtung und die Ausbreitung dieser.

Sie halten ein Bildungsprogramm in Händen, das versucht, diesen Ansätzen und Haltungen gerecht zu werden. Wir finden immer wieder Möglichkeiten und Lösungen, damit jede Person die möchte, sich ihre persönlichen Bildungsschritte leisten und ermöglichen kann.

Das Schöne an der Arbeit im Bildungsbereich ist auch, dass unsere Flammen Kreise ziehen, auch durch den guten Nährboden, der im christlichen Glauben vorhanden ist, oder im Bild gesprochen, durch den Heiligen Geist, der uns befeuert und bereichert.

*„So soll euer Licht vor den Menschen leuchten, damit sie eure guten Werke sehen und euren Vater im Himmel preisen.“
Evangelium nach Matthäus, Kapitel 5,16*

Seien wir Licht füreinander und halten wir das Feuer am Brennen!

Mit bestem Dank und guten Wünschen
Maria Otruba
Geschäftsfeldleiterin SelbA – Selbständig und Aktiv



INHALTSVERZEICHNIS

SPIEGEL-Elternbildung	S 6
KBW-Treffpunkt Bildung	S 7
SelbA - Selbständig & Aktiv	S 8
Bibliotheksfachstelle der Diözese Linz	S 9
Szenario - das Theaterabo	S 9
Spirituelle Wegbegleiter:innen	S 10
WERBUNG	S 11

GESELLSCHAFT & POLITIK

Sich sicher fühlen im Alltag	13.11.2024	S 12
Zusammen	03.12.2024	S 12
Severinakademie: Technik als Trost	08.01.2025	S 13
Frauenleben: Erzählen und zuhören	20.03.2025	S 13

GESUNDHEIT

Naturerlebnis für (Klein-)Kinder	20.09.2024	S 14
Gesunder Genuss 60+	06.11.2024	S 15
Bewährte Hausmittel für Kinder und die ganze Familie	08.11.2024	S 15
Zeit für mich - die Kraft der Stille	06.02.2025	S 16
Humor und Achtsamkeit im Alltag	08.02.2025	S 16
Achtsamkeit in der Natur	28.03.2025	S 17

KREATIVITÄT

SPIEGEL-Bluatschink-Familienkonzert	14.09.2024	S 18
Weniger ist oft mehr	11.10.2024	S 18
Natur-JodelRoas	12.10.2024	S 19
Lernen mit Bildern im Kopf	09.11.2024	S 19
Mode-Memoiren	12.11.2024	S 20
DAS-UN-DENKBARE-TUN	17.01.2025	S 20
Damit alle auf mich hören	22.01.2025	S 21
Denk mal anders!	24.01.2024	S 21
So texten Sie Headlines, die wirken	31.01.2025	S 22
Lebenslacher - humorvoll durchs Leben schreiben	08.02.2025	S 22
LebensLieder - meine Biografie in Melodien	25.02.2025	S 23

ANMELDUNG

E-Mail: weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at
Tel.: (0732) 76 10-32 09 oder Online über den Veranstaltungskalender
vom Katholischen Bildungswerk:

<https://www.dioezese-linz.at/kbw/termine>



PÄDAGOGIK

Denkspaziergang - bewegtes Gehirntraining für den goldenen Herbst	20.09.2024	S 24
Geschwisterstreit	02.10.2024	S 25
Oma, Opa und Enkerl DENKSPAZIERGANG - für alle ab 4 Jahren	04.10.2024	S 25
Gewaltfreie Kommunikation in der Familie nach Marshall Rosenberg	04.10.2024	S 26
Starke Kinder brauchen starke Vorbilder	09.10.2024	S 26
Mental Load mit Achtsamkeit begegnen	11.10.2024	S 27
Führungskraft Mama/Papa	11.10.2024	S 27
SelbA Fachtagung in Kooperation mit dem Treffpunkt Pflegepersonal	18.10.2024	S 28
SPIEGEL - Ganz Ohr Lehrgang	18.10.2024	S 29
SPIEGEL - Einführungstag	23.10.2024	S 29
SPIEGEL - Basislehrgang	24.10.2024	S 30
SPIEGEL - Aufbaulehrgang	24.10.2024	S 30
SelbA Basisausbildung	24.10.2024	S 31
Geschichtlicher Denkspaziergang in der Barockstadt Schärding	25.10.2024	S 32
Quatschactivity	06.11.2024	S 32
Erzählcafé ... weil Erzählen gut tut	07.11.2024	S 32
SPIEGEL - Basislehrgang	12.11.2024	S 33
Quatschactivity	12.11.2024	S 33
Quatschactivity	13.11.2024	S 34
Quatschactivity	14.11.2024	S 34
Smartphone statt Bilderbuch?	19.11.2024	S 35
Quatschactivity	21.11.2024	S 35
Tanzen mitten im Leben	29.11.2024	S 36
Quatschactivity	16.01.2025	S 36
Babyzeichensprache - Glückliche Babys - Glückliche Eltern	17.01.2025	S 37
Wieviel Schule braucht mein Kind?	17.01.2025	S 37
Neueste Erkenntnisse zu Gehirn und Gehirntraining	29.01.2025	S 38
Klein, aber OHO	01.02.2025	S 38
Geschwister sind für immer!	05.02.2025	S 39
Life Kinetik	10.02.2025	S 39

SPIRITUALITÄT

Lehrgang Achtsamkeitspraxis 2024/2025	20.09.2024	S 40
Vernetzungstreffen zeitgemäße spirituelle Formen	03.10.2024	S 41
Behütete Wege - Pilger:innen kompetent begleiten	10.10.2024	S 41
Informationsabend Ausbildungslehrgang für Spirituelle Fastenbegleiter:innen	12.11.2024	S 42
Vertiefungstag Achtsamkeitspraxis	23.11.2024	S 42
Räuchern zu heiligen Zeiten	30.11.2024	S 43
Halt an, wo läufst du hin? Der Himmel ist in dir.	07.12.2024	S 43
Ausbildungslehrgang für Spirituelle Fastenbegleiter:innen 2025	09.01.2025	S 44

SPIRITUALITÄT

Ausbildungslehrgang Geistliche Begleitung 2025-26	26.01.2025	S 45
Ausbildungslehrgang für Trauerbegleitung	21.02.2025	S 46
Studientag „God in Gaming“	06.03.2025	S 46
Bibel- und Lebenskurs	23.03.2024	S 47

DIGITALES

Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	17.09.2024	S 48
Smartphone-Stammtisch	20.09.2024	S 48
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	20.09.2024	S 49
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	20.09.2024	S 49
Digital Spezial	04.10.2024	S 49
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	04.10.2024	S 50
Workshop Fotobuch	04.10.2024	S 50
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	04.10.2024	S 50
Erklär mir mein Handy/Tablet/Computer	11.10.2024	S 51
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	15.10.2024	S 51
Workshop Fotobuch	17.10.2024	S 51
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	18.10.2024	S 52
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	04.11.2024	S 52
Smartphone-Stammtisch	08.11.2024	S 52
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	15.11.2024	S 53
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	15.11.2024	S 53
Erklär mir mein Handy/Tablet/Computer	15.11.2024	S 53
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	25.11.2024	S 54
Tablet-Kurs für Anfänger:innen und Einsteiger:innen	26.11.2024	S 54
Digital Spezial	29.11.2024	S 55
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	13.12.2024	S 55
Smartphone-Stammtisch	17.01.2025	S 55
PC und Internet für Anfänger	14.03.2025	S 56
PC und Internet für Fortgeschrittene	04.04.2025	S 56
Selbsteinschätzung für Einteilung in Smartphone-Kurse		S 57
SelbA-Digital-Angebote		S 57

Allgemeine Geschäftsbedingungen des Kath. Bildungswerkes OÖ	S 58
SelbA im Radio	S 59
Bildungsimpulse KBW-Treffpunkt Bildung	S 60

SPIEGEL-ELTERNBILDUNG

MIT KINDERN WACHSEN

Die alltäglichen Herausforderungen in der Organisation von Alltag, Beruf und Kindererziehung bringen Eltern oftmals an ihre Grenzen. Jeder Elternteil ist in seiner Rolle gefordert, um das Familienleben für alle bestmöglich zu organisieren. Das verlangt Eltern zum Teil Höchstleistungen ab. Neben Familienglück und Erfüllung treten auch Fragen und Probleme auf, die sich mit Unterstützung viel leichter angehen lassen.

Die SPIEGEL-Elternbildung bietet hier Orientierung in allen Bereichen. Bei Elternbildungsveranstaltungen, Eltern-Kind-Gruppen, Babygruppen und gemeinsamen Aktivitäten können Kontakte geknüpft und Erfahrungen ausgetauscht werden.

Über 220 SPIEGEL-Treffpunkte sind Orte der Begegnung und des Kennenlernens in ganz Oberösterreich. Auch Sie und Ihre Kinder sind herzlich willkommen.

GEMEINSAM FINDEN SIE BEI UNS:

Eltern-Kind-Gruppen:

Unterstützung und Austausch für das Zusammenleben im Familienalltag. Gemeinsam mit den Eltern können Kinder bei den regelmäßigen Treffen im eigenen Tempo Sicherheit im sozialen Umgang in Gruppen gewinnen. Beim Spielen, Experimentieren und Singen entdecken sie aus eigenem Antrieb die Welt und finden gleichaltrige Freund:innen.

Elternbildung:

Seminare, Vorträge und Workshops unterstützen Eltern im Familienalltag. Elternbildung liefert Basiswissen über Erziehung und Entwicklung, gibt Antwort auf Erziehungsfragen und erweitert den Handlungsspielraum im Alltag. Sie möchten an einer Veranstaltung teilnehmen oder eine organisieren? Schreiben Sie ein Mail an die SPIEGEL-Diözesanstelle spiegel@dioezese-linz.at - wir helfen Ihnen gerne bei der Auswahl und Organisation einer Veranstaltung oder teilen Ihnen Angebote in Ihrer Nähe mit.

Aus- und Weiterbildungen für die Tätigkeit mit Kindern:

- » SPIEGEL-Basislehrgang: Ausbildung zum/zur Eltern-Kind-Gruppenleiter:in
- » SPIEGEL- Aufbaulehrgang: Ausbildung zum/zur pädagogischen Assistentkraft für öö. Kinderbildungs- und betreuungseinrichtungen
- » Ganz Ohr: Ausbildung zum/zur Vorlesepat:in (gemeinsam mit der Bibliotheksfachstelle)

Die SPIEGEL-Diözesanstelle und ihre Regionsbegleiterinnen vor Ort sind gerne für Sie da!

MÖCHTEN AUCH SIE EINEN SPIEGEL-TREFFPUNKT GRÜNDEN?

Melden Sie sich bei uns, wir helfen gerne bei der Umsetzung!

SPIEGEL
Kinder · Eltern · Bildung

SPIEGEL-Elternbildung
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Tel.: (0732) 76 10-32 18
E-Mail: spiegel@dioezese-linz.at
www.spiegel-ooe.at



KBW-TREFFPUNKT BILDUNG

ERWACHSENENBILDUNG FÜR OBERÖSTERREICH

Mit unseren rund 220 KBW-Treffpunkten Bildung in ganz OÖ sind wir ein Geschäftsfeld des Katholischen Bildungswerks OÖ.

Als Nahversorger für Bildungshunger und Wissensdurst stehen für uns die Menschen vor Ort im Zentrum. Wir engagieren uns für eine Erwachsenenbildung, die dem Leben und den Menschen dient.

Besonders wichtig ist uns aber auch, dass wir unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen bestmöglich unterstützen. Zusätzlich zu den allgemeinen Weiterbildungen bieten wir auch regionale Weiterbildungen an. Dazu können unsere Teams einfach eine Veranstaltung aus dem aktuellen Bildungsprogramm auswählen oder darüber hinaus eine selbst gewählte Veranstaltung in die Region holen. Die Teams brauchen nur den Raum organisieren alles andere übernimmt die Diözesanstelle.

Seit vielen Jahren gibt es bereits verschiedene Formate der Gesprächsrunden. Im letzten Jahr haben Georg Wasserbauer und sein Team ein neues Gesprächsrundenformat entwickelt.

QUATSCHTIVITY

Ein neu entwickeltes Brettspiel zum persönlichen Austausch und Kennenlernen.

Dieses Spiel bietet nicht nur unterhaltsame Herausforderungen, sondern auch die Gelegenheit, dich selbst und deine Mitspielenden besser kennenzulernen.



Team der Diözesanstelle
KBW-Treffpunkt Bildung

Bei
Interesse
bitte in der
Diözesanstelle
melden.

Quatschivity basiert auf dem Erraten vorgegebener Begriffe, die auf drei verschiedene Arten präsentiert werden: durch Erklärungen, Zeichnungen oder pantomimische Darstellungen. Je nachdem, wie gut du die Begriffe errätst, kannst du dich auf dem Spielfeld vorwärts bewegen und das Spiel gewinnen.

Das Spiel bietet jedoch mehr als nur eine unterhaltsame Herausforderung. Zu jedem Begriff wird eine Frage gestellt, die zum persönlichen Austausch und Kennenlernen anregt.

Ihr Interesse wurde geweckt? Im Bildungsprogramm finden Sie die Termine für die Einführungsabende siehe Seite 32,33, 34,35 und 36.



Treffpunkt Bildung

KBW-Treffpunkt Bildung
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Tel.: (0732) 76 10-32 11
E-Mail: kbw@dioezese-linz.at
www.kbw-ooe.at

SELBA – SELBSTÄNDIG & AKTIV

SelBA ist weit mehr als Gehirn-, Bewegungs- und Kompetenztraining ab der zweiten Lebenshälfte. In unseren Trainingsgruppen werden nicht nur Geist und Körper trainiert, sondern wir ermöglichen auch soziale Teilhabe. Bei uns gibt es Gemeinschaft gepaart mit allerhand Freude und Humor. Jedes einzelne Training, jedes einzelne Zusammenkommen schafft einen Mehrwert!

SelBA steht seit über 20 Jahren für Qualität durch Weiterführung von Bewährtem und Anpassung an veränderte Anforderungen.

Die erfreulichen Zahlen sprechen für sich:

Im Jahr 2023 gab es in ganz Oberösterreich 449 SelBA Trainingsblöcke. Das bedeutet, dass 53.744 Mal ein SelBA Termin besucht wurde. Das ist ein großes Plus gegenüber dem Jahr davor!

Bei SelBA ist lebenslanges Lernen Programm - für die Teilnehmer:innen und natürlich auch für die Trainer:innen. So sind wir bemüht, im Rahmen der SelBA Akademie ein interessantes Programm mit praktisch anwendbarem Wissen in der Basisausbildung (nächster Lehrgangstart am 24.10.2024) und im Rahmen der Weiterbildung für die rund 255 SelBA Trainer:innen in ganz Oberösterreich und für alle darüber hinaus Interessierten anzubieten.

Dem Zeitgeist entsprechend erfreut sich bewegtes Gehirntaining in Form von sogenannten Denksparziergängen großer Beliebtheit und ist seit einiger Zeit fixer Bestandteil der SelBA Basisausbildung. Ein Denksparziergang verbindet die positive Wirkung von kombinier-



Groß-
eltern-
Enkel-Denk-
spaziergang

tem körperlich-geistigem Training und Bewegung in frischer Luft mit allen Sinnen. Bekanntheit und Motivationsschub erhielt der Denksparziergang sicher auch bei der SelBA Fachtagung „Bewegend bewegt“ im Vorjahr. Seitdem wird er in verschiedensten Variationen das ganze Jahr über als spezielle Form des GEH-Hirntrainings abgehalten. Dem Interesse und der großen Nachfrage kommen wir in diesem Bildungsprogramm gerne mit verschiedenen Angeboten nach. Neben einer Einführung in die Methode (20.9.2024) finden sich auch zwei interessante Variationen des Denksparziergangs: Aufgrund der großen Nachfrage wieder im Angebot der „Großeltern-Enkel-Denksparziergang“ (4.10.2024) und ein geschichtlicher Denksparziergang in Schärding (25.10.2024).

Haben auch Sie Interesse diese besondere Art des bewegten GEH-Hirntrainings bei Ihnen in der Region abzuhalten? Bitte melden Sie sich im SelBA Büro:




SelBA
SELBSTÄNDIG & AKTIV

SelBA - Selbständig und Aktiv
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Tel.: (0732) 76 10-32 13
E-Mail: selba@dioezese-linz.at
www.selba-ooe.at

BIBLIOTHEKSFACHSTELLE

Die Bibliotheksfachstelle ist eine Service- und Beratungsstelle für öffentliche Bibliotheken in Oberösterreich. Sie bietet allen Bibliotheken Beratung und Service sowie Aus- und Fortbildung an.

Die öffentlichen Bibliotheken in Pfarren und Gemeinden sind Nahversorger für Bildung, Information, Unterhaltung und Kultur, Treffpunkte für Menschen und Orte der Integration in Oberösterreich. An knapp 300 Standorten im Land mit annähernd 3.000 Bibliothekarinnen und Bibliothekaren stehen sie allen Menschen unabhän-

gig von Alter, Geschlecht, Religion, Bildung oder Herkunft mit ihren vielfältigen Angeboten zur Verfügung.

Zahlreiche Angebote der Bibliotheksfachstelle unterstützen die Bibliotheken in ihrer Arbeit: So gibt es verschiedene Medienpakete und Lizenzen zu digitalen Angeboten, die es den Bibliotheken ermöglichen, am Puls der Zeit zu bleiben. Bibliotheken können so Zugänge zu neuen Technologien schaffen. Sie sorgen für Chancengleichheit im Bildungsbereich, ermöglichen das Kennenlernen und Verstehen moderner Technologien und stellen einen niederschweligen Zugang in die vernetzte Welt her.



Foto: Onilo, Janosch



Bibliotheksfachstelle
der Diözese Linz
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Tel.: (0732) 76 10-32 83
E-Mail: biblio@dioezese-linz.at

SZENARIO - DAS THEATERABO

Szenario ist das Geschäftsfeld des katholischen Bildungswerkes OÖ das seit 1953 Kulturinteressierten Theater-Abos für alle anbietet.

Mit Szenario Theater erleben heißt, Kultur in Gemeinschaft genießen. Engagierte Szenario-Stützpunktleiter:innen ermöglichen unseren Abonnent:innen aus ganz OÖ qualitätsvolle Theaterbesuche in der Lan-

deshauptstadt Linz. Stützpunktleiter:innen sind die Initiator:innen, die die Theaterinteressierten vor Ort als Gruppe betreuen und die gemeinsame Busfahrt organisieren.

Sechs attraktive Abo-Formate von Alt bis Jung stehen zur Auswahl: Classico, Trio, Vario, Coole Kids Abo, Familien Abo und Abo Novum. Angeboten werden attraktive Abo-Preise, schriftliche Einführungen vor der Vorstellung, persönliche Beratung und Zugriff auf ermäßigte Preise außerhalb der gebuchten Abo-Reihe. Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage www.szenario-ooe.at



Foto: Philip Brummader



Szenario - das Theaterabo
Kapuzinerstr. 84, 4020 Linz,
Tel.: (0732) 76 10-32 84
E-Mail: szenario@dioezese-linz.at

SPIRITUELLE WEGBEGLEITER:INNEN

EIN BUNTES NETZWERK MIT VIELEN ANKNÜPFUNGSPUNKTEN

ERFAHRUNGEN MACHEN

Auf der Homepage www.spirituelle-wegbegleiter.at finden sich Termine für spirituelle Angebote, Zeiten der Stille und innerer Einkehr.

BEGLEITPERSONEN FINDEN

In den sechs unterschiedlichen Wirkfeldern von Meditation, Trauern, Fasten, Pilgern, Exerzitien und Geistlicher Begleitung stellen sich Menschen mit Qualifikation u. Ausbildung zur Verfügung und können für Begleitung angefragt werden.

AUSBILDUNGSLEHRGÄNGE ABSOLVIEREN

Für die einzelnen Wirkfelder gibt es Lehrgänge, welche in Kooperation vom Katholischen Bildungswerk Oberösterreich und dem Fachbereich Glauben Heute durchgeführt werden.

ANGEBOTE SETZEN

Ausgebildete Spirituelle Wegbegleiter:innen des Netzwerkes können Angebote setzen und diese diözesanweit veröffentlichen und anbieten.

DIÖZESANSTELLE SPIRITUALITÄT UND FACHREFERENT:INNEN

- » Die Referent:innen der Diözesanstelle der einzelnen Wirkfelder sind Ansprechpersonen für Fragen zur Begleitung, Entwicklung und Impulsgebung der Themen Fasten, Pilgern, Trauern, Meditation, Exerzitien und Geistlicher Lebensgestaltung.
- » Die Fachstelle Spiritualität kann zu Themen der Spiritualität, spirituellen Lebensgestaltung und Geistlichen Prozessen von Einzelpersonen, Gruppen und Pfarrgemeinschaften angefragt werden.

Andrea Reisinger,
Referentin für Pilgern
und Lehrgang Pilgerbegleitung



Gerald Kiesenhofer,
Referent für Fasten,
Meditation/Kontemplation
und Lehrgang Fastenbegleitung



Thomas Obermeir,
Referent Fachstelle
Spiritualität und Lehrgang
Trauerbegleitung und
Geistliche Begleitung.



Foto: Spirituelle Wegbegleiter:innen

in Oberösterreich SPIRITUELLE WEG BEGLEITER:INNEN



Diözese Linz
Bereich Verkündigung & Kommunikation
Fachbereich Glauben Heute
Team Spiritualität & Dialog
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
(0732) 7610 3153
spiritualitaet@dioezese-linz.at
www.spirituelle-wegbegleiter.at

THEMENSCHWERPUNKT DES EB-FORUM OÖ

GUTEN MORGEN ZUKUNFT. GUTES LEBEN GEMEINSAM GESTALTEN, JETZT!

THEMEN-
SCHWERPUNKT
SEPT. 2023
BIS JUNI 2025

Heute nachhaltig leben, sichert kommenden Generationen ein gutes und glückliches Leben.

- » Was für eine Welt hinterlassen wir unseren Kindern?
- » Was bedeutet für uns nachhaltig & besser leben?
- » Wie kann eine lebenswerte Zukunft aussehen?
- » Was können wir zu einem guten Leben als Individuum und Gesellschaft beitragen?

Die Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen bieten dafür eine grundlegende Orientierung.

Zielvorgabe des Themenschwerpunkts soll neben einer Bewusstseinsbildung in der Bevölkerung auch die Entwicklung eines positiven Zukunftsbildes sein, welches Mut machen soll, sich für eine lebenswerte Zukunft zu engagieren.

Wenn Sie also eine Veranstaltung passend zum Themenschwerpunkt planen, können Sie bis zu € 120,- Förderung beantragen.



Details und Infos
zum Antrag:



KBW-Treffpunkt Bildung jetzt auch auf WHATSAPP!

NEU!

Um als Bildungsnahversorger noch näher bei den Menschen zu sein – gibt es jetzt den **KBW-Treffpunkt Bildung WhatsApp Broadcast!**



SCHRITT 1

Speichere unsere Mobilnummer **0676 87 76 32 09** einfach in deinem Telefonbuch am Handy ein.

SCHRITT 2

Schreibe uns eine Nachricht via WhatsApp mit dem Kennwort „**Bildung**“ und wir nehmen dich in unseren Verteiler auf.

Wir informieren dich max. 4x im Monat via WhatsApp über unsere Bildungsangebote!



Foto: rawpixel

GESELLSCHAFT UND POLITIK

Sich sicher fühlen im Alltag

Schutz vor Enkeltrick, falschen Polizist:innen und anderen Betrugsmaschen

Ob am Telefon, an der Haustüre oder unterwegs - niemand ist vor Betrugsversuchen gefeit. Wissen über diese oft sehr ausgeklügelten Tricks hilft dabei, diese zu erkennen, auf den Betrugsversuch nicht hereinzufallen und leistet somit einen großen Beitrag für Ihre Sicherheit.

Gemeinsam mit einem Betrugsspezialisten des Landeskriminalamtes Linz wird anhand von Informationen und realen Beispielen das Bewusstsein für diverse Betrugsmaschen wie Enkeltrick und falschen Polizist:innen geschärft. Zusätzlich erhalten Sie Tipps und Verhaltensregeln für die praktische Umsetzung.

Die Beantwortung Ihrer individuellen Fragen ist eine zusätzliche Möglichkeit, praxistaugliches Wissen für Ihren Alltag mitzunehmen.

Kurs-Nr.:	197353
Termin:	Mi., 20.11.2024, 15 bis 18 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, großer Saal, 4. OG, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	PG 1 & PG 2: € 15,- PG 3: € 20,-
TN-Zahl:	13 bis 50
Anmeldeschluss:	13.11.2024



Bernhard Prokop
Zertifizierter Trainer
für digitale Alltags-
kompetenz, SelbA-
Digital-Trainer

Zusammen

Warum wir für ein gutes Leben Verbündete brauchen - und wie wir sie finden

Menschen brauchen Menschen. In ihrem neuen Buch beschreibt Bestsellerautorin Ronja von Wurmb-Seibel, was mit uns passiert, wenn wir diesen Zusammenhalt nicht finden. Sie fragt, warum es uns manchmal so schwerfällt, neue Menschen in unser Leben zu lassen, welche psychologischen Faktoren hinter diesem Phänomen stehen und wie wir unser Gehirn in Zukunft austricksen können. Es gibt eine Menge Orte, an denen wir loslegen können - und zwar: gemeinsam!

wenn wir nicht versuchen, Gemeinschaft und Zusammenhalt zu fördern, wo immer wir es können.

Ronja von Wurmb-Seibel zeigt auf warum wir Verbündete brauchen und wie wir sie finden.

Kurs-Nr.:	197511
Termin:	Di., 3.12.2024, 18.00 bis 19.30 Uhr
Ort:	online
Kursbeitrag:	PG 1: € 10,- PG 2: € 15,- PG 3: € 15,-
TN-Zahl:	8 bis 12
Anmeldeschluss:	29.11.2024



Foto: Niklas von Wurmb-Seibel

**Ronja von
Wurmb-Seibel**
Journalistin,
Filmemacherin,
Bestsellerautorin

B
FORUM 00
Guten Morgen, Zukunft!

Viele der Herausforderungen, mit denen wir heutzutage konfrontiert sind, werden sich schwer lösen lassen,

ONLINE

Severinakademie: Technik als Trost

Verheißungen künstlicher Intelligenz im Kontext von Zukunftserzählungen

Künstliche Intelligenz (KI) symbolisiert die Renaissance religiöser Verheißungen im Gewand diesseitiger Potenzialversprechen. Zukunftserzählungen über KI sind oftmals hochspekulative Prognosen und Bedeutungszuschreibungen, die einen starken Verheißungscharakter aufweisen. Sie reichen von latenten Hoffnungen auf Entlastung über säkulare Erlösungsfantasien und Heiligkeitsäquivalente bis hin zu neuen Formen der Sakralisierung.

Vor dem Hintergrund der zunehmenden Durchdringung des Alltags durch KI wird gefragt, warum und wie Techno-Verheißungen (bzw. Techno-Utopien)

**FORUM
ST. SEVERIN**
FÜR CHRISTLICHE SPIRITUALITÄT, BILDUNG UND KUNST
Katholischer Akademikerverband der Diözese Linz

zunehmend an die Stelle religiöser Erfahrungen treten und welche Folgen damit verbunden sind.

Nähere Infos: www.fss-linz.at

Kurs-Nr.:	197359
Termin:	Mi., 8.1.2025, 19 bis 21 Uhr
Ort:	Katholische Privat- Universität Linz, Bethlehemstraße 20, 4020 Linz
Kursbeitrag:	kostenfrei
TN-Zahl:	bis 150
Anmeldeschluss:	Keine Anmeldung erforderlich
Kooperation:	Forum St. Severin



*Prof. Dr. Stefan Selke
Soziologe, er lehrt
„Gesellschaftlicher
Wandel“ an der Hoch-
schule Furtwangen.
Im Rahmen seiner
Forschungsprofessur
„Transformative und
öffentliche Wissen-
schaft“ leitet er zudem
das Public Science
Lab.*

Frauenleben: Erzählen und zuhören

Erzählcafés zur Stärkung des gesellschaftlichen Zusammenhalts

Erzählcafés - als Orte des bewusst gerahmten Erzählens und Zuhörens - boomen. Zu Recht, denn Erzählcafés und Erzählworkshops eignen sich, intensive und verbindende Begegnungen in vielen sozialen Feldern zu gestalten. Sie können so zu sozialem Zusammenhalt und zu demokratischer Kultur beitragen.

Denn Demokratie funktioniert nur, so der für seine Resonanztheorie bekannte deutsche Soziologe Hartmut Rosa in Bezug auf Erzählcafés, „wenn die Bürgerinnen und Bürger sich als Menschen begegnen, miteinander in Resonanz treten wollen. Auch, wenn der oder die andere anders denkt, anders fühlt, anders glaubt und anders liebt ...“. Zudem spiegeln sich in der Lebensgeschichte jedes Menschen Gesellschaft und Geschichte. Die Lebensgeschichten können so als Bindeglied zwischen dem Individuum und der Gesellschaft erlebt werden. In kulturell und sozial gemischten Frauenrunden können so Gemeinsamkeiten entdeckt, Unterschiede verständlich und strukturelle Zusammenhänge deutlich werden.

In diesem Workshop erleben Multiplikatorinnen und Interessierte die Prozesse und Möglichkeiten solcher Erzählformate. Es werden Grundhaltungen und methodische Grundlagen vermittelt. Und

wir reflektieren, wie wir mit diesem Zugang den gesellschaftlichen Zusammenhalt stärken können. Die Veranstaltung ist Teil des aktuellen Themenschwerpunktes „Guten Morgen, Zukunft!“ des Erwachsenenbildungsforums OÖ.

Kurs-Nr.:	197367
Termin:	Do., 20.3.2025, 9.30 bis 18.00 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	PG 1: € 35,- PG 2: € 50,- PG 3: € 95,-
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	6.3.2025
Anmeldung:	Bildungshaus Schloss Puchberg puchberg@dioezese-linz.at oder (07242) 47 537 Bitte bei der Anmeldung bekannt geben, wenn Sie ehrenamtliche:r Mitarbeiter:in im Kath. Bildungs- werk OÖ sind.
Kooperation:	Bildungshaus Schloss Puchberg Die Veranstaltung ist gefördert durch die Österreichische Gesell- schaft für Politische Bildung.



*Dr. Katharina Novy
Soziologin,
Trainerin, Beraterin
und Moderatorin.*



Foto: Angelov, 525583424 AdobeStock

GESUNDHEIT

Naturerlebnis für (Klein-)Kinder

Die Natur stellt uns einen wunderbaren Spielplatz zur Verfügung, den wir achtsam bespielen dürfen. Der Lebensraum Natur bietet Kindern und Eltern viele Möglichkeiten zum Bewegen, Spielen, Entdecken und Forschen und wirkt sich zudem positiv auf die Gesundheit aus. Wir geben viele Ideen für die Gestaltung einer Natur- oder Waldspielgruppe und berichten von unseren Erfahrungen als Naturspielgruppenleiterinnen. Alle praktischen Tipps, Spiel- und Bastelideen sind natürlich auch für einen Familienausflug geeignet, damit Eltern und Kinder noch mehr positive Naturerlebnisse erfahren dürfen.

Der Workshop findet im Freien statt, bitte wetterfest anziehen.

Kurs-Nr.:	197224
Termin:	Fr., 20.9.2024, 14 bis 18 Uhr
Ort:	Holzwelten, Markt 16, 4363 Pabneukirchen
Kursbeitrag:	€ 4,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	13.9.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Stefanie Kloibhofer,
BEd
Heilkräuterpädagogin,
Tagesmutter



Stefanie Aschauer,
Sonderkindergartenpädagogin,
Früherzieherin,
Montessoripädagogin



Verena Hillinger,
Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester,
Kindergartenhelferin

Welche
Weiterbildungen
wünschen Sie
sich noch?

Schicken Sie
Ihre Anregungen an
[andrea.pirngruber@
dioezese-linz.at](mailto:andrea.pirngruber@dioezese-linz.at)

Gesunder Genuss 60+

Gesunde und abwechslungsreiche Ernährung von 60-100

Egal in welchem Alter gilt: Essen ist wichtig, soll gut schmecken und hat auch einen großen Einfluss auf unsere Gesundheit. Im Laufe unseres Lebens verändern wir uns aber und dementsprechend kann sich unsere Ernährung auch an unsere Veränderungen und einhergehenden Bedürfnisse anpassen. Im Webinar gehen wir den körperlichen Veränderungen auf die Spur und entdecken aus ernährungsphysiologischer Sicht „was Essen alles kann“! Der Einfluss der Ernährung auf unser Wohlbefinden wird fundiert erklärt mit Praxistipps zum Weitergeben.

Auf die Ernährung zu achten ist wertschätzend uns selbst gegenüber und es bedeutet auch, sich selbst ein Plus an Aufmerksamkeit zu schenken.

Sich ausgewogen und genussvoll zu ernähren, spielt mit zunehmendem Alter eine immer größere Rolle.

Kurs-Nr.:	197316
Termin:	Mi., 6.11.2024, 16.30 bis 19.00 Uhr
Ort:	online (Link wird nach Anmeldung übermittelt)
Kursbeitrag:	PG 1: € 9,- PG 2: € 9,- PG 3: € 14,-
TN-Zahl:	8 bis 20
Anmeldeschluss:	30.10.2024



*Katrin Fischer,
MSc, BSc
Ernährungswissen-
schafterin*



Bewährte Hausmittel für Kinder und die ganze Familie

Bewährte Hausmittel bei Kindern korrekt eingesetzt, kann Krankheitsphasen enorm erleichtern. Wickel oder andere Anwendungen, die das Fieber senken, den Husten lösen, den Schlaf fördern, den Schmerz oder die Schwellung nehmen, helfen das Immunsystem zu unterstützen und die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren.

Mit der wichtigsten Theorie ausgestattet, erlernen wir die einzelnen Anwendungen im Tun und Ausprobieren. Was ist dabei bei der Anwendung an Kindern besonders zu beachten? Im Erspüren am eigenen Körper gelingt Lernen und Merken der Anwendungsgebiete, korrekte Durchführung und Grenzen von Hausmitteln erkennen ganz einfach. Dieses alte Wissen um Maßnahmen, die die Gesundheit unterstützen, braucht jedoch Kenntnis über genaue Dosierung (Unterschiede bei Kindern und Erwachsenen), richtige Temperatur, korrekte Anwendung und Gefahren bei falscher Handhabung.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, Polster, Schneidebrett, Messer und Löffel

Kurs-Nr.:	197506
Termin:	Fr., 8.11.2024, 14 bis 18 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Pühret 12, 4143 Neustift
Kursbeitrag:	€ 4,- Materialkosten von ca. € 20,- sind direkt vor Ort zu zahlen. Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 12
Anmeldeschluss:	31.10.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



*Johanna Müllerder
Dipl. Gesundheits-
Krankenpflegerin,
Praxisanleiterin in
der komplementären
Pflege*



Zeit für mich - die Kraft der Stille

Meditative Winterwandertage mit Qigong

In diesen Tagen werden Sie in die Praxis der Achtsamkeit eingeführt und lernen Grundelemente aus dem Qigong kennen. Mit einfachen meditativen Übungen im Stehen, Sitzen und Liegen kommen Sie zur Ruhe und finden zu einer wachen Präsenz im gegenwärtigen Moment.

Die gemeinsamen Wanderungen finden im Schweigen statt, um sich selbst und die Natur intensiver wahrnehmen zu können. Übungen aus dem Qigong bringen die Lebensenergie ins Fließen und helfen dabei, Freude und Lebendigkeit zu empfinden. Diese Tage sind eine Auszeit vom Alltag mit dem Ziel, bei sich selbst anzukommen.

Gestaltung:

- Winterwanderungen (Fr./Sa. ca. vier Stunden pro Tag)
- Morgens und abends meditative Übungen im Stehen, Sitzen und Liegen
- Reflexionsrunden und Möglichkeit zum Einzelgespräch
- Die Tage finden größtenteils in Stille statt.

Kurs-Nr.:	196525
Termin:	Do., 6.2.2025, 18 Uhr, bis So., 9.2.2025, 13 Uhr
Ort:	Seminarzentrum Stift Schlägl, Schlägl 1, 4160 Aigen-Schlägl
Kursbeitrag:	PG 1: € 60,- PG 2: € 100,- PG 3: € 200,-
TN-Zahl:	12 bis 16
Anmeldeschluss:	16.1.2025
Kooperation:	Pädagogische Hochschule der Diözese Linz und Kath. Bildungswerk OÖ



*Dipl.-Päd. in Michaela Stauder, MA
Pädagogin,
Qigong-Lehrerin,
MA Spirituelle
Theologie*



*DI Dr. Bernhard Stauder
Techniker, Wander-
führer, Langstrecken-
radfahrer*

Humor und Achtsamkeit im Alltag

Staunen - sein - lachen

Wenn's rundherum stressig ist, kann die Haltung des Clowns eine wertvolle Inspiration sein: Der Clown bringt ein großes Ja! zum Leben mit und entdeckt mit offenem Herzen und staunendem Blick neugierig und unvoreingenommen die Welt. Wir lassen uns davon inspirieren und kommen achtsam im Hier und Jetzt an, eröffnen neue Blickwinkel, schauen humorvoll auf den Alltag und erleben Freude und Leichtigkeit. Mit spielerisch-kreativen Methoden, Achtsamkeitsübungen, theoretischem Input, Reflexion und Austausch entdecken wir die Haltung des Clowns und laden Humor und Achtsamkeit in den Alltag ein.

Kurs-Nr.:	197363
Termin:	Sa., 8.2.2025, 9 bis 16 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	PG 1: € 30,- PG 2: € 60,- PG 3: € 120,-
TN-Zahl:	8 bis 16
Anmeldeschluss:	16.1.2025



*Mag. a Constanze Moritz
Erwachsenenbildung
und Clownerie*



Foto: Stefan Knittel



Foto: Stauder

Foto: Stefan Knittel

Achtsamkeit in der Natur

Spaziergang durch den Heidewald Schieferegg

Das Bistum Linz ist Eigentümerin eines Waldgrundstücks in Schieferegg bei Kronstorf. Dabei handelt es sich um einen Heidewald, der außerordentlich artenreich und damit ökologisch sehr wertvoll ist.

Wir möchten uns gemeinsam mit wachen Sinnen auf den Weg in die Natur des Grundstücks in Schieferegg begeben. Am Beginn der Wanderung machen wir einfache Atem- und Wahrnehmungsübungen und lassen uns ein auf die spirituelle Dimension des Da-Seins in der Natur.

Auf unserem Weg legen wir besonderes Augenmerk auf die Beobachtung der Tier- und Pflanzenwelt. Als Hobbyornithologin möchte ich Sie für die Vogelwelt sensibilisieren. Vögel können wir mit unseren Augen und Ohren wahrneh-

men. Der Frühling ist dafür die ideale Jahreszeit. Falls vorhanden, bitte Fernglas mitbringen. Außerdem festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung. Methode: Achtsamkeitsspaziergang mit einfachen Wahrnehmungsübungen

Kurs-Nr.:	197369
Termin:	Fr., 28.3.2025, 14.30 bis 16.30 Uhr
Treffpunkt:	Bushaltestelle Unterhaus bei Kronstorf Ennser Straße, stündlich gehen Busse der Linie 400 von Linz Hbf
Kursbeitrag:	PG 1: € 10,- PG 2: € 20,- PG 3: € 40,-
TN-Zahl:	10 bis 15
Anmeldeschluss:	20.3.2025



*Dipl.-Päd. in Michaela Stauder, MA
Pädagogin, Kulturwissenschaftlerin und
Achtsamkeitslehrerin*



BUCHTIPP: Ein Hund kam in die Küche

Sepp Mall

Die Begeisterung des Vaters für das Deutsche Reich und die einvernehmende Propaganda waren ausschlaggebend, dass auch die Mutter mit dem 11-jährigen Ludi und dem behinderten Hanno das geliebte Dorf in Südtirol verlassen mussten. Ludi erzählt von seiner Freundin Kathrina und dem Hirschkadaver und, dass sie mit ihrer Familie schon früher »gewandert« ist. Immer wieder ist er in Gedanken beim Dorf, bei den Menschen, die sie verlassen hatten, und bei seinem innigen Verhältnis zum sprachlich und körperlich beeinträchtigten Bruder. Ihn mussten sie zur Pflege ins Heim bringen während ihrer Zeit am ersten Auswanderungsort Innsbruck. Das Heim hat Hanno nicht lebend verlassen.

Der Vater im Krieg, der Bruder tot. Die Mutter und Ludi allein mit ihren Ängsten und Träumen und mit den Erinnerungen an das tote Kind und an die Schätze aus guten vergangenen Zeiten: das Messer mit Perlmuttergriff vom Freund Siegfried, die Schneekugel und die geputzten Sandalen von Hanno. Auch nach der Rückkehr nach Mariendorf war nichts mehr wie zuvor.

Berührt von den ergreifenden Kindheitserfahrungen und betroffen von den realitätsnahen Hintergründen der Auswanderung muss man einfach weiterlesen, auch wenn die Bilder im Kopf wehtun.

bn.bibliotheksnachrichten, Birgit Leitner



*Mall, Sepp:
Ein Hund kam
in die Küche: Roman
Graz: Leykam,
2023, 191 S.
ISBN 978-3-7011-
8286-2, Festeinband,
EUR 24,50 (AT)*



Foto: 314829332 AdobeStock

KREATIVITÄT

Bluatschink Familienkonzert

30. SPIEGEL-Geburtstag

Wir feiern den 30. SPIEGEL-Geburtstag mit dir und deinen Lieben auch beim Bluatschink Familienkonzert. Lachen, singen, mitmachen - musikalischer Spaß für die ganze Familie!

Das Konzert ist als Dankeschön für unsere Mitarbeiter:innen und ihre Familien kostenlos.

Bluatschink

Kurs-Nr.:	197224
Termin:	Sa., 14.9.2024, 16 bis 18 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Eintritt:	für Mitarbeiter:innen kostenlos für externe Mitarbeiter:innen: € 20,- pro Familie
TN-Zahl:	50 bis 200
Anmeldeschluss:	12.9.2024



Toni und Margit
Knittel

Weniger ist oft mehr

Selbstgemachte Überraschungen machen was her!

Oft würde man gerne zu einem „Danke“ noch was dazugeben, solch kleine Dinge findet man jedoch nicht nur in Geschäftsläden.

Schneiden - kleben - Fäden drehen, an diesem Nachmittag wird etwas Besonderes entstehen!

Durch Upgrade und Recycling kreieren wir so manchen Neuling.

Hingucker, Mitbringsel sollen es sein, ergänzt mit passendem Spruch ganz fein.

Hauptsache wir sind mit Freud' und Eifer dabei! Los geht's auf 1, 2, 3!

(Ursula Hirscher)

Bitte mitbringen: Schere, Lineal (Geodreieck), Bleistift, Notizblock, Uhu-Stick. Zusätzlich benötigtes Bastelmaterial wird gegen einen Unkostenbeitrag gerne zur Verfügung gestellt.

Methode: Workshop

Kurs-Nr.:	196420
Termin:	Fr., 11.10.2024, 14 bis 17 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, kleiner Saal, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	PG 1: € 25,- PG 2: € 25,- PG 3: € 30,-
TN-Zahl:	8 bis 12
Anmeldeschluss:	4.10.2024



Ursula Hirscher
SelbA-Trainerin,
Referentin in der
SelbA-Basisaus-
bildung, Instruktorin
für Senior:innen fit
50+

Materialien wie Papier, Filz, Stoff, Wolle werden winterlich verarbeitet zu kleinen Nettigkeiten.

Natur-JodelRoas

Die eigene Stimme in der Natur entdecken!

Wandern bzw. Bewegung in freier Natur bewegt etwas in uns, Singen und Jodeln vermittelt Selbstwirksamkeit und stiftet Gemeinschaftsgefühl! Gemeinsam wandern wir eine ca. 7 km lange Runde. Dabei erreichen wir den wunderschönen Grillenparz und entdecken am Weg unsere eigene Stimme!

Mit Jodlern aus Oberösterreich und den angrenzenden Bundesländern stimmen wir leise und laute, hohe und tiefe Töne an und lassen uns von der verbindenden Kraft des Singens beflügeln! Bei Schlechtwetter findet der Workshop in einem Seminarraum im Stift Schlierbach statt.

Kurs-Nr.:	197297
Termin:	Sa., 12.10.2024, 9 bis 13 Uhr
Ort:	Stift Schlierbach, Treffpunkt: Pforte Klosterstraße 1, 4553 Schlierbach
Kursbeitrag:	PG 1: € 10,- PG 2: € 30,- PG 3: € 60,-
TN-Zahl:	7 bis 20
Anmeldeschluss:	30.9.2024



*Sabina Haslinger
Jodel-Lehrerin,
Märchenerzählerin,
Pilgerbegleiterin*

Lernen mit Bildern im Kopf

Visualisieren mit Sketchnotes

Sketchnotes sind einfache, schnell und immer umsetzbare kleine Zeichnungen. Sie helfen dabei, Inhalte über Wort- UND Bildsprache zu transportieren. Dadurch wird Gesagtes oder Geschriebenes merkfähiger und verstärkt.

Sie denken jetzt vielleicht: „Zeichnen, das kann ich nicht!“ Keine Sorge! Sketchnoting ist für alle geeignet, unabhängig von Ihrem zeichnerischen Können. Sie werden an diesem Vormittag entdecken, was mithilfe von ein paar Strichen alles möglich ist, und werden Ihre Sketchnotes ab sofort in Ihren Bildungsangeboten zur Visualisierung nutzen können. Neben den Basics aus Grundformen werden Sie Menschen in unterschiedlichen Situationen und abstrakte Begriffe entstehen lassen und auch einige hilfreiche Tipps zu Material, Farben und Schatten bekommen.

Was Sie dazu brauchen:

- ein paar weiße A4-Blätter
- einen schwarzen Fineliner oder dünnen Filzstift
- einen Stift in Ihrer (hellen) Lieblingsfarbe und einen Bleistift oder einen Stift in einem hellen Grau
- Ihr Handy

Kurs-Nr.:	197096
Termin:	Sa., 9.11.2024, 9.00 bis 12.30 Uhr
Ort:	online
Kursbeitrag:	PG 1: € 10,- PG 2: € 20,- PG 3: € 40,-
TN-Zahl:	8 bis 12
Anmeldeschluss:	4.11.2024
Kooperation:	Institut diözesane Fortbildung



*Brigitte Lackner, MAS
Dipl. Erwachsenen-
bildnerin,
Visualisierungsexpertin,
Beraterin
und Coach*



ONLINE



Grafiken: Lackner

Mode-Memoiren

Meine Modesünden erzählen - biografisches Schreibseminar

Entdecken Sie die Welt der Mode und wie sie Ihre Geschichte geprägt hat. Durch Schreibübungen und Diskussionen werden wir Ihre persönlichen Modesünden erkunden und ihnen eine Stimme verleihen. Von den verrückten Trends der Jugendjahre bis zu den Stilentscheidungen, die Sie zu der Person gemacht haben, die Sie heute sind - jede Modesünde erzählt eine einzigartige Geschichte.

Egal, ob Sie sich an die Neonfarben der 80er-Jahre erinnern, an Schulterpolster oder Glockenhosen - dieses Seminar bietet Ihnen einen Raum, Ihre Modereise zu reflektieren und Ihre Geschichten mit anderen Gleichgesinnten zu teilen.

Kurs-Nr.:	197354
Termin:	Di., 12.11.2024, 17.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	online
Kursbeitrag:	PG 1: € 25,- PG 2: € 25,- PG 3: € 35,-
TN-Zahl:	6 bis 12
Anmeldeschluss:	4.11.2024
Kooperation & Anmeldung:	Dominikanerhaus Steyr dominikanerhaus@dioezese-linz.at, (07252) 45 400



Astrid Gaisberger
Trainerin für
Biografiearbeit,
Schriftstellerin

ONLINE

DAS•UN•DENKBARE•TUN

Impulse für eine #VERSUCHSKULTUR

Wie finden wir richtig gute Visionen und wie lassen wir sie Wirklichkeit werden? Wie bewahren wir dabei eine spielerische Leichtigkeit?

Die Einführung in DAS•UN•DENKBARE•TUN gibt Antworten und unterstützt Sie dabei, Ihren eigenen Weg zu gehen. Unterschiedliche Methoden wie Kreativtechniken, strukturierte Gespräche, Spiele und viel gedankliche Bewegung führen dabei zu einem Ziel: Sie kommen aus der Box des alten Denkens heraus und finden neue, bisher un•denkbare Lösungen.

In der Vertiefung am zweiten Tag kommen Sie in die konkrete Umsetzung Ihrer Vision. Sie lernen dabei, wie Sie Fehlern ihren Schrecken nehmen und sie in Entwicklungsschritte verwandeln können. Die Vertiefung hilft Ihnen, Blockaden im Kopf bewusst zu machen, damit das Un•Denkbare mit Leichtigkeit getan werden kann.

Wir empfehlen die Teilnahme an beiden Tagen, es besteht aber die Möglichkeit, nur am Freitag bei der Einführung dabei zu sein. Falls Sie in den letzten Jahren schon einmal den Einführungsworkshop mit Hr. Oberlohr besucht haben, können Sie gerne nur bei der Vertiefung am Samstag teilnehmen.

Wurde Ihr Interesse geweckt?

Herr Oberlohr bietet am Mo., 9.12.2024, von 19 bis 20 Uhr einen Online-Infoabend zum Workshop an. Bei Interesse bitte anmelden, wir senden Ihnen gerne den Link zur Onlineteilnahme zu.

Kurs-Nr.:	197361
Termine:	Einführung: Fr., 17.1.2025, 14 bis 21 Uhr Vertiefung: Sa., 18.1.2025, 9 bis 16 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	die Teilnahme an einem Tag PG 1: € 40,- PG 2: € 80,- PG 3: € 95,- Teilnahme an beiden Tagen (Einführung und Vertiefung) PG 1: € 60,- PG 2: € 120,- PG 3: € 180,-
TN-Zahl:	10 bis 20
Anmeldeschluss:	11.1.2025
Kooperation & Anmeldung:	Bildungshaus Schloss Puchberg puchberg@dioezese-linz.at oder (07242) 47 537 Bitte geben Sie bei der Anmeldung bekannt, ob Sie an einem oder beiden Tagen teilnehmen und ob Sie ein:e ehrenamtliche:r Mitarbeiter:in im Kath. Bildungswerk OÖ oder in der Diözese Linz sind.



Philipp Oberlohr
Illusionist und
Mentalist

Foto: Stefan Fürtbauer



Bildungshaus
Schloss Puchberg



AKADEMIE
für Ehrenamtliche
der Katholischen Kirche in Ö

Damit alle auf mich hören

Gruppen stressfrei moderieren

Egal, ob Sie bereits Erfahrungen mit Moderation haben oder Ihre Fähigkeiten von Grund auf verbessern möchten - dieser Workshop hilft Ihnen, damit bei Ihrer nächsten Moderationsgelegenheit alle auf Sie hören.

Im beruflichen Alltag kommt es immer häufiger vor, dass nicht nur Besprechungen in kleinen Gruppen moderiert werden müssen, sondern dass auch größere Gruppen gut durch eine Sitzung geführt werden wollen.

An diesem Tag widmen wir uns mit der ausgewiesenen Expertin Kati Hochhold den Themen Präsentation (Gestik, Präsenz, Umgang mit Nervosität), Rhetorik (Sprechstil, Phrasen für Begrüßungen etc., Satzbau, Dos and Don'ts, Aussprache) und Storytelling (Vorträge/Reden inhaltlich lebendig gestalten). Mit all diesen Methoden im Gepäck und



den hilfreichen Übungen von diesem Tag gelingt es leicht, ab sofort auch größere Gruppen stressfrei zu moderieren.

Zielgruppe: Dieser Workshop richtet sich ausschließlich an haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter:innen der Diözese Linz.

Kurs-Nr.:	197360
Termin:	Mi, 22.1.2025, 9 bis 17 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	kostenfrei
TN-Zahl:	10 bis 20
Anmeldeschluss:	9.1.2025
Kooperation:	Hauptorganisation Institut Diözesane Fortbildung



Foto: Andrea Gadringer

Mag. Kati Hochhold
Moderatorin und
Medientrainerin

Denk mal anders!

Ein Workshop für kreative Bildungsideen und unkonventionelle Lösungen

In diesem Workshop entwickeln wir auf kreative Art und Weise originelle Ideen für die Bildungsarbeit. Wir suchen innovative Lösungen für konkrete Herausforderungen.

Der Fokus liegt auf der Anwendung von Kreativitätstechniken, die Ihnen helfen, Ihre Denkmuster zu erweitern und neue Perspektiven zu gewinnen. Wir arbeiten methodisch mit interessanten analogen und digitalen Methoden, um ein interaktives und praxisnahes Lernerlebnis zu bieten.

Zielgruppe: Der Workshop richtet sich ausschließlich an ehrenamtliche Leiter:innen und Mitarbeiter:innen vom KBW-Treffpunkt Bildung.

Kurs-Nr.:	197201
Termin:	Fr., 24.1.2025, 15.00 bis 19.30 Uhr
Ort:	Region Gaspolthofen/Kallham, Der genaue Ort wird spätestens im Herbst bekannt gegeben.
Kursbeitrag:	kostenfrei
TN-Zahl:	12 bis 15
Anmeldeschluss:	16.1.2025



Ewald Spießmayr-Bernardino,
BEd MAS
Unternehmensberater,
Trainer und Coach



So texten Sie Headlines, die wirken

Überschriften sind wie Schaufenster: Wenn sie gut sind, werden potenzielle Kund:innen aufmerksam, lesen weiter oder klicken an. Sie sind aber auch wichtig, damit Ihr Angebot von Suchmaschinen gefunden wird.

In diesem Workshop lernen Sie, was eine gute Headline ausmacht und wie man sie schreibt. Und keine Angst: Sie müssen nicht reißerisch oder marktschreierisch werden.

Zum Mitnehmen gibt es außerdem eine Liste mit 100 „magischen Wörtern“, die Ihre Headlines sofort besser machen.

Bringen Sie Ihre Texte mit und profitieren Sie dop-

pelt! Sie bekommen das Know-how - und die fertigen Headlines gleich dazu.

Kurs-Nr.:	197362
Termin:	Fr., 31.1.2025, 15 bis 19 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	PG 1: € 20,- PG 2: € 40,- PG 3: € 80,-
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	23.1.2025



Mag.ª Andrea
Rohrauer
Text-Trainerin,
Energetikerin

Lebenslacher - humorvoll durchs Leben schreiben

Biografisches Schreibseminar mit Augenzwinkern

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 vermittelt Ihnen die Werkzeuge und das Selbstvertrauen, um Ihre Geschichte mit einem Lächeln zu erzählen.

Kurs-Nr.:	197355
Termin:	Sa., 8.2.2025, 9.30 bis 16.30 Uhr
Ort:	Bildungszentrum Maximilianhaus, Gmundner Straße 1b, 4800 Attnang-Puchheim
Kursbeitrag:	PG 1: € 89,- PG 2: € 89,- PG 3: € 96,-
TN-Zahl:	6 bis 12
Anmeldeschluss:	29.1.2025
Kooperation & Anmeldung:	Bildungszentrum Maximilianhaus maximilianhaus@dioezese-linz.at Tel.: 07674 66 550



Astrid Gaisberger
Trainerin für
Biografiearbeit,
Schriftstellerin



LebensLieder - meine Biografie in Melodien

Die Playlist meines Lebens - biografisches Schreibseminar

Tauchen Sie ein in die einzigartige Melodie Ihres Lebens!

Jeder Song, jeder Klang, jedes Arrangement ist ein Kapitel in Ihrer Lebensgeschichte. Inspiriert von Ihrer persönlichen Playlist werden wir die Geschichten hinter den Songs erkunden und sie in Worte fassen. Von den ersten Kindheitserinnerungen bis zu den prägenden Momenten im Erwachsenenleben - jede Etappe Ihrer Reise wird durch die Musik begleitet.

Das Schreibseminar richtet sich an alle, die ihre Lebensgeschichte auf eine einzigartige und kreative Weise erkunden möchten. Es sind keine Vorkenntnisse im Schreiben erforderlich - lediglich Offenheit und Neugierde.

Kurs-Nr.:	197356
Termin:	Di., 25.2.2025, 17.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	online
Kursbeitrag:	PG 1: € 25,- PG 2: € 25,- PG 3: € 35,-
TN-Zahl:	6 bis 12
Anmeldeschluss:	19.2.2025
Kooperation & Anmeldung:	Dominikanerhaus Steyr dominikanerhaus@dioezese-linz.at, (07252) 45 400



Astrid Gaisberger
Trainerin für
Biografiearbeit,
Schriftstellerin

ONLINE

BUCHTIPP: Loslassen, durchatmen, ausprobieren: die Zukunft der Kirche beginnt nicht nur im Kopf

Theresa Brückner

Einladend, sich ihrem Anliegen anzuschließen, schaut die Autorin den Interessent:innen, die zu ihrem Buch greifen, vom Cover in die Augen. Ihr geht es um eine Kirche, die auch in Zukunft ein Ort des Glaubens, der Hoffnung und des Halts für Menschen ist, die durch die Situation der Welt überfordert und orientierungslos geworden sind. Doch dazu muss sie sich der Zeit stellen und einiges ändern.

Brückner ist davon überzeugt, dass der Kirche Veränderung gelingt, denn sie hat sich in der Vergangenheit schon mehrmals den Bedürfnissen der Zeit stellen und wandeln müssen. In sieben Kapiteln spricht sie über Bereiche, in der die Kirche dringend frische Luft braucht: alle Menschen ernst nehmen, Mut haben, etwas zu verabschieden, mehr Vielfalt zuzulassen, die Frauen in der Kirche ernst zu nehmen, geschehene Übergriffe und Grenzverletzungen aufzuarbeiten und in Zukunft zu verhindern sowie mit der »Welt von heute« die Chancen der Digitalisierung zu nutzen. In diesen Bereichen gibt es viel zu tun. Das geht nicht, ohne zu suchen und auszuprobieren. Besser ist, sich einzugestehen, dass ein Versuch gescheitert ist, als die Hände in die Hosentasche zu stecken und am Verbrauchten festzuhalten.

Brückner weiß, was sie sagt und steuert als Pfarrerin auch in ihrem Bereich ihren Beitrag bei. Was sie im Blick auf »ihre« - die evangelische Kirche - schreibt, kann mit ganz geringen Abstrichen auch auf die katholische angewendet werden. Der Auftrag Jesu: »Geht in alle Welt und sprecht vom Evangelium« ist zeitlos gültig, die Menschen aber ändern sich, und damit müssen sich auch die Wege zu ihnen ändern. Das erfrischende Buch gibt hier Anregungen in Fülle.

bn.bibliotheksnachrichten, Hanns Sauter



Brückner, Theresa:
Loslassen, durchatmen, ausprobieren: die Zukunft der Kirche beginnt nicht nur im Kopf
Freiburg: Verlag Herder, 2024, 144 S.
ISBN 978-3-451-39538-3, Broschur,
EUR 16,50 (AT)



Foto: www.pixabay.com

FAMILIEN, SENIOR:INNENBILDUNG UND PÄDAGOGIK

Denkspaziergang - bewegtes Gehirntraining für den goldenen Herbst

Methodisch gestärkt ins neue Arbeitsjahr

Ob als neue Methode, oder um älteres Wissen aufzufrischen - dieser Workshop soll Motivation bringen und Mut machen zum Anwenden dieser ganz besonderen Form des GEH-Hirntrainings.

Nach einer Einführung in die Methoden eines Denkspazierganges sind Sie in der Gruppe bei einem moderaten Bewegungstempo im Park des Bildungshauses unterwegs, um vielfältige Denkaufgaben, Koordinationsübungen und Sinneswahrnehmungen zu erproben. Ein Denkspaziergang ist die ideale Ergänzung zum SelbA-Training, denn viele Übungen können kurzerhand an die körperlichen Ressourcen der Teilnehmenden angepasst werden, um Gehirntraining in frischer Luft zu ermöglichen.

Das Skriptum enthält auch Anregungen für Denkspaziergänge in geschlossenen Räumen, falls das

Wetter nicht mitspielt, sowie Materialien, Organisation, Wegstrecke usw.

Bitte an wetterfestes Schuhwerk und geeignete Bekleidung denken. Die Mitnahme eines kleinen Rucksacks und einer Trinkflasche ist empfehlenswert.

Methoden: Workshop

Kurs-Nr.:	197333
Termin:	Fr., 20.9.2024, 9 bis 13 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	PG 1: € 35,- PG 2: € 35,- PG 3: € 45,-
TN-Zahl:	14 bis 20
Anmeldeschluss:	13.9.2024



Martina Eder
Fachsozialbetreuerin
Altenarbeit,
SelbA Trainerin,
Referentin, Regions-
begleiterin.



Geschwisterstreit

Konflikte gehören zum Familienalltag dazu und dennoch fordern sie Eltern oft extrem. Ich werde zum einen über die sozialen und emotionalen Entwicklungsschritte informieren, die wichtig sind, um das Verhalten von Kindern besser verstehen zu können. Zum anderen werden wir gemeinsam anhand von Praxisbeispielen Möglichkeiten finden, Konflikte zwischen Kindern zu begleiten, ohne dabei verletzend oder zu mächtig zu wirken. Außerdem werden wir versuchen, Ursachen bei eingespielten, sich immer wiederholenden und dadurch oft schmerzlichen Konfliktsituationen zu erkennen. Dabei werden wir uns auch mit dem Thema Eifersucht beschäftigen. Auch die eigenen Gefühle wie Wut, Ohnmacht oder Hilflosigkeit werden zum Thema gemacht.

Kurs-Nr.:	197505
Termin:	Mi., 2.10.2024, 18 bis 21 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Schulstr. 2, 4121 Altenfelden
Kursbeitrag:	€ 4,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	25.9.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Foto: Christoph Kempter

Maria Mitterlehner
Montessori
Pädagogin,
Pikler Pädagogin,
ADHS Trainerin

Oma/Opa/Enkerl DENKSPAZIERGANG - für alle ab 4 Jahren

Rund um den kleinen Weikerlsee und in den Traunauen

Ein Denkspaziergang regt unsere Gehirnzellen, unsere Beweglichkeit und unsere Lachmuskeln an. So im Dahingehen kann man wunderbare Übungen machen, in jedem Alter. Ohne es selbst zu merken und ohne Anstrengung lüften wir unser Gehirn aus und fordern es mit lustigen und anspruchsvollen Aufgaben heraus. Auch die Ökonomie bestätigt: gemeinsame Naturerfahrungen steigern Kraft und Lebensfreude!

Bei schönem Wetter sind wir auf einem leicht begehbaren Weg rund um den kleinen Weikerlsee und in den Traunauen unterwegs. Es gibt sowohl viel zu entdecken als auch mitzumachen. Auch

ausreichend Zeit für schöne gemeinsame Momente mit den Enkelkindern ist vorhanden. Bitte bringen Sie eine kleine Jause und eine gefüllte Wasserflasche mit. Wetterfeste Kleidung und Schuhe werden empfohlen.

Bei starkem Regen bewegen wir unser GEH-Hirn im Club Aktiv im Volkshaus Pichling.
Methode: Workshop

Kurs-Nr.:	197315
Termin:	Fr., 4.10.2024, 14.30 bis 16.30 Uhr
Treffpunkt:	Bibliothek Volkshaus Pichling/Solarcity, Lunaplatz 4, 4030 Linz Straßenbahnhaltestelle Lunaplatz Solarcity Zentrum
Kursbeitrag:	Oma und/oder Opa zahlen € 10,- pro Person Kinder sind kostenfrei
TN-Zahl:	6 bis 26
Anmeldeschluss:	26.9.2024
Anmeldung:	Bitte Namen und Alter der Kinder angeben!



Anita Pölzleitner
SelbA Regions-
begleiterin



Ulli Brückner-Grall
SPIEGEL Regions-
begleiterin



Gewaltfreie Kommunikation in der Familie nach Marshall Rosenberg

Von Herzen sprechen und achtsam zuhören
Ich bereite das Abendessen vor, endlich sehen wir uns alle am Ende eines langen Tages ... müde und schweigsam am Tisch ... Termine in der Schule, Arbeit, Ärzte durchgehen ... Was noch ansprechen? ... Lieber nicht, dann kann ich wieder nicht gut schlafen ...

Wie kommen wir (wieder) ins Gespräch?

Als Familien sind wir in einem Entwicklungsprozess: Jedes Kind macht Entwicklungsschritte und auch wir Eltern sind in einem ständigen Veränderungsprozess: Bedürfnisse, Werte, Wünsche ändern sich.

Darüber zu sprechen stärkt unsere Beziehungen, schafft Nähe und Vertrauen und lässt uns wachsen. So wird ein wichtiger Grundstein zur Resilienz in unseren Kindern und uns Erwachsenen gelegt. Nach Hause zu kommen und zu wissen, dass es da jemanden gibt, der mir zuhört und mich versteht, ist die beste Gesundheitsprophylaxe. An diesem Einführungsnachmittag lernen Sie Werkzeuge und Methoden kennen, um ein gutes Gespräch herbeiführen zu können.

Im Anschluss gibt es die Möglichkeit, an individuell mit der Gruppe vereinbarten Folgeterminen zu vier verschiedenen Themen teilzunehmen:

- Mein Kind verlässt das Nest!
Ein guter Start in den Kindergarten.
- Mein Kind kommt in die Schule!
Jetzt beginnt der Ernst des Lebens oder darf es auch Spaß machen?
- Mein PuberTier. Wie komme ich mit meinem Kind ins Gespräch?
- Mein Kind verlässt das Elternhaus!

Kurs-Nr.:	197458
Termin:	Fr., 4.10.2024, 15 bis 18 Uhr
Ort:	SPIEGEL-Treffpunkt Miteinander, Pillhofstraße 10, 4212 Neumarkt im Mühlkreis
Kursbeitrag:	€ 4,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	27.9.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Martina Tröbinger
Pädagogin, Lebens- und Sozialberaterin in Ausbildung

Starke Kinder brauchen starke Vorbilder

Bausteine in der Gewaltprävention

SPIEGEL elternweb@home

Im pädagogischen Alltag braucht es Wissen und Reflexion über Grenzverletzungen und Gewaltformen. Ein respektvoller Umgang und ein Ausbalancieren von Nähe & Distanz fordern uns täglich heraus.

Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen, Leiter:innen von „Loslass-Gruppen“ und alle Personen, die mit Kindern arbeiten, bekommen Einblick welche Handlungen angemessen sind, wann Grenzen überschritten werden und welche präventiven Maßnahmen eingesetzt werden können, um Kinder zu stärken. Denn aufgeklärte Kinder sind selbstbewusst können „Nein sagen“ und sind mutig, Hilfe zu holen.

Kurs-Nr.:	197507
Termin:	Mi., 9.10.2024, 19 bis 21 Uhr
Ort:	online (benötigt wird ein PC mit einem Lautsprecher, Laptop oder Tablet und eine verlässliche Internetverbindung). Der Link zum Einstieg wird nach der Anmeldung per E-Mail zugeschickt.
Kursbeitrag:	€ 2,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	12 bis 20
Anmeldeschluss:	7.10.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Mag. Dagmar Hörmandinger-Chusin
Leiterin der Stabsstelle für Prävention von Missbrauch und Gewalt der Diözese Linz - Bischöfliches Ordinariat

ONLINE

Mental Load mit Achtsamkeit begegnen

Und wie uns Kinder dabei helfen können

Kinder können uns durch ihre natürliche Achtsamkeit dabei helfen, herausfordernde Situationen, den Alltag und den Trubel der täglichen Jonglage zwischen (Erwerbs-)Tätigkeiten und Familienmanagement, den Mental Load, besser anzunehmen.

Mental Load bedeutet Belastung, die vor allem auch bei Jung-Eltern zu einer Überlastung führen kann. Durch veränderte gesellschaftliche Rahmenbedingungen ist Mental Load allgegenwärtig. In diesem Workshop lernen wir Übungen, Methoden und auch das Konzept der Achtsamkeit und Selbstfürsorge kennen und betrachten, wie wir diese Philosophie in unseren Familienalltag integrieren können, um gemeinsam Kraft und Lebendigkeit aus der Achtsamkeit schöpfen zu können. Wir erkennen, wie uns Kinder durch ihren Anfänger:innengeist helfen können, Entschleunigung

und Bewusstheit näher zu bringen.

Selbstverständlich gibt es auch Raum für Austausch und Wohlfühlmomente.

Kurs-Nr.:	197545
Termin:	Fr., 11.10.2024, 15 bis 18 Uhr
Ort:	SPIEGEL-Treffpunkt, Pfarrplatz 1, 4310 Mauthausen
Kursbeitrag:	€ 4,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 10
Anmeldeschluss:	4.10.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Mag. Katharina Fernández-Metzbauer
Sozialpädagogin,
Kultur- und Sozialanthropologin,
Afrikawissenschaftlerin

Führungskraft Mama/Papa

„Eltern werden ist nicht schwer, Eltern sein dagegen sehr“, lautet das etwas abgewandelte Zitat von Wilhelm Busch. Die Anforderungen an Eltern werden immer größer und komplexer und neben Beruf und Alltag auch noch den richtigen Weg in der Erziehung zu finden ist durchaus herausfordernd.

Wie können wir unseren Kindern Vorbild sein? Braucht mein Kind Mama und Papa als eine Freundin oder Freund?

Wie sehe ich mich in meiner Rolle als Mama oder Papa und wie möchte ich diese Rolle ausführen? Wie gelingt der Spagat zwischen Erziehung und Beziehung?

Führung hat nichts mit Dominanz oder Autorität zu tun, eine klare Führung bietet Orientierung, Halt und Sicherheit. Eltern als starkes Team an der Spitze der Familie, geben den Kindern einen Rahmen, der es ihnen ermöglicht, selbst ihre Rollen zu finden und selbstbewusst ihre Persönlichkeit zu entwickeln.

Ort:	Pfarrheim, Kirchenstr. 11, 4912 Neuhofen im Innkreis
Kursbeitrag:	€ 4,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 12
Anmeldeschluss:	4.10.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Mag. Daniela Stecher
Pädagogin,
GFK Trainerin,
Humanenergetikerin

Kurs-Nr.:	197547
Termin:	Fr., 11.10.2024, 16 bis 20 Uhr

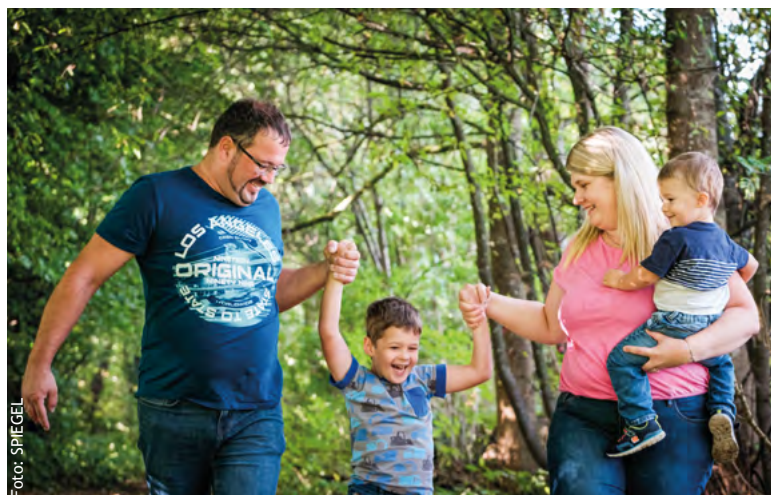


Foto: SPIEGEL

Die Kunst der Wahrnehmung

SelbA Fachtagung in Kooperation mit dem Treffpunkt Pflegepersonal

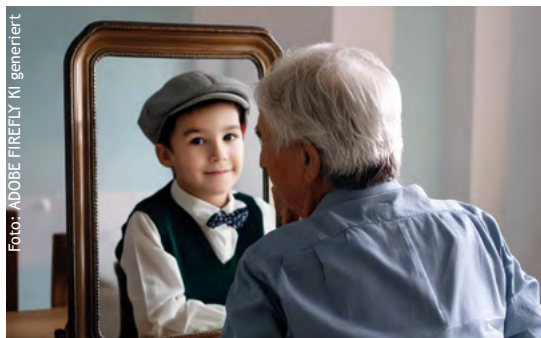
Wenn das Gestern zum Heute wird ...

Validation - eine wertschätzende Kommunikationsmethode und Haltung

Die Ursachen von irritierendem Verhalten bei Menschen mit Demenz kann in der Zeitgeschichte und in der Lebensgeschichte des älteren Menschen liegen. All die Jahre konnten diese Menschen die erlebten Verluste mit Hilfe kognitiver Strategien unterdrücken. Im hohen Alter wird diese Kognitivität schwächer und die Emotionen fordern gesehen zu werden.

Validation begleitet ältere Menschen auf ihrem Weg der Aufarbeitung und hilft ihnen, bestimmte Lebensräume zu betreten. Dadurch können sie einige Kapitel ihres Lebens zu Ende zu schreiben.

Kort.X® (nach MMag. Antonia Santner) ist ein Gehirntraining, das auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert. Es kombiniert koordinative Bewegungsaufgaben mit Gedächtnis- und Konzentrationsübungen in einem systematischen Trainingsaufbau und unterstützt damit die kognitive Leistungsfähigkeit. Es ist ein kurzweiliges Training für alle. Ausprobieren, mitmachen und mitlachen!



Zum Ausklang der Fachtagung begeistert und verzaubert „*The Magic Priest*“ **Gert Smetanig** uns mit seinem Einblick in die Welt der Illusionen.

Kurs-Nr.: 197372

Termin: Fr., 18.10.2024, 8.30 bis 16.00 Uhr

Ort: Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels

Kursbeitrag: **kostenfrei** für aktive SelbA-Trainer:innen und Pflege- u. Betreuungspersonen im Verteiler von Treffpunkt Pflegepersonal
€ 49,- für alle anderen Interessent:innen

TN-Zahl: 50 bis 200

Anmeldeschluss: 10.10.2024

Anmeldung: unter Angabe folgender Daten: Name, Anschrift, Telefon, Mailadresse, Mittagessen: ja/nein (vor Ort zu bezahlen)
Per E-Mail: selba@dioezese-linz.at oder Telefon: (0732) 76 10-32 13
Für Beschäftigte in der Pflege bzw. Betreuung: Per E-Mail: mensch-arbeit.pflegepersonal@dioezese-linz.at oder Telefon: (0676) 87 76-36 61

Info: Die Teilnahme an dieser Veranstaltung kann als Fortbildung nach dem GuKG mit 4 Stunden angerechnet werden.

Kooperation: Treffpunkt Pflegepersonal



Hildegard Nachum
Zertifizierte
Validationslehrerin
VTI, Autorin



Susanne Sigl
Kort.X@
Gehirntrainerin



Gert Smetanig
Zauberkünstler,
Priester

BUCHTIPP: Die Weisheit der Demenz

Hildegard Nachum / Co-Autorin: Ulrike Zika

Wegweiser zum würdevollen Umgang mit desorientierten Menschen

Eingebettet in sieben große Themenwelten eines Menschenlebens erzählt Hildegard Nachum wahre, berührende, tragische und komische Geschichten aus dem Universum der Demenz. Sie übersetzt den verborgenen Sinn des oft irritierenden Verhaltens wie eine Dolmetscherin. In den Geschichten wird dabei eine überraschende Weisheit sichtbar, die schließlich die Lebensqualität von uns allen bereichern kann.

Durch das Eintauchen in die Zeitgeschichte und das Erkunden bewegter und bewegender Biografien entsteht eine Landkarte. Eine erlernbare Kommunikationstechnik sowie Musik und Berührung können schließlich eine heilsame Reiseroute über das Herz ermöglichen, wenn die Straße zum Gehirn nicht mehr befahrbar ist.



Hildegard Nachum:
Die Weisheit der Demenz
ISBN 978-3-7088-0815-4
Kneipp Verlag Wien
Preis: € 25,00

Ganz Ohr! Faszination Vorlesen!

Gemeinsam Geschichten erleben und mit Büchern die Welt entdecken

Diverse
Referent:innen

Ausbildung zum/zur Vorlesepat:in

Das gemeinsame Erleben von Geschichten in angenehmer Umgebung bereitet Freude, lädt zum Nachdenken ein und bringt Jung und Alt miteinander ins Gespräch. Vorlesepat:innen geben ihre eigene Freude am Lesen und an der Literatur weiter. Gemeinsam wird in öffentlichen Bibliotheken und Büchereien, in Eltern-Kind-Gruppen, Senior:innenheimen usw. gelesen.

Darum geht's:

- Erlebnisorientiertes Vorlesen erlernen
- Kennenlernen zahlreicher Methoden um unvergessliche Hörerlebnisse zu bereiten
- Grundkenntnisse zur Auswahl passender Literatur
- Sicherheit im Umgang mit der eigenen Stimme, der Sprache und dem Ausdruck

Die Module 1 und 3 sind für alle Teilnehmer:innen verpflichtend und gleich. Für das Modul 2 gibt es zwei Varianten. Ein Termin ist hier ebenfalls verpflichtend, es besteht aber natürlich auch die Möglichkeit, an beiden Terminen teilzunehmen. Zielgruppe: Alle Interessierten, die Lust und Freude am Vorlesen haben: Eltern, Großeltern, Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen, Mitarbeiter:innen in Büchereien und Senior:innenheimen

Kurs-Nr.:	197548
Termine:	Modul 1: Fr., 18.10.2024, 14.00 bis 20.30 Uhr Sa., 19.10.2024, 9 bis 17 Uhr Modul 2: Variante 1: Settings und Methoden für Kinder Sa., 23.11.2024, 9 bis 17 Uhr Variante 2: Settings und Methoden für Senior:innen Sa., 7.12.2024, 9 bis 17 Uhr Modul 3: Sa., 11.1.2025, 9 bis 17 Uhr
Ort:	Bischöfliches Priesterseminar, Harrachstr. 7, 4020 Linz
Kursbeitrag:	3 Module mit einem Wahlmodul: € 250,- 3 Module mit zwei Wahlmodulen: € 320,- Ermäßigter Kursbeitrag für ehrenamtliche Mitarbeiter:innen des Katholischen Bildungswerkes: 3 Module mit einem Wahlmodul: € 170,- 3 Module mit zwei Wahlmodulen: € 220,-
TN-Zahl:	15 bis 20
Anmeldeschluss:	10.10.2024

SPIEGEL-Einführungstag

Liebe:r Eltern-Kind-Gruppenleiter:in!

In unseren SPIEGEL-Treffpunkten sind uns engagierte und gut ausgebildete Mitarbeiter:innen sehr wichtig. Daher sollte mindestens ein:e Mitarbeiter:in den Ausbildungslehrgang besucht haben.

Damit auch alle anderen die Möglichkeit erhalten, die SPIEGEL-Philosophie und das Netzwerk

kennenzulernen, veranstalten wir SPIEGEL-Einführungstage. Lernen Sie die Mitarbeiter:innen der SPIEGEL-Diözesanstelle kennen, knüpfen Sie neue Kontakte und holen Sie sich interessante Ideen für die Eltern-Kind-Gruppe: praxiserprobte Spiele und Lieder sowie Grundsätzliches zum Ablauf. Speziell SPIEGEL-„Neulinge“ sind damit für den oft herausfordernden Spielgruppenalltag gut gerüstet.

Kurs-Nr.:	197299
Termin:	Mi., 23.10.2024, 9 bis 14 Uhr
Ort:	Diözesanhaus (Großer Saal, 4. OG), Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	kostenfrei
TN-Zahl:	12 bis 20
Anmeldeschluss:	22.10.2024



Foto: Jiyoon Ha

Mitarbeiterinnen
der SPIEGEL-
Diözesanstelle

SPIEGEL-Basislehrgang 73

Für Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen

Es werden Grundkenntnisse für die Tätigkeit als Eltern-Kind-Gruppenleiter:in erworben.

- Planung und Durchführung einer Eltern-Kind-Gruppe
- Basiswissen in Entwicklungspsychologie und Spielpädagogik
- Einführung in die Gruppenleitung und Gesprächsführung
- Methoden für die praktische Umsetzung in der Eltern-Kind-Gruppe
- Einführung in die Elternbildung

Der Basislehrgang schließt mit einem Teilnahmezertifikat ab und berechtigt zum Leiten eines SPIEGEL-Treffpunktes bzw. einer Eltern-Kind-Gruppe. Im Anschluss kann der Aufbaulehrgang für zertifizierte pädagogische Assistenzkräfte in oö. Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen absolviert werden.

Kurs-Nr.:	196904
Termine:	Startmodul: Mi., 24.10.2024, 17 bis 20 Uhr Modul 1: 7.11./14.11./21.11.2024 Modul 2: 16.1./23.1./30.1.2025 Modul 3: 6.2./13.2./27.2.2025 Modul 4: 6.3./13.3./20.3.2025 Modul 5: 27.3./3.4./10.4.2025 Die Kurse finden wöchentlich immer donnerstags von 17.00 bis 21.30 Uhr statt.
Info:	Zwischen den Modulen sind Praxisgruppentreffen und Hospitationen sowie die Absolvierung eines indernotfallkurses vorgesehen.
Ort:	Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	PG 1: € 430,- PG 2 & 3: € 610,-
TN-Zahl:	15 bis 20
Anmeldeschluss:	10.10.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar

Diverse
Referent:innen

SPIEGEL-Aufbaulehrgang 11

Es geht um eine Vertiefung des Wissens und der Kompetenzen im Leiten von Eltern-Kind-Gruppen. Der Lehrgang ist eine Kooperation mit der Caritas OÖ und vermittelt auch spezifisches Wissen für Assistenzkräfte in oö. Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen.



Kurs-Nr.:	197521
Termine:	Startmodul: 24.10.2024, 17 bis 20 Uhr Alle Termine uns nähere Infos auf unserer Homepage Alle Module freitags von 15.30 bis 21.00 Uhr und samstags von 9.00 bis 17.30 Uhr
Ort:	Bischöfliches Priesterseminar, Harrachstr. 7, 4020 Linz
Kursbeitrag:	PG 1: € 690,- PG 2 und 3: € 1050,-
TN-Zahl:	15 bis 20

Anmeldeschluss:	17.10.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar
Kooperation:	Caritas OÖ

Diverse
Referent:innen



Foto: SPIEGEL

SelbA-Basisausbildung

Ausbildungslehrgang zum/zur SelbA-Trainer:in

Werden Sie SelbA-Trainer:in!

Das SelbA-Training ist ein Bildungsangebot im Bereich der Schnittstelle von Gesundheitsvorsorge und Senior:innenbildung. Es ist offen für alle Menschen in Oberösterreich ab circa 55 Jahren, die sich ihre Beweglichkeit und geistige Fitness bis ins hohe Alter erhalten möchten. Körper, Geist und Seele im Gleichgewicht zu halten, ist die beste Voraussetzung, um bis ins hohe Alter ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben zu genießen. Das SelbA Trainingsprogramm zeichnet sich durch die Kombination der 3 Säulen aus:

- GEHIRNTRAINING
- BEWEGUNGSTRAINING
- KOMPETENZTRAINING

Darüber hinaus steht SelbA für Gemeinschaft und Teilhabe. Bei SelbA halten sich Teilnehmer:innen und auch SelbA Trainer:innen mit anreichernden, anspruchsvollen und lustvollen Übungen selbst fit. In der Ausbildung wirken Fachexpert:innen und SelbA-Expert:innen zusammen, um die drei Säulen von SelbA - Gehirntaining, Bewegungseinheiten und Alltagskompetenzen - zu vermitteln. Sie erwerben die Fähigkeit, Trainingseinheiten zu planen und zu leiten.

Inhalte:

- Altersbilder/Geragogik
- Bewegung (Theorie und praktische Übungen)
- Gehirn (Theorie und praktische Übungen)
- Kompetenz/Organisation (Theorie und praktische Übungen)
- SelbA Einheiten planen
- Kommunikation/Validation
- Lernwerkstatt

Kurs-Nr.:	194605
Termine:	Einführungsabend: Do., 24.10.2024, 18.00 bis 20.30 Uhr 1. Modul: 11./12.11.2024 2. Modul: 10./11.12.2024 3. Modul: 8.1./14.1./15.1.2025 4. Modul: 12./13.2.2025 5. Modul: 19./20.3.2025 6. Modul: 29./30.4.2025 7. Modul: 21./22.5.2025 Abschluss: Termin wird noch bekannt gegeben Änderungen vorbehalten!
Kurszeiten:	1 Modul dauert 1,5 Tage
Ort:	Diözesanhaus (Großer Saal - 4. OG), Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 1.090,- inkl. Kursunterlagen zuzügl. Unterkunft und Verpflegung Teilzahlung auf drei Raten möglich Nach zweijähriger aktiver Mitarbeit bei SelbA kann eine Rückerstattung von € 200,- beantragt werden.
TN-Zahl:	16 bis 20
Anmeldeschluss:	14.10.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar
Info & Anmeldung:	SelbA OÖ - Tel.: (0732) 76 10-32 18, Mail: selba-ausbildung@ dioezese-linz.at

Referent:innen in den einzelnen Modulen:
Dr. Marcus Täuber,
Neurobiologe

Mag.^a Brigitte
Lang, MBA,
Bewegungstrainerin

Mag.^a Marion
Brandstetter, MAS,
Personaltrainerin

Hildegard Nachum
Validationslehrerin
Expertinnen der
SelbA Diözesanstelle
Erfahrene SelbA-
Trainerinnen und
weitere Expert:innen



Fotos: SelbA



Geschichtlicher Denkspaziergang in der Barockstadt Schärding

Gehirntraining entlang des Inns

Denkspaziergang - das Gehirntraining im Gehen - einmal anders und dabei die Stadt mit anderen Sinnen entdecken.

Das erwartet Sie beim geschichtlichen GEH-Hirntraining: Wir gehen gemeinsam in einem moderaten Tempo entlang des Inns bis zum Schlosspark. Dabei aktivieren wir mit Denk- und Koordinationsübungen sowohl unser Gehirn als auch unseren Bewegungsapparat. Die gemeinsame Bewegung an der frischen Luft ist obendrein noch Balsam für die Seele. Auf unserem Weg wird uns die Geschichte des Inns und der Stadt Schärding in verschiedener Form begleiten. Lassen Sie sich überraschen!

Zum Abschluss lassen wir den Nachmittag im Pfarrheim bei Kaffee und Kuchen gemütlich ausklingen.

Bitte kommen Sie in wetterfester Kleidung und Schuhwerk und bringen Sie eine Trinkflasche mit. Falls es das Wetter nicht anders zulässt, bewegen wir uns im Pfarrhof.

Methode: Workshop

Kurs-Nr.:	197351
Termin:	Fr., 25.10.2024, 15 bis 18 Uhr
Treffpunkt:	Pfarrgemeinde Stadt Schärding, Kirchengasse 6, 4780 Schärding
Kursbeitrag:	PG 1: € 34,- PG 2: € 34,- PG 3: € 39,-
TN-Zahl:	12 bis 25
Anmeldeschluss:	18.10.2024



Anneliese Feichtinger
SelbA-Trainerin &
-Regionsbegleiterin



Maria Österbauer
SelbA-Trainerin &
-Regionsbegleiterin

Quatschivity

Ein neu entwickeltes Brettspiel zum Austausch und 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.

Kurs-Nr.:	197366
Termin:	Mi., 6.11.2024, 18.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	Greisinghof, Mistlberg 20, 4284 Tragwein
Kursbeitrag:	€ 15,- inkl. Brettspiel Quatschivity
TN-Zahl:	6 bis 16
Anmeldeschluss:	28.10.2024
Kooperation:	Unterstützt aus Mitteln des Anerkennungsfonds für Freiwilliges Engagement des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



Irina Kaiser
Studium der Wirtschaftspädagogik

Erzählcafé ... weil Erzählen gut tut

Einführung in die Methode Erzählcafé

Erzählcafé bringt die Menschen zu einem bestimmten Thema ins Gespräch und ermutigt sie, ihre Erinnerungen mit anderen zu teilen. In einer angenehmen Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen fühlen sich die Teilnehmer:innen wohl und es kommt ein lebendiges Gespräch zustande. Beim Erzählen werden uns Gemeinsamkeiten mit anderen bewusst. Erzählen verbindet!

An diesem Abend erleben Sie ein Erzählcafé und erfahren Wissenswertes über die Planung und Durchführung einer Gesprächsrunde. Am Ende der Einführung erhalten Sie unsere Gesprächsun-

terlagen mit 17 ausgearbeiteten Themen zu den verschiedensten Lebensbereichen.

Kurs-Nr.:	197459
Termin:	Do., 7.11.2024, 18 bis 21 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	€ 15,- inkl. Gesprächsunterlagen
TN-Zahl:	6 bis 16
Anmeldeschluss:	29.10.2024
Info:	Kontaktieren Sie uns bitte, wenn Sie einen Einführungsabend in Ihrer Region wünschen.



Birgit Aigner
SelbA-Trainerin,
langjährige Erzähl-
café-Gesprächs-
rundenleiterin

SPIEGEL-Basislehrgang 74

Für Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen

Diverse
Referent:innen

Es werden Grundkenntnisse für die Tätigkeit als Eltern-Kind-Gruppenleiter:in erworben.

- Planung und Durchführung einer Eltern-Kind-Gruppe
- Basiswissen in Entwicklungspsychologie und Spielpädagogik
- Einführung in die Gruppenleitung und Gesprächsführung
- Methoden für die praktische Umsetzung in der Eltern-Kind-Gruppe
- Einführung in die Elternbildung

Der Basislehrgang schließt mit einem Teilnahmezertifikat ab und berechtigt zum Leiten eines SPIEGEL-Treffpunktes bzw. einer Eltern-Kind-Gruppe. Im Anschluss kann der Aufbaulehrgang für zertifizierte pädagogische Assistenzkräfte in öö. Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen absolviert werden.

Kurs-Nr.:	197302
Termine:	Startmodul: 12.11.2024, 17 bis 20 Uhr Modul 1: 22./23.11.2024 Modul 2: 17./18.1.2025 Modul 3: 7./8.2.2025 Modul 4: 14./15.3.2025 Modul 5: 4./5.4.2025 Die Module finden jeweils freitags von 15.30 bis 21 Uhr und samstags von 9 bis 17.30 Uhr statt.
Info:	Zwischen den Modulen sind Praxisgruppentreffen und Hospitationen sowie die Absolvierung eines indernotfallkurses vorgesehen.
Ort:	Pfarrzentrum St. Stephanus, Hauptstraße 14, 4901 Ottnang am Hausruck
Kursbeitrag:	PG 1: € 430,- PG 2 & 3: € 610,-
TN-Zahl:	15 bis 20
Anmeldeschluss:	5.11.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar

Quatschivity

Ein neu entwickeltes Brettspiel zum Austausch und 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 ge-

genseitigen 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.

Kurs-Nr.:	197368
Termin:	Di., 12.11.2024, 18.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	Dominikanerhaus, Grünmarkt 1, 4400 Steyr
Kursbeitrag:	€ 15,- inkl. Brettspiel Quatschivity
TN-Zahl:	6 bis 16
Anmeldeschluss:	2.11.2024
Kooperation:	Unterstützt aus Mitteln des Anerkennungsfonds für Freiwilliges Engagement des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



*Birgit Aigner
SelbA-Trainerin,
langjährige Erzähl-
café-Gesprächs-
rundenleiterin*

Quatschivity

Ein neu entwickeltes Brettspiel zum Austausch und 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.

Kurs-Nr.:	197370
Termin:	Mi., 13.11.2024, 18.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	Bildungszentrum St. Franziskus, Riedholzstraße 15a, 4910 Ried
Kursbeitrag:	€ 15,- inkl. Brettspiel Quatschivity
TN-Zahl:	6 bis 16
Anmeldeschluss:	3.11.2024
Kooperation:	Unterstützt aus Mitteln des Anerkennungsfonds für Freiwilliges Engagement des Bundesministe- riums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



Irina Kaiser
Studium der Wirt-
schaftspädagogik

Quatschivity

Ein neu entwickeltes Brettspiel zum Austausch und 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.

Kurs-Nr.:	197374
Termin:	Do. 14.11.2024, 18.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, 4. OG, Großer Saal , Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 15,- inkl. Brettspiel Quatschivity
TN-Zahl:	6 bis 16
Anmeldeschluss:	4.11.2024
Kooperation:	Unterstützt aus Mitteln des Anerkennungsfonds für Freiwilliges Engagement des Bundesministe- riums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



Irina Kaiser
Studium der Wirt-
schaftspädagogik

ANMELDUNG

E-Mail: weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at

Tel.: (0732) 76 10-32 09 oder Online über den Veranstaltungskalender vom Katholischen Bildungswerk:

<https://www.dioezese-linz.at/kbw/termine>



Smartphone statt Bilderbuch?

Wie Klein- und Kindergartenkinder digitale Medien erleben

SPIEGEL elternweb@home

Babys und Kleinkinder bekommen schon viel davon mit, wie in der Familie mit Medien umgegangen wird - und zwar ganz „nebenbei“. Sie beobachten Eltern und Geschwister beim Surfen und Spielen, lachen mit uns mit, wenn wir ein Video anschauen, wollen auf der Tastatur „mitarbeiten“, reden beim Telefonat mit, erfreuen sich an Bildern, Hörspielen, kurzen Filmchen ... und bemerken schon früh, wie wichtig das Smartphone für fast alle von uns ist.

Den Vorteilen, die Tablet und Co. als Babysitter und zur Beruhigung haben, stehen Berichte gegenüber, wie das auf die Kleinsten wirkt. Studien weisen auf den Zusammenhang von Mediennutzung und Entwicklungsstörungen hin.

Je früher Kinder bei der Mediennutzung unterstützt werden, desto besser können sie auf die Herausforderungen der digitalen Medien vorbereitet werden. Was wir tun können, um unsere Kinder durch die Welt der Medien zu begleiten,

ist das Thema unseres gemeinsamen Abends. Bei Interesse kann ein Folgetreffen in Präsenz organisiert werden.

Kurs-Nr.:	197463
Termin:	Di., 19.11.2024, 19 bis 21 Uhr
Ort:	online (benötigt wird ein PC mit einem Lautsprecher, Laptop oder Tablet und eine verlässliche Internetverbindung). Der Link zum Einstieg wird nach der Anmeldung per E-Mail zugesandt.
Kursbeitrag:	€ 2,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 20
Anmeldeschluss:	14.11.2024
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



*Mag. Sissi Kaiser
Medienpädagogin,
Kommunikations-
wissenschaftlerin,
Multimediale Kunst-
therapeutin*

ONLINE

Quatschivity

Ein neu entwickeltes Brettspiel zum Austausch und 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.

Kurs-Nr.:	197371
Termin:	Do., 21.11.2024, 18.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	Maximilianhaus, Gmundnerstraße 1b, 4800 Attnang-Puchheim
Kursbeitrag:	€ 15,- inkl. Brettspiel Quatschivity
TN-Zahl:	6 bis 16
Anmeldeschluss:	11.11.2024
Kooperation:	Unterstützt aus Mitteln des Anerkennungsfonds für Freiwilliges Engagement des Bundesministeriums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



*Silvia Nagl
Studium der Wirtschaftspädagogik*

Tanzen mitten im Leben

Als Geschenk an sich selbst oder zum Ausprobieren für die (SelbA)-Gruppe

Tanzen ist
Bewegung für Körper und Geist,
Spaß und Lachen für die Seele,
Freude in der Gemeinschaft erleben,
Beitrag zu einem positiven Lebensgefühl.

Das alles bietet Frauen und Männern ab der Lebensmitte und bis ins hohe Alter das Tanzen in der Gruppe.

Getanzt wird zu Musik aus aller Welt, von alten Schlagern über Walzer bis hin zu südamerikanischen Klängen. Gesellige Formen aus dem Gesellschaftstanz und Tanzspiele lassen das Tanzen zu einem Gemeinschaftserlebnis werden.

Keine Vorkenntnisse und kein:e fixe:r Partner:in erforderlich!

Kurs-Nr.:	197317
Termin:	Fr., 29.11.2024, 15 bis 18 Uhr
Ort:	Bischöfliches Priesterseminar, Harrachstraße 7, 4020 Linz
Kursbeitrag:	PG 1: € 33,- PG 2: € 33,- PG 3: € 43,-
TN-Zahl:	11 bis 20
Anmeldeschluss:	22.11.2024



Andrea Söllner
Tanzleiterin Senio-
rentanz Österreich,
SelbA-Trainerin,
Erwachsenenbildnerin

Quatschivity

Ein neu entwickeltes Brettspiel zum Austausch und 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.

Kurs-Nr.:	197373
Termin:	Do., 16.1.2025, 18.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	€ 15,- inkl. Brettspiel Quatschivity
TN-Zahl:	6 bis 16
Anmeldeschluss:	6.1.2025
Kooperation:	Unterstützt aus Mitteln des Anerkennungsfonds für Freiwilliges Engagement des Bundesministe- riums für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.



Silvia Nagl
Studium der Wirt-
schaftspädagogik



Babyzeichensprache - Glückliche Babys - Glückliche Eltern

Workshop für Leiter:innen von Babygruppen

Babyzeichen sind perfekt, um bereits frühzeitig (ab 6 Monaten) mit Ihrem Baby zu kommunizieren. Sie ermöglichen aktive Kommunikation, lange bevor Kinder Wörter oder Sätze äußern können. Doch Babyzeichen sind noch vielfältiger einsetzbar. Zum Beispiel in der Kommunikation mit Kindern fremder Muttersprache. Darauf und wie sie aktiv in die Baby- oder Eltern-Kind-Gruppe eingebaut werden können, werden wir in diesem Workshop eingehen. SPIEGEL-Treffpunkte können sich als „Zertifizierter Treffpunkt für Babyzeichensprache“ zertifizieren lassen, wenn alle aktiven Teammitglieder des Treffpunkts am Workshop teilnehmen. Babys dürfen gerne mitgebracht werden. Ab dem Krabbelalter empfehlen wir, mit einer Begleitperson zu kommen.

Zielgruppe: Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen, Leiter:innen von Babygruppen

Kurs-Nr.:	197507
Termine:	Fr., 17.1.2025, 15 bis 18 Uhr Fr. 31.1.2025, 15 bis 18 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Dorfplatz 12, 4595 Waldneukirchen
Kursbeitrag:	€ 8,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	10.1.2025
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



*Bettina Dutzler, MSc.
Psychologin,
Artgerecht-&
Windelfrei-Coach,
Zwergensprache- und
Dunstan-Kursleiterin*

Wieviel Schule braucht ein Kind?

Finden Lernen und Bildung nur in der Schule statt?

Schule dominiert oft den Familienalltag und wir richten sogar Familienfeiern oder -ausflüge nach Schularbeitsterminen aus. Ist das notwendig? Starten Kinder in den Schulalltag, überwiegen zu Beginn Freude und Motivation. Leider ändert sich das manchmal sehr schnell und aus der anfänglichen Begeisterung wird ein Mühen und Kämpfen. Vielleicht sind es unsere eigenen Ängste, die wir auf die Kinder projizieren und aufgrund derer wir unbewusst Druck auf unsere Kinder ausüben, sie anspornen und antreiben? Welche Erwartungen haben wir an die Schule und was ist Schule für uns Eltern?

Lernen Kinder wirklich nur in der Schule und findet „Bildung“ nur in der Schule statt? Eines ist sicher, Kinder brauchen mehr als nur Bildung. Was

unsere Kinder stark und unabhängig macht und wie wir ihre Potentiale erkennen und stärken können, das darf am Ende dieses Workshops stehen.

Kurs-Nr.:	197546
Termin:	Fr., 17.1.2025, 16 bis 20 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Mehrnbach 60, 4941 Mehrnbach
Kursbeitrag:	€ 4,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 12
Anmeldeschluss:	10.1.2025
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



*Mag.^a Daniela
Stecher
Lehrerin*



Neueste Erkenntnisse zu Gehirn und Gehirntraining

Lebenslanges Lernen - in der Theorie erklärt und selbst umgesetzt

In der Gehirnforschung gibt es immer wieder neue Erkenntnisse. Was vor einigen Jahren zu diesem Thema gelehrt wurde, ist mittlerweile zum Teil überholt. Diesen Veränderungen wird in Ausbildungen bereits Rechnung getragen. Um das aktuelle Wissen auch all jenen zugänglich zu machen, bei denen diese Ausbildungsinhalte schon einige Zeit her sind, aber auch allen anderen interessierten Menschen, bieten wir im Rahmen einer Weiterbildung einen Vortrag zu diesem Thema an.

In einem kurzweiligen, gut verständlichen Vortrag des aktuell für die SelbA-Basisausbildung tätigen Experten erhalten Sie theoretisches Grundlagenwissen über unser Gehirn. Dieses dient als Basis für die Theorie und die weitere Umsetzung im Gehirntraining. Die Erkenntnisse über die Veränderbarkeit unseres Gehirns und Faktoren für sinnhaftes Lernen liefern praktisch anwendbares Wissen für lebenslanges Lernen - für sich selbst und für das Gehirntraining in Gruppen.

Methode: Onlinevortrag mit der Möglichkeit, Fragen zu stellen

Kurs-Nr.:	197352
Termin:	Mi., 29.1.2025, 16.30 bis 19.00 Uhr
Ort:	online oder Präsenz es besteht auch die Möglichkeit, den Vortrag im kleinen Saal im Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz auf der Leinwand in kleiner Runde mitzuerfolgen
Kursbeitrag:	PG 1: € 30,- PG 2: € 30,- PG 3: € 35,-
TN-Zahl:	20 bis 40
Anmeldeschluss:	22.1.2025
Anmeldung:	Bitte bei der Anmeldung vermerken, ob Sie online oder im Diözesanhaus dabei sein werden.



Foto: Weinhurm

Dr. Marcus Täuber
Hirnforscher
Mentaltrainer
Bestsellerautor



Klein, aber OHO!

Dinge aus Haushalt und Hobby kreativ eingesetzt

Viele Dinge aus dem Haushalt und dem Hobbybereich bringen kreativ eingesetzt Abwechslung und Schwung ins SelbA-Training!

*„Kleinmaterialien -
Bälle, Bänder und viel mehr,
handliche und praktische Dinge
geben echt was her!
Kommt, wir schauen uns gemeinsam an,
was man damit machen kann.
Spiel und Spaß und recht viel Freud',
Meldet Euch an, Ihr lieben Leut'!“
(Ursula Hirscher)*



Foto: SelbA

Kurs-Nr.:	197314
Termin:	Sa., 1.2.2025, 9 bis 13 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	PG 1: € 35,- PG 2: € 35,- PG 3: € 45,-
TN-Zahl:	11 bis 18
Anmeldeschluss:	24.1.2025



Ursula Hirscher
SelbA-Trainerin,
Referentin in der
SelbA-Basis-
ausbildung,
Instruktorin für
Senior:innen fit 50+

Geschwister sind für immer!

SPIEGEL elternweb@home

Geschwisterbeziehungen sind in mehrerlei Hinsicht besonders und heben sich von allen anderen ab. Wir beschäftigen uns mit diesen besonderen Beziehungen und gehen ein auf: Geschwisterpositionen und deren Bedeutung; welche Konflikte es im „Kinderzimmer“ gibt und was Eltern dabei tun können; wie und wodurch die Qualität von Geschwisterbeziehungen beeinflusst wird. Auch Geschwistereifersucht und wie Eltern damit umgehen können ist in diesem Vortrag Thema.

Jede Menge Input nicht nur für die eigenen Kinder, sondern eventuell auch für die eigenen Geschwisterbeziehungen ... man kann ja immer noch was dazulernen.

Kurs-Nr.:	197508
Termin:	Mi., 5.2.2025, 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort:	online (benötigt wird ein PC mit einem Lautsprecher, Laptop oder Tablet und eine verlässliche Internetverbindung). Der Link zum Einstieg wird nach der Anmeldung per E-Mail zugeschickt.
Kursbeitrag:	€ 2,- Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	8 bis 30
Anmeldeschluss:	3.2.2025
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Kerstin Bamminger
Kindergarten- und Hortpädagogin,
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

ONLINE

Life Kinetik

Gehirnentfaltung mit Bewegung

Wollen Sie geistig wacher sein, sich intensiver an Gesprächen beteiligen, rascher reagieren und Ihr Potenzial besser nutzen? Das neuartige Life-Kinetik-Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung macht so viel Spaß, dass Sie gar nicht merken, wie schnell Sie Ihre grauen Gehirnzellen auf Vordermann bringen! Das Training vernetzt unser Gehirn, macht uns dadurch leistungsfähiger und verbessert unsere Wahrnehmung!

Es passt für jede Altersgruppe und setzt keine Vorkenntnisse voraus. Wir werden unsere Sinne schärfen und u. a. mit Bällen und Tüchern hantieren. Ergänzt werden die klassischen Übungen mit Aktivierungsimpulsen, von denen Sie einige

im Anschluss daheim weiterführen können (und damit Freund:innen begeistern).

Kurs-Nr.:	197324
Termin:	Mo., 10.2.2025, 14.30 bis 18 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, Großer Saal 4. OG, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	PG 1: € 33,- PG 2: € 33,- PG 3: € 43,-
TN-Zahl:	11 bis 20
Anmeldeschluss:	3.2.2025



Dipl.-Päd.in Mag.a
Barbara Etzinger-
Sturm
Lizensierte Life-Kinetik-Trainerin
Lehrende an der PH OÖ



Foto: Helga Gahleitner



Foto: Viktor, 638637349, AdobeStock

SPIRITUALITÄT

Lehrgang Achtsamkeitspraxis

Freude und Lebendigkeit durch Achtsamkeit

- Mit diesem Lehrgang können Sie
- die Kraft der Achtsamkeitspraxis und des Qi Gong erfahren
 - mit sich selbst und der göttlichen Dimension in Kontakt kommen
 - Ihr Leben in Richtung mehr Leichtigkeit und Freiraum verändern
 - die Achtsamkeitspraxis in Ihr Tätigkeitsfeld einbringen

Sie lernen Ihre Wahrnehmung zu intensivieren und üben sich ein in den Modus des Seins. Durch bewusste Wahrnehmung mit allen Sinnen kommen Sie zur Ruhe und entdecken Ihren persönlichen Freiraum. Übungen aus dem Qi Gong bringen die Lebensenergie ins Fließen und fördern eine gute individuelle Balance. Die Achtsamkeitspraxis stellt in allen großen spirituellen Traditionen ein wichtiges Element dar. Im Lehrgang lernen Sie westliche und östliche Zugänge zu Achtsamkeit und Meditation kennen und erproben diese. Sie betrachten Ihr Lebensfeld und entdecken Ihre inneren Kraftquellen. Der Fokus liegt auf den tiefen Dimensionen im eigenen Leben und im sozialen Miteinander. Ein eigenes Modul ist dem Thema Achtsamkeit mit Kindern gewidmet.

Der Lehrgang befähigt Sie, Angebote in Ihrem beruflichen Feld zu setzen. In Ihrer Abschlussarbeit bereiten Sie eine Einheit für Ihr Tätigkeitsfeld vor. Am letzten Kurswochenende werden die Projekte präsentiert und gemeinsam durchgeführt. So erhalten Sie Feedback von der Gruppe und erhalten Sicherheit für die Umsetzung in der Praxis. Zielgruppe: Haupt- und ehrenamtliche Mitarbei-

ter*innen in Pfarren, Erwachsenenbildner*innen, Menschen in pädagogischen oder sozialen Berufen

Kurs-Nr.:	194142
Termine:	Modul 1: Einführungswochenende Eintauchen in die Kraft der Achtsamkeit: Fr., 20.9.2024, 15 Uhr bis So., 22.9.2024, 13 Uhr Modul 2: Praxistag - Achtsamkeit für Erwachsene: Sa., 9.11.2024, 9 bis 17 Uhr Modul 3: Vertiefungswochenende - Eintauchen in die Stille: Fr., 6.12.2024, 15 Uhr bis So., 8.12.2024, 13 Uhr Modul 4: Vertiefungstag - Ganzheitliche Gesundheit: Sa., 11.1.2025, 9 bis 17 Uhr Modul 5: Praxistag - Achtsamkeit mit Kindern: Sa., 8.2.2025, 9 bis 17 Uhr Modul 6: Abschlusswochenende: Fr., 14.3.2025, 15 Uhr bis So., 16.3.2025, 13 Uhr
Orte:	Greisinghof, Mistlberg 20, 4284 Tragwein Pfarre Wels-St. Franziskus, St.-Franziskus-Str. 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	€ 1100,- ohne Übernachtungskosten Kann über das Bildungskonto des Landes OÖ gefördert werden.
TN-Zahl:	10 bis 15
Anmeldeschluss:	1.9.2024
Info:	Der Lehrgang ist mit 7 ECTS im Rahmen der wba akkreditiert.



Dipl.-Päd.in Michaela Stauder, BA, MA
(Lehrgangsleitung)
Pädagogin, Qi Gong-Lehrerin, Bachelor Kulturwissenschaften, Masterstudium Spirituelle Theologie im interreligiösen Prozess

Referent:innen:
Dipl.-Päd.in Monika Hupfer
Volksschullehrerin, Montessoripädagogin, Lehrerin für Qi Gong und achtsamkeitsorientierte Persönlichkeitsarbeit
Mag. Gerald Kiesenhofer
Erlebnispädagoge, Philosophiestudium, Lehrer für Qi Gong und taoistische Kontemplationspraxis, Referent für spirituelle Wegbegleiter*innen
Rakshit Dipanwita
Yoga- und Meditationslehrerin, Atemtrainerin

Vernetzungstreffen zeitgemäße spirituelle Formen

Ein Besuch in der Kulturhauptstadt Salzkammergut 2024

Beim Vernetzungstreffen zum Thema zeitgemäße spirituelle Formen im Herbst 2024 möchten wir spirituelle Angebote im Rahmen der Kulturhauptstadt 2024 in Bad Ischl besuchen.

Teresa Kaineder, Projektverantwortliche seitens der Diözese, wird uns eine Einführung geben, sowie eine Führung durch die Pfarrkirche Bad Ischl. Anschließend werden wir gemeinsam zu Mittag essen und uns austauschen.

Am Nachmittag kann die Ausstellung im Sudhaus - Salz und Wasser - besucht werden. Das Salz prägte die gesamte Region Salzkammergut und ist bis heute wichtiges Handelsgut, das auch im christlichen Kontext eine wichtige Symbolfunktion hat: Ihr seid das Salz der Erde.

Im Anschluss können die ersten Stationen des Großen Welt-Raum-Weges begangen werden, der

ein Beitrag der Pfarre Bad Ischl zum Programm der Kulturhauptstadt ist.

Es besteht auch die Möglichkeit, an einem Teil des Programms teilzunehmen.

Kurs-Nr.:	197522
Termin:	Do., 3.10.2024, 10.30 bis 16.30 Uhr
Ort:	Bad Ischl - Kulturhauptstadt 2024
Kursbeitrag:	kostenfrei
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	26.9.2024
Info:	Den genauen Treffpunkt in Bad Ischl sowie die Infos zur öffentlichen Anreise erhalten Sie nach der Anmeldung.



*Dipl.-Päd.in Michaela Stauder, BA, MA
Pädagogin, Kulturwissenschaftlerin,
Qi Gong- und Achtsamkeitslehrerin*

Behütete Wege - Pilger:innen kompetent begleiten

Ausbildungslehrgang für Pilgerbegleiter:innen nach christlich spirituellen Grundlagen

Der zertifizierte Ausbildungslehrgang befähigt die Absolvent:innen, einzelne Personen oder Pilgergruppen bei einer Pilgerwanderung kompetent zu begleiten.

Zielgruppe: Dieser Lehrgang richtet sich an alle, die Interesse am Pilgern haben.

Kurs-Nr.:	194 707
Termine:	Modul 1: Do., 10.10.2024, 14 Uhr, bis Sa., 12.10.2024, 13 Uhr Modul 2: Do., 23.1.2025, 14 Uhr bis Sa., 25.1.2025, 13 Uhr

Modul 3: Gemeinsames Pilgern
Di., 22.4.2025, 17 Uhr, bis
Sa., 26.4.2025, 18 Uhr
Modul 4: **Do., 26.6.2025,** 14 Uhr,
bis **Fr., 27.6.2025,** 18 Uhr,
bzw. **freiwilliger Erste-Hilfe-Kurs**
bis **Sa., 28.6.2025,** 16 Uhr
Modul 5: **Fr., 3.10.2025,** 14 Uhr,
bis **Sa., 4.10.2025,** 18 Uhr

Orte:	Haus der Achtsamkeit (ehemals „Marienheim“), Fischereckstraße 23, 4645 Grünau im Almtal Barmherzige Schwestern Elmborg, Fließbergweg 5-7, 4040 Linz Pension Klimesch, Meinrad-Guggenbichler-Straße 13, 5310 Mondsee Bildungshaus Greisinghof, Mistlberg 20, 4284 Tragwein
Kursbeitrag:	€ 990,- in zwei Teilbeträgen
TN-Zahl:	16 bis 20
Anmeldeschluss:	10.9.2024
Kontakt:	Andrea Reisinger, andrea.reisinger@dioezese-linz.at 0676 87 76 31 71
Kooperation:	Netzwerk Spirituelle Wegbegleiter:innen



*Andrea Reisinger,
BEd
(Ausbildungsleitung)
Referentin für Pilger-
begleitung und Pilgern
in der Diözese Linz
und andere
Referent:innen*



Foto: Andrea Reisinger

Informationsabend Ausbildungslehrgang für spirituelle Fastenbegleiter:innen 2025

Ein Fasten, wie ich es liebe!

Sie wollen

- die körperliche, seelische, geistige, soziale, ökologische und spirituelle Dimension des Fastens für sich und andere erlebbar machen,
- mit Freude, verantwortungsvoll und fachlich fundiert Fastenurse anleiten,
- durch Fasten spirituelle Erfahrungsräume eröffnen,
- vom Reichtum geteilter Lern- und Lebenserfahrungen profitieren.

Was Sie erwartet

- Wissen geschöpft aus der neuesten Fasten- und Ernährungsforschung und aus einem reichen Erfahrungsschatz,
- ein umfassend gefüllter Methoden- und Werkzeugkoffer aus der Traditionellen Europäischen Medizin, um auf individuelle Fastensituationen eingehen zu können,
- lustvolles Erproben zeitgemäßer Fastenvermittlungen, Online-Tool und ganz neue Zugänge zum ganzheitlichen Fasten,

- spirituelle Dimensionen des Fastens entdecken, praktizieren und kultivieren,
- begleitete und angeleitete Selbsterfahrung.

Zielgruppe: Alle, die sich aktiv für das Fasten interessieren

Kurs-Nr.:	197238
Termin:	Di., 12.11.2024, 19 bis 21 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Anmeldeschluss:	5.11.2024
Kooperation:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Katholisches Bildungswerk OÖ/ Spirituelle Wegbegleiter:innen und Curhaus der Marienschwestern Bad Mühlacken



Mst. Mag. Gerald Kiesenhofer
Lehrgangskoordinator,
Referent für Fasten & Meditation

Vertiefungstag Achtsamkeitspraxis

für Absolvent:innen der Achtsamkeitslehrgänge

An diesem Tag werden die Übungen aus der Achtsamkeitspraxis und dem Qigong wiederholt und vertieft. Es gibt einen Austausch dazu, wie es den Teilnehmer:innen gelungen ist, die Achtsamkeitspraxis im eigenen Leben zu integrieren und im eigenen Tätigkeitsfeld umzusetzen.

Dabei steht das Weitergeben von Erfahrungen im Zentrum, um neue Ideen für die Umsetzung zu bekommen.

Inhaltlich wird es um die Verbindung zwischen Achtsamkeitspraxis, Qigong und christlicher Mystik gehen. Ein weiterer Schwerpunkt wird die energetische Dimension auf dem spirituellen Weg sein und ihre Bedeutung in den verschiedenen religiösen Traditionen sowie für eine zeitgemäße Form der Spiritualität.

Kurs-Nr.:	196915
Termin:	Sa., 23.11.2024, 9 bis 17 Uhr
Ort:	Pfarr St. Franziskus, St.-Franziskus-Str. 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	PG 1: 20,- PG 2: 40,- PG 3: 90,-
TN-Zahl:	8 bis 15
Anmeldeschluss:	14.11.2024



Dipl.-Päd. in Michaela Stauder, MA
Pädagogin,
Qi Gong-Lehrerin,
MA Spirituelle Theologie



Dipl.-Päd. in Monika Hupfer
Volksschullehrerin,
Montessoripädagogin,
Qigong-Lehrerin



Räuchern zu heiligen Zeiten

Rituale im Jahreskreis

Räuchern liegt wieder voll im Trend. In manchen Haushalten ist es seit alters Brauch, in anderen wird es neu entdeckt.

In diesem Workshop erfahren Sie mehr über Anwendung und Wirkung des Räucherns sowie die heiligen Zeiten im Jahreskreis, die mit Räucherpflanzen oder Räucherritualen in Verbindung stehen.

- Welche heimischen und exotischen Pflanzen können zum Räuchern verwendet werden?
- Wie wirken Räucherpflanzen?
- Zu welchen Anlässen kann geräuchert werden?
- Wie lassen sich einfache und stimmige Rituale mit Räuchern verbinden?

Dieses Seminar ist auch eine Einladung, sich mit dem heilsamen Rhythmus der Natur zu verbinden.



*Mag.^a (FH)
Hannelore KleiB
Kräuterpädagogin,
Naturvermittlerin und
Erwachsenenbildnerin*

den. Beim Räuchern können wir mit der Heilkraft der Pflanzen in Verbindung kommen und ruhig werden. Mit dem reinigenden Rauch können wir Räume, Gegenstände und Menschen segnen. Wer will, kann eine eigene Räuchermischung zusammenstellen und mit nach Hause nehmen.

Hannelore KleiB ist Autorin des Buches „Räuchern zu heiligen Zeiten. Rituale im Jahreskreis“, Freya-Verlag

Kurs-Nr.:	197303
Termin:	Sa., 30.11.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Bildungshaus Greisinghof, Mistlberg 20, 4284 Tragwein
Kursbeitrag:	PG 1: € 10,- PG 2: € 20,- PG 3: € 40,- Materialkosten: € 6,- (Bitte vor Ort bezahlen)
TN-Zahl:	8 bis 20
Anmeldeschluss:	21.11.2024



Halt an, wo läufst du hin? Der Himmel ist in dir.

Mystische Spiritualität am Beispiel von Angelus Silesius (1624-1677)

Das Zitat von Angelus Silesius, „Halt an, wo läufst du hin? Der Himmel ist in dir. Suchst du Gott anderswo, du fehlst ihn für und für“, erinnert uns daran, dass die Quelle des Göttlichen bereits in jedem von uns vorhanden ist und dass wahre Erfüllung in der Verbindung mit unserem inneren Selbst liegt.

Diese Worte dienen vielen als Inspirationsquelle und eröffnen Raum für Diskussionen über Spiritualität, sie regen dazu an, sich auf die innere Reise zu begeben, anstatt im Äußereren nach Antworten zu suchen.

Der Workshop zielt darauf ab, Menschen zusammenzubringen, um gerade in der Adventzeit über das universelle Geheimnis der göttlichen Mensch-

werdung in uns zu reflektieren und ins Gespräch zu kommen.

Johannes Schleicher ist Autor folgender Bücher:

- „Mitmensch Gott: Mystische Spiritualität heute“ (2022)
- „Himmel zu verschenken - Mit Mystikerinnen und Mystikern durch das Jahr“, Vier-Türme-Verlag (2024)

Kurs-Nr.:	197305
Termin:	Sa., 7.12.2024, 9 bis 17 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	PG 1: € 20,- PG 2: € 50,- PG 3: € 120,-
TN-Zahl:	8 bis 20
Anmeldeschluss:	28.11.2024



*Johannes Schleicher
Diplomtheologe,
geistlicher Begleiter,
Buchautor*



Ausbildungslehrgang für Spirituelle Fastenbegleiter:innen

Ein Fasten, wie ich es liebe!

„Fasten ist für mich zu einem Lebensstil geworden!“, sagt Fastenbegleiterin Heidi Gadermayr aus Traiskirchen. Heidi Gadermayr hat bei uns den Ausbildungslehrgang für Spirituelle Fastenbegleitung absolviert. Heute begleitet sie selbst Fastengruppen, um die Bereicherung, die das Fasten in ihr Leben gebracht hat, an andere weiterzugeben. Das „Innehalten, Kraft schöpfen und das Spüren von mehr Lebendigkeit“ ist hier essenziell.

Das Fastenangebot von Elisabeth Bauer aus Alkoven, die ebenfalls den Lehrgang absolviert hat, richtet sich speziell an Personen, die am Basenfasten interessiert sind und die ins Thema Fasten einsteigen wollen. Fasten ist für sie erholsam, entspannend und entlastend zugleich und natürlich integraler Bestandteil eines gelingenden Lebens.

So unterschiedlich die Erfahrungsberichte der Absolvent:innen des Lehrgangs auch sind, so zeigen sie doch eines: Fasten ist mehr als Abnehmen, es eröffnet Räume der Spiritualität, die wir bewusst ansprechen wollen.

Nach Abschluss dieser zertifizierten Ausbildung können Sie Fastengruppen begleiten, egal ob in Gemeinde, Pfarre, Betrieb oder Kurhaus. In jedem Fall aber werden Sie gestärkt daraus hervorgehen, wenn Sie sich auf das Abenteuer Fasten einlassen. Frau Elisabeth Rabeder vom Ausbildungsteam des Lehrgangs fasst es kurz so zusammen, wenn sie von aktiv Fastenden spricht: „Ich bin fest überzeugt, wir hätten eine gesündere, zufriedener und glücklichere Gesellschaft - und das wäre doch der größte Luxus für uns alle.“

Alle Informationen und weitere Erfahrungsberichte von Referent:innen und Absolvent:innen finden Sie unter www.spirituelle-wegbegleiter.at.

Sie wollen

- die körperliche, seelische, geistige, soziale, ökologische und spirituelle Dimension des Fastens für sich und andere erlebbar machen,
- mit Freude, verantwortungsvoll und fachlich fundiert Fastenkurse anleiten,
- durch Fasten spirituelle Erfahrungsräume eröffnen,
- vom Reichtum geteilter Lern- und Lebenserfahrungen profitieren.

Was Sie erwartet

- Wissen geschöpft aus der neuesten Fasten- und Ernährungsforschung und aus einem reichen Erfahrungsschatz,
- ein umfassend gefüllter Methoden- und Werkzeugkoffer aus der Traditionellen Europäischen Medizin, um auf individuelle Fastensituationen eingehen zu können,
- lustvolles Erproben zeitgemäßer Fastenvermittlungen, Online-Tool und ganz neue Zugänge zum ganzheitlichen Fasten,
- spirituelle Dimensionen des Fastens entdecken, praktizieren und kultivieren,
- begleitete und angeleitete Selbsterfahrung.

Zielgruppe: Alle, die sich aktiv für das Fasten interessieren

Kurs-Nr.: 197117

Termine: Modul 1 - Einstimmen:

Do., 9.1.2025 bis

Sa., 11.1.2025

Online-Basenfastenwoche I -

Sich verbinden: So., 9.3.2025

bis Sa., 15.3.2025

Modul 2 - Der Mensch lebt nicht

vom Brot allein: Do., 22.5.2025

bis Sa., 24.5.2025

Fastenwoche II -

Sich anvertrauen: So., 17.8.2025

bis Sa., 23.8.2025

Umsetzung eines eigenen

Fastenprojekts unter Begleitung

Modul 3 - Das Leben feiern:

Do., 27.11.2025 bis

Sa., 29.11.2025

Orte:

Curhaus der Marienschwestern

Bad Mühlacken,

Bad Mühlacken 55, 4101

Bildungshaus Schloss Puchberg,

Puchberg 1, 4600 Wels

Kursbeitrag: PG 1: € 1950,-

TN-Zahl: bis 16

Anmeldeschluss: 16.12.2024

Kooperation: Bildungshaus Schloss Puchberg,
Katholisches Bildungswerk OÖ/
Spirituelle Wegbegleiter:innen
und Curhaus der Marienschwestern
Bad Mühlacken



Mst. Mag. Gerald
Kiesenhofer
Lehrgangskoordinator,
Referent für Fasten &
Meditation

Referent:innen:
Elisabeth Rabeder
Betriebsleiterin Cur-
haus Bad Mühlacken,
Fastenbegleiterin

Mag.^a Karin Zausnig
Ernährungswissen-
schaftlerin, Fasten-
begleiterin

Dr.ⁱⁿ Margarethe
Fließer
Ärztin, Kneipp-Ärztin

Ausbildungslehrgang Geistliche Begleitung

Sich Fragen nach Sinn und Ziel stellen

Der Lehrgang soll helfen, den eigenen geistlichen Weg zu finden und Kompetenz für geistliche Begleitung zu erwerben.

Dies geschieht durch die Erfahrung eines Lernprozesses über zwei Jahre: durch das Vermitteln und Erlernen von Strukturen und Methoden und die Einübung des geistlichen Lebens.

Inhalte:

- Sie lernen die Spiritualität und Praxis der Regel des Hl. Benedikt kennen. Benedikt spricht Menschen an, die das Leben suchen. Und er will sie einführen in die Kunst der gelösten und erlösten Gottsuche, in die Begegnung mit sich selbst, mit den Mitmenschen und mit Gott.
- Als Basis für lebendiges und ganzheitliches Lernen und Arbeiten in und mit Gruppen wird Ihnen die themenzentrierte Interaktion nach Ruth C. Cohn vermittelt.
- Sie lernen spirituelle Haltungen und Methoden die Ihnen helfen, Menschen kompetent geistlich zu begleiten. Das Europakloster Gut Aich ist der Ort des gemeinsamen Lernens. Der Gebets- und Arbeitsrhythmus der Mönche bildet den gemeinsamen Rahmen für den Ausbildungslehrgang.
- Die kontinuierliche Einübung und Reflexion der eigenen Begleitpraxis und die der anderen Teilnehmer:innen wird Sie befähigen, geistliche Begleitung auszuüben.

Ihr Ziel:

- Der Lehrgang soll helfen, den eigenen geistlichen Weg zu finden und Kompetenz für geistliche Begleitung zu erwerben.

- Dies geschieht durch die Erfahrung eines Lernprozesses über zwei Jahre: durch das Vermitteln und Erlernen von Strukturen und Methoden und die Einübung des geistlichen Lebens.
- Ein Beitritt zum Netzwerk der Spirituellen Wegbegleiter:innen in Oberösterreich ist mit der absolvierten Ausbildung möglich. www.spirituelle-wegbegleiter.at

Kurs-Nr.:	197365
Termine:	Modul 1: So., 26.1.2025 bis Fr., 31.1.2025 Modul 2: So., 30.3.2025 bis Fr., 4.4.2025 Modul 3: So., 13.7.2025 bis Fr., 18.7.2025 Modul 4: So., 2.11.2025 bis Fr., 7.11.2025 Modul 5: So., 8.3.2026 bis Fr., 15.3.2026 Modul 6: So., 26.4.2026 bis Fr., 1.5.2026 Modul 7: So., 12.7.2026 bis Fr., 17.7.2026 Modul 8: So., 8.11.2026 bis Fr., 13.11.2026
Ort:	Europakloster Gut Aich, Aich 3, 5340 St. Gilgen
Kursbeitrag:	pro Woche: € 425,- Verpflegung & Unterkunft: (5 Nächte): € 375,-
TN-Zahl:	bis 16
Anmeldeschluss:	29.11.2024



Mag.^a Hermine Harra-Szyhska
Theologin, Leitende Krankenhausseelsorgerin, Geistliche Begleiterin



Dr. Reinhard König
Wissenschaftler,
Geistlicher Begleiter,
Mitglied der benediktinischen Weggemeinschaft im Europakloster Gut Aich



Foto: S. Windschbauer

Br. Mag. Thomas Hessler, OSB
Theologe, Künstler,
Leiter des Europaklosters Gut Aich



Foto: Annette Meyer, www.pixabay.com



Foto: Isabella Windschbauer

Ausbildungslehrgang für Trauerbegleitung

Beistand geben. Hoffnung und Zuversicht schenken. Wandlung begleiten.

Menschen unterschiedlichster Generationen erfahren im Laufe ihres Lebens immer wieder Trennungen, endgültige Abschiede und den Tod eines nahen Menschen.

Auch andere tiefgehende Verlusterfahrungen von Gesundheit, Heimat, körperlicher Unversehrtheit, Arbeitsplatz, Gemeinschaft, Zukunftsplänen, etc. prägen unser Dasein.

Als Reaktion auf einen Verlust ist Trauer ein natürlicher Prozess. Damit eine heilsame Integration in den Lebensalltag gelingt, braucht es Wegbegleiter:innen, die einfach da sind, Aufmerksamkeit schenken, Trauergefühle aushalten und Situationen mittragen.

Zielgruppe: Ehrenamtliche aus verschiedenen pastoralen Wirkungsfeldern (Kinder- und Jugendarbeit, Schule, Altenheim, Krankenhaus, Pfarre, Dekanat), die in der Begleitung von trauernden Menschen angefragt sind.

Mitarbeiter:innen in der Seelsorge, in Trauerguppen, im Bestattungswesen und in der Erwachsenenbildung

Kurs-Nr.:	197194
Termine:	Modul 1 - Eigenen Verlust- erfahrungen Raum geben: Fr., 21.2.2025, 17 bis 21 Uhr und Sa., 22.2.2025, 9 bis 17 Uhr Modul 2 - Der Prozess der Trauer: Sa., 15.3.2025, 9 bis 17 Uhr Modul 3 - Das Trauergespräch: Sa., 5.4.2025, 9 bis 17 Uhr Modul 4 - Trauer und Hoffnung - eine theologische Auseinander- setzung: Sa., 24.5.2024, 9 bis 17 Uhr Modul 5 - Formen von komplizierter Trauer: Sa., 14.6.2025, 9 bis 17 Uhr Modul 6 - Kinder und Jugendliche in ihrer Trauer begleiten: Sa., 27.9.2025, 9 bis 17 Uhr Modul 7 - Abschied nehmen: Fr., 17.10.2025, 17 bis 21 Uhr und Sa., 18.10.2025, 9 bis 17 Uhr
Ort:	SPES GmbH - Bildungshaus, Panoramaweg 1, 4553 Schlierbach
Kursbeitrag:	PG 1: € 740,-
TN-Zahl:	15 bis 20
Anmeldeschluss:	13.1.2025
Kooperation:	Katholisches Bildungswerk OÖ

Referent:innen:
Claudia Zethofer
Seelsorgerin,
Systemische
Familienberaterin

Angelika Schwarz
Diplomierte Gesund-
heits- und Kranken-
schwester, Fachkraft
für Palliative Care,
Gestaltpädagogin
nach IIGS

Nicole Leitenmüller
Referentin für
Trauerpastoral,
Notfallseelsorgerin

**Michaela
Helletzgruber**
Begräbnis- und
Trauerbegleiterin,
Notfall- und Feuer-
wehrseelsorgerin,
Geistliche Begleiterin

Franz Gmainer-Pranzl
Leiter des Zentrums
Theologie Interkultu-
rell und Studium
der Religionen an der
Universität Salzburg

Studientag „God in Gaming“

Die Spielewelt von Jugendlichen besser verstehen

„Einen Victory Royale erringen“ oder „die Weekend League durchgründen“. Dieses Vokabular mag für den einen oder die andere ungewöhnlich oder gar unbekannt klingen, diese Begriffe findet man aber häufig in Gesprächen von Kindern oder Jugendlichen. Auch mit dem Erwachsenenwerden lässt das Interesse an Spielen, sei es digitaler oder auch analoger Art, oft nicht nach. Escape-Rooms z. B. sind beliebte Orte für Junggesellenabschiede oder Firmenfeiern.

Wir Menschen schlüpfen beim Spielen in unterschiedlichste Rollen, um das Ziel des Gespielten zu erreichen. Mit verschiedenen Mitteln entdecken wir Welten, die außerhalb unserer Vorstellungskraft liegen.

In dieser Fortbildung erhalten Sie einen Einblick

in die Relevanz und Einsatzmöglichkeiten von Spielen in der kirchlichen Gemeindegarbeit. In einem theoretischen Teil werden der Einfluss von Spielen auf die Gesellschaft sowie der spirituelle Hintergrund beleuchtet. Im praktischen Teil werden Ihnen konkrete Tipps an die Hand gegeben.

Zielgruppe: Hauptamtliche und Ehrenamtliche
Mitarbeiter:innen der Diözese Linz

Kurs-Nr.:	197364
Termin:	Do., 6.3.2025, 9.00 bis 16.30 Uhr
Ort:	Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	kostenfrei
Anmeldung:	Institut für Diözesane Fortbildung E-Mail: idf@dioezese-linz.at, Tel.: (0732) 77 12 05
Kooperation:	Institut für Diözesane Fortbildung, Bildungshaus Schloss Puchberg



Sebastian Trefon
Pastoralassistent in
der Pfarreiengemein-
schaft Bobingen



Ankündigung **Bibel- und Lebenskurs**

Die Bibel für unser Leben spannend erschließen

Dieser Bibelkurs hat den Ansatzpunkt mitten im Leben. Die Themen der Kurseinheiten orientieren sich an aktuellen Lebensfragen, die uns immer wieder herausfordern. Über diese Lebensfragen bzw. unsere Sehnsucht nach Sicherheit, Gemeinschaft, Frieden, Gesundheit, aber auch Hoffnung, Wertschätzung, Würde und Liebe werden wir anhand von ganz konkreten Bibeltexten ins Gespräch kommen. Bei der Auswahl der Bibelstellen lassen wir uns von der jeweiligen Zeit (Advent, Weihnachten, Ostern, Pfingsten) leiten. Viel Zeit ist jeweils für spontane Fragen rund um die Bibel und unser Leben vorgesehen.

Was können wir mit den Bibeltexten bzw. den Geschichten und Erzählungen aus einer ganz anderen Zeit, die noch dazu in einer ganz anderen Gegend spielen, konkret anfangen? Sind diese Texte heute noch „wahr“?

Miteinander wollen wir entdecken, was die biblische Botschaft zur Stärkung unseres Glaubens und zu unserer Freude am Leben beitragen kann. Aus diesem Miteinander schöpfen wir Kraft für den Alltag und eine lebenswerte Zukunft.

TERMINE:

Sa., 26.10.2024, 9 Uhr bis So., 27.10.2024, 12.30 Uhr

Sa., 25.1.2025, 9 Uhr bis So., 26.1.2025, 12.30 Uhr

Sa., 1.3.2025, 9 Uhr bis So., 2.3.2025, 12.30 Uhr

Sa., 3.5.2025, 9 Uhr bis So., 4.5.2025, 12.30 Uhr

Jeweils mit Abendeinheit am Samstag

Ort: Greisinghof, Mistlberg 20, 4284 Tragwein

Referent:in: Mag.^a Astrid Hollaus und Dr. Franz Kogler

Anmeldung: bildungshaus@greisinghof.at; 07263/860 11

Kursbeitrag: € 230,- (für alle vier Termine)

Eine Kooperation des Bildungshauses Greisinghof, dem Katholischen Bildungswerk OÖ und dem Bildungshaus Schloss Puchberg.



Foto: congerdesign, www.pixabay.com

SPIRITUALITÄT



Foto: DarkWorkX, www.pixabay.com

DIGITALES

Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone?
 Sie wollen es sicherer bedienen können?
 Im Kurs werden von unseren Trainer:innen in einfacher, verständlicher Sprache folgende Themen mit viel Geduld gezeigt und mit Ihnen geübt:

- Bedienung leicht gemacht & Aufbau
- wichtige Begriffe, Einstellungen
- Telefon, Kontakte & SMS
- Foto aufnehmen und wiederfinden
- 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

Kurs-Nr.:	197251
Termine:	3 zusammenhängende Termine Di., 17.9.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Di., 24.9.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Di., 1.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr
Ort:	Bildungszentrum St. Franziskus, Riedholzstraße 15a, 4910 Ried i.l.
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	6.9.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar



Mag.ª Maria Wimplinger
 EDV-Trainerin, SelbA-Digital-Trainerin



Smartphone-Stammtisch

Sie wollen mit Ihrem Smartphone noch mehr Funktionen nutzen oder haben Fragen?
 Ob WhatsApp, Signal, Datenschutz, Handysignatur, Handyparken, Pflanzenbestimmungs-App oder Safer Internet - durch den Besuch der SelbA-Smartphone-Stammtische bleibt niemand auf der „digitalen“ Strecke. Die Themen richten sich nach den Interessen der Teilnehmer:innen. Das gemeinsame Üben in der Gruppe, der Austausch untereinander und das Schließen von neuen Bekanntschaften sind eine zusätzliche Bereicherung dieser Treffen.

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene.

Voraussetzung: Sie sollten grundsätzlich handyfit und mit Internet, E-Mail und WhatsApp vertraut sein.

Kurs-Nr.:	197284
Termin:	Fr., 20.9.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 22,-
TN-Zahl:	7 bis 12
Anmeldeschluss:	11.9.2024



Josef Kaltenhuber
 IT-Trainer und IT-Berater, SelbA-Digital-Trainer



Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone?
Sie wollen es sicherer bedienen können?
Im Kurs werden von unseren Trainer:innen in einfacher, verständlicher Sprache folgende Themen mit viel Geduld gezeigt und mit Ihnen geübt:

- Bedienung leicht gemacht & Aufbau
- wichtige Begriffe, Einstellungen
- Telefon, Kontakte & SMS
- Foto aufnehmen und wiederfinden
- Grundlagen zum Internet & WLAN
- Google-Konto & Apps

Zum Kurs sind mitzubringen:
eigenes Smartphone (betriebsbereit), Ladegerät,
E-Mail-Adresse, Google-Account und Passwort,
Passwort der SIM-Karte

Kurs-Nr.:	197259
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr, 20.9.2024, 9 bis 12 Uhr Fr, 27.9.2024, 9 bis 12 Uhr Fr, 4.10.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Haus der Frau, Volkgartenstraße 18, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 10
Anmeldeschluss:	11.9.2024
Kooperation &	Haus der Frau
Anmeldung:	hdf@dioezese-linz.at, (0732) 66 70 26



Bernhard Prokop
SelbA-Digital-Trainer



Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone?
Sie wollen es sicherer bedienen können?
Im Kurs werden von unseren Trainer:innen in einfacher, verständlicher Sprache folgende Themen mit viel Geduld gezeigt und mit Ihnen geübt:

- Bedienung leicht gemacht & Aufbau
- wichtige Begriffe, Einstellungen
- Telefon, Kontakte & SMS
- Foto aufnehmen und wiederfinden
- 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

Kurs-Nr.:	197264
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr, 20.9.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Fr, 27.9.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Do, 3.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr
Ort:	Bildungszentrum Maximilianhaus, Gmundnerstraße 1b, 4800 Attnang-Puchheim
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	11.9.2024
Kooperation &	Bildungszentrum Maximilianhaus
Anmeldung:	maximilianhaus@dioezese-linz.at (07674) 66550



Mag.ª Maria Wimlinger
EDV-Trainerin, SelbA-Digital-Trainerin



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.

Voraussetzung:

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene.
Sie sollten grundsätzlich handyfit und mit Internet und E-Mail vertraut sein.

Kurs-Nr.:	197266
Termin:	Fr., 4.10.2024, 9 bis 11 Uhr

Ort:	Bildungszentrum Maximilianhaus, Gmundnerstraße 1b, 4800 Attnang-Puchheim
Kursbeitrag:	PG 1: € 20,- PG 2: € 20,- PG 3: € 22,-
TN-Zahl:	7 bis 9
Anmeldeschluss:	25.9.2024
Kooperation &	Bildungszentrum Maximilianhaus
Anmeldung:	maximilianhaus@dioezese-linz.at (07674) 66550



Stefanie Gastberger
SelbA-Digital-Trainerin



Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone?
Sie wollen es sicherer bedienen können?
Im Kurs werden von unseren Trainer:innen in einfacher, verständlicher Sprache folgende Themen mit viel Geduld gezeigt und mit Ihnen geübt:

- Bedienung leicht gemacht & Aufbau
- wichtige Begriffe, Einstellungen
- Telefon, Kontakte & SMS
- Foto aufnehmen und wiederfinden
- 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

Kurs-Nr.:	197246
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr., 4.10.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 11.10.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 18.10.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Dominikanerhaus Steyr, Grünmarkt 1, 4400 Steyr
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	25.9.2024
Kooperation &	Dominikanerhaus Steyr
Anmeldung:	dominikanerhaus@dioezese-linz.at (07252) 45 400



Christopher
Dickbauer
EDV-Trainer,
SelbA-Digital-Trainer



Workshop Fotobuch

Erstellen eines Fotobuchs

Sie möchten Ihre Urlaubsfotos oder die Fotos einer Familienfeier in einem Buch festhalten? Im Kurs erfahren Sie Schritt für Schritt alles über die Erstellung eines Fotobuches. Vom Installieren der Happy Foto-Software am Notebook über die Auswahl der Fotos bis zur Wahl des Buchformates und der Gestaltung des Einbandes lernen Sie alle notwendigen Arbeitsschritte kennen.

Kursteilnehmer:innen erhalten einen € 20,-
Gutschein für ein Happy Foto - Fotobuch (A4
Hardcover)

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

Zum Kurs sind mitzubringen:

Eigenes Notebook, mind. 30 Fotos (am Notebook
oder auf USB-Stick gespeichert)

Kurs-Nr.:	197248
Termine:	2 zusammenhängende Termine: Fr., 4.10.2024, 13.00 bis 15.30 Uhr Fr., 18.10.2024, 13 bis 16 Uhr
Ort:	Dominikanerhaus Steyr, Grünmarkt 1, 4400 Steyr
Kursbeitrag:	PG 1: € 60,- PG 2: € 60,- PG 3: € 65,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	25.9.2024
Kooperation &	Dominikanerhaus Steyr
Anmeldung:	dominikanerhaus@dioezese-linz.at (07252) 45 400



Christopher
Dickbauer
EDV-Trainer,
SelbA-Digital-Trainer



Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

Smartphone-Führerschein Teil 2

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.

Kurs-Nr.:	197250
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr., 4.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Mi., 9.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Mo., 14.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr
Ort:	Bildungszentrum Franziskushaus, Riedholzstraße 15a, 4910 Ried i.l.
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	26.9.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar



Mag.ª Maria
Wimplinger
EDV-Trainerin, SelbA-
Digital-Trainerin



Erklär mir mein 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.

Kurs-Nr.:	197274
Termin:	Fr., 11.10.2024, 16 bis 18 Uhr
Ort:	Bildungszentrum Maximilianhaus, Gmundnerstraße 1b, 4800 Attnang-Puchheim
Kursbeitrag:	€ 18,-
TN-Zahl:	5 bis 15
Anmeldeschluss:	2.10.2024
Kooperation & Anmeldung:	Bildungszentrum Maximilianhaus, maximilianhaus@dioezese-linz.at (07674) 66550



*Willi Seuffer-Wasserthal,
Leiter Bildungs-
zentrum Maximilian-
haus und Jugendl-
iche aus der Region*

Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

Smartphone-Führerschein Teil 2

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.

Kurs-Nr.:	197265
Termine:	3 zusammenhängende Termine Di, 15.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Mo, 21.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr Fr, 25.10.2024, 13.30 bis 16.30 Uhr
Ort:	Bildungszentrum Maximilianhaus, Gmundnerstraße 1b, 4800 Attnang-Puchheim
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	4.10.2024
Kooperation & Anmeldung:	Bildungszentrum Maximilianhaus, maximilianhaus@dioezese-linz.at (07674) 66550



*Mag.ª Maria
Wimplinger
EDV-Trainerin, SelbA-
Digital-Trainerin*



Workshop Fotobuch

Erstellen eines Fotobuchs

Sie möchten Ihre Urlaubsfotos oder die Fotos einer Familienfeier in einem Buch festhalten? Im Kurs erfahren Sie Schritt für Schritt alles über die Erstellung eines Fotobuches. Vom Installieren der Happy Foto-Software am Notebook über die Auswahl der Fotos bis zur Wahl des Buchformates und der Gestaltung des Einbandes lernen Sie alle notwendigen Arbeitsschritte kennen.

Kursteilnehmer:innen erhalten einen € 20,- Gutschein für ein Happy Foto - Fotobuch (A4 Hardcover)

Voraussetzung: PC-Grundkenntnisse

Zum Kurs sind mitzubringen:

Eigenes Notebook, mind. 30 Fotos (am Notebook oder auf USB-Stick gespeichert)

Kurs-Nr.:	197252
Termine:	2 zusammenhängende Termine Do., 17.10.2024, 14.00 bis 16.30 Uhr Mi., 23.10.2024, 14.00 bis 17 Uhr
Ort:	Bildungszentrum Franziskushaus, Riedholzstraße 15a, 4910 Ried i.l.
Kursbeitrag:	PG 1 & PG 2: € 60,- PG 3: € 65,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	9.10.2024



*Mag.ª Maria
Wimplinger
EDV-Trainerin, SelbA-
Digital-Trainerin*



Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

Smartphone-Führerschein Teil 2

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.

Kurs-Nr.:	197261
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr, 18.10.2024, 9 bis 12 Uhr Fr, 25.10.2024, 9 bis 12 Uhr Fr, 8.11.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Haus der Frau, Volkgartenstraße 18, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 10
Anmeldeschluss:	8.10.2024
Kooperation & Anmeldung:	Haus der Frau hdf@dioezese-linz.at, (0732) 66 70 26



Bernhard Prokop
SelbA-Digital-Trainer



Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone? Sie wollen es sicherer bedienen können? Im Kurs werden von unseren Trainer:innen in einfacher, verständlicher Sprache folgende Themen mit viel Geduld gezeigt und mit Ihnen geübt:

- Bedienung leicht gemacht & Aufbau
- wichtige Begriffe, Einstellungen
- Telefon, Kontakte & SMS
- Foto aufnehmen und wiederfinden
- 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

Kurs-Nr.:	197281
Termine:	3 zusammenhängende Termine Mo., 4.11.2024, 9 bis 12 Uhr Mo., 11.11.2024, 9 bis 12 Uhr Mo., 18.11.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	25.10.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar



Josef Kaltenhuber
IT-Trainer und
IT-Berater,
SelbA-Digital-Trainer



Smartphone-Stammtisch

Sie wollen mit Ihrem Smartphone noch mehr Funktionen nutzen oder haben Fragen? Ob WhatsApp, Signal, Datenschutz, Handysignatur, Handyparken, Pflanzenbestimmungs-App oder Safer Internet - durch den Besuch der SelbA-Smartphone-Stammtische bleibt niemand auf der „digitalen“ Strecke. Die Themen richten sich nach den Interessen der Teilnehmer:innen. Das gemeinsame Üben in der Gruppe, der Austausch untereinander und das Schließen von neuen Bekanntschaften sind eine zusätzliche Bereicherung dieser Treffen. Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene.

Voraussetzung: Sie sollten grundsätzlich handyfit und mit Internet, E-Mail und WhatsApp vertraut sein.

Kurs-Nr.:	197283
Termin:	Fr., 8.11.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 22,-
TN-Zahl:	7 bis 12
Anmeldeschluss:	30.10.2024



Josef Kaltenhuber
IT-Trainer und
IT-Berater, SelbA-
Digital-Trainer



Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

Smartphone-Führerschein Teil 2

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.

Kurs-Nr.:	197247
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr., 15.11.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 22.11.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 29.11.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Dominikanerhaus Steyr, Grünmarkt 1, 4400 Steyr
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	6.11.2024
Kooperation &	Dominikanerhaus Steyr
Anmeldung:	dominikanerhaus@dioezese-linz.at (07252) 45 400



Christopher Dickbauer
EDV-Trainer,
SelbA-Digital-Trainer



Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone?

Sie wollen es sicherer bedienen können?

Im Kurs werden von unseren Trainer:innen in einfacher, verständlicher Sprache folgende Themen mit viel Geduld gezeigt und mit Ihnen geübt:

- Bedienung leicht gemacht & Aufbau
- wichtige Begriffe, Einstellungen
- Telefon, Kontakte & SMS
- Foto aufnehmen und wiederfinden
- 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

Kurs-Nr.:	197280
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr., 15.11.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 22.11.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 6.12.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Dompfarre, Herrenstraße 26, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	5.11.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar



Josef Kaltenhuber
IT-Trainer und
IT-Berater,
SelbA-Digital-Trainer



Erklär mir mein 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.

Kurs-Nr.:	197277
Termin:	Fr., 15.11.2024, 16 bis 18 Uhr
Ort:	Bildungszentrum Maximilianhaus, Gmundnerstraße 1b, 4800 Attnang-Puchheim
Kursbeitrag:	€ 18,-
TN-Zahl:	5 bis 15
Anmeldeschluss:	6.11.2024
Kooperation &	Bildungszentrum Maximilianhaus,
Anmeldung:	maximilianhaus@dioezese-linz.at (07674) 66550



Willi Seuffer-Wasserthal,
Leiter Bildungszentrum Maximilianhaus
und Jugendliche
aus der Region

Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

Smartphone-Führerschein Teil 2

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.

Kurs-Nr.:	197279
Termine:	3 zusammenhängende Termine Mo., 25.11.2024, 9 bis 12 Uhr Mo., 2.12.2024, 9 bis 12 Uhr Mo., 9.12.2024, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	13.11.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar



Josef Kaltenhuber
IT-Trainer und
IT-Berater,
SelbA-Digital-Trainer



Tablet-Kurs für Anfänger:innen und Einsteiger:innen

Tauchen Sie in die Welt der digitalen Möglichkeiten ein

Wir zeigen Ihnen, wie Sie Fotos betrachten, Texte schreiben und sicher im Internet surfen können. Mit einfachen Erklärungen und Schritt-für-Schritt-Anleitungen ist dieser Kurs speziell für Einsteiger:innen und Anfänger:innen konzipiert, um den Umgang mit Technik leicht und verständlich zu gestalten.

In diesem Kurs lernen Sie:

- Bilder betrachten und verwalten:
Fotos öffnen, sortieren und einfache Bearbeitungen vornehmen.
- E-Mails verfassen und organisieren:
Grundlagen des E-Mailverkehrs, E-Mails schreiben, senden und verwalten.
- Sicher surfen im Internet:
Browser nutzen, Suchtechniken anwenden, Datenschutz beachten.
- Apps entdecken und verwalten:
Nützliche Alltags-Apps kennenlernen, Installation und Updates.

- Geräte- und App-Updates:
Wichtigkeit von Updates verstehen, Updates durchführen und Einstellungen verwalten.
- Mitzubringen: eigenes Tablet, das über Windows 10 oder höher verfügt

Kurs-Nr.:	197260
Termine:	3 zusammenhängende Termine Di, 26.11.2024, 9.00 bis 11.30 Uhr Di, 3.12.2024, 9.00 bis 11.30 Uhr Di, 10.12.2024, 9.00 bis 11.30 Uhr
Ort:	Haus der Frau, Volkgartenstraße 18, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 10
Anmeldeschluss:	15.11.2024
Kooperation & Anmeldung:	Haus der Frau hdf@dioezese-linz.at, (0732) 66 70 26



Bernhard Prokop
SelbA-Digital-Trainer



Fotos: SelbA



Digital Spezial

WhatsApp - Tipps, Tricks und Neues

Sind Sie bereits vertraut mit den Grundlagen von WhatsApp und möchten nun Ihr Wissen vertiefen? Suchen Sie nach fortgeschrittenen Tipps und Tricks, um Ihre WhatsApp-Erfahrung auf ein neues Level zu heben?

In diesem Kurs „für fortgeschrittene Senior:innen“ werden wir uns auf eine tiefgehende Erkundung der erweiterten Funktionen von WhatsApp begeben und Ihnen helfen, Ihre Kommunikation noch effizienter und unterhaltsamer zu gestalten. Egal, ob Sie bereits routiniert im Umgang mit WhatsApp sind oder nach neuen Herausforderungen suchen - dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihr Wissen zu erweitern und neue Fähigkeiten zu erlernen. Außerdem ist Zeit für Ihre persönlichen

Fragen zum Thema Smartphone

Kurs-Nr.:	197249
Termin:	Fr., 29.11.2024, 13 bis 15 Uhr
Ort:	Dominikanerhaus Steyr, Grünmarkt 1, 4400 Steyr
Kursbeitrag:	PG 1 & PG 2: € 20,- PG 3: € 22,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	22.11.2024
Kooperation & Anmeldung:	Dominikanerhaus Steyr dominikanerhaus@dioezese-linz.at (07252) 45 400



Christopher
Dickbauer
EDV-Trainer,
SelbA-Digital-Trainer



Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

Smartphone-Führerschein Teil 2

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.

Kurs-Nr.:	197278
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr., 13.12.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 20.12.2024, 9 bis 12 Uhr Fr., 10.1.2025, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Dompfarre, Herrenstraße 26, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 9
Anmeldeschluss:	4.12.2024
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar



Josef Kaltenhuber
IT-Trainer und
IT-Berater,
SelbA-Digital-Trainer



Smartphone-Stammtisch

Sie wollen mit Ihrem Smartphone noch mehr Funktionen nutzen oder haben Fragen?

Ob WhatsApp, Signal, Datenschutz, Handysignatur, Handyparken, Pflanzenbestimmungs-App oder Safer Internet - durch den Besuch der SelbA-Smartphone-Stammtische bleibt niemand auf der „digitalen“ Strecke. Die Themen richten sich nach den Interessen der Teilnehmer:innen. Das gemeinsame Üben in der Gruppe, der Austausch untereinander und das Schließen von neuen Bekanntschaften sind eine zusätzliche Bereicherung dieser Treffen.

Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene.

Voraussetzung: Sie sollten grundsätzlich handyfit und mit Internet, E-Mail und WhatsApp vertraut sein.

Kurs-Nr.:	197282
Termin:	Fr., 17.1.2025, 9 bis 12 Uhr
Ort:	Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 22,-
TN-Zahl:	7 bis 12
Anmeldeschluss:	8.1.2025



Josef Kaltenhuber
IT-Trainer und
IT-Berater, SelbA-
Digital-Trainer



PC und Internet für Anfänger

Grundkurs

Sie haben einen neuen PC erhalten und wissen nicht genau, was Sie jetzt damit anfangen können? Der letzte Einsatz im Bereich Computer ist schon einige Jahre her? Nutzen Sie die Chance für einen Wieder- oder Neueinstieg in die Welt des PCs, Internet und Co.

Im Basiskurs beschäftigen wir uns mit:

- Wie funktioniert ein PC?
- Bedienung des PC's: Maus, Tastatur
- Desktop, Startmenü, Taskleiste, allgemeine Einstellungen
- Fenster und Fenstertechniken
- Daten speichern und verwalten
- Ordner anlegen und verwalten
- Der Explorer - Übersicht des Computers
- Wichtige Einstellungen: Sicherheitseinstellungen, Virenschutz, Firewall
- Drucker anhängen, Einstellungen, ...
- Updates: Betriebssystem, ...
- PC mit Smartphone verbinden

Wichtiger Hinweis: Ein eigener funktionierender Laptop ist mitzubringen. Wir arbeiten ausschließlich mit Geräten, die über Windows 10 oder höher verfügen.

Kurs-Nr.:	197262
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr, 14.3.2025, 9.00 bis 11.30 Uhr Fr, 21.3.2025, 9.00 bis 11.30 Uhr Fr, 28.3.2025, 9.00 bis 11.30 Uhr
Ort:	Haus der Frau Volkgartenstraße 18, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 10
Anmeldeschluss:	5.3.2025
Kooperation &	Haus der Frau
Anmeldung:	hdf@dioezese-linz.at, (0732) 66 70 26



Bernhard Prokop
SelbA-Digital-Trainer



PC und Internet für Fortgeschrittene

Internet-Recherche, E-Mails und der Umgang mit Textverarbeitung sind bereits bekannt, es fehlt Ihnen aber noch an Wissen, um den PC rundum zu verstehen und anwenden zu können?

Im Fortgeschrittenenkurs lernen Sie:

- Cloudspeicher und seine Möglichkeiten
- Was ist das Internet?
- den PC mit WLAN verbinden
- Google Suchmaschine: Googeln, Browser, Google-Konto, G-Mail, YouTube, Navigieren
- Gefahren im Internet: Wie schützt man sich?
- Übersicht Videokonferenz am Beispiel ZOOM
- Übersicht: Word Textprogramm

Wichtiger Hinweis: Wir arbeiten ausschließlich mit Geräten, die über Windows 10 oder höher

verfügen. Ein eigener funktionierender Laptop ist mitzubringen.

Hinweis: Besuch des Grundkurses ist von Vorteil!

Kurs-Nr.:	197263
Termine:	3 zusammenhängende Termine Fr, 4.4.2025, 9.00 bis 11.30 Uhr Fr, 11.4.2025, 9.00 bis 11.30 Uhr Fr, 25.4.2025, 9.00 bis 11.30 Uhr
Ort:	Haus der Frau Volkgartenstraße 18, 4020 Linz
Kursbeitrag:	€ 85,-
TN-Zahl:	6 bis 10
Anmeldeschluss:	25.3.2025
Kooperation &	Haus der Frau
Anmeldung:	hdf@dioezese-linz.at, (0732) 66 70 26



Bernhard Prokop
SelbA-Digital-Trainer



ANMELDUNG

E-Mail: weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at

Tel.: (0732) 76 10-32 09 oder Online über den Veranstaltungskalender

vom Katholischen Bildungswerk:

<https://www.dioezese-linz.at/kbw/termine>



SELBSTEINSCHÄTZUNG FÜR EINTEILUNG IN SMARTPHONE-KURSE

ICH KANN / KENNE

1. mein Smartphone ein- und ausschalten
2. Wischen und zoomen
3. das Smartphone lautlos schalten
4. die Schriftgröße ändern
5. die Symbole ganz oben am Smartphone
6. telefonieren
7. einen neuen Kontakt anlegen
8. eine SMS schreiben und versenden
9. ein Foto machen und es in der Galerie wiederfinden
10. das WLAN ein- und ausschalten
11. den Wecker einstellen
12. etwas im Smartphone-Kalender eintragen
13. etwas im Internet suchen
14. mein Google-Konto und weiß, wozu ich das brauche
15. eine App installieren und löschen
16. Menüpunkte auf den Startbildschirm schieben
17. Google Maps verwenden
18. eine WhatsApp Nachricht schreiben und versenden
19. eine WhatsApp Gruppe anlegen
20. mit WhatsApp telefonieren
21. ein Foto verschicken
22. die Bedeutung von Updates
23. Risiken im Internet

Wenn **keine der Aussagen** auf Sie zutrifft, empfehlen wir diesen Kurs:
Schnupperkurs Smartphone - erste Schritte am Smartphone, Kennenlernen unseres Angebots

Wenn Sie die **Punkte 1 und 2** mit Ja beantwortet haben, empfehlen wir diesen Kurs:
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs Smartphone

Wenn Sie die **Punkte 1 - 13** mit Ja beantwortet haben, empfehlen wir diesen Kurs:
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs Smartphone

Wenn Sie die **Punkte 1 - 23** mit Ja beantwortet haben, empfehlen wir diesen Kurs:
Smartphone-Stammtisch / Digital Spezial

Wenn Sie darüber hinaus auf dem Laufenden gehalten werden wollen, wenn Sie Interesse an vertiefenden Themen haben (Handy-Signatur, Handy-Parken, Facebook ...), wenn Fragen auftaucht sind, wenn Sie sich austauschen wollen, dann empfehlen wir diesen Kurs:
Smartphone-Stammtisch / Digital Spezial

SELBA-DIGITAL-ANGEBOTE

Es besteht die Möglichkeit, zusätzlich zu den Angeboten, die im Weiterbildungskatalog der SelBA-Akademie angeboten werden, Smartphone- und Computer-Kurse in die Region zu holen. Bei Interesse an Kursen als Einzelperson oder als Gruppe bitte um Kontaktaufnahme mit Astrid Gaisberger, (0732) 7610-3279 oder astrid.gaisberger@dioezese-linz.at, die dann Kurse vor Ort organisiert.

Folgende Kurse können abgehalten werden:

Schnupperkurs Smartphone

Erste Schritte am Handy, Kennenlernen des Smartphone-Kursangebots
2 Stunden, kostenfrei

Inhalt: Einschalten, ausschalten, Wischen, zoomen, lautlos, entsperren; zur Abklärung, welcher der Kurse in Frage kommt

Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs Smartphone

3 Module zu je 3 Stunden, € 85,-, diözesaner Bildungsgutschein einlösbar
TN-Zahl: 6 bis 9

Inhalt: Bedienung leicht gemacht, Aufbau, wichtige Begriffe, Telefon und Kontakte, SMS, Fotos, Einstellungen, Grundlagen zum Internet, WLAN, Google-Konto, Apps

Smart und fit am Handy - Aufbaukurs Smartphone

3 Module zu je 3 Stunden, € 85,-,

diözesaner Bildungsgutschein einlösbar

TN-Zahl: 6 bis 9

Inhalt: Unterwegs im Internet, hilfreiche Apps installieren und löschen, Google Maps, WhatsApp, Signal, Sicherheit im Internet, Oberfläche verwalten

Kommunikation online - Keine Angst vor Zoom

2 Stunden, Kursbeitrag: PG 2: € 18,- PG 3: € 20,-
TN-Zahl: 6 bis 9

Inhalt: Installieren der Zoom-App am Computer, in den Online-Raum einsteigen und die wichtigsten Funktionen üben

SelBA-Training für Körper, Geist & Seele, Online

5 Termine zu je 1,25 Stunden, € 30,-
TN-Zahl: 8 bis 10

Inhalt: Lustige Übungen, die das Gedächtnis trainieren, herausfordernde Bewegungsabläufe, Entspannungstechniken oder einfach nur Plaudern über Gott und die Welt

Weitere Kursthemen auf Anfrage.

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN DES KATH. BILDUNGSWERKES OÖ

ANMELDUNG

Anmeldungen für Veranstaltungen können telefonisch und schriftlich beim Katholischen Bildungswerk erfolgen. Geben Sie gegebenenfalls auch Ihre Nächtigungswünsche bekannt.

Anmeldeschluss ist, wenn nicht anders angegeben, zehn Tage vor Veranstaltungsbeginn. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einlangens berücksichtigt und sind mit ihrer Registrierung verbindlich. Mit der Anmeldung haben Sie die Geschäftsbedingungen zur Kenntnis genommen.

Nach der Anmeldung zu einer Online-Veranstaltung erhalten Sie den Zugangslink für die Online-Veranstaltung (bei einem Betrag unter 10 Euro wird keine Zahlungsbestätigung/Rechnung ausgestellt). Mit dem Eintritt in den Onlineraum stimmen Sie den Datenschutzbestimmungen von MS Teams (<https://docs.microsoft.com/de-de/microsoftteams/teams-privacy>) zu. Wird ein anderes Videokonferenztool verwendet, gelten jeweils dessen Datenschutzbestimmungen. Falls eine Aufzeichnung vorgesehen ist, erfolgt eine gesonderte Information.

DATENSCHUTZ

Wir weisen Sie ausdrücklich darauf hin, dass Ihre personenbezogenen Daten (Name, Anschrift, Tel.-Nr., Mobil-Nr. und E-Mail-Adresse) zum Zweck der Veranstaltungsorganisation elektronisch gespeichert und verarbeitet werden. Nach Beendigung der Veranstaltung bleiben Ihre personenbezogenen Daten zur Zusendung von Infomaterial – bis auf Widerruf – bei uns gespeichert. Diese Zustimmung können Sie jederzeit per Mail: weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at oder per Tel.: (0732) 76 10–32 09 widerrufen. Es wird darauf hingewiesen, dass alle bis zum Widerruf vorgenommenen Verarbeitungen weiterhin rechtmäßig bleiben.

TEILNEHMER:INNENBEITRÄGE

Die angegebenen Teilnehmer:innenbeiträge sind Mehrwertsteuerfrei und sind vor Veranstaltungsbeginn zu bezahlen. Mit der Einzahlung des Teilnehmer:innenbeitrags ist der Kursplatz gesichert. Die Aufenthaltskosten sind im Teilnehmer:innenbeitrag nicht enthalten und sind im jeweiligen Seminarhaus zu begleichen.

TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Teilnehmer:innen erhalten eine Teilnahmebestätigung bzw. ein Zertifikat, wenn sie mindestens 80 % der Veranstaltung besucht haben.

ÄNDERUNG VON VERANSTALTUNGSFORMATEN

Sollten öffentlich-rechtliche Regelungen die Durchführung von Präsenzveranstaltungen verunmöglichen (z.B. entsprechende gesetzliche Regelungen/Erlässe aufgrund von Epidemien) so behält sich das Kath. Bildungswerk OÖ das Recht vor, geplante oder bereits in Durchführung befindliche Präsenz-Veranstaltungsformate* in Online-Veranstaltungen bzw. - wenn möglich - in Blended Learning-Veranstaltungen abzuändern.

*Kurse, Lehrgänge, Seminare, Workshops, Tagungen, die als Präsenzangebot konzipiert sind.

STORNO

Jede Anmeldung kann bis zum Anmeldeschluss telefonisch oder schriftlich kostenfrei storniert werden. Bei Abmeldung bis drei Tage vor der Veranstaltung beträgt die Stornogebühr 50 % des Teilnehmer:innenbeitrags. Bei einem späteren Rücktritt bzw. bei Nicht-Teilnahme beträgt die Stornogebühr 100 % des Teilnehmer:innenbeitrags. Die Gebühr entfällt, wenn ein:e Ersatzteilnehmer:in genannt werden kann, oder wir den frei gewordenen Platz noch vergeben können.

ABSAGE VON VERANSTALTUNGEN

Bei Veranstaltungen mit Anmeldung werden die angemeldeten Teilnehmer:innen über Änderungen und Absagen schriftlich oder telefonisch informiert. Bei den anderen Veranstaltungen werden diese öffentlich bekannt gegeben. Seminare werden nur bei Erreichen der dafür erforderlichen Mindestteilnehmer:innenzahl durchgeführt. Wird eine Veranstaltung abgesagt, werden bereits bezahlte Teilnehmer:innenbeiträge zur Gänze rückerstattet; für sonstige Aufwendungen können wir keinen Ersatz leisten. Einen Wechsel in der Person des Veranstaltungsleiters/der Veranstaltungsleiterin oder des/der Referent:in behalten wir uns aus gerechtfertigten Gründen vor.

HAFTUNG

Vom Veranstalter wird eine Haftung im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten ausgeschlossen. Teilnehmer:innen besuchen unsere Veranstaltungen grundsätzlich in eigener Verantwortung.

FOTOS

Fotos, die vom Katholischen Bildungswerk OÖ im Rahmen von eigenen Veranstaltungen gemacht werden, werden fallweise in Medien und auf den verschiedenen Internetseiten des Katholischen Bildungswerkes <https://www.katholischesbildungswerk.at> und auf der Homepage der Diözese Linz <https://www.dioezese-linz.at> veröffentlicht.



Foto: SelbA

SelbA im Radio

SelbA zum Hören:

Jeden 4. Mittwoch im Monat ist SelbA mit der Sendung „SelbA Aktiv. Mit Gehirntraining fit und vital durch den Tag!“ im freien Radio Freistadt.

Eine Sendereihe mit Übungen zum Gehirntraining, Informationen, Anekdoten aus den SelbA-Gruppen-trainings und viel guter Musik. SelbA ist ein ganzheitliches Trainingsprogramm zur Erhaltung und Steigerung der geistigen und körperlichen Fitness.

Sendezeiten: 4. Mi im Monat 15:00 (WH: Do 10:00)

Frequenz: 107,1 oder 103,1 oder 88,4

Hier können Sie alle Sendungen nachhören.



Die Sendereihe wird von SelbA-Trainerin Astrid Gaisberger gestaltet.

UNSERE PREISE

Wir bieten qualitativ hochwertige und gleichzeitig kostengünstige Bildungsangebote. Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen erhalten als Dankeschön für ihr Engagement besonders gestützte Seminartarife.

Preisgruppe (PG) 1: gilt für alle ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen des Katholischen Bildungswerkes OÖ: KBW-Treffpunkt Bildung-Mitarbeiter:innen, SPIEGEL- und SelbA-Mitarbeiter:innen, Szenario Stützpunktleiter:innen, ehrenamtliche Bibliothekar:innen, spirituelle Wegbegleiter:innen und Gesprächsleiter:innen

Preisgruppe (PG) 2: gilt für Referent:innen des Katholischen Bildungswerkes OÖ, Student:innen, nebenberufliche Bibliothekar:innen und alle aktiv ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen der Katholischen Kirche in OÖ

Preisgruppe (PG) 3: gilt für externe Teilnehmer:innen, hauptamtliche Bibliothekar:innen



BILDUNGSIMPULSE

Termin: Fr., 22. Nov. 2024, 15 bis 21 Uhr

Ort: Katholische Hochschulgemeinde (KHG),
Mengerstraße 23, 4040 Linz und
Johannes Kepler Universität

Termin
vormerken!
FREITAG,
22.11.2024

Alle ehrenamtlichen KBW-Treffpunkt Bildung Mitarbeiter:innen sind herzlich eingeladen zu unseren „Bildungsimpulsen“.

Wir begeben uns an diesem Nachmittag gemeinsam buchstäblich auf den (Bildungs)weg! Wir starten in Kleingruppen in der Katholischen Hochschulgemeinde und erkunden von dort aus verschiedene Stationen am Johannes Kepler Universitätscampus - kombiniert mit Impulsen rund um das Thema Erwachsenenbildung.



**Anmeldung
& weitere Infos**

Im Anschluss an den Campusrundgang werden wir uns in der Mensa der Katholischen Hochschulgemeinde stärken und mit den „Rauschenden Birken“ einen krönenden Abschluss erleben.

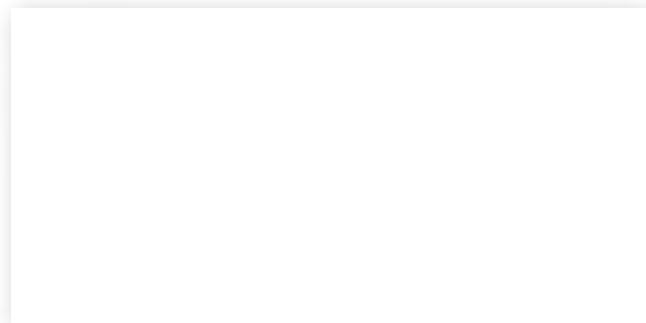
KBW aktuell – 2024/ 04

IMPRESSUM

Medieninhaberin: Diözese Linz, Herrenstraße 19, 4020 Linz
Herausgeber: Katholisches Bildungswerk OÖ, Dr. Christian Pichler,
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz, Redaktion: Mag.^a (FH) Andrea Pirngruber
Titelfoto: 966374956, Suzanne Bainton, iStock.com
Österreich, UID: ATU 59278089
Offenlegung gem. § 25 Mediengesetz: www.dioezese-linz.at/offenlegung

Österreichische Post AG MZ 02Z031352M

Diözese Linz, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz



**Katholisches
Bildungswerk OÖ**

Kapuzinerstraße 84
4020 Linz

Tel.: (0732) 76 10-32 09
Fax: (0732) 76 10-37 79

kbw@dioezese-linz.at
www.katholischesbildungswerk.at