

Bildung & Begegnung

FRANZISKUSHAUS

25. September

Pilgervortrag „schrittWeise“
von P. Ferdinand Karer, osfs

27. September

Lesung „Dickschädels Reisen“
- durch OÖ mit Anton Bruckner
von Florian Sedmak

03. Oktober

Vortrag „Und es geht doch!“
von Dr. Christoph Ettlstorfer

**hoffe
vertraue
sei zuversichtlich**



Kornelia Zauner
Bildungshausleiterin

**UNSER
TEAM**

**HIER KÖNNTE
DEIN BILD
SEIN!**

Wir suchen Dich!!

Wirtschaftsmitarbeiter:in
Cateringbetreuung
ab September 2024!

Vorname Nachname
Wirtschaftsmitarbeiter:in



Helene Geßwagner
Päd. Mitarbeiterin



Edith Aschenberger
Päd. Mitarbeiterin



Doris Rossak
Sekretärin



Marianne Etzlinger
Sekretärin



Wolfgang Zahrer
Haustechniker



Suzan Awolola
Wirtschaftsmitarbeiterin



Angelika Fischer
Sekretärin



Martina Kirchsteiger
Wirtschaftsmitarbeiterin

Unsere Veranstaltungen werden auch digital beworben. Sie können sich dazu auch online anmelden. Schmökern Sie hierfür auf unserer Homepage www.franziskushaus.at oder folgen Sie uns auf Facebook und Instagram.



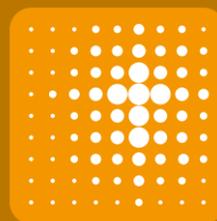
TIPP

Wir freuen uns natürlich sehr über Ihre Spenden für die Zusendung der Programmzeitschrift:

Diözese Linz/Franziskushaus
Verwendungszweck: Spende für Kursprogramm
IBAN: AT32 5400 0000 0165 6362
BIC: OBLAAT2L



DANKE



BILDUNGSZENTRUM
**FRANZISKUS
HAUS** BILDUNG &
BEGEGNUNG

Liebe Freund:innen des Franziskushauses!

In einer Welt, die von Unsicherheiten und Herausforderungen geprägt ist, möchten wir in dieser Ausgabe den Fokus auf ein Thema legen, das Hoffnung und positive Energie ausstrahlt:

- Zuversicht -

Zuversicht bedeutet, Vertrauen in die Zukunft zu haben und den Glauben an positive Entwicklungen zu bewahren, selbst in schwierigen Zeiten.

Dass auch im Franziskushaus die Zeiten nicht leichter werden, zeigten die harten, diözesanen Einsparungsmaßnahmen im Bereich der Erwachsenenbildung, die seitens der Diözese vor dem Sommer kommuniziert wurden. Zwei diözesane Bildungshäuser (Maximilianhaus in Attnang-Puchheim und Dominikanerhaus in Steyr) sollen in den nächsten Jahren nicht mehr weitergeführt werden, beim Bildungshaus Greisinghof hat die Diözese ebenfalls ihren Rückzug ab dem Jahr 2030 angekündigt.

Das Franziskushaus soll ab Herbst 2025 als Tagungshaus ohne Gästezimmer und ohne Küche (fallweise Versorgung über Catering) weitergeführt werden.

Umso mehr freuen wir uns auf Ihre Unterstützung vor Ort, durch Ihre Teilnahme an Veranstaltungen, Ihre Spende, Ihre Solidarität und die zahlreichen Begegnungen bei uns im Bildungshaus.

Es sind harte Einschnitte und dennoch werden wir im Franziskushaus weiter ein Haus der Bildung, Beratung, Beheimatung und Begegnung sein und freuen uns darauf, für die Menschen in der Region als zentraler Knotenpunkt weiter zu wirken.

- mit Zuversicht -

Unser Ziel mit den Inhalten unseres neuen Bildungsprogrammes ist es, Sie zu inspirieren, diese positive Einstellung zu kultivieren und zu verbreiten. Zuversicht kann uns helfen, mit Herausforderungen besser umzugehen, unsere Ziele mit Entschlossenheit zu verfolgen und die Resilienz in uns selbst und in unseren Gemeinschaften zu stärken.

Auf den kommenden Seiten erwarten Sie vielfältige Beiträge und Programme, die zeigen, wie Zuversicht in verschiedenen Lebensbereichen – ob persönlich, beruflich oder gesellschaftlich – gestärkt und gelebt werden kann. Lassen Sie sich von den Geschichten und Anregungen inspirieren und finden Sie neue Wege, Zuversicht in Ihrem Alltag zu integrieren.

Wir laden Sie ein, gemeinsam mit uns diese kraftvolle Einstellung zu entdecken und zu fördern.

Mit herzlichen Grüßen
Kornelia Zauner, Leiterin des Franziskushauses

Liebe Leser:innen! Gedanken der Zuversicht

Wenn man Einsparungsvorgaben präsentiert bekommt, kann es sich so anfühlen, als ob man eine Schularbeit zurückbekommt, mit vielen Korrekturanmerkungen versehen und mit einer schlechten Benotung. Aber dieses Bild ist irreführend. Die kommenden Veränderungen liegen nicht daran, dass im Bildungszentrum nicht gut gearbeitet worden wäre. Ganz im Gegenteil. Ich bin immer wieder beeindruckt wie viele Menschen die Angebote dieses Hauses wahrnehmen. Und diese Arbeit ist auch eine wertvolle Unterstützung für die pfarrliche Seelsorge, die gerade bei Bildungsangeboten oft an ihre Grenzen kommt.

Dahinter steckt viel Idealismus, viel Engagement, viel Mut. Umso mehr schmerzen jetzt die Einsparungsmaßnahmen. Es ist eine Herausforderung, in dieser Situation zuversichtlich zu bleiben. Zuversicht heißt nicht, zu meinen, dass alles bleiben wird, wie es war, sondern zu vertrauen, dass sich neue Wege, neue Formen der Bildungsarbeit auftun können.

Wir sehen heute, dass durch Forschung und Technik lange nicht alle Probleme der Menschheit gelöst werden können. Es braucht Verantwortung füreinander und die Umwelt, es braucht ethische Orientierungshilfen, es braucht die Entfaltung der eigenen Kreativität und nicht zuletzt religiöse und spirituelle Kompetenzen, um eine gerechtere, friedvollere Welt zu gestalten. Dafür wollen wir uns in diesem Haus voll Zuversicht einsetzen.

Christoph Kleemayr, Vorsitzender des Franziskushaus Kuratoriums

*Das Kuratorium ist ein beratendes Gremium und leistet einen Beitrag für die Vernetzung des Bildungshauses in der Region.

Inhaltsübersicht

Spiritualität	06
Themenschwerpunkt „Zuversicht“	14
Kommunikation	16
Natur	18
Kreativität	20
Gesundheit	25
Kultur/Gesellschaft	34
Pädagogik	38
Lebensorientierung	44
Kalendarium	48

Institutionen im Franziskushaus



**Katholische Jugend
Regionalbüro**



Das Büro der katholischen Jugend Ried i. I. befindet sich im 1. Stock des Franziskushauses. Gerne bin ich für eure Anliegen erreichbar und bin bemüht, dass ich euch in den diversen Bereichen der Jugendarbeit unterstütze. Ganz egal, ob es um die Abwicklung von Veranstaltungen geht, um die Unterstützung von euren Projekten oder ob ihr einfach Fragen habt, die euch beschäftigen. Für all diese Themen bin ich gerne für euch erreichbar.

Wer bin ich?

Ich bin Nico, bin 25 Jahre und komme aus Eberschwang. Seit 1. Mai 2024 darf ich die Tätigkeit als Beauftragter für die Jugendpastoral in unserem Dekanat Ried ausführen. Ich habe mich für diesen Beruf entschieden, weil ich davon überzeugt bin, dass ich es mit meiner humorvollen und lockeren Art schaffen kann, den Glauben und auch die Kirche wieder attraktiv für die Jugend zu machen und dabei aufzuzeigen, wie offen und modern die Kirche sein kann. Ich freue mich auf alles, was diese Tätigkeit bringt und vor allem freue ich mich darauf, mit der Jugend etwas in unserer Kirche zu bewegen.

Nico Sperl: 0676/8776 6250, nico.sperl@dioezese-linz.at



Partner-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung Beratung für Paare und Einzelpersonen:

- in Beziehungskrisen
- bei Erziehungsfragen
- bei Generationenkonflikten
- bei Problemen in der Schwangerschaft
- bei Trennung, Scheidung
- für Trauerbewältigung
- zur Verbesserung der Lebensqualität
- bei sozialen und rechtlichen Fragen.....

Telefonische Terminvereinbarung:
0732/773676
Erstgespräch auch ohne Anmeldung:
jeden 2. und 4. Montag von 15:00 bis 17:00 Uhr

Caritas
Oberösterreich

RegionalCaritas der Diözese Linz

Regionalkoordinatorin: Franziska Kallinger
Kontakt: 0676/8776 2012,
franziska.kallinger@caritas-ooe.at

Koordination Netzwerk Wohnungssicherung Innviertel

Remiza Traubenek Maximilian Freyer
Tel. 0676/8776 2305 Tel. 0676/8776 8053

Caritas Sozialberatung

Günther Fischinger, 0676/8776 2313

Caritas für Kinder und Jugendliche

Fachberatung Integration für Kindergarten und Hort
Monika Anzengruber, 0676/8776 2277

Beratung für pflegende Angehörige

Christine Wally-Biebl, 0676/8776 2439
christine.wally-biebl@caritas-ooe.at

Termine sind in allen Stellen nach Vereinbarung möglich!

Diakonie
Zentrum
Spattstraße

Frühe Hilfen

entlasten Mütter, organisieren Unterstützung und lotsen zu den passenden Angeboten.
Netzwerkmanagerin Daniela Rebhan, MA
0676/84 99 01 201 daniela.rebhan@spattstrasse.at

Heilpädagogische Frühförderung

für Kinder mit Behinderungen oder Entwicklungsverzögerungen.
Teamkoordinatorin Birgit Hanl, BA
0676/512 12 27 birgit.hanl@spattstrasse.at

Mobiles Familiencoaching

Zögern Sie nicht, wenn es zuhause nicht rund läuft und nehmen Sie Kontakt auf.
Marisa Zerza
0800/700 734 familiencoaching@spattstrasse.at



Anmeldebedingungen

Wir bitten Sie, sich zu allen Veranstaltungen anzumelden. Nach der Anmeldung erhalten Sie eine schriftliche Bestätigung. Damit ist die Anmeldung verbindlich.

Programmänderungen

sind vorbehalten und werden angemeldeten Personen mitgeteilt. Bei einer Kursabsage unsererseits wird der geleistete Betrag zurückbezahlt.

Stornobedingungen

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

Unterbringung und Aufenthalt

Es besteht die Möglichkeit, im Bildungshaus zu speisen und zu nächtigen. Tätigen Sie die Anmeldung dazu ehestmöglich.

Datenschutz

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung willigen Sie ausdrücklich ein, dass Ihre personenbezogenen Daten für die Abwicklung und den Zahlungsverkehr elektronisch gespeichert und verarbeitet werden. Weiters stimmen Sie mit Ihrer Anmeldung der Übermittlung der Programmzeitung 2x jährlich zu. Diese Zustimmung kann jederzeit telefonisch, postalisch und per E-Mail widerrufen werden.

Partner, Förderer und Unterstützer



Förderungsmöglichkeiten

Kirchlicher
Bildungsgutschein



Einige Angebote unseres Programms sind mit dem kirchlichen Bildungsgutschein gekennzeichnet. Für diese Veranstaltungen können Sie mit dem Gutschein eine Ermäßigung von € 20,- in Anspruch nehmen. Der Gutschein ist eine Aufmerksamkeit für Sie als Kirchenbeitragszahler:in. Sie erhalten ihn mit Ihrer Kirchenbeitragsvorschrift und können ihn für die gekennzeichneten Angebote in unserem Programm (und natürlich auch in anderen kath. Bildungseinrichtungen) einlösen.

Elternbildungsgutscheine vom
Familienreferat des Landes OÖ.



Die Gutscheine können bei allen Veranstaltungen, die so gekennzeichnet sind, zum Thema Eltern-Kind-Beziehung und Partnerbeziehung direkt vor Ort eingelöst werden. Alle Eltern in Oberösterreich erhalten bei Ausstellung der Familienkarte (Antrag ab Geburt möglich) einen Gutschein im Wert von € 20,-. Nähere Auskünfte unter:

Amt der OÖ Landesregierung

Direktion Bildung und Gesellschaft/
Familienreferat
Bahnhofplatz 1, 4021 Linz
Tel: +43/70/7720-11831 oder -11832,
familienkarte@ooe.gv.at



Bildungskonto des Landes OÖ.



Für viele unserer Veranstaltungen können Sie bei der Erfüllung der Teilnahmebedingungen eine Förderung im Rahmen des Bildungskontos des Landes OÖ beantragen. Anträge erhalten Sie in unserem Büro.

Nähere Auskünfte unter:
Amt der OÖ Landesregierung
Direktion Bildung und Gesellschaft
Bahnhofplatz 1, 4021 Linz
Tel. 0732/7720-14900
bildungskonto@ooe.gv.at

Symbolerklärung

Im gesamten Heft tauchen immer wieder diese beiden Kennzeichnungen auf. Es handelt sich dabei um attraktive Frauenbildungsangebote bzw. um Kooperationsveranstaltungen mit der „Gesunden Gemeinde Ried“.



Spiritualität



Gottesdienste ab Fr, 13.09.24

Im Franziskushaus feiern wir während der Schulzeit in der Kapelle des Sonnengesangs folgende Gottesdienste: Jeden Freitag um 09:00 Uhr findet eine Wortgottesfeier statt, ausgenommen am 3. Freitag im Monat. Jeden 3. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr feiern wir mit der „Action 365“ einen Gottesdienst. Änderungen vorbehalten!

Ökum. Gottesdienste:

29.09. 19.00 Uhr Neuapostolische Kirche
29.12. 19.00 Uhr Evangelisches Gemeindezentrum

immer Freitags um 9:00 Uhr

Freitagsgottesdienste:

Zeit: Fr. 09:00 - 10:00 Uhr
Ort: Kapelle des Sonnengesangs im Franziskushaus
„365“ Gottesdienste
Zeit: Mi. 19:00 Uhr
Ort: Kapelle des Sonnengesangs im Franziskushaus

Herzlich willkommen!



Pilgern³ - unterwegs auf dem Josefweg Weyregg bis Großalm (2. Etappe)

Der Josefweg ist ein 3-tägiger Pilgerweg. Nehmen Sie sich Zeit und gehen jedes Jahr eine Etappe mit uns. Der Josefweg steht unter dem Titel - Aufbrechen, um bei mir anzukommen. Mit einem traumhaften Panorama auf den glasklaren Traunsee, führt er mit herrlichen Ausblicken auf die Bergwelt und den türkisblauen Attersee nach Weyregg. Am Weg trifft man auf lebensbejahende, spirituelle Impulse, die uns Wandernde erden. Heuer wird der Start in Weyregg sein.

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem KH der Barmherzigen Schwestern Ried - Mitarbeiterseelsorge durchgeführt.

Di. 17. 09. 24

Zeit: 07:00 - 18:00 Uhr
Treffpunkt: Franziskushaus-
Leitung: PAss. Helene & Karl
Geßwagner, BEd
Kosten: € 30,-
Anfahrt mit einem Bus

Anmeldung erforderlich



P. Ferdinand Karer, schrittWeise von Lissabon nach Santiago Gedanken und Bilder zur Pilgerreise im Herbst 2024

P. Ferdinand Karer, geb. 1959 in Höhnhart, ist Sales-Oblate und leitete von 2001 bis 2023 das Gymnasium ORG Dachsberg. Nach seiner Pensionierung pilgert er von Lissabon nach Santiago de Compostela entlang der Küste. Auf seinem Weg reflektiert er über die Verbindung von Beruf und Berufung sowie den Sinn des Lebens. Er erzählt Geschichten, die die Menschwerdung und unser Bedürfnis nach Gemeinschaft verdeutlichen. Dabei fragt er sich, wie Schmerz in Frieden umgewandelt werden kann und wie wir an den Grenzen des Lebens bestehen.

Mi. 25. 09. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: P. Ferdinand Karer
Kosten: € 10,- kommt dem Sozialfond der Sales Oblaten zugute

Anmeldung erforderlich



ZEN-Meditation Im Schweigen

ZEN ist ein spiritueller Weg, der sich aus dem Buddhismus und Taoismus entwickelt hat. Der Kern der Praxis ist ‚Zazen‘, das aufrechte und weitgehend bewegungslose Sitzen in Stille, ohne jegliche inhaltliche Vorgabe. Die dem Kurs zugrunde liegende Form des Zen setzt keine bestimmte Religion oder Weltanschauung voraus und ist somit für alle offen. Wir halten eine Art Medienfasten, das macht uns präsent für das Jetzt und lässt uns aufwachen aus Gewohnheit und Routine. Das Leben bekommt wieder Farbe.

Do. 26. 09. 24 - So. 29. 09. 24

Zeit: Do, 18:00 - So, 12:00 Uhr
Leitung: Heinrich Allerstorfer
Kosten: € 120,- Kursbeitrag zuzügl. Nächtigung und VP
nächster Termin:
**Do. 20. 02. 25 -
So. 23. 02. 25**

Anmeldung erforderlich



MEINBEITRAG
BILDUNGS
GUTSCHEIN

Heilsames Singen

Hereinspaziert und herzlich willkommen im Klangraum, in dem so Einiges möglich ist. Begegnungen durch gemeinschaftsfördernde Lieder, Stimmfaltung, Tönen wie im Himmel, neue Freunde finden und sich rundum einfach pudelwohl fühlen. Denn ob Sie singen können oder nicht, ist hier völlig egal - wichtig ist nur, dass Sie Freude daran haben! Werden Sie Teil unserer lebendigen und wachsenden Sing-Familie.

Mo. 30. 09. 24 Mo. 16. 12. 24

Zeit: Mo. 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Sigrid Obermüller
Kosten: € 18,- je Abend

Anmeldung erforderlich



Fußwallfahrt von Aggsbach nach Gerolding

Gemeinsam mit den Oblaten des heiligen Franz von Sales

Anreise in Fahrgemeinschaften. Treffen in der Kartause mit geistlichem Impuls und meditativem Rundgang durch Meditationsgarten, Museum und Kirche. Weiterer Impuls für die Strecke zur St. Wolfgang-Statue.

Station bei der St. Wolfgang-Statue mit Impuls, dann Fußweg nach Gerolding (ca. 4,5 km, leicht bergauf) und Picknick. Um 14:30 Uhr Messe in der Wehrkirche. Gegen 16 Uhr gemütliches Beisammensein im Gasthof Marchart (Am Kirchenberg 5, 3392 Gerolding). Rückfahrt um 18 Uhr.

Sa. 05. 10. 24

Zeit: Sa. 08:00 - ca. 20:00 Uhr
Abfahrt beim Franziskushaus-
Ziel: Wehrkirche von Gerolding
Weg: ca. 10 km **Kosten:** € 15,-
Wallfahrtsmesse: 14:30 Uhr
anschl. Einkehr im Gasthof
Marchart und gemeinsame
Heimreise

Anmeldung erforderlich



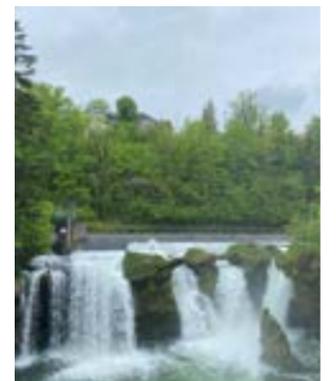
Wasserpilgern entlang der Traun

Spirituelle Impulse in der Jakobuskirche in Roitham am Traunfall und unterwegs. Entlang der Arena der Menschenrechte führt der Weg zum Traunfall, wo ein Vertreter des Kulturerbevereins einen Einblick über „600 Jahre Salzschiffahrt“ auf der Traun gibt. Über den Traunfallsteg geht es auf dem Gemeindegebiet von Desselbrunn weiter zum ALFA/Steyrermühl und über die Kohlwehr nach Gmunden (18 km Strecke, ca. 5h Gehzeit) An- und Abreise erfolgt mit dem Zug
Treffpunkt 7.00 Uhr Bahnhof Ried

Sa. 05. 10. 24

Zeit: 7:00 - 20:00 Uhr
Leitung: Gabi Traxl
Kosten: € 10,- plus Zugticket

Anmeldung erforderlich



Taizé Gebet

Ruhe - Zeit - Da Sein - meditative Gesänge aus Taizé

Nichts führt in innigere Gemeinschaft mit dem lebendigen Gott als ein ruhiges gemeinsames Gebet, das seine höchste Entfaltung in anhaltenden Gesängen findet, die danach wenn man wieder allein ist, in der Stille des Herzens weiterklingen.

Fr. 11. 10. 24 Fr. 10. 01. 25
Fr. 08. 11. 24 Fr. 14. 03. 25
Fr. 13. 12. 24

Zeit: 19:30 Uhr
Ort: Kapelle des Sonnengesangs im Franziskushaus

Herzlich willkommen!

**Tanzabende**

Tänze für Verbundenheit und Frieden

Miteinander tanzen verbindet – in der Gruppe und darüber hinaus mit den Völkern aus denen die Tänze stammen, verbindet uns als Menschen in dieser Welt. Die Tanzabende zu den verschiedenen Jahreszeiten und Themen laden ein, der jeweiligen Zeitqualität nachzuspüren und im Miteinander-Tanzen zum Ausdruck zu bringen. Tanzen bringt uns in unsere Mitte und gibt Kraft, lässt uns Frieden im Dasein und Miteinander sein, erleben.

Die Fülle im Wechsel: Mi. 16. 10. 24
 In der Dunkelzeit geborgen: Mi. 20. 11. 24
 Tanzend in das neue Jahr: Di. 07. 01. 25

Mi. 16. 10. 24 Di. 07. 01. 25
Mi. 20. 11. 24

Zeit: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Veronika Santer
Kosten: € 15,- je Abend

Anmeldung erforderlich

**Einfach singen: Wie im Himmel**

Singabend für Stimmentfaltung und Lebensfreude

Mit gezielten Körper-, Stimm- und Atemübungen tauchen wir in die Leichtigkeit der eigenen Stimme ein. Mantras, Chants und Lieder aus aller Welt begleiten uns auf diesem Weg. Genussvoll erproben wir uns in leichter Mehrstimmigkeit oder im Kanon. Natürlich darf dort und da auch unser Hüftschwung nicht fehlen. Jede:r ist willkommen!

Mo. 21. 10. 24
Mo. 20. 01. 25

Zeit: Mo. 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Sigrid Obermüller
Kosten: € 18,-

Anmeldung erforderlich

**Der LEBENSWEG - im südlichen Waldviertel**

Am Lebenspilgerweg das Leben durchwandern

Machen wir uns auf ins südliche Waldviertel, ins Ysper-Weitental und Kremstal! Der Lebensweg mit seinen 13 Etappen ist eine bewusste Reise durch das eigene Leben, von der Zeugung bis zum Tod. Wandern im Lebenskreis ermöglicht es, der Vergangenheit nachzuspüren, im Jetzt zu sein und in die Zukunft zu denken. Im Herbst, wenn das bunte Blätterdach fällt und die Pflanzen ihre Kraft in die Wurzeln zurückziehen, begeben wir uns auf eine persönliche Pilgerschaft. Wir erkunden die 4 Themenetappen des letzten Lebensdrittels.

Die Strecke beträgt ca. 80 km mit 2100 Höhenmetern.

Mi. 23. 10. 24 -
So. 27. 10. 24

Zeit: Mi. 10:30 – So. 18:00 Uhr
Leitung: Claudia Reisecker
Kosten: € 410,- DZ/€ 420,- EZ inkl. Pilgerbegleitung, Nächtigung mit Frühstück, Transfers vor Ort, Führung Artstetten exkl. Tagesverpflegung und Anreise

Anmeldung erforderlich

**Impulstreffen der Katholischen Frauenbewegung OÖ**
aus Quellen leben

Die Quelle gilt seit jeher als Symbol des strömenden Lebens, in der Bibel für die ewige, nie versiegende Güte Gottes. Die Beschäftigung mit den eigenen Quellen verspricht Lebendigkeit und Energie. Wenn wir Halt im Grund unseres Daseins haben, können wir gut nach vorne schauen und uns weiterentwickeln. Beim Impulstreffen ergründen wir die Quellen der kfb, den Ursprung und das „Warum“ unserer christlichen Frauengemeinschaft. Wir vergewissern uns der Haltungen, die uns in unserem Engagement leiten. Und wir fragen nach unseren persönlichen Quellen, aus denen wir leben.

Do. 24. 10. 24

Zeit: 19:00 - 22:00 Uhr
Kosten: freier Eintritt

Herzlich willkommen!

**Spirituelle Abend mit Martha Radlinger**

Ich möchte die Erde nehmen und verstecken

Immer mehr Menschen erkennen den Prozess der Zerstörung. Sie verstehen, dass es höchste Zeit ist, unsere Werte, Gedanken und Ziele neu zu definieren und uns neu zu orientieren. Wir leben in einer Gesellschaft, deren Wahrnehmung im Bezug auf die Probleme unseres Planeten Erde sehr eingeschränkt und abgestumpft ist. Dieser Abend soll dazu beitragen, wieder hinzuspüren und sich von den Gedanken, der Musik und den Texten zum Thema Mutter Erde berühren zu lassen. So können wir unsere Verantwortung für unser Tun und Lassen erkennen.

Di. 05. 11. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Martha Radlinger, system. Kinesiologin, Wortgottesdienstleiterin
Kosten: freiwillige Spende

Anmeldung erwünscht

**Chorsingabend - Chorliteratur für das Kirchenjahr**

sowie Advent, Weihnachten, Fastenzeit, Ostern und Pfingsten

Mona Hartmann stellt leichte und mittelschwere Chorwerke für die Kirchenchorpraxis vor. Ein Teil der Chorliteratur beinhaltet auch das Thema Advent und Weihnachten bzw. im Februar die Fastenzeit, Ostern und Pfingsten. Die Noten werden miteinander ausprobiert und hilfreiche Tipps zu ihrer Einstudierung gegeben, sowie die Einsatzmöglichkeiten im Gottesdienst besprochen.

Do. 07. 11. 24
Do. 13. 03. 25

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr
Leitung: Mona Hartmann,
Kosten: € 10,- je Abend

Anmeldung erforderlich

**Nacht der spirituellen Lieder**

Seit Jahren treffen sich in vielen Städten Deutschlands und Österreichs hunderte Menschen zum gemeinsamen Singen. Die Nacht der Spirituellen Lieder ist ein Fest des Friedens und der Verbundenheit. Im Franziskushaus wollen wir uns in diese schöne Tradition einreihen. Wir laden Sie ein zum offenen Singen und Chanten. Lassen Sie sich im Herzen berühren von Spirituellen Liedern und Mantras aus aller Welt.

Fr. 22. 11. 24

Zeit: Fr. 18:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Sigrid Obermüller
Kosten: € 20,-

Anmeldung erforderlich



Rorate

Adventgottesdienst

Rorate-Messen sind besondere Messfeiern an Werktagen im Advent. Dieser Gottesdienst in der Dunkelheit, morgens noch vor Aufgang des Tageslichtes, wird durch eine Vielzahl von aufgestellten Kerzen in ein warmes, stimmungsvolles Licht getaucht.

Ihren Namen hat er vom Ruf des Eröffnungsverses „Rorate caeli de super, et nubes pluant justum!“, also „Ihr Himmel tauet den Gerechten, ihr Wolken regnet ihn herab.“ (Jes 45,8)

Anschließend an den Gottesdienst laden wir zum Frühstück und einem adventlichen Beisammensein ein.

Fr. 06. 12. 24**Zeit:** 06:30 Uhr

Gestaltung: Adi Völkl & Team
Ort: Kapelle des Sonnengesangs im Franziskushaus
 anschl. adventliche Agape, wo ALLE herzlich eingeladen sind! Kekserkostproben sind herzlich willkommen :-)

Herzlich willkommen!

**Adventzauber für Jung und Alt im Franziskushaus**

Erleben Sie eine besinnliche und kreative Auszeit!

Nach einer besinnlichen Einstimmung haben Sie die Möglichkeit mehrere kreative Workshops zu besuchen:

- köstliche Kekse backen mit Elisabeth Hörandner
- besondere Weihnachtsdeko herstellen mit Silvia Schmidbauer,
- magische Lichtkugeln aus Ton herstellen mit Raphaela Lippl
- Geschenksverpackungen bedrucken mit Aneta Anzengruber
- Lauschen Sie gemeinsam den frei erzählten Geschichten von Sabrina Mader

Den Nachmittag lassen wir mit einem gemeinsamen Adventlieder-Singen ausklingen. Wir freuen uns auf Euch!

Mi. 11. 12. 24**Zeit:** 15:00 - 19:00 Uhr

Leitung: Aneta Anzengruber
 Elisabeth Hörandner, Raphaela Lippl, Sabrina Mader, Silvia Schmidbauer

Kosten: € 15,- je Kind
 € 35,- je Erwachsener
 € 50,- je Familie inkl. Material

Anmeldung erforderlich



(c) Imagebyfreepik

Vortrag - Wege aus Ohnmacht und Kampf

Hilfreiche Unterstützung vom polyvagalen Nervensystem

Auch wenn unser Nervensystem autonom gesteuert wird, so können wir mit dem Wissen um dessen Funktionsweisen immer wieder bewusst Einfluss nehmen – um aus sogenannten Überlebensmechanismen wie Ohnmacht, Kampf oder Flucht wieder in eine gewisse Sicherheit zu kommen. Damit ist es uns dann möglich, in mehr Selbstermächtigung und Wohlbefinden zu kommen. Eine Reihe einfacher Übungen werden wir an diesem Abend kennenlernen.

Mi. 22. 01. 25**Zeit:** 19:30 - 22:00 Uhr**Leitung:** Veronika Santer**Kosten:** € 12,-

Anmeldung erforderlich

**Kraftquelle Singen**

Dieser Sing-Tag bietet die Möglichkeit, noch tiefer in die heilende Kraft des Singens und in die eigene Leichtigkeit einzutauchen, und im Vokaltönen und Chanten an seine ureigenen Themen heranzukommen. Durch die Schwingungen des eigenen Klangkörpers werden Glückshormone ausgeschüttet und man/frau freut sich am eigenen Sein. Es darf gelacht und getanzt werden! Jeder ist willkommen!

Fr. 07. 02. 25**Zeit:** Fr. 15:00 - 21:00 Uhr**Leitung:** Sigrid Obermüller**Kosten:** € 45,-

Anmeldung erforderlich

**Besinnungstag in salesianischer Tradition**

Du bist mein geliebtes Kind!

Tauchen Sie ein in die Liebe Gottes und entdecken Sie, dass Sie sein geliebtes Kind sind. Verbringen Sie einen Tag in der Haltung des Heiligen Franz von Sales. Sie erwartet inspirierende Impulse, Gebet und Gemeinschaft. Seien Sie dabei und lassen Sie sich von Gottes Liebe berühren! Anschließend laden wir zum gemeinsamen Gottesdienst und einer Agape ein.

Sa. 08. 02. 25**Zeit:** 9:00 - 17:00 Uhr**Leitung:** P. Sebastian OSFS**Kosten:** € 30,-

Anmeldung erforderlich

**Gottesdienst zum Valentinstag**

Segen und Liebe feiern

Die „neue Pfarre Ried“ lädt im Franziskushaus herzlich zu einem besonderen Valentinstagsgottesdienst ein. Dieser Abend steht ganz im Zeichen der Liebe und des Segens, den wir einander zusprechen und der uns zugesprochen wird. Nach dem Gottesdienst laden wir Sie zu einer gemütlichen Agape mit Sekt ein, um den Abend gemeinsam ausklingen zu lassen und die Liebe zu feiern. Feiern Sie mit uns diesen besonderen Anlass und erleben Sie einen Abend voller Segen und Gemeinschaft. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Fr. 14. 02. 25**Zeit:** 18:00 Uhr**Gestaltung:** Pfarrer Wolfgang Schnölzer und Team

Ort: Kapelle des Sonnengesangs im Franziskushaus
 anschl. Agape, und Sekt

Herzlich willkommen!



(c) Imagebyfreepik

Ikonenmalkurs

für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Ikonenmalerei ist mehr als handwerkliche Technik oder künstlerische Fertigkeit. In meditativer Atmosphäre und mit biblischen Anregungen in griechischer und deutscher Sprache werden die Wurzeln christlicher Spiritualität entdeckt und die Kraft der Ikonen gespürt. Es werden Erdfarben mit Eidotter und Essig sowie 23-karätiges Gold verwendet. Unter Anleitung eines Ikonenmalers wird eine Ikone nach byzantinischen Regeln angefertigt. Es ist eine große Motivauswahl vor Ort vorhanden.

Mi. 19. 02. 25 -**So. 23. 02. 25****Zeit:** Fr. 13:00 - So. 15:00 Uhr**Leitung:**

Dimitris Papaioannou

Kosten: € 360,- plus ca.

120€ Materialkosten je nach Bedarf (Ikonenbretter, Blattgold, Farben, Pinsel) zuzügl. Nächtigung

Anmeldung erforderlich

**Ruf in die Freiheit**

Aufbrechen mit dem Buch Exodus

Ruf, Aufbruch, Freiheit – zeitlose Begriffe, die in der Bibel Schlüsselrollen spielen. Freiheit erfordert Mut, Entschlossenheit und Unterstützung. Das Buch „Exodus“ reflektiert die Befreiung aus Unterdrückung und deren Nachwirkungen. Die Erzählung umfasst menschliche Höhen und Tiefen und zeigt, wie Männer und Frauen sich für andere einsetzen. Themenschwerpunkte: 1. Wie Gott einen Menschen stark macht; 2. Gottes befreiendes Handeln; 3. Gott neu finden - Orientierung in der Wüste; 4. Frauen gestalten Geschichte. Im Mittelpunkt stehen Austausch und Relevanz für das heutige Leben in Gemeinschaft und Vielfalt.

Fr. 28. 02. 25**Do. 06. 03. 25****Fr. 14. 03. 25****Do. 20. 03. 25****Zeit:** Fr je 10:00 - 12:00 Uhr

Do je 19:00 - 21:30 Uhr

Leiterin: Christine Gruber-Reichinger, Bibelwerk Linz**Kosten:** € 12,-/einzel € 42,-/Reihe

Anmeldung bis 5.3. erforderlich



Die Dinos dachten auch, Sie hätten noch Zeit

Impulsabend zur Frohen Botschaft

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

So. 17. 11. 24

Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr
Leitung: Carsten Leinhäuser, Priester, Abenteurer, Mitinitiator von #liebegewinnt
Kosten: € 15,- / € 7,- für Ehrenamtliche in der Diözese Linz
Anmeldung: Bildungshaus Schloss Puchberg, unter 07242/47537 oder puchberg@dioezese-linz.at



Bildungshaus
Schloss Puchberg

Anmeldung unter: www.schlosspuchberg.at erforderlich

Talitakum Online-Lebensschule:

Steh' auf und geh'

Sind Sie auf der Suche nach einem Leben, das einfach und doch wesentlich ist, das von Vertrauen und Liebe geprägt ist? Fühlen Sie sich mit Ihren christlichen Wurzeln verbunden und suchen sie neue Formen, wie Sie eine geerdete, zeitgemäße Spiritualität leben können?

In der Fastenzeit 2025 startet Margit Schmidinger ihre 6-wöchige Online-Lebensschule:

- Wöchentlicher Podcast mit zeitgemäßen, stärkenden Impulsen
 - Gedrucktes Workbook mit täglichen Impulsen und Fragen
 - Persönliche Begleitung und wöchentliche Online-Meetings
- Alles, was Sie dafür brauchen, ist täglich etwas Zeit und die Bereitschaft, sich auf einen spirituellen Prozess einzulassen.

Termine:

Mo.10.03., 17.03., 24.03., 31.03., 07.04., 14.04.2025

ab Mo. 10. 03. 25

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Margit Schmidinger, Seelsorgerin und Begleiterin
Kosten: € 75,- für Workbook, Onlinezugang und Austauschtreffen via Teams
Anmeldung: 4800 Attnang-Puchheim, 07674 66550 maximilianhaus@dioezese-linz.at



MAXIMILIANUM
bilden - Maximilianhaus

Anmeldung unter: www.maximilianhaus.at erforderlich

Grundkurs Bibel:

Neues Testament 2

Für viele Christen ist die Bibel ein „Buch mit sieben Siegeln“. Der „Grundkurs Bibel“ will lebendige Zugänge eröffnen und Freude an der Bibel wecken. Basiswissen und persönliches Erleben stärken das Vertrauen in die eigene Kompetenz beim Bibellesen. In einer festen Gruppe wird gemeinsam gefragt, gesucht und ausgetauscht, wodurch eine Glaubensgemeinschaft wachsen kann. Kreative, meditative und liturgische Elemente vertiefen das biblische Wissen und sprechen den Menschen ganzheitlich an.

28.-29.09.24: Paulus – Apostel Jesu Christi

16.-17.11.24: Die Kindheitsgeschichten Jesu (Vorgeschichte)

08.-09.02.25: Bergpredigt und Apostelgeschichte

26.-27.04.25: Das Johannesevangelium entdecken

ab Sa. 28. 09. 24

Zeit: jew. Sa, 9:00 - So, 12:30 Uhr (mit Abendeinheit)
Leitung: Mag.a Karin Hintersteiner, Theologin, Bibelwerk Linz
Kosten: € 230,- insg. 4 Termine
Anmeldung: 4284 Tragwein, 07263/86011-0, bildungshaus@greisinghof.at



bildungshaus
greisinghof

Anmeldung unter: www.greisinghof.at erforderlich

AUF DEN SPUREN DER HOFFNUNG

Wie ermächtige ich mich, wie schöpfe ich Kraft, wie finde ich Trost und Hoffnung?

Ines Weber hat ein Persönlichkeits- und Gesellschaftsgestaltungskonzept entwickelt, das auf diese Fragen eine Antwort geben will. Den Entstehungsprozess, die Stärken und das Potenzial des Konzeptes wird sie im Gespräch erläutern und dabei ihre Momente der Resignation und der Hoffnung mit uns teilen.

Do. 19. 11. 24

Zeit: 19:30 Uhr
Leitung: Univ.Prof.in Dr.in Ines Weber, Leitung des Projekts: „Gute gesellschaftliche Persönlichkeitsbildung“, Professorin an der KU Linz
Kosten: € 9,- VV, € 11,- AK
Anmeldung: 4400 Steyr, 07252/45400, dominikanerhaus@dioezese-linz.at



Anmeldung unter: www.dominikanerhaus.at erforderlich

Die neue Familie:

Führung und Gespräch mit Bernadette Huber

Im Rahmen der DonnaStage wird die Turmkapelle West im Mariendom zum Kunstraum. Junge Künstlerinnen reflektieren das Thema der Heiligen Familie kritisch. Bernadette Huber inszeniert das tradierte Rollenbild der Familie in verschiedenen Medien und erschließt neue Interpretationsebenen aus feministischer Perspektive. Das Vertraute wirkt plötzlich gegenwärtig, und Huber bleibt ihrem klugen, humorvollen Stil treu, eröffnet den Dialog zwischen Kirchenraum und Kunstraum.

Nach dem Ausstellungsbesuch laden wir zu einem Gespräch mit Bernadette Huber und der Kuratorin Martina Gelsinger ein.

Fr. 08. 11. 24

Zeit: 15:00 - 16:30 Uhr
Leitung: Bernadette Huber
 Dr.in Martina Gelsinger
Kosten: € 10,- Kooperation mit dem Fachbereich Kunst und Kultur
Anmeldung: 4020 Linz 0732/667026 hdf@dioezese-linz.at www.hausderfrau.at

HAUS
DER
FRAU



Anmeldung unter: www.hausderfrau.at erforderlich



ZTW
WEILHARTNER

STATIK • KONSTRUKTION

„Zuversicht“ Schwerpunkt

Wirtschaftswende - damit es allen gut geht

Vortrag zum Thema Grundversorgung für alle

Dass sich unser Wirtschaften ändern muss, ist mittlerweile bekannt. Reicht grünes Wachstum, indem wir einfach ökologischer produzieren und konsumieren? Oder ist eine Rücknahme des Wachstums und des Konsums unabdingbar, weil neue Technologien allein nicht reichen werden? Und wie würden dann die Wohlfahrtssysteme und unser Lebensstil aussehen? Diesen und weiteren Fragen widmet sich der Transformationsforscher Hans Holzinger in seinen Büchern. Im Vortrag stellt er neue Ansätze vor, die den Fokus auf eine gute Grundversorgung für alle richten.

Fr. 13. 09. 24

Zeit: 20:00 Uhr
Leitung: Mag. Hans Holzinger, Wirtschafts- und Sozialgeograph
Ort: Gießerei Ried i.I.
Kosten: Eintritt frei

Herzlich Willkommen!



Foto: ©Carmen Bayer

Dialog statt Block

Eine franziskanische Grundhaltung

Die Franziskanerinnen rufen in ihrem Magazin zum Dialog auf, da in Zeiten von Social Media Konflikte oft schnell eskalieren und Menschen in „Gut“ und „Böse“ eingeteilt werden. Generaloberin Sr. Angelika Garstenauer mahnt, offen und respektvoll im Gespräch zu bleiben. Franziskus, der trotz Feindseligkeit den Dialog mit dem Sultan suchte, um Frieden zu stiften, zeigt uns den Weg vor. Die Franziskanerinnen sehen Dialog als zentrale franziskanische Haltung. Was lehrt uns Franziskus von Assisi und wie gelingt es uns, Fremden mit Freude statt Angst zu begegnen?

Mi. 02. 10. 24

Zeit: 19:30 Uhr
Leitung: Sr. Angelika Garstenauer, Generaloberin der Franziskanerinnen Vöcklabruck
Kosten: freiwillige Spende

Anmeldung erforderlich



Foto: ©zopfphotography

Und es geht doch!

Trotz Querschnittlähmung erfüllt und zuversichtlich leben

Zwei Sichtweisen eines Lebens: Opfer oder Gestalter? Die passive Sichtweise sieht Barrieren als unüberwindbar und führt zu Resignation. Die aktive Sichtweise hingegen fokussiert auf Chancen und erfordert proaktives Handeln. Mit Zuversicht und Konsequenz zu einem erfüllten Leben – Dr. Christoph Etlstorfer zeigt vor, wie es DOCH geht – ein Lebenszeugnis: Über Erfolgsfaktoren, konstruktives Denken, Frustrationstoleranz, Selbstwirksamkeit, Dankbarkeit und vieles mehr. Lernen wir von dieser Lebensgeschichte, wie sich persönl. Krisen überwinden lassen.

Do. 03. 10. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Dr. Christoph Etlstorfer (erfolgreicher Leistungssportler, Univ. Assistent, Trainer, uvm.)
Kosten: EUR 15,-

Anmeldung erforderlich



Foto: ©Sabine Hlobil

Baustellen der Hoffnung

Eine Ermütigung das Leben anzupacken

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

Mi. 23. 10. 24

Zeit: 19:00 Uhr
Leitung: Benediktiner P. Martin Werlen
Kosten: € 9,- (online)
Der Vortrag findet live im Bildungshaus Schloss Puchberg statt. Link wird zugesendet.

Anmeldung erforderlich



ONLINE ELEMENTE

Wie spreche ich über die Klimakrise?

Vortrag zum Thema Klimakommunikation

„Die Klimakrise betrifft uns alle - aber wir tun uns schwer, darüber zu sprechen: Das Thema ist komplex und polarisierend, Gespräche enden nicht selten in Schuldzuweisungen. Es ist wichtig über die Klimakrise zu sprechen, denn Bewusstseinsbildung und öffentlicher Druck sind entscheidend, um Veränderungen herbeizuführen. Wir gehen der Fragen nach, wie wir empathische Klimagespräche führen, andere für Klimaschutz begeistern, mit Widerständen umgehen und uns effektiv für gesellschaftlichen Wandel einsetzen können.“

Fr. 25. 10. 24

Zeit: 20:00 Uhr
Leitung: Brigitte Grahl, Expertin für Klimakommunikation bei der österreichischen Initiative klimaaktiv.
Ort: Gießerei Ried i.I.
Kosten: freiwillige Spende

Herzlich Willkommen!



hoffen

Von einem geheimen Versprechen leben (F.Stier)

Wir leben in spannenden und spannungsvollen Zeiten, die beruhigen, Kräfte rauben und herausfordern. Was wir heute besonders brauchen, ist Hoffnung. Wie aber geht „hoffen“ konkret? Was bedeutet es, und was bewirkt es in unserem Leben? Welchen Mehrwert hat es, individuell und gesellschaftlich? Diese Veranstaltung lädt dazu ein, der tröstenden und provozierenden Kraft christlicher Hoffnung nachzuspüren. Die Welt braucht nicht mehr Hoffnungslosigkeit durch Religion, sondern die Sprengkraft gelebter Hoffnung (J. B. Metz).

Do. 30. 01. 25

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Dr. Thomas Schlag-Weidinger
Kosten: € 10,-

Anmeldung erforderlich



Für Pessimismus ist es zu spät

Hoffnung leben in der Klimakrise

Der Klimawandel ist zur Klimakrise geworden und droht zur globalen Katastrophe zu werden. Helga Kromp-Kolb engagiert sich seit Jahren, um auf diese Entwicklung hinzuweisen und zu motivieren, entschiedene Maßnahmen zu ergreifen. Jeder kann etwas beitragen: Industrie, Landwirtschaft, Politik, Kirchen und jede/r Einzelne durch Lebensstil, Kauf- und Wahlverhalten. „Wir sind Teil der Lösung“ - das gibt neue Kraft und Hoffnung für Engagement und klimafreundliches Leben. Die Referentin benennt Hoffnungsquellen und lädt zum Handeln ein.

Di. 11. 03. 25

Zeit: 19:00 Uhr
Leitung: Univ.-Prof.in Dr.in Helga Kromp-Kolb, Wien
Kosten: € 11,-

Anmeldung erforderlich



Foto: ©Christopher Mavric

Kommunikation

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

Di. 17. 09. 24

Di. 24. 09. 24

Di. 01. 10. 24

Zeit: 13:30 - 16:30 Uhr

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

Kosten: € 85,-

Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09

Anmeldung erforderlich



Fresh up your English!

Leicht Fortgeschrittene

Mit einem lehrreichen, unterhaltsamen Kursbuch und in entspannter Atmosphäre mit einem Native Speaker aus England können Sie vorhandene Sprachkenntnisse vertiefen. Die Trainerin richtet sich natürlich auch nach den Wünschen der Teilnehmer:innen.

bitte das Kursbuch mitbringen: „New Headway“ fourth edition ISBN 978-0-19-477020-0

Mo. 23. 09. 24

10 Abende

Zeit: 17:30 - 19:30 Uhr

Leitung: Julia Renner, Nativ Speaker

Kosten: € 220,-

Anmeldung erforderlich



Französisch für alle

Liberté - égalité - fraternité

Freiheit - Gleichheit - Brüder(Schwester)lichkeit

Lernen Sie Frankreich durch die französische Sprache kennen und genießen. Sie werden Grammatik und Konversation lernen. Die Trainerin geht auf die Wünsche der Teilnehmer:innen ein, wobei der Spaß am Lernen stets im Vordergrund steht.

Di. 24.09.24

10 Abende

Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Leitung: Julia Renner

Kosten: € 250,-

Anmeldung erforderlich



Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

Smartphone Führerschein Teil 2

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

Fr. 04. 10. 24

Mi. 09. 10. 24

Mo. 14. 10. 24

Zeit: 13:30 - 16:30 Uhr

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

Kosten: € 85,-

Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09

Anmeldung erforderlich



Schnatter, Gacker und Gebrüll

Gelingende Kommunikation in herausfordernden Zeiten

Anspruchsvolle Zeiten fordern uns kommunikativ heraus. Im Workshop erkunden wir, welche „Kommunikationstypen“ es gibt und wie wir achtsam und wertschätzend kommunizieren können, ob mit Kund:innen, Nachbar:innen, Freund:innen, Kolleg:innen oder in der Familie. Gelingende Kommunikation ist das A&O für gute Beziehungen. „Das größte Problem in der heutigen Kommunikation ist, dass wir nicht zuhören, um zu verstehen, sondern um zu antworten.“ Was tun bei Respektlosigkeit, wie die innere Ruhe bewahren und Emotionen steuern - damit beschäftigen wir uns!

Fr. 11. 10. 24

Zeit: 17:00 - 19:30 Uhr

Leitung: Dipl.- Päd. Anita Fürtbauer, systemischer Coach, Achtsamkeitstrainerin, uvm.

Kosten: € 45,-

Anmeldung erforderlich



Italienisch für Fortgeschrittene

Gelingende Kommunikation in herausfordernden Zeiten

Wenn Sie bereits Italienisch gelernt haben, Ihre Kenntnisse auffrischen und verbessern möchten, dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Es wird viel Wert auf Konversation gelegt.

Do. 17. 10. 24

8 Termine

Zeit: 18:30 - 21:00 Uhr

Leitung: Christine Gotthalm-seder

Kosten: € 176,-

Anmeldung erforderlich



Quatschivity - Was ist das?

Neues Brettspiel zum Austauschen und Kennenlernen

Bei Quatschivity werden Begriffe erklärt, gezeichnet oder pantomimisch dargestellt. Ihr Team rückt durch das Erraten der Begriffe auf dem Spielfeld voran und kann gewinnen. Zusätzlich gibt es zu jedem Begriff eine tiefgründige Frage, die den persönlichen Austausch und das Kennenlernen anregt. Ein Beispiel: Bei „Priorität“ lautet die Frage: „Welche drei Dinge sind dir aktuell am wichtigsten im Leben?“ Der Abend beinhaltet eine Spieleinführung und gemeinsames Anspielen. Gönnen Sie sich Stunden voller Spaß und Spannung und überlegen Sie, mit wem Sie Quatschivity spielen möchten.

Fr. 13. 11. 24

Zeit: 18:30 - 20:30 Uhr

Leitung: Silvia Nagl

Kosten: € 15,- inkl. Brettspiel

Anm: Kath. Bildungswerk:

(0732) 76 10 3209

www.franziskushaus.at

Anmeldung erforderlich



Natur

Kalte Jahreszeit

Immunbooster

Besonders in der kalten JAHRESZEIT ist unser Immunsystem immer mal wieder am streiken und wir versuchen uns vor Keimen zu schützen. Ätherische Öle helfen gegen Viren, Grippe oder auch Erkältungen. Es gibt verschiedene Anwendungsmöglichkeiten: Diffuser, Raumspray, Kosmetikanwendungen, Badesalz, Tees,... Tauchen Sie mit mir gemeinsam in die wundervolle Welt der Natur & ätherischen Öle ein. Starten Sie in eine gesunde kalte Jahreszeit.

Mi. 18. 09. 24

Zeit: 19:00 - 22:00 Uhr
Leitung: Alexandra Reischenböck, Dipl. Heilkräuterpädagogin
Kosten: € 30,- (Materialkosten zusätzlich: € 10,-)

Anmeldung erforderlich



Wandern mit Lamas

Familien Erlebnis

Für unsere kleinen Lama-Besucher haben Laura, Magdalena, Oskar und Odil extra flauschige Kuscheleinheiten auf Lager. Bei der Familienwanderung widmen wir uns zu Beginn besonders dem Kennenlernen und Bürsten, Halftern und Führen. Anschließend bekommt jede Familie „ihr“ Lama an die Hand und wir begeben uns gemeinsam auf Wanderschaft. Eine leicht begehbare Strecke von ca 4km ist für Kinder gut schaffbar. Sie sind von den Tieren oft so angetan, dass sie aufs Gehen ganz vergessen.

Fr. 11. 10. 24
Fr. 18. 10. 24

Zeit: 14:00 - 16:30 Uhr
Lama - Wanderführer:in: Hannes und Sigrid Obermüller
Kosten: € 50,- je Familie mit Kindern bis 12 Jahre

Anmeldung erforderlich



Treffpunkt: Pfarrhof Waldzell, Hofmark 2

Antibiotikum aus der Natur

Produkte gegen Erkältung, Kopfschmerzen, uvm.

Der Herbst ist in den Startlöchern und Früchte und Wurzeln sind nun zur Ernte bereit. In diesem Workshop werden wir unter anderem gemeinsam ein natürliches Antibiotikum aus der Natur herstellen, außerdem schauen wir uns die verschiedenen Früchte und Wurzeln an, die uns der Herbst schenkt. Der Herbst bietet uns so schöne Produkte für den bevorstehenden Winter, die uns bei Erkältungen, Kopfschmerzen, etc. zugutekommen. Die Produkte können Sie im Anschluss mit nach Hause nehmen.

Do. 21. 10. 24

Zeit: 19:00 - 21:30 Uhr
Leitung: Alexandra Reischenböck, Dipl. Heilkräuterpädagogin
Kosten: € 30,- (Materialkosten zusätzlich: € 10,-)

Anmeldung erforderlich



Von Arnikatinktur bis Zucchini Salat

Schätze aus Natur und Garten verarbeiten

Im Frühjahr informierte C. Ortner über die Möglichkeiten der Verarbeitung von Schätzen aus Natur und Garten, nun leitet sie Interessierte an, einfache Produkte selbst zu erzeugen. Arnikatinktur, Bauernpenicilin, Beinwellsalbe, Kräutersalz, Kräuterteemischung und das Fermentieren von Gemüse - je nach Verfügbarkeit - stehen am Plan.

Di. 29. 10. 24

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr
Leitung: Kons. Mag. Claudia Ortner
Kosten: € 25,-
 +zusätzlich Materialkosten

Anmeldung erforderlich



Räuchern im Jahreskreis

Die Kunst des Räucherns

Erleben und nutzen Sie die Schätze der Natur für sich, Ihre Familie und Ihr Zuhause, und lassen Sie das uralte Wissen unserer Vorfahren wieder aufleben. Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Räucherns, die lange Tradition unserer heimischen Geschichte und die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten im täglichen Leben. Lernen Sie die spirituellen, rituellen und heilenden Aspekte des Räucherns kennen und genießen Sie die stille, ruhige Zeit, die der November bereithält.

Sa. 09. 11. 24

Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Claudia Reisecker, Raumenergetikerin, Pilgerbegleiterin
Kosten: € 45,-

Anmeldung erforderlich



Tolle Knollen

Wahre Kraftprotze

Zu kalorienreich, zu scharf, zu erdig oder fade schmeckend... Pflanzen können es nie allen Menschen recht machen. Dabei sind Erdäpfel, Topinambur, Yacon, Ingwer, Kurkuma u.a. wahre Kraftprotze. Erfahren Sie mehr über ihre Inhaltsstoffe, Heilkraft, Verwendung, Anbau und Pflege.

Fr. 29. 11. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Kons. Mag. Claudia Ortner
Kosten: € 14,-

Anmeldung erforderlich



Eine Prise Wohlbefinden

Die Heilkraft der Gewürze

Richtiges Würzen lässt einfache Speisen nicht nur besser schmecken, Gewürze können auch viel zu Ihrer Gesundheit und zu Ihrem Wohlbefinden beitragen. Welche Heilwirkungen in ANIS über Majoran bis ZIMT stecken, erfahren Sie in diesem Vortrag mit vielen Anregungen und Rezepten!

Di. 14. 01. 25

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Kons. Mag. Claudia Ortner
Kosten: € 14,-

Anmeldung erforderlich



Kreativität

Mini KunTraum - Tee mit dem blauen Drachen

Zeichnen mit Tusche und Tuschestift

Wir lassen uns von der japanischer Holzschnittkunst inspirieren, tauchen in die Welt der fantastischen Fabelwesen, vermischen das Rationale mit Magie und kreieren fabelhafte Tuschezeichnungen. Für Kinder ab 10 Jahre.

Mi. 04. 09. 24

Zeit: 09:30 - 12:30 Uhr
(Sommerferien)
Leitung: Aneta Anzengruber
Kosten: € 36,- inkl. Material



KIDS & TEENS

Anmeldung erforderlich

Farbe und Gesicht

Vernissage und Ausstellung

Sie hat 2019 mit dem Malen begonnen und gestaltet ihre Werke auf gespannter Leinwand mit Acrylfarben. Ihre Bilder sind von fröhlichen Farben geprägt, die für sie das Leben ausdrücken. Mit Zuversicht setzt sie diese Farben ein, um positive Emotionen zu vermitteln. Ihre Werke im modernen Stil haben als Hauptthema oft das mehrfarbige Frauengesicht. Durch diese Darstellungen verewigt sie ihre eigene Lebensfreude und Gelassenheit und möchte diese Gefühle auch für andere sichtbar machen.

ab Mo. 09. 09. 24

Zeit: 17:00 Uhr
Leitung: Künstlerin Anikó Barta (NOA)
Ausstellungsdauer: 09.09. - 04.10.2024



Anmeldung erwünscht

KunTraum Workshops

Originell wie Picasso, produktiv wie Beyoncé, resilient wie Rocky

Kreativ sein macht glücklich und hilft, Herausforderungen zu meistern. Machen Sie mit beim ART PLAY Workshop, probieren Sie moderne Kunsttechniken aus und genießen Sie Ihre kreative Freiheit. In 5 Einheiten können Sie - ohne Vorkenntnisse - verschiedene Techniken ausprobieren:

1. Mark Making – Zeichnen mit Tusche und Kohle
2. Papierschnitt
3. Druckverfahren – Collagrafie
4. Malerei – Mini-Bilder-Serie mit Aquarell und Acryl
5. Bildhauerei – Spiegel-Skulpturen

ab Di. 17. 09. 24

Zeit: je 18:30 - 21:30 Uhr
Leitung: Aneta Anzengruber
Kosten: € 168,- inkl. Material
einzel: € 36,- inkl. Material



Anmeldung erforderlich

Klöppelkurs Mustertuch

Erlernen verschiedener Torchongründen

Für alle, die das Klöppeln schon einmal versucht und daran Freude gefunden haben, gibt es jetzt wieder die Möglichkeit, bei diesem schönen Kunsthandwerk neue Techniken zu erlernen und zu vertiefen.

Bei diesem Kurs werden viele verschiedene Rohrstuhlgründe, Rosengründe und andere Ziergründe erlernt. Auch diverse Spinnenvarianten werden geübt. Grundkenntnisse im Klöppeln und das Lesen und Verstehen der Technischen Zeichnung sind Voraussetzung für diesen Kurs.

ab Do. 19. 09. 24

5 Abende

Zeit: jeweils 18:00 - 21:00
Leitung: Elisabeth Pichler
Kosten: € 75,-



Anmeldung erforderlich

Acryl Fluid Painting

Neue Technik für Bildgestaltung

Suchen Sie eine neuartige Technik für Bildgestaltung ohne Mal- oder Zeichenkenntnisse? Dann ist dieser kreative Workshop perfekt für Sie! Beim Fluid-Painting werden fließfähige Acrylfarben auf Leinwand gegossen, wodurch unvorhersehbare, bunte Kreationen mit marmorähnlichen Effekten und toller Zellbildung entstehen. Drei Pouring-Arten werden vorgestellt und ausprobiert. Besondere Begabung ist nicht nötig, nur Spaß am Experimentieren!

Sa. 21. 09. 24

Zeit: 09:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Dagmar Mayr
Kosten: € 78,-
Materialliste wird zugesandt



Anmeldung erforderlich

Loops natürlich dekoriert

Liebe zum Handwerk

Tun Sie sich doch wieder mal was Gutes und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. In diesem Workshop dekorieren Sie einen individuellen Loop ganz nach Ihren eigenen Vorstellungen. Ihnen steht eine große Auswahl an Trockenblumen, Gräsern, Lavendel usw. zur Verfügung. Im Preis inbegriffen: Material (Metallring, Draht, Trockenblumen,)

Di. 24. 09. 24

Zeit: 18:30 - 20:30
Leitung: Silvia Schmidbauer
Kosten: 45,- (exkl. Material)



Anmeldung erforderlich

Herbstblätter - Die schönsten Farben und Formen

Buntes Aquarellieren mit Oskar Pointecker

Ich lade Sie ein zu einem Spiel mit Wasser und Farbe. An diesem Tag entstehen Aquarelle im kleinen und großen Format. Wer Lust hat kann seine eigenen Herbst-Motive mitbringen.

Do. 03. 10. 24

Zeit: 09:00 - 17:00 Uhr
Leitung: Oskar Pointecker
Kosten: € 80,-



Anmeldung erforderlich

Trockenfilzen

Feen und Engelchen

Mit Schafwolle, Filznadel und ganz viel Liebe, stellen wir diese kleinen Wesen her.

Sie können Ihre eigenen Farben wählen, oder sich von mir inspirieren lassen. Die Wolle bringe ich mit und wird im Kurs extra verrechnet (2€ pro Engel). Ich freu mich auf Sie!

Sa. 05. 10. 24

Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr oder
14:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Roswitha Dietrich
Kosten: € 45,-



Anmeldung erforderlich

Schreibwerkstatt

Dem Wort in mir Raum geben

Schon lange bewegt es Sie: Sie möchten die Welt zur Sprache bringen, wie sie ist und sie sein könnte. Ich möchte mir selbst Wort verleihen und der Fantasie in mir. – Wenn Sie ähnliche Wünsche und Vorstellungen haben und das Schreiben in einer Gruppe zu einem gemeinsamen Thema spannend finden, kommen Sie doch zur Schreibwerkstatt.

Ob Frau oder Mann, Schreibanfänger:innen oder Schreibprofi, Sie sind herzlich Willkommen! Wir treffen uns einmal im Monat, am 1. Montag.

ab Mo. 07. 10. 24

10 Abende

Zeit: jeweils 19:00 - 21:30 Uhr

Leitung:
Mag. Judith Rachbauer
Theresa Batori

Kosten: je € 8,-
Gesamtreihe € 30,-



Anmeldung erforderlich

Tonhaus: Komm ins Tun

Töpferkurs

Der Kurs besteht aus zwei Teilen. Am ersten Abend formen wir mit bloßen Händen Skulpturen, Gefäße oder Schilder aus dem natürlichen Werkstoff Ton.

Beim nächsten Termin werden die Werkstücke mit Engobe (farbiger Ton-Schlicker) bemalt und anschließend gebrannt. Die erstellte Keramik ist frostsicher und Geschirrspüler tauglich.

Materialkosten € 10,00 (bar) je Kilo Ton inkl. Brände, Engoben und Glasuren.

Sa. 12. 10. 24

Zeit: 10:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Raphaela Lippl
Kosten: € 85,-

www.tonhaus.at



Anmeldung erforderlich

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.

Do. 17. 10. 24**Mi. 23. 10. 24**

Zeit: 14:00 - 16:30 Uhr
Leitung: Mag.a Maria Wim-
plinger, EDV-Trainerin, SelbA-
Digital-Trainerin
Kosten: PG1 & PG2: € 60,-
Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09



Anmeldung erforderlich

Mini KunTraum - Schüttelbilder

Acryl Pouring

Möchtest du eine Maltechnik ausprobieren, die unglaublich viel Spaß macht? Komm zum Schüttelbilder Kunstworkshop! Hier lernst du, wie du durch Schütteln von Farben faszinierende Kunstwerke erschaffen kannst. Nach den Grundlagen kannst du eigene Bilder erstellen und deiner Kreativität freien Lauf lassen. Entdecke und entwickle deine künstlerischen Fähigkeiten, während du Spaß hast und neue Freunde findest. Eine spannende Erfahrung für junge Künstler ab 6!

Mi. 29. 10. 24

Zeit: 09:30 - 12:30 Uhr
(Herbstferien)
Leitung: Aneta Anzengruber
Kosten: € 36,- inkl. Material



Anmeldung erforderlich

Basics im Handlettering

Zum Thema Weihnachten

Kennen Sie das? Sie möchten etwas verschenken, aber die Person hat schon alles. Dann sind Sie in diesem Workshop kurz vor Weihnachten genau richtig. Sie lernen, wie Sie mit Ihrer Handschrift und ein paar kleinen Tricks aus Alltagsgegenständen Herzensdinge machen können. Dafür gibt's die Basics im Handlettering. Von einfachen Schriften mit Finelinern bis zum komplizierten Schreiben mit Pinselstiften wird alles dabei sein. Sie werden auch schon ein ganz konkretes Projekt umsetzen.

Sa. 23. 11. 24

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr
Leitung: Magdalena Ganster
Kosten: € 85,- inkl. Material-
kosten



Anmeldung erforderlich

Mit persönlichen Worten Freude schenken

Schreibpräsente mit Herz

Weihnachten oder ein Geburtstag steht an und wir fragen uns: Was sollen wir schenken, die Person hat doch schon alles? Wir möchten mit persönlichen Worten Freude bereiten, doch es fällt uns schwer, unsere Empfindung aufs Papier zu bringen. Mit innovativen Methoden aus kreativem und autobiographischem Schreiben zaubern wir in diesem Workshop persönliche Schreibgeschenke. Die besten Geschenke sind oft ein herzliches Dankeschön, ein persönlicher Brief oder ein Gedicht. Keine Vorkenntnisse nötig. Feine Papeterie kann erworben werden.

Sa. 30. 11. 24

Zeit: 09:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Lisa Fuchs,
Schreibcoach & Achtsam-
keitstrainerin
Kosten: € 110,-



Anmeldung erforderlich

Djembe Workshop

Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Inhalte:

- Spieltechniken und Klangeigenschaften der Djembe
- Rhythmus- und Koordinationstraining
- Erlernen verschiedener Grundfiguren, aus denen Rhythmen bestehen
- Erarbeiten von mehrstimmigen traditionellen Djembe Rhythmen aus der afrikanischen und lateinamerikanischen Musik.
- Einfache Tipps und Tricks, um aus einem Rhythmus ein komplettes Arrangement zu machen.

Sa. 30. 11. 24

Zeit: 10:30 - 15:30 Uhr
Leitung: Josef Kramer
Kosten: € 75,-
Leihgebühr für Djembe: € 10,-



Anmeldung erforderlich

Schreibend in das neue Jahr

Wünsche, Ideen & Fokus für 2025

Starten Sie mit Kraft und Vision ins neue Jahr! Schreibend verabschieden wir das alte Jahr und schaffen Raum für Neues. Wir tauchen in den Ideenfluss ein, erkunden Wünsche und Visionen und setzen die Segel für 2025. Ein Wochenende zum Innehalten, Reflektieren und Neuausrichten mit verschiedenen Methoden des freien und autobiographischen Schreibens. Jeder schreibt für sich. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Fr. 10. 01. 25
Sa. 11. 01. 25

Zeit: Sa. 15:00 - 19:00 Uhr
So. 09:00 - 13:00 Uhr

Leitung: Lisa Fuchs,
Schreibcoach & Achtsamkeitstrainerin

Kosten: € 120,-

Anmeldung erforderlich

**Kunstraum: Zeichenkurs**

Realistisches Zeichnen

In diesem Kurs begeben wir uns auf eine unterhaltsame und interaktive Reise durch die Welt des Zeichnens. Schritt für Schritt erlernen Sie die 5 Grundkenntnisse des realistischen Zeichnens. Sie gewinnen mehr Selbstvertrauen in Ihre Fähigkeiten, vertiefen Ihre künstlerische Wahrnehmung und sehen infolge dessen die Welt mit frischem Blick: 1. Konturzeichnung; 2. Negativer Raum; 3. Proportionen und Perspektive; 4. Licht und Schatten; 5. Die Gestalt

ab Di. 21. 01. 25
5 Termine

Zeit: jeweils 18:30 - 21:30 Uhr
Leitung: Aneta Anzengruber
Kosten: Gesamtreihe: € 168,-
inkl. Material
Einzelkurse: € 36,- inkl. Material

Anmeldung erforderlich

**Drahtkörbe flechten**

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

Sa. 25. 01. 25

Zeit: 09:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Sylvia Graf
Kosten: € 48,- zuzüglich Materialkosten (ca. € 10,- bis € 15,- direkt vor Ort zu bezahlen)

Anmeldung erforderlich

**Färben mit brillanter Farbwirkung**

Stoffe und Kleidung lassen Träume wahr werden

In diesem Kurs sind wir alle Alice in unserem Wunderland. Es gibt nichts, das wir nicht erträumen könnten, farbenfroh, bunt und fast ohne Grenzen. Der persönlichen Kreativität Ausdruck verleihen, ohne richtig oder falsch. Wir werden im Sinne der Nachhaltigkeit altes Leinen, Damastbettwäsche, etc. einfärben, eine leicht zu erlernende Kaltfärbetechnik kennen lernen, das Färben von Stoffen als meditativen und spielerischen Prozess erleben, belohnt werden mit einer Fülle individuell eingefärbter Stoffe.

Sa. 08. 03. 25

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr
Leitung: Gerlinde Merl
Kosten: € 52,- (exkl. Materialkosten € 20,- in bar)

Anmeldung erforderlich



Gesundheit

Western Line Dance

Line Dance heißt zunächst einmal Tanzen nach allen möglichen Rhythmen, welche man auch vom Tanzen aus der Tanzschule kennt, wie Foxtrott, Walzer, Cha-Cha, Rumba, Boogie-Woogie, Twist und auch nach vielen rockigen Klängen. Anders ist jedoch die Art des Tanzens. Beim Line Dance gibt es keine Paare, jeder tanzt für sich in einer Formation. Eine vorher festgelegte Folge von Schritten, welche sich immer wiederholen. Manchmal werden Sie alle in die gleiche Richtung schauen, es gibt aber auch Contra Lines oder Tänze im Kreis.

ab Mo. 09. 09. 24
10 Abende

Anfänger:innen:
17:00 - 18:15 Uhr
Leicht Fortgeschrittene:
18:30 - 19:45 Uhr
Fortgeschrittene:
20:00 - 21:15 Uhr
Leitung: Herbert Habiger
Kosten: € 90,-

Anmeldung erforderlich

**Sensory Awareness**

Bewusstes Spüren

Das bewusste Spüren ist ein konkreter Zugang zu Bewusstsein. Es ist untrüglich, unverfälscht und immer eine Auskunft, die aus der Beziehung von uns selbst mit der Welt gewonnen wird. Je klarer wir wahrnehmen und dann auch „unserem Gespür“ trauen, desto eindeutiger sind unsere Entscheidungen und desto mehr Energie steht uns zur Verfügung. Durch die Arbeit alleine, mit anderen und mit verschiedenen Gegenständen, wie Steinen oder Bambusstäben erforschen wir unsere Beziehung zur Welt, sowie die Wirkung der Begegnungen darauf, wie wir im Leben stehen.

Do. 12. 09. 24 -
So. 14. 09. 24

Zeit: Do. 18:00 - Sa. 13:00 Uhr
Leitung: Christine Rainer,
Physiotherapeutin
Kosten: € 290,-

Anmeldung erforderlich

**Fit mit Yoga, Pilates & Co**

Fit in den Herbst und in und durch den Winter

Lassen Sie sich durch unterschiedliche Elemente aus Yoga, Pilates, Meridiandehnungen und Entspannungstechniken bewegen und entspannen. Aktivieren Sie damit Ihren Stoffwechsel, lösen Sie körperliche Verspannungen, erweitern Sie Ihre Bewegungsfreiheit und verbessern Sie damit auch wesentlich Ihr ganzheitliches Wohlbefinden. Für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

ab Mo. 16. 09. 24 oder
ab Mo. 11. 11. 24 oder
ab Mo. 13.01.25
jeweils 6 Abende

Zeit: je 18:00 - 19:00 Uhr
Leitung: Gabriele Gadermaier
Kosten: € 84,-

Anmeldung erforderlich



Der Mund ist zum Essen da...die Nase zum Atmen!

Wie Atmen durch die Nase deine Gesundheit unterstützen kann

Wir tun es ca. 23.000x pro Tag - ATMEN! Das Thema Atmen hat einen wesentlichen Einfluss auf unseren körperlichen, mentalen und emotionalen Gesundheitszustand, sowie unser Immunsystem. Die meisten Menschen atmen „falsch“, das „richtige“ Atmen soll fast ausschließlich durch die Nase geschehen. Dieser Vortrag geht darauf ein, was eine funktionale Atmung bedeutet und wie wir raus aus der Kurzatmigkeit, rein in eine entspannte Atmung gelangen. Darüber hinaus sprechen wir auch noch über andere Atmungspraktiken, welche auf die emotionale Ebene einwirken.

Mi. 18. 09. 24**Zeit:** 19:00 - 20:15 Uhr**Leitung:**Mag^a Katharina Thalhammer**Kosten:** € 10,-

Anmeldung erforderlich

**Smovey**

Lebensfreude durch Bewegung mit den Smovey Ringen

Smovey Training ist ein koordinatives Ganzkörpertraining für jede Altersklasse. Dabei werden während der Bewegung mit den Schwungringen Oberflächen- und Tiefenmuskulatur aktiviert, der Stoffwechsel gefördert und Lymph-, Immunsystem sowie die Faszien und das Bindegewebe unterstützt. Verspannungen lösen sich, und es macht Spaß – für glückliche Zellen und Wohlbefinden.“

ab Do. 19. 09. 24**ab Do. 14.11.24**

jeweils 5 Abende

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr**Leitung:** Manuela Graml**Kosten:** € 75,-

Anmeldung erforderlich

**Yoga in der Wildnis**

Der Lebensraum Wald bietet uns optimale Bedingungen, um uns auf das Wesentliche in unserem Leben zu besinnen. Die Einfachheit der Natur lässt uns die eigenen Bedürfnisse klarer wahrnehmen. Raus aus der Hektik des Alltags erfahren wir stauend und spielerisch die Ordnung der Natur. Das unterstützt uns nachhaltig dabei, uns selber neu zu ordnen.

Yogaasanas (körperliche Übungen), Atemübungen und Coachingtechniken werden die Stille in uns direkt erlebbar machen. Elemente aus Waldpädagogik und Waldbaden lehren uns, was uns nachhaltig stärkt und resilienter im Alltag macht.

Fr. 20. 09. 24 -**So. 22. 09. 24****Zeit:** Fr 16:00 - So 13:00 Uhr**Leitung:** Daniela Lichtman-negger, Ursula Pointinger**Kosten:** € 160,-

Anmeldung erforderlich

**Wirbelsäulengymnastik**

Für alle, die ihren Körper gesund erhalten möchten.

Gesundheit und Vitalität sind eng verbunden mit der Möglichkeit sich zu bewegen. Gymnastik fördert den ganzen Menschen: Gesundheit, Wohlbefinden, Haltung, Körperbewusstsein. Eine regelmäßige, maßvolle körperliche Beanspruchung ist in jedem Alter für die Gesundheit erforderlich.

ab Di. 24. 09. 24 oder**ab Di. 05. 11. 24 oder****ab Di. 07. 01.25**

6 Termine

Zeit: je 09:00 - 10:00 Uhr**Leitung:** Linda Leitner, Physiotherapeutin**Kosten:** € 70,-

Anmeldung erforderlich

**Zumba Gold am Vormittag**

Für Anfänger:innen und aktive ältere Erwachsene

Zumba Gold ermöglicht einen langsamen Fitness-Aufbau und ist trotz derselben mitreißenden Musik wie normales Zumba von geringerer Intensität. Es ist daher auch für ältere oder untrainierte Personen durchführbar. Zumba Gold erhöht die Lebensqualität und trägt zum Erhalt der Aktivität im täglichen Leben bei. Außerdem bringt es eine Menge Spaß und garantiert mehr Lebensfreude.

ab Mi. 25. 09. 24

10 Termine

Zeit: je 09:00 - 10:00 Uhr**Leitung:** Miriam Hackl, Physiotherapeutin**Kosten:** € 90,-

Anmeldung erforderlich

**Zumba für alle**

Ein komplettes Workout, das Aerobik mit lateinamerikanischen Tänzen kombiniert. Egal wie alt Sie sind, Sie trainieren ihre Ausdauer. Jedes Mal, wenn Sie aus dem Kurs kommen, sprühen Sie nur so vor Energie und fühlen sich einfach toll!

ab Mi. 25. 09. 24

10 Termine

Zeit: je 17:45 - 18:45 Uhr**Leitung:** Miriam Hackl, Physiotherapeutin**Kosten:** € 90,-

Anmeldung erforderlich

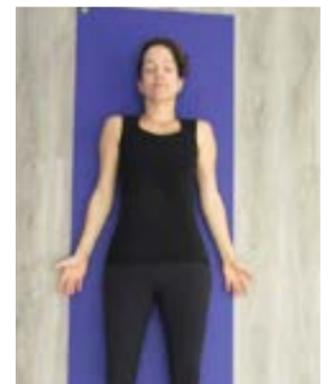
**Offene Beambreath® Atemsession**

Mit bewusster Atmung zu innerer Freiheit gelangen

Idealerweise tut man es tausende Male am Tag - ATMEN - jedoch meist unbewusst und selbstverständlich. Bei einer Beambreath® Session atmen Sie aktiv ohne Pause tief in Bauch und Brust ein und lassen danach den Atem ganz sanft wieder rausfließen. Somit begeben Sie sich mit jedem bewussten Atemzug tiefer in Ihre persönliche emotionale Welt. Blockaden, negative Erinnerungen oder hindernde Glaubenssätze können so mit Leichtigkeit entkoppelt werden, während Ihr ganzer Körper auf diese Atemtechnik reagiert und Sie sich von der Musik und der Begleitung getragen fühlen.

Mi. 25. 09. 24**Mi. 13. 11. 24****Mi. 15. 01. 25****Zeit:** je 19:00 - 20:15 Uhr**Leitung:**Mag^a Katharina Thalhammer**Kosten:** € 22,- pro Abend

Anmeldung erforderlich

**Trainiere Dein Hirn, bleib fit in der Birn'!**

Menschen aller Altersgruppen aufgepasst! Ist Ihnen schon mal der Name einer bekannten Person entfallen? Oder haben Sie im Geschäft vergessen, was Sie eigentlich kaufen wollten? So geht es vielen Menschen. Unser Gehirn schrumpft bereits ab dem 20. Lebensjahr! Das ist die schlechte Nachricht. Die gute ist, dass man das Gedächtnis gezielt trainieren kann. In einem kurzen Theorieteil erfahren Sie, wie Information im Gehirn ankommt und Sie lernen eine Merktechnik kennen. Je früher Jung und Alt das Gedächtnis trainieren, umso besser die Chancen, geistig fit zu bleiben und Demenz vorzubeugen.

Do. 26. 09. 24

Vortrag

Zeit: 18:00 - 20:00 Uhr**Leitung:** Burgholzer Monika, Logopädin und Gedächtnis-trainerin**Kosten:** € 10,-

Anmeldung erforderlich



mb marketing

Intuitives Bogenschießen für Frauen

Entdecke die Power in dir

Intuitives Bogenschießen entstresst, steigert Ihr Selbstbewusstsein, richtet Sie auf, macht unglaublich viel Spaß! Sie erwartet eine Einführung in die Grundtechnik des Bogenschießens, eine anregende Zeit in der Natur, und eine kraftvolle Zeit mit sich selbst. Bogenschießen bringt Körper und Geist in Einklang, denn jeder Schuss beginnt bei Ihnen, mit Ihrer Präsenz und Aufrichtung. Erleben Sie, wie sich Frieden und Klarheit in Ihnen einstellt wenn Sie ganz bei sich sind. Eine Körpererfahrung, die Sie auch im Alltag stärkt und unterstützt.

Fr. 27. 09. 24

Zeit: 15:30 - 18:30 Uhr
Leitung: Sabine Mader, Erlebnis- und Naturpädagogin
Kosten: € 60,-
 + € 10,- Leihgebühr für Ausrüstung

Anmeldung erforderlich



©Renata Eisen-Schatz

Atmung - Bewegung - Natur

Tai Ji -Zen

Tai Ji-Zen ist eine uralte Übungspraxis, mit dem Ziel der Entspannung für Körper, Geist und Seele. Atmung und Bewegung stehen im Focus der gemeinsamen Übung. Anfänger:innen und Fortgeschrittene üben und praktizieren der Tradition folgend, gemeinsam. Teilnahme an einzelnen Stunden möglich.

ab Di. 01. 10. 24
 ab Di. 05. 11. 24
 ab Di. 03. 12. 24
 ab Di. 07. 01. 25

Zeit: je 18:45 - 20:00 Uhr
Leitung: Christoph Wiesner
Kosten: € 14,- je Abend
 € 50,- | 4er Block
 € 40,- | 3er Block (Dezember)

Anmeldung erforderlich



Lachyoga

Lachen ohne Grund

Sind Sie bereit, dem Alltagsstress den Rücken zu kehren und ein bisschen mehr Freude in Ihr Leben zu bringen? Dann sind Sie hier richtig! Lassen Sie uns gemeinsam beim Lachyoga Workshop lachen, entspannen und neue Energie tanken. Stellen Sie sich vor: Anstatt traditioneller Yoga-Posen erwartet Sie ein Raum voller Lachen und positiver Vibes. Klingt das verlockend? Sind Sie dabei? Schnappen Sie sich Ihre Lachbrille und sind Sie Teil dieser einzigartigen Erfahrung!

ab Mo. 07. 10. 24
 4 Vormittage

Zeit: je 9:00 - 10:00 Uhr
Leitung: Carola Gietl
Kosten: € 15,- je Termin
 € 60,- Gesamtreihe

Anmeldung erforderlich



Körperbewusstseinstaining

Sanftes Bewegen mit Aufmerksamkeit

Wir trainieren Achtsamkeit in Bewegung, beobachten neutral unsere inneren Vorgänge und verbessern unsere Beweglichkeit, um Anspannung im Körper zu lokalisieren und zu lösen. Der Workshop richtet sich an Menschen, die Verantwortung für ihren Körper, ihre Gedanken und Gefühle übernehmen wollen. Sie erkennen die Wechselwirkung zwischen diesen Ebenen. Zum Abschluss widmen wir uns koordinativen Spielübungen, um Lebensfreude zu verspüren und neue Herausforderungen zu meistern.

Mo. 07. 10. 24
 8 Abende

Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr
Leitung: Mag^a Julia Keindl BEd, Achtsamkeitstrainerin, Körperbewusstseinstainerin
Kosten: € 20,- je Abend
 € 140,- Gesamtreihe

Anmeldung erforderlich



Kompaktkurs Faszientraining

Schwerpunkt Bandscheibe (8.10) Schultern&Nacken (15.10)

Mobilisieren: Erfahren Sie, wie Sie Ihre Faszien geschmeidig halten und die Beweglichkeit verbessern.
 Stärken: Lernen Sie Übungen kennen, die Ihre Tiefenmuskulatur kräftigen und den Rücken stabilisieren.
 Dehnen: Dehnen Sie gezielt Ihre Muskulatur, um die Flexibilität zu erhöhen und Verletzungen vorzubeugen.
 Verspannungen lösen: Befreien Sie sich von Verspannungen und Schmerzen durch einfache und effektive Techniken. Erleben Sie einen Abend voller wertvoller Erkenntnisse und praktischer Übungen für Ihre Gesundheit und Wohlbefinden

Ganzheitlich zur Schilddrüsengesundheit

Infovortrag

Leiden Sie unter Hashimoto, Knoten oder einer Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse? Sie suchen nach Antworten, Ideen und Lösungsmöglichkeiten für Ihre Schilddrüsenerkrankungen? Erfahren Sie mehr über die Hauptauslöser und was Sie wirksam tun können, um Ihre Schilddrüse zu retten

Inhalte des Abends:

- Infos, Tipps und Erfahrungen
- Lösungswege und Praktisches

Ich freue mich darauf, Sie bei diesem Infoabend begrüßen zu dürfen!

Feldenkrais® Methode

Schmerzen lindern - Entspannung erfahren

Dr. Moshé Feldenkrais entwickelte diese Methode, um Bewegung neu zu erfahren und zu erlernen. Wahrnehmung und Achtsamkeit werden entdeckt, und dem Nervensystem werden neue Optionen geboten. So entstehen effizientere, leichtere Bewegungen und ein angenehmes Wohlfühlgefühl. Ungünstige Bewegungsmuster und Körperspannungen können erkannt und gelöst werden. Michael Kuhn begleitet Sie mit einfachen Anleitungen, um neue Optionen und Möglichkeiten zum Thema Bewegung zu entdecken: 1. Schmerzen lindern, 2. Schultern und Nacken, 3. Fitness und Flexibilität, 4. leichter bewegen, 5. Körper und Geist;

Trainiere Dein Hirn, bleib fit in der Birn'!

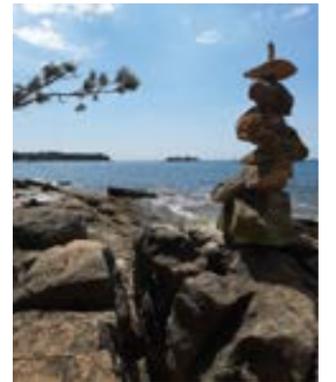
Workshopreihe

Vergessen Sie manchmal Namen? Keine Sorge, das ist normal! Unser Gehirn schrumpft ab dem 20. Lebensjahr - aber Sie können Ihr Gedächtnis trainieren. An sechs Abenden lernen Sie effiziente Übungen und Merkmuster kennen, die im Alltag und Beruf anwendbar sind. Sie werden Ihre Merkfähigkeit steigern, Ihre Konzentration verbessern, Ihre Wahrnehmung erweitern und Ihr Wissen sowie Ihre Kreativität und Ihren Sprachschatz erhöhen. Zudem entdecken und entwickeln Sie Ihre eigenen Potentiale. Je früher Sie starten, desto besser die Chancen, geistig fit zu bleiben und Demenz vorzubeugen.

Di. 08. 10. 24
 Di. 15. 10. 24

Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr
Leitung: Petra Rechberger, Physiotherapeutin
Kosten: je € 15,-

Anmeldung erforderlich



Mi. 09. 10. 24

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr
Leitung: Mathilde Eder, Diplom-Praktikerin für ganzheitliche Körperarbeit
Kosten: Eintritt frei

Anmeldung erwünscht



Sa. 12. 10. 24
 Sa. 09. 11. 24
 Sa. 14. 12. 24
 Sa. 18. 01. 25
 Sa. 22. 02. 25

Zeit: 09:00 - 13:00 Uhr
Leitung: Michael Kuhn
Kosten: je € 60,-

Anmeldung erforderlich



ab Mi. 16. 10. 24
 6 Einheiten

Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Burgholzer Monika, Logopädin und Gedächtnistrainerin
Kosten: € 70,-

Anmeldung erforderlich



mb marketing

Rund um Geburt, Familie und Elternschaft mentale Vorbereitung

Voller Kraft und Freude zu deiner Geburt

Kann eine Geburt ein stärkendes Erlebnis sein? Was können Sie zu einer selbstbestimmten Geburt beitragen?

In diesem Modul erhalten Sie viele Tipps, Übungen und einfache Werkzeuge, um Ihre Schwangerschaft und Geburt positiv zu gestalten – für eine Geburt in Freude und Leichtigkeit.

Mein Wochenbett und die ersten Wochen mit dem Baby

Ankommen im neuen Leben:

Das Wochenbett ist eine besondere Zeit, in der auch Sie als Mama „neu geboren“ werden. In diesem Modul erfahren Sie, wie Sie diese Phase gestalten können, um zu Kräften zu kommen und gut in die Familienzeit zu starten. Zudem lernen Sie die Bauchbinde-Technik Bengkung Belly Binding kennen.

Ich bekomme ein Geschwisterchen

Auch für die Geschwisterkinder ändert sich mit der Geburt eines Babys das ganze Leben. Die kleine Welt kann ganz schön aus den Fugen geraten. In diesem Modul geht es darum, wie sie ihre Kinder liebevoll begleiten und vorbereiten können, wenn ein Geschwisterchen geboren wird. Für eine starke Familie.

Eltern sein - Paar bleiben

Zwischen Windelwechseln, Wäschebergen, die Kinder versorgen und 1000 anderen Dingen bleibt oft wenig Zeit für Sie als Paar. In diesem Workshop geht es um Sie. Sie lernen die 5 Sprachen der Liebe kennen und erhalten praktische Tipps, die Sie ohne großen Zeitaufwand umsetzen können.

Sa. 12. 10. 24
Sa. 09. 11. 24
Sa. 23. 11. 24
Sa. 25. 01. 25

Zeit: 10:30 - 12:00 Uhr

Leitung: Mag. Angelika Wirth-Zauner

Psych. Beraterin in AuS,
Doula, Positiv Birth Trainerin

Kosten: € 25,- je Termin
€ 80,- für die Reihe



Anmeldung erforderlich

Contact Improvisation

zeitgenössischer Tanz und Entspannung

basiert auf einem gemeinsamen Kontaktpunkt. Den Impulsen folgend und im respektvollen Kontakt mit sich und den anderen entsteht eine sehr genussvolle nonverbale Kommunikation unter den Tänzer:innen. Es ist ein aneinander Lauschen und Zuhören. Part1 im Kontakt mit sich selbst (angeleitet)

Part2 im Kontakt mit anderen (angeleitet)

Part3 Jam (freier Tanz mit und ohne CI)

Der Workshop wird ergänzt mit Dehnungen für Tänzer:innen sowie Entspannungstechniken. Freuen sie sich auf einen genussvollen und bewegten Nachmittag!

Sa. 19. 10. 24
Sa. 08. 02.25

Zeit: 13:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Gabriele Gadermaier

Kosten: € 48,-



Anmeldung erforderlich

Die Schilddrüse ganzheitlich begleitet Workshop

Sie haben Hashimoto, Knoten, eine Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse? Diese Zustände können viele belastende Symptome verursachen. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihre Schilddrüsengesundheit positiv beeinflussen können.

Gemeinsam erarbeiten wir, bezogen auf ein Thema, Ihre Herangehensweise zur Veränderung. Sie lernen verschiedene Techniken kennen, wie Sie z.B. Hormonschwankungen manuell regulieren, die Nebennieren stärken, Stressmuster lösen, uvm.

Mi. 19. 10. 24

Zeit: 9:00 - 13:00 Uhr

Leitung: Mathilde Eder, Diplom-Praktikerin für ganzheitliche Körperarbeit

Kosten: € 75,-



Anmeldung erwünscht

Sanftes Yoga am Vormittag Für Anfänger:innen

Yoga am Vormittag für Anfänger:innen und Menschen, die ein sanftes therapeutisches Yoga suchen. Die Einheiten beinhalten meditative Körperübungen (Asanas), Atemübungen (Pranajama), Tiefenentspannung sowie geistige Grundlagen.

Der ganzheitliche Ansatz bewirkt, dass Körper, Atem und Geist positiv unterstützt werden. Geeignet auch für ältere Menschen.

ab Di. 22. 10. 24
6 Termine

Zeit: 09:00 - 10:15 Uhr

Leitung: Martina Mühlberger, ausgebildete Yogalehrerin

Kosten: € 108,-



Anmeldung erforderlich

Zyklus.Wissen.Workshop

Dieser Workshop ist für Sie, wenn Sie lernen möchten, wie Sie Ihre Energien beim Sport, im Job und Alltag optimal mit Ihrem Zyklus vereinbaren können. Sie die Pille absetzen und verstehen möchten, wie Ihr Körper ohne künstliche Hormone funktioniert. Sie einen leichteren Umgang mit Ihren Menstruationsschmerzen finden möchten. Sie das Wissen über den weiblichen Zyklus an Ihre Tochter oder Nichte weitergeben wollen.

Di. 29. 10. 24

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Angela Kaser

Kosten: € 50,-

www.womanity.at



Anmeldung erforderlich

Säure-Basen-Balance

basisches heilsames Essen und mentales Zieltraining

- Entschlacken

- bewusster Essen

- dein Wunschgewicht erreichen

Die 3-wöchige Heilentschlackungskur durch Säure-Basen-Balance, ist ein Jungbrunnen für Körper, Geist und Seele. Kombiniert mit mentalen zielorientiertes Training aus der Hypnose. Du erhältst eine eigene Kursmappe mit Informationen zur basischen Ernährung, Rezepten, Kostproben. Auf Wunsch, um länger dran zu bleiben, ist im Anschluss an das Seminar persönliche Begleitung möglich. Einzeln oder in Kleingruppen.

Mi. 06. 11. 24
Mi. 13. 11. 24
Mi. 20. 11. 24

Zeit: jeweils 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Margit Trattner, Dipl. Vorsorge und Ernährungstrainerin & Hypnosetrainerin

Kosten: € 110,-

www.bewusst-leichter-leben.at



Anmeldung erforderlich

Energetische Übungen zur Stärkung der Blase

Egal in welchem Alter wir sind und egal wo wir stehen, Blasen-schwäche ist vor allem bei uns Frauen eine weitverbreitete Last. Sind sie bereit mit mir dieses Tabuthema zu sprengen, denn Sie sind nicht allein und Sie dürfen hier das Schamgefühl ablegen, um sich neuen Möglichkeiten zu öffnen. In diesem Kurs werden wir durch gezielte Übungen ihre Blase stärken und somit die natürliche Funktion ihres Körpers wieder herstellen. Er bietet ihnen Hilfe zur Selbsthilfe. Erlauben sie sich wieder neue Leichtigkeit, ich freue mich über ihr Kommen.

Do. 07. 11. 24 und
Do. 14. 11. 24

Zeit: je 18:30 - 20:30 Uhr

Leitung: Lisa Adlmannseder

Kosten: € 40,-



Anmeldung erforderlich

Ayur-Veda Kochkurs

Die genussvolle Ayurveda-Küche leicht gemacht

-Grundlagen der ayurvedischen Kochkunst und Gewürzkunde
Taucht ein in die Welt der ayurvedischen Küche und lernst die Geheimnisse der Gewürze kennen.
-Currys, Chutneys, Reis und Dahl Gerichte: Bereitet gemeinsam klassische und köstliche ayurvedische Gerichte zu.
-Farbenfrohes Ayurveda-Menü: Kreiert ein buntes und gesundes Menü, das nicht nur den Gaumen erfreut, sondern auch das Auge. Wir freuen uns auf einen genussvollen Abend mit ihnen und viele kulinarische Highlights!

Fr. 08. 11. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Markus Hatheier, Heilpraktiker und Ayur-Veda Therapeut
Kosten: € 50,-

Anmeldung erforderlich

**Stress lass' nach**

Wie gesunde Atmung ihre ganze Gesundheit beeinflusst

Idealerweise tun wir es 15x in der Minute, 900x in der Stunde und ca. 20.000x pro Tag - ATMEN! Das Thema Atmen hat einen nicht zu verachtenden Einfluss auf unser Gefühlsleben, sowie unseren mentalen und körperlichen Gesundheitszustand, als auch unser Immunsystem. Die Konzentration auf unsere Atmung schafft Ruhe und Gelassenheit und führt zu einer selbstwirksamen Stressregulation. Der Workshop startet mit einer Einführung in das Thema Stress und Atmung und lebt durch praktische Übungen und das Erfahren „bewusster Atmung“ & Entspannung. Raus aus der Kurzatmigkeit - rein in die Achtsamkeit!

Fr. 15. 11. 24

Zeit: 16:00 - 19:00 Uhr
Leitung: Mag^a Katharina Thalhammer
Kosten: € 49,-

Anmeldung erforderlich

**Ayur-Veda**

Praxistag

Ayur-Veda, die Wissenschaft vom langen Leben, gilt als das älteste und umfassendste Gesundheitssystem der Welt. In diesem Seminar lernen Sie die Grundlagen des Ayur-Veda kennen und erhalten viele praktische Tipps für Ihre Gesundheit und Ihr ganzheitliches Wohlbefinden.
- Ursprung und Ziel der ayurvedischen Medizin
- Konstitutionstypen des Ayur-Veda
- Leben im Rhythmus der Natur, -Tages- und jahreszeitliche Empfehlungen und Anleitung zur ayurved. Selbstmassage,
- Ernährungsempfehlungen

Sa. 23. 11. 24

Zeit: 9:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Markus Hatheier, Heilpraktiker und Ayur-Veda Therapeut
Kosten: € 98,-

Anmeldung erforderlich

**f r e i t a n z e n**

Tanzworkshop

Freies Tanzen lässt dich schnell Körper, Geist und Seele als Einheit erleben, entfacht lustvoll Lebensfreude und bringt dich ganz schnell mit dir selbst und deiner eigenen Lebendigkeit in Kontakt. Inspirieren lassen wir uns von lauter, leiser, wilder und zarter Musik quer durch Raum und Zeit. Wir erforschen unterschiedliche Bewegungsqualitäten und Möglichkeiten. Wippen, Trippeln, Schwingen, Schütteln und Fegen. Stress kann man wegtanzen durch rhythmische Bewegungen zu Musik. Tanzen reduziert das Stresshormon Cortisol und aktiviert die Glückshormone Serotonin und Dopamin.

Mo. 25. 11. 24**Mo. 16. 12. 24****Mo. 13. 01. 25**

Zeit: je 19:15 - 20:30 Uhr
Leitung: Gabriele Gadermaier
Kosten: € 14,- je Abend/
€ 40,- Gesamtreihe

Anmeldung erforderlich

**StressFREI**

Unsere Lebensweise fordert viel von Körper und Hormonsystemen, besonders bei Frauen im Multitasking zwischen Familie, Beruf und Beziehungen. Bei Überlastung sind Erste-Hilfe-Maßnahmen wichtig. Dieser Workshop bietet: Erkennen von Körperzeichen für überbeanspruchte Organe und Nervensystem (Fußanalytik, Organzeichen im Gesicht). Wann und wie reagieren?
Übungen zur Organbalance, Power Breaks, einfache Atem- und Entspannungstechniken, Resilienz-Training. Stressfeindliche Ernährung

Sa. 25. 01. 25

Zeit: 9:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Ulli Wurpes, Bewegungspädagogin, Fußanalytikerin
Kosten: € 130,-

www.fussschule.at

Anmeldung erforderlich

**Aktion Familienfasttag 2025**

Info Treffen

Die Info-Treffen bieten eine gute Vorbereitung für die Aktion Familienfasttag in der Pfarrgemeinde. Das Bildungsthema Klimagerechtigkeit begleitet uns auch dieses Jahr. Kolumbien wird als Projektland und die Arbeit der Frauennetze unserer Partnerinnenorganisation SERCOLDES als Modellprojekt beleuchtet. Dabei erfahren Sie viel über Frauen in Kolumbien und ihre Herausforderungen im Umweltschutz. Die Treffen bieten außerdem Austauschmöglichkeiten mit den Referentinnen und Frauen anderer Pfarrgemeinden. Ein liturgischer Abschluss sorgt für spirituelle Stärkung.

Di. 05. 02. 25

Zeit: 19:00 - 21:30 Uhr
Veranstalter: katholische Frauenbewegung
Kosten: freier Eintritt

Anmeldung erwünscht

**Kultur & Gesellschaft****Historischer Stadtrundgang**

mit Annemarie Fetz

Wollen Sie mehr über die Geschichte der Stadt Ried und die berühmte Bildhauerfamilie Schwanthaler erfahren? Dann laden wir Sie herzlich zu einem Rundgang durch die schönen Gassen und Plätze der Stadt ein. Weiters werden wir den Figurensaal und den Rathaussaal besuchen.

Treffpunkt: Volkskundehaus, Kirchenplatz 13

Sa. 05. 10. 24

Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Annemarie Fetz, ehemalige Mitarbeiterin der Kult-
abteilung und des Museums der Stadt Ried.
Kosten: € 13,-

Herzlich willkommen!

**TEXTSALAT¹²**

Lesung: Geschichten frisch aus der Schreibwerkstatt

Es lesen: Theresa Batori, Christoph Kleemayr, Hildegard Lindlbauer, Veronika Maier, Juditz Pitzer, Eva Rathmayr, Judith Rachbauer, Maja Rüß und Birgit Stangel

LuiLo begleitet musikalisch - das sind:
Luisa Knoglinger (Hackbrett), Lorena Ammerer (Gitarre)

Für das leibliche Wohl ist gesorgt!

Fr. 08. 11. 24

Zeit: 19:00 Uhr
Leitung: Judith Rachbauer, Theresa Batori
Kosten: freiwillige Spende

Anmeldung erwünscht



Kultur & Gesellschaft

Das Kriminaldinner®

Der Kitzel für Nerven & Gaumen

Blutmond (bayerisch)

Die wunderschöne Nacht des Blutmonds wird gestört von einem kaltblütigen Mord. Eine junge Frau wird ermordet. Der Grund: Sie soll eine Hexe gewesen sein. Begeben Sie sich in die spannende Welt der Hexenverfolgung und decken Sie verwickelte Mordmotive auf.

Vorverkauf: Tel. 07743 - 20 318 (abends), oder online unter www.das-kriminal-dinner.at, Einlass ab 18:30 Uhr

Fr. 13. 09. 24

Sa. 14. 09. 24

Zeit: Beginn 19:00 Uhr

Veranstalter: Kath. Bildungswerk St. Johann

Ort: Liftlokal, St. Johann am Walde

Kosten: ab 79,90€ pro Person (inkl. Gänge-Menü)

Anmeldung erforderlich



Die Sprachen des Dschungels

Ein Jahr als Sprachforscher in Neuguinea

Neuguinea ist Heimat der größten Vielfalt an Sprachen und Kulturen weltweit. Auf dieser Insel im Südpazifik finden sich rund 800 Sprachen. Viele davon sind jedoch bedroht, denn die Globalisierung schreitet auch in diesem Teil der Erde voran. Alexander Zahrer hat als Sprachforscher ein Jahr bei indigenen Völkern gelebt und berichtet über seine Erfahrungen. Im Gepäck hat er eine einzigartige Sammlung an Tondokumenten aus dem Regenwald Neuguineas.

Fr. 20. 09. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Dr. Alexander Zahrer

Kosten: freiwillige Spende

Herzlich Willkommen!



Lesung und Musik: Dickschädels Reisen

Durch Oberösterreich mit Anton Bruckner

Für „Dickschädels Reisen“ hat Florian Sedmak von Ansfelden bis Wolfhern Nachschau in 36 oberösterreichischen Orten gehalten, die Anton Bruckner besucht oder bewohnt hat, um von der Gegenwart her Beziehungen zum schrägen Genie zu knüpfen - im Gespräch u.a. mit Donaukapitänen, Sozialarbeitern, Fußballfreunden, Geistlichen, Traumforschern und Orgelprofis. Was hat Bruckner mit Fußball zu tun? Der Autor gibt Einblick in die bemerkenswerte Entstehungsgeschichte des Buches, Bruckners Bezug zu Ried und seine exzessive Lebensweise.

Fr. 27. 09. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Florian Sedmak

Musik: Ensemble der Musikschule Ried i. I.

Kosten: € 15,- inkl. Weinausklang

Anmeldung erforderlich



Demokratie erleben

Exkursion ins Parlament

Demokratie auf Herz und Nieren prüfen! Aktuell erleben Demokratien weltweit große Herausforderungen: Populismus, Politikverdrossenheit, soziale Ungleichheit, Fake News und Hassreden. Migration, Klimawandel und Terrorismus stellen Demokratien vor neue Probleme. Dennoch schützt Demokratie Freiheit, fördert Wohlstand und ermöglicht Selbstbestimmung. Demokratie erfordert Engagement von Bürger:innen, Politiker:innen und Zivilgesellschaft. Bei einer Führung im Parlament erweitern Sie Ihr Wissen über unser politisches System und erfahren, wie Sie zu einer lebendigen Demokratie beitragen können.

Sa. 19. 10. 24

Zeit: Treffpunkt 7:40 Uhr
Bahnhof Ried i. I., Rückkehr ca. 20:00 Uhr

Leitung: Edith Aschenberger
Kosten: € 10,-
exkl. Tickets für Zug und Öffis

Anmeldung erforderlich



Frauentreff

Voller Leben den Weg gehen

Wir laden Sie herzlich ein zu gemeinsamen Vormittagen für allein lebende Frauen jeden Alters. Diese Veranstaltung bietet Ihnen die Gelegenheit, in einer freundlichen und entspannten Atmosphäre andere Frauen kennenzulernen und sich auszutauschen. Unsere Begleiterin, Frau Gertrude Wakolbinger, wird den Vormittag moderieren und für eine angenehme Gesprächsatmosphäre sorgen. Nutzen Sie die Gelegenheit, über Ihr persönliches Leben zu sprechen, Erfahrungen zu teilen und neue Kontakte zu knüpfen.

ab Mi. 23. 10. 24

5 Termine

Zeit: 10:00 - 12:00 Uhr

Leitung: Gertrude Wakolbinger

Kosten: Reihe € 20,-
Einzeltermin € 4,-

Anmeldung erforderlich



Frauen reden übers Leben

„Impulsgebender und stärkender Abend für Sie“

Von Freude und Trauer, Gesundheit und Krankheit, von Energielosigkeit und Kraft, vom Leben und Sterben, von ruhigen Phasen und dem Zauber der Veränderung - darüber erzählen drei Frauen aus ihrem Leben. Sie lassen uns teilhaben an ihren vielfältigen privaten und beruflichen Erfahrungen. Sie haben sich eingesetzt für Andere, betreut, gepflegt, getröstet, umsorgt, nach neuen Lebenswegen suchende Menschen begleitet und gestärkt. Sie haben zu sich selbst gefunden. Frau Elfie Wintersteiger umrahmt diese Veranstaltung musikalisch mit ihren Liedern.

Mi. 06. 11. 24

Zeit: 19:00 Uhr

Leitung: Annemarie Dämon, Schauspielerin und Trainerin rund um Beruf, uvm.

Kosten: Freiwillige Spende
Kooperation mit Regional Caritas

Herzlich Willkommen!



Caritas & Du



Audiovision Mongolei

Reise zu den Nomaden des Altai

In einer mehrwöchigen Wanderreise erkundete Markus Hatheier eine einmalige Urlandschaft; von weiten Wüstenlandschaften mit beeindruckenden Sanddünen und klaren Seen, hinein in abgeschiedene Täler in denen im Angesicht schneebedeckter Berge die Nomaden des Altai in ihren weißen Jurten leben!

Mi. 13. 11. 24

Zeit: 19:30 Uhr

Leitung: Markus Hatheier

Kosten: € 17,-

Anmeldung erforderlich



Das Un-denkbare-Tun & Singen wie im Himmel

Jubiläumsveranstaltung

In seiner preisgekrönten Illusionsshow liest Philipp Oberlohr Gedanken und weiß Dinge von seinem Publikum, die er unmöglich wissen kann. Klingt unheimlich? Ist es auch. Aber auch sehr unterhaltsam. Absolutes Staunen zusammen mit sehr feinem Humor und Interaktion auf Augenhöhe schaffen Erlebnisse, die in Erinnerung bleiben. Sigrid Obermüller lässt uns neue Klangräume entdecken, in denen so einiges möglich wird. Mit Mantras, Chants und herzöffnenden Liedern tauchen wir ein in die faszinierende Welt der Stimme. Lassen Sie sich überraschen, verzaubern und feiern Sie mit!

Fr. 15. 11. 24

Zeit: 19:30 Uhr
Veranstalter: Kath. Bildungswerk Kirchheim
Ort: Kirchheim im Innkreis, Dorfstraße 10
Kosten: freiwillige Spende



Herzlich Willkommen!

Weihnachtspost und Festtagsbräuche

Rituale und Brauchtum im festlichen Jahreskreis

Warum sind Rituale, Brauchtumserlebnisse und gemeinsame Einstimmung so wichtig im festlichen Jahreskreis? Vom Schmücken unseres Zuhauses, bis zum Adventkranzbinden, Nikolaussackerl, Barbarazweigen, Kletznbrotschießen, dem Ausdrücken guter Wünsche, Weihnachtspost erledigen bis zu den Heilig-Abend-Würstln und weiteren liebenswerten Schutz- und Segensbräuchen spannt sich der Bogen. Kunstvoll und sorgsam gestalten wir bei einer Tasse Tee zum Abschluss eine Weihnachtskarte und wählen die Empfänger:in mit Bedacht aus. Arbeits-Material und Karte werden beigelegt.

Mo. 09. 12. 24

Zeit: 15:00 - 17:30 Uhr
Leitung: Monika Krautgartner & Gaby Grausgruber
Kosten: € 10,-



Anmeldung erforderlich

Frech ins neue Jahr

Heitere Neujahrslesung und Ausstellungseröffnung

Der Titel, den die beiden Innviertler Dichterinnen für ihre Lesung gewählt haben, macht neugierig und zugleich Laune. Vielen Menschen scheint der dunkle Jänner ein trister Monat ohne Ende zu sein, da tun das gemeinsame Lachen und der fröhliche Ausblick auf das neue Jahr bestimmt gut! Vorstellen werden sich die Damen während der Lesung selbst, allerdings sprechen ihre gemeinsamen rund 100 Bücherveröffentlichungen ohnehin für sich!

Di. 08. 01. 25

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Monika Krautgartner & Gaby Grausgruber
Kosten: € 6,-



Anmeldung erforderlich

Der Stoff, aus dem Bestseller gemacht sind

Literaturkurs mit Prof. Mag. Otmar Wenzl

An diesen fünf Abenden wird jeweils ein Bestseller besprochen und diskutiert. Beginnend mit dem Roman von Martin Suter „Melody“. Weitere Bücher werden bei Kursanmeldung bekannt gegeben. Der Kursleiter garantiert wieder für vergnügliche und lehrreiche Kursabende.

ab Do. 09. 01. 25

5 Abende

Zeit: jeweils 19:30 - 21:30 Uhr
Leitung: Prof. Mag. Otmar Wenzl
Kosten: € 60,-



Anmeldung erforderlich

Fake News, Propaganda & Verschwörungen

Eine Expedition durch den Social Media Dschungel

Social Media und Online-Kommunikation bieten viele Chancen, aber auch Risiken wie Fake News und manipulative Narrative. Diese Informationsveranstaltung beleuchtet, wie solche Mechanismen besonders in Krisenzeiten unsere Gesellschaft beeinflussen können. Diskutiert werden aktuelle Themen wie Internetsicherheit, künstliche Intelligenz und Factchecking. Begleiten Sie uns auf einer spannenden Reise durch die Entwicklung von Social Media von WhatsApp bis Facebook. Andre Wolf von Mimikama zeigt Ihnen, wie Sie sich sicher im digitalen Raum bewegen können.

Do. 23. 01. 25

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr
Leitung: Andre Wolf, Mimikama - Verein zur Aufklärung über Internetmissbrauch
Kosten: € 15,-



Foto: ©Nadja Büchler

Anmeldung erforderlich

Mitmach-Ausstellung „LebenErleben“

Faszinierende Entdeckungsreise in die Welt vor der Geburt

Die preisgekrönte, interaktive Ausstellung „LebenErleben“ eignet sich, um Kinder und Jugendliche für das „Wunder des Werdens und Wachsens“ zu begeistern. Auch Erwachsene erhalten einen informativen und emotionalen Zugang zu ihrem Lebensbeginn. In sechs Stationen können Besucher:innen der Entwicklung eines Kindes von seinem Entstehen bis zur Geburt nahspüren. Objekte zum Tasten, Riechen, Begreifen und Verstehen eröffnen spannende Einsichten. Anmeldung und Infos unter: <https://www.dioezese-linz.at/institution/8073>; aktion.leben@dioezese-linz.at;

Mo. 10. 02. 25 bis Fr. 14. 02. 25

Zeit: Mo. - Do. 09:00 - 17:00 Uhr; Fr. 09:00 - 12:00 Uhr
Leitung: Ingrid Koller
Kosten: € 8,-



Anmeldung erforderlich

Überraschungskino

für Frauen

Es erwartet Sie ein besonderer Filmabend speziell für Frauen. Lassen Sie sich ein auf dieses Experiment. Gemeinsam werden wir einen entspannten und unterhaltsamen Abend verbringen. Im Anschluss gibt es noch die Möglichkeit einen Blick in die spannende interaktive Ausstellung „LebenErleben“ – das Wunder des Werdens und Wachsens zu werfen.

Di. 11. 02. 25

Zeit: 19:00 - 22:00 Uhr
Leitung: Helene Geßwagner
Kosten: freiwillige Spende



Anmeldung erwünscht

Literaturjausn

Essen, zuahean und si g'frein

Tauchen Sie ein in einen Abend voller Gemütlichkeit, sowie kultureller und kulinarischer Genüsse! Erleben Sie die kraftvollen und bewegenden Vertonungen und Texte der beiden Innviertler Mundartdichter Franz Stelzhammer und Hans Schatzdorfer, vorgetragen von Markus Edtbauer, Clemens Roßboth und Stefan Kastner. Durch eine schmackhafte Jaus'n wird es ein Abend voll Genuss und entspannter Unterhaltung!

Fr. 28. 02. 25

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr
Gestaltung: Dickschädlat zu Dritt mit Markus Edtbauer, Clemens Roßboth, Stefan Kastner
Kosten: € 28,- inkl. Brettl-Jaus'n exkl. Getränke



Anmeldung erforderlich

Pädagogik

Franz-Kett-Pädagogik GSEB: Tageskurs

„Ich bin da, das ist wunderbar!“

Ankommen in einer Gruppe, Geburtstag feiern, den Herbst begrüßen und auf Allerheiligen schauen“
In vier Anschauungen wollen wir an diesem Seminartag aus der Fülle der Franz-Kett-Pädagogik GSEB schöpfen, einander achtsam begegnen und das Leben im Empfangen, Geben, Danke und Teilen feiern.

Sa. 07. 09. 24

Zeit: 9:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Petra Ostermann,
Kursleiterin der Franz-Kett-
Pädagogik GSEB
Kosten: € 85,-

Anmeldung erforderlich



Hengstenberg

Kinder-Bewegungsgruppen

Die Arbeit nach Elfriede Hengstenberg fördert Vertrauen in die eigene Geschicklichkeit, kreative Bewegungsmöglichkeiten und gelassenes Ausprobieren. In der vorbereiteten Umgebung finden die Kinder Spiel- und Bewegungsmaterial, das zum Probieren und Experimentieren einlädt. Dadurch werden alle Grundformen der Bewegung angesprochen, und die Kinder lernen mit wackeligem Untergrund und dem Fallen umzugehen. Ihre Koordination und Konzentration entwickeln sich, und sie lernen, sich in der Bewegung Zeit zu lassen und einzuschätzen, was sie sich zutrauen.

ab Do. 19. 09. 24

7 Termine

Zeit:
Gruppe 1 4-6 Jahre
14:30 - 15:45 Uhr
Gruppe 2 7-10 Jahre
16:00 - 17:15 Uhr
Leitung: Helene Hauser
Kosten: € 112,-

Anmeldung erforderlich



kym® von Anfang an

Kybernetische Methode nach Hariolf Dreher®

Anhand zahlreicher Beispiele der praktischen Umsetzung werden in diesem Seminar die Einsatzmöglichkeiten der kym® aufgezeigt und ausprobiert. Ausgangspunkt ist - von Anfang an - die Förderung des allgemeinen Bewegungsgeschickes und der Körperwahrnehmung, wodurch zentrale Bereiche des Gehirns trainiert werden. Dies sind die wichtigen Basisfähigkeiten für das spätere schulische Lernen. Viel Wert legen wir auch auf praktische Anregungen, die Sie direkt im Alltag umsetzen können.

Fr. 20. 09. 24

Zeit: 9:00 - 16:30 Uhr
Leitung: Madeleine Wehner,
Pädagogin, kym® - Trainerin
Kosten: € 128,- inkl. Skripten

Anmeldung erforderlich



kym® im Kindergarten und der Vorschule - Lehrgang

Kybernetische Methode nach Hariolf Dreher®

In den kym® Seminaren erlernen Sie die theoretischen und praktischen Inhalte, können diese anschließend sofort umsetzen oder vertiefen bereits Erlerntes. Die bewusste Sprachwahrnehmung ist die zentrale Schlüsselkompetenz für einen erfolgreichen schulischen Lernprozess im Lesen und Schreiben. Die Erfahrungen mit Kindern nicht-deutscher Muttersprache stimmen zuversichtlich.

Für Kindergartenpädagog:innen sowie Tageseltern, Lehrer:innen, Therapeut:innen und interessierte Eltern/Großeltern.

ab Sa. 21. 09. 24

Zeit: Sa, 9.00 - So, 16.30 Uhr
Leitung: Karin Frye-Hausberger
Kosten: € 590,-

Modul 1:
Sa. 21.- So. 22. 09. 24

Modul 2:
Sa. 12.- So. 13. 10. 24

WÜV Tag: Sa. 16. 11. 24

Anmeldung erforderlich



Grammatiklernen mit den Symbolen von EuroGrammar

und durch die kybernetische Methode nach Hariolf Dreher®

Das Seminar eignet sich für alle Erwachsenen oder Schüler*innen ab der 2. Schulstufe, die Interesse an Grammatik und Grammatik-Didaktik haben. In zwei Wochenendblöcken wird die Vermittlung grammatischer Grundkenntnisse Schritt für Schritt erarbeitet. Durch die Symbolik EuroGrammar wird die Grammatik in Satzglieder und Wortarten dargestellt. Dieser anschauliche und übersichtliche Zugang zu den abstrakten Begriffen der Grammatik erleichtert das Verständnis erheblich. Der Umgang mit dieser Symbolik wird anhand zahlreicher Satzbaupläne der deutschen Sprache intensiv geübt.

Sa. 05. 10. 24 - So. 06. 10. 24

Sa. 09. 11. 24 - So. 10. 11. 24

Zeit: je Sa. 9.00 - So. 16.30 Uhr
Leitung: Karin Frye-Hausberger

Kosten: € 472,- inkl. Materialmappe (€ 80,-)
Schüler:innen und Wiederholer:innen erhalten 50% Ermäßigung.

Anmeldung erforderlich



Das hochsensitive Kind

Basisworkshop

Haben Sie ein Kind, das besonders empfindlich auf Lärm, Licht oder Gerüche reagiert? Schnell von äußeren Reizen überwältigt wird? Manchmal in Tagträumerei versinkt? Starke emotionale Reaktionen zeigt? Wert auf exakte Kleidung und Essensarrangements legt? Schwierigkeiten mit spontanen Veränderungen im Tagesablauf hat? Wenn dies auf ihr Kind zutrifft, lade ich Sie ein, das Thema Hochsensitivität/Hochsensibilität näher zu betrachten. Sie erhalten ein Basiswissen zum Thema „Hochsensibilität/Hochsensitivität“ mit Schwerpunkt Kinder und Jugendliche und entwickeln ein bewussteres Verständnis für diesen Wesenszug.

Di. 22. 10. 24

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr
Leitung: DSA Monika Gumpoltsberger
Kosten: € 4,-
(Elternpaare mit Familienkarte bezahlen nur einmal)

Anmeldung erforderlich



Einführung in die Motopädagogik

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Motopädagogik! In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen des Konzepts kennen und erfahren, wie Sie Bewegungsangebote für Kinder in Kindergarten- und Kleinkindgruppen ganzheitlich gestalten können. Der Kurs beinhaltet eine Einführung in die Motopädagogik sowie die ganzheitliche Bewegungsförderung für Kinder. Darüber hinaus erhalten Sie praxisnahe Ideen und Anregungen für den Alltag. Dieser Kurs richtet sich an Erzieher:innen, Pädagog:innen und alle, die Kinder in ihrer motorischen und kognitiven Entwicklung unterstützen möchten.

DO. 07. 11. 24

Zeit: Do. 15.00 - So, 20.00 Uhr
Leitung: Thomas Schätz MA,
Kindergartenpädagogin, Psychomotoriker, Hakomi-Therapeut
Kosten: € 98,-

Anmeldung erforderlich



(c) Image by valeo

Franz-Kett-Pädagogik GSEB: Tageskurs

„Zeit des Wartens - Zeit des Hoffens, Zeit der Stille - Zeit des Lichts“

Einen Adventkranz gestalten, die Tiere im Stall erleben, miteinander still werden und das Weihnachtsgeheimnis im großen Stern entdecken
In vier Anschauungen wollen wir an diesem Seminartag aus der Fülle der Franz-Kett-Pädagogik GSEB schöpfen, einander achtsam begegnen und die Adventzeit bewusst erleben, gestalten und feiern.

Sa. 09. 11. 24

Zeit: 9:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Petra Ostermann, Kursleiterin der Franz-Kett-Pädagogik GSEB
Kosten: € 85,-

Anmeldung erforderlich



Family by Design

Mit HUMAN DESIGN den Familienalltag meistern

Den Familienalltag und das Lernen bewusster und entspannter gestalten: Human Design nutzt altes Wissen für den modernen Familienalltag. Der Vortrag ist genau richtig für Sie, wenn Sie sich für Human Design interessieren und Sie den Nutzen für Sie und ihre Lieben erfahren möchten. „Human Design ist eigentlich für unsere Kinder, bevor sie konditioniert werden.“ Ra Uru Hu

Di. 12. 11. 24

Zeit: Di, 19.00 - 20.30 Uhr
Leitung: Anita Fürtbauer, systemischer Coach, Lebens-& Sozialberaterin, Achtsamkeitstrainerin
Kosten: € 10,-

Anmeldung erforderlich



Das hochsensitive Kind

in den unterschiedlichen Entwicklungsstufen

Hochsensitive Kinder haben in verschiedenen Entwicklungsstufen spezifische Bedürfnisse. In der Familie zeigen sie altersgemäße Besonderheiten: Ein Kind kann introvertiert und zurückhaltend sein, ein anderes gefühlsbetont und wütend auf Reize reagieren. Dieser Workshop zeigt, wie Sie hochsensitive Kinder in jedem Entwicklungsstadium gut verstehen, begleiten und stärken können. Wir erläutern die vier Formen der Selbstachtung nach Elaine N. Aron und bieten praktische, altersgerechte Alltagsübungen. Es gibt auch Raum für Erfahrungsaustausch und Diskussion.

Di. 26. 11. 24

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr
Leitung: DSA Monika Gumpoltsberger
Kosten: € 4,- (Elternpaare mit Familienkarte bezahlen nur einmal)

Anmeldung erforderlich



(c) Image by Freepik

Ist mein Kind hochsensitiv?

Oder steckt was anderes dahinter?

Das hochsensitive Kind wird manchmal mit Entwicklungsstörungen oder Begabungen wie sensorische Integrationsstörung, autistische Verhaltensweisen, ADHS oder Hochbegabung verwechselt. Diese Zustände schließen sich nicht aus und haben Überschneidungen. Im Workshop werden wir die Unterscheidungsmerkmale herausarbeiten, um bessere Abgrenzungen zu erkennen. Es werden Tipps für den Umgang im „Zweifelsfall“ gegeben und es besteht die Möglichkeit, Erfahrungen und Ideen auszutauschen.

Di. 17. 12. 24

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr
Leitung: DSA Monika Gumpoltsberger
Kosten: € 4,- (Elternpaare mit Familienkarte bezahlen nur einmal)

Anmeldung erforderlich



Das hochsensitive Kind fordert uns

Hochsensitive Kinder und deren Temperament können für Erwachsene fordernd sein, besonders für Eltern und Betreuer. Der richtige Umgang kann die gemeinsame Zeit entspannen, indem Räume, Rituale, Tagesabläufe und Entspannungsübungen angepasst werden. Im Workshop beleuchten wir unsere Haltung zur Hochsensitivität und teilen Tipps für Eltern und Pädagog:innen. Für hochsensitive Erwachsene ist gesundes Selbstmanagement wichtig, und wir tauschen Erfahrungen und Strategien aus.

Di. 14. 01. 25

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr
Leitung: DSA Monika Gumpoltsberger
Kosten: € 4,- (Elternpaare mit Familienkarte bezahlen nur einmal)

Anmeldung erforderlich



Erziehung so ein Theater

„Nein sagen“

Ja, nein, vielleicht,... - wie geht ein liebevolles Nein und wann ist es notwendig?
Gemeinsam finden wir Antworten!
Erleben sie Elternbildung mal auf ganz andere Weise!
Ausgehend von kleinen spielerischen Übungen zum Thema „Nein sagen“ erkunden wir, welche Möglichkeiten es gibt unsere Bedürfnisse als Eltern und die Bedürfnisse der Kinder unter einen Hut zu bringen.

Di. 21. 01. 25

Zeit: 19:00 - 21:30 Uhr
Leitung: Christine Wally-Biebl, MSc, Familien und Paarberatung, Supervision, Theaterpädagogin
Kosten: € 2,-

Anmeldung erforderlich



Intergeneratives Angebot

Kinder und Senior:innen gemeinsam aktiv

Entdecken Sie die Grundprinzipien der intergenerativen Arbeit nach dem Konzept der psychomotorischen Entwicklungsbegleitung. In diesem Bildungsprogramm erhalten Sie fundierte Einblicke in die Idee und Praxis, Kindergartenkinder und Senior:innen durch gemeinsame Aktivitäten zu verbinden. Dieses Bildungsprogramm richtet sich an Erzieher:innen, Betreuer:innen, Lehrer:innen und alle, die in der pädagogischen Arbeit mit Kindern und Senior:innen tätig sind oder Interesse daran haben, intergenerative Projekte in ihren Einrichtungen zu implementieren.

Mi. 05. 02. 25

Zeit: Mi, 16.30 - 20.00 Uhr
Leitung: Mag. Barbara Tischitz-Winklhofer, elementare Musik- und Bewegungspädagogin, Motopädagogin, Shiatsu-Praktikerin
Kosten: € 65,-

Anmeldung erforderlich



(c) Image by valeo

Franz-Kett-Pädagogik GSEB

„Märchenhafte Frühlingszeit“

Im Frühling begegnen wir dem neuen Leben. Es ist die Zeit des Aufblühens und Wachsens im Innen und im Außen. Wir wollen an diesem Seminartag aus der Fülle der Franz-Kett-Pädagogik GSEB schöpfen und dem Frühling in Märchen und Geschichten begegnen.

Sa. 15. 03. 25

Zeit: 9:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Petra Ostermann, Kursleiterin der Franz-Kett-Pädagogik GSEB
Kosten: € 85,-

Anmeldung erforderlich



Zappelphilipp, Angsthase, Bettnässer, Wahrnehmungsstörung „Sensorische Integration nach Ulla Kiesling“®: Lehrgang

Ulla Kiesling entwickelte in Deutschland, zunächst in enger Zusammenarbeit mit der über Europa hinaus bekannten und referierenden Kinderneurologin Dr. Inge Flehmig (damals Leiterin und Begründerin des größten Sozial Pädiatrischen Zentrums Deutschlands in Hamburg), ihren eigenen therapeutischen Zugang zu Kindern, „die anders sind“. In der Therapie oder Pädagogik angewandten „Sensorische Integration im Dialog“ nach Ulla Kiesling® findet das entwicklungsgestörte Kind individuelle Voraussetzungen, ausgehend von seinem Entwicklungsalter, zu wachsen und zu reifen. Sensorische Integration ist das Zusammenspiel aller Sinne. Ulla Kiesling versteht „Sensorische Integration im Dialog“ nicht als reine Technik, sondern mehr als Idee einer ganzheitlichen Sichtweise der Kindesentwicklung bzw. der menschlichen Entwicklung. Lebendig und lebensnah lehrt Ulla Kiesling den Teilnehmer*innen ein kompliziertes Fachgebiet; einfach und verständlich ausgedrückt mit zahlreichen Beispielen und Selbsterfahrungssequenzen. Es geht im Seminar/Lehrgang um die Themenfelder: Früherkennung von Wahrnehmungsstörungen, Zusammenhänge verstehen lernen, Anregungen zur praktischen Umsetzung, Bedeutung des Dialogs.

Das 5 Tages-Seminar ist nach Rücksprache einzeln buchbar und wird für den Gesamtlehrgang (Start 25.10.2024 Ried) angerechnet!

Fr. 25. 10. 24 - So. 24. 08. 25

Zeit: 10:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Ulla Kiesling, Hamburg und ein Team aus Professionalisten und Praktikern
Kosten: € 600 - 5-Tage (1. Block) € 3100,- Gesamtlehrgang
Förderungen über Ö-cert und Bildungskonto sind möglich!

Gesamt-Lehrgang:

1. Block: Einführung
- Fr, 25.10.24 - Di, 29.10.24
2. Block: BW Entwicklung
3. Block: Vertiefung
4. Block: Feldenkrais
5. Block: Kdg. und Schule
6. Block: Sprachentwicklung
7. Block: Tomatis Methode
8. Block: Shiatsu
9. Block: Elternarbeit
10. Block: Psychomotorik
11. Block: Abschluss

Anmeldung erforderlich



MAS Demenztrainer:innenausbildung

Die Ausbildung konzentriert sich auf die Bedürfnisse von Personen mit Demenz und ihren Angehörigen. Sie vermittelt Kenntnisse und praktische Fähigkeiten zur stadiengerechten Förderung der Selbstständigkeit und Lebensqualität von Menschen mit Demenz. MAS Demenztrainer:innen bieten retrogenetisches Training an und sind kompetente Ansprechpartner:innen für Angehörige und Betreuungspersonen.

Inhalte:

TeilnehmerInnen entwickeln eine wertschätzende Haltung gegenüber Personen mit Demenz, verstehen den Krankheitsverlauf und die Symptome, und lernen die Zuordnung zu den FAST Stadien nach Reisberg. Sie wenden die Retrogenese-theorie im Training an, gestalten stadiengerechte MAS Übungen und dokumentieren die Trainingseinheiten. Außerdem lernen sie stadiengerechte Kommunikation und den Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen, um kompetente AnsprechpartnerInnen für Betroffene und Angehörige zu sein.

Zielgruppe:

Die Ausbildung richtet sich an MitarbeiterInnen aus dem Pflege-, Sozial- und Gesundheitsbereich sowie an engagierte und kreative Menschen, die gerne mit älteren Personen arbeiten. Eine pflegerische Vorbildung ist nicht erforderlich. Teilnahme ab 18 Jahren möglich.

7 Module zu jeweils 2 Tagen (außer Modul 3 mit 3 Tagen)

Mo. 03. 02. 25 - Okt. 25

Zeit: 9:00 - 17:00 Uhr

Anmeldung:
alzheimershilfe@mas.or.at

Kosten: € 2 447,-

Termine:

- Modul 1:** 03.- 04.02.25
- Modul 2:** 03.-04.03.25
- Modul 3:** 07.- 09.04.25
- Modul 4:** 05.- 06.05.25
- Modul 5:** 02.- 03.06.25
- Modul 6:** 07.- 08.07.25
- Modul 7:** 08.- 09.09.25
- Modul 8:** in Bad Ischl



kym® im Schulalter

Kybernetische Methode nach Hariolf Dreher®

Modul 1:

Grundlagen und Rechendidaktik - Rechenschwäche vorbeugen und abhelfen

Die Teilnehmer*innen erfahren im Wechselspiel von theoretischer Fundierung und intensiver eigener sensomotorischer Erfahrung einen neuen, systematischen Weg des arithmetischen Erstunterrichts und einen Aufbau zur Abhilfe bei Rechenschwäche, der es auch Kindern mit Teilleistungsschwächen erlaubt, erfolgreich das Rechnen zu erlernen.

Modul 2:

Verbeugung und Abhilfe bei Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten

Die Teilnehmer*innen erfahren im Wechsel von Theorie und Praxis und intensiver eigener sensomotorischer Erfahrung einen neuen, systematischen Weg des Erstlese- und Rechtschreibunterrichts und einen strukturierten Aufbau zur Abhilfe bei Lese-Rechtschreibschwächen (Legasthenie), der es auch teilleistungsgestörten Kindern erlaubt, das Lesen und Schreiben zu erlernen.

Wichtig: Voraussetzung für das Modul 2 ist die Teilnahme am Modul 1 „Grundlagen und Rechendidaktik“!

Nähere Infos auch unter: www.kybernetische-methode.de

Lehrgang Achtsamkeitspraxis

Freude und Lebendigkeit durch Achtsamkeit

Mit diesem Lehrgang können Sie:

- die Kraft der Achtsamkeitspraxis und des Qi Gong erfahren
 - mit sich selbst & der göttlichen Dimension in Kontakt kommen
 - Ihr Leben in Richtung mehr Leichtigkeit & 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.

setzung in der Praxis.

Sie entdecken Ihre inneren Kraftquellen und fokussieren auf tiefere Dimensionen Ihres Lebens und sozialen Miteinanders. Ein Modul widmet sich Achtsamkeit mit Kindern. Der Lehrgang befähigt Sie, Angebote in Ihrem Berufsfeld zu entwickeln. In Ihrer Abschlussarbeit bereiten Sie eine Einheit für Ihr Tätigkeitsfeld vor, die am letzten Kurswochenende präsentiert und gemeinsam durchgeführt wird. So erhalten Sie Feedback und Sicherheit für die Praxis.

**Fr. 25. 04. 25 -
So. 12. 10. 25**

Leitung: Karin Frye-Hausberger, Leiterin des Hariolf Dreher Instituts

Kosten: € 1.298,-

Modul 1:

- Fr. 25. 04. 25, 14:00 – 18:00
- Sa. 26. 04. 25, 09:00 – 17:30
- So. 27. 04. 25, 09:00 – 16:30
- Fr. 09. 05. 25, 14:00 – 18:00
- Sa. 10. 05. 25, 09:00 – 17:30
- So. 11. 05. 25, 09:00 – 16:30

Wiederholung Übung Vertiefung:

Sa. 11.10. 25, 09:00 – 16:30

Modul 2:

- Fr. 23. 05. 25, 14:00 – 18:00
- Sa. 24. 05. 25, 09:00 – 17:30
- So. 25. 05. 25, 09:00 – 16:30
- Fr. 13. 06. 25, 14:00 – 18:00
- Sa. 14. 06. 25, 09:00 – 17:30
- So 15. 06. 25, 09:00 – 16:30

Wiederholung Übung Vertiefung:

So, 12. 10. 25, 09:00 – 17:00



**Fr. 16. 05. 25 -
So. 22. 03. 26**

Zeit: Fr 15:00 - So 13:00 Uhr

Leitung:

Dipl. Päd.in Michaela Stauder MA (Lehrgangsführung)
Dipl. Päd.in Monika Hupfer
Lehrerin für Qi Gong und achtsamkeitsorientierte Persönlichkeitsarbeit
Mag.ª Irmgard Lehner
geistliche Begleitung und Exerziten-Leitung

Kosten: €1 100,-

Nähere Infos erhalten Sie im Bildungshaus oder beim kbw

Anmeldung erforderlich



Foto: ©Michaela Stauder

Lebensorientierung

Ehevorbereitungskurs

Ehe.wir.heiraten.aktiv

Das Kompaktseminar für Paare, die kirchlich heiraten wollen. Im Tagesseminar haben Sie die Möglichkeit, sich einzeln, als Paar, in Kleingruppen und im Plenum (max. 12 Paare) unter kompetenter Anleitung mit folgenden Themen zu befassen: Kommunikation (Gespräch als Beziehungsinstrument, Umgang mit Gefühlen, Projekt Ehe) | Auseinandersetzung mit den Herkunftsfamilien | Ehe als Sakrament | Zärtlichkeit, Erotik und Sexualität | Familie werden: Gemeinsame Fruchtbarkeit und verantwortete Elternschaft | ziviles Eherecht: Ehe als Rechts- und Wirtschaftsgemeinschaft.

24. 08. **18. 01.**
21. 09. **15. 02.**
12. 10. **08. 03.**
30. 11. **29. 03.**

Zeit: 09:00 - 18:00 Uhr
Kosten: € 100,- pro Paar
1 BGS pro Paar einlösbar
www.beziehungleben.at

Anmeldung erforderlich



Miteinander auf Traktor-Wanderung

Mettmacher Traktor Wandern & Mentales Training

Schöne Plätze entdecken, den Alltag entschleunigen, eine geführte Wanderung mitmachen, Ausblicke ins idyllische Innviertel genießen – auf der Traktorrundfahrt mit Max Freyer und dem Steyr-Traktor, genannt „Rudi“ warten vielerlei Erlebnisse. Die dipl. Mentaltrainerin Eva Obwaller begleitet die Tour und bringt Ihnen Techniken zur Entspannung, zur Persönlichkeitsstärkung und für ein achtsames Miteinander näher. Abschließend besteht die Möglichkeit einer Einkehr beim Wirt z'Wimpling. Sollten Sie auf der Suche nach einer Auszeit sein und Ihre Selbstfürsorge fördern wollen, dann ist dieses Angebot genau das richtige für Sie!

Sa. 28. 09. 24
Ersatztermin: Sa. 05. 10. 24

Zeit: 9:00 - 13:00 Uhr
Leitung: Max Freyer, Eva Obwaller
Kosten: € 125,-
(exkl. Gasthaus)

Anmeldung erforderlich



ICH - in meiner vollen Kraft

Selbstfürsorge im Alltag

Die Herausforderungen des Alltages machen es uns nicht leicht gut auf uns zu schauen. Darf ich das denn überhaupt? Mich in den Mittelpunkt zu stellen?

Und überhaupt- wie soll das denn bitte funktionieren, wenn es so viel zu kümmern und erledigen gibt?!

Wie es gelingen kann, damit beschäftigen wir uns an diesem Abend gemeinsam.

Ich freue mich auf unser Kennenlernen und auf einen regen Austausch!

Do. 01. 10. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Sandra Gillesberger, Familienmentorin
Kosten: € 30,-

Anmeldung erforderlich



ICH - in meiner vollen Kraft

Glücklichsein &-Bleiben - was die Selbstliebe damit zu tun hat:

Wie sieht es aus, ihr Bild von ihnen - ihr Selbstbild? Ob wir uns sehen und wie viel wir uns wert sind, lassen wir oft andere bestimmen!

An diesem Abend begeben wir uns auf die Suche nach deinem Wert. Was hilft uns dabei uns selbst zu lieben, und was hindert uns daran?

Denn Sie selbst sind es, die den Schatz und die Liebe in sich tragen!

Do. 08. 10. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Sandra Gillesberger, Familienmentorin

Kosten: € 30,-

Anmeldung erforderlich



Gestärkt und selbstbestimmt meine Zukunft gestalten

Wo stehe ich und wo möchte ich hin?

Dieser Workshop bietet eine fantastische Gelegenheit zur Bestandsaufnahme des eigenen Lebens. Die Arbeit mit der persönlichen Timeline hilft, die eigene Geschichte zu visualisieren. Im zweiten Teil wird das persönliche Gesundheitsbild betrachtet, um vorhandene Fähigkeiten und Ressourcen zu erkennen. Werte und Glaubenssätze, werden im dritten Teil behandelt. Zum Abschluss hilft ein Aufstellungstag, den eigenen Platz im Leben zu finden und eine kraftvolle Vision von sich selbst zu spüren. Dieser Prozess der Selbstreflexion ist ein kraftvoller Schritt zu persönlichem Wachstum und Neuorientierung.

ab Do. 10. 10. 24

4 Termine

Zeit: jeweils 18:00 - 22:00 Uhr
Leitung: Thomas Lixl, Erika Lixl-Standardharteringer
Kosten: € 48,- pro Abend
Gesamtreihe € 168,-

Anmeldung erforderlich



ICH - in meiner vollen Kraft

Gesprächsabend für Dich!

An diesem dritten Abend stehst Du ganz im Mittelpunkt des Geschehens. Wir tauschen uns darüber aus, wie es ist Frau zu Sein. Wir stärken uns gegenseitig und räumen mit Vorurteilen auf. Mit kleinen Übungen vertiefen wir das Gehörte und Erfahrene, sodass unser Selbstbild und unsere Selbstliebe nicht mehr so schnell ins Wanken gerät! Ich freue mich auf Sie!

Do. 15. 10. 24

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Sandra Gillesberger, Familienmentorin
Kosten: € 30,-

Anmeldung erforderlich



Ein Koffer voll Möglichkeiten

Ein Workshop für Angehörige von Menschen mit Demenz

Viele pflegende Angehörige betreuen Personen, die an Demenz erkrankt sind. Es ist eine Herausforderung, mit dieser Krankheit umzugehen, man stößt oft an seine persönlichen Grenzen.

In diesem Workshop erfahren Sie zum einen grundlegende Informationen zur Krankheit. Zum anderen werden verschiedene Übungen vorgestellt, um den Alltag mit an Demenz erkrankten Angehörigen etwas abwechslungsreicher zu gestalten:

-Beschäftigung im Alltag -Gedächtnstraining
-Bewegungstraining

Mi. 16. 10. 24

Zeit: 15:00 - 18:00 Uhr
Leitung: Christine Gallistl
Kosten: € 15,-

Anmeldung erforderlich



Mit neuen Impulsen Ihre Zukunft gestalten

Aufstellungsabende/Aufstellungstag

Dieses Angebot bietet tiefgreifende Möglichkeiten, sich mit persönlichen Themen auseinanderzusetzen. Teilnehmende können ihre Wurzeln neu entdecken und Generationenthemen klären. An diesem Abend können Sie erkunden, wo Sie sich selbst im Weg stehen, und neue Strategien entwickeln. Konfliktbewältigung und die Suche nach Wegen, wie es weitergehen kann, sind zentrale Aspekte. Unterstützt von erfahrenen Seminarleitern und effektiven Aufstellungen werden sie in ihrer Kraft gestärkt und können alte Muster auflösen. Am Aufstellungstag nehmen wir uns noch mehr und bewusster Zeit.

Do. 17. 10. 24**Do. 05. 12. 24****Do. 06. 02. 25****Zeit: jeweils** 18:00 - 22:00 Uhr**Sa. 18. 01. 25****Zeit:** 9:00 - 17:00 Uhr**Leitung:** Thomas Lixl**Kosten:** € 95,- für Aufstellung/€ 25,- für Teilnahme

Anmeldung erforderlich

**Trauern mal anders**

Vortrag und Workshops

Diese Abende sollen helfen in Situationen der Trauer Unterstützung in Anspruch nehmen zu können. Jeder Abend - ein unterschiedlicher Zugang - und jeder Abend ist einzeln buchbar.

Vortrag: Trauer- Schritt für Schritt in Richtung Leichtigkeit
Dein Schmerz, deine Wut und Verzweiflung halten dich fest. Deine Trauer scheint unüberwindbar. In diesem Workshop erkennst du, was du für deinen nächsten Schritt brauchst.

WS 1 - Bewegt Trauern

Die Trauer überfällt einen, alles steht still. Der Körper erstarrt, die innere Balance verschwindet. Mit Bewegung und Meditation zurück zur Stabilität. In der Gruppe Gleichbetroffener gut aufgehoben sein.

WS 2: Trauern mit Musik

Musik regt an, seinen Gefühlen freien Lauf zu lassen. Laut und leise, langsam und schnell, sanft und wild. Gefühle kommen und gehen. Befreie deine Innenwelt. Verspüre die wohltuende Wirkung der Klänge.

WS 3: Kreativ Trauern - Wenn Worte nicht reichen

Wenn du von Trauer betroffen bist und dir die Worte fehlen, ist kreativ trauern das Richtige für dich. Mit Kreativität ausdrücken, wofür es keine Worte gibt. In der Gruppe Gleichbetroffener gut aufgehoben sein. Nach einem kurzen Impuls legen wir los.

ab Mi. 23. 10. 24**Vortrag:**

Termin Mi. 23. 10. 24

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr

WS 1:

Termin: Fr, 08.11.24

Zeit: 15:00 - 17:00 Uhr

WS 2:

Termin: Mi, 04.12.24

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr

WS 3:

Termin: Mi, 15.01.25

Zeit: 18:30 - 20:30 Uhr

Leitung: Anke Ullmann,

Aneta Anzengruber

Kosten:**Der Vortrag ist kostenlos**

€ 20,- pro Workshop

Anmeldung erforderlich

**Hör nie auf, in die Sterne zu blicken**

Geschichten von Hoffnung und Zuversicht

In Märchen und Geschichten verbirgt sich viel Kraft und Weisheit. An diesem Abend erzählt Marandula, die Geschichtenweberin Weisheitsgeschichten aus der ganzen Welt, zum Schmunzeln und Nachsinnen, mit entspannenden Klängen untermalt. Zum Abschluss führt eine angeleitete Körperklangreise in eine angenehme Entspannung, um den Alltag einfach mal aussen vor zu lassen. Ein Abend, der inspirieren, entspannen, berühren und unterhalten darf, und bestimmt noch lange wunderbar nachklingt ... mit Blick auf die Sterne ... ;)

Di. 12. 11. 24**Zeit:** 19:00 - 21:00 Uhr**Leitung:** Sabrina Mader**Kosten:** € 25,-www.erlebedich.at

Anmeldung erforderlich

**Mehr JA zum NEIN**

Belastungsgrenzen erkennen und meistern

Das Erkennen und Meistern von Belastungsgrenzen ist entscheidend für eine gesunde Work-Life-Balance und fördert die Gesundheit. Ein klares „Nein“ hilft, Stress zu bewältigen. Positive Stressbewältigung durch Resilienz, Copingstrategien und Psychohygiene, sowie Freude-Belastungsbilanz und Selbsthilfe-Tipps. Achtsamkeits-, und Entspannungsübungen runden das Programm ab. Sie erproben Methoden zur Aktivierung eigener Kraftquellen, erkennen Belastungsgrenzen und üben einen gesunden Umgang mit Stress. Sie erlernen Präventionsstrategien, um Stressoren zu schwächen und Ressourcen zu stärken.

Energetische Verbindungen lösen - energy cord

Haben Sie sich jemals so gefühlt, dass Sie unbedingt jemanden oder Etwas loslassen mussten, sich radikal von der Person, einem Thema oder Erlebnis trennen wollten?

Möchten Sie sich von ihren Verbindungssträngen trennen, dann ist dieser Abend genau die richtige Entscheidung. Es ist ein wunderbarer Schritt sich von den emotionalen Verkettungen zu lösen, Glaubens- und Handlungsmuster los zu lassen und energetisch von Traumata los zu kommen. Es wird Sie befreien!

Im Dschungel der Gefühle

Die Kraft der geheilten Emotionen

Die Beschäftigung mit unseren Gefühlen führt uns oft in unbekannte Gefilde, die wir gerne meiden. Doch spüren wir, dass wir etwas Wichtigem auf der Spur sind. Wenn wir uns auf diese Entdeckungsreise einlassen, können wir Vieles finden, wonach wir vielleicht schon lange gesucht haben: mehr Klarheit in unseren Entscheidungen, mehr Kreativität und Lebensfreude. Manchen öffnet sich vielleicht gerade da, wo sie es am wenigsten vermutet haben, die Tür zum eigenen Herzen. Dieser Abend bietet die Möglichkeit, sich und seinen Gefühlen wieder näher zu kommen.

Konfettiregen für die Seele

„Finde die außergewöhnliche Freude im Gewöhnlichen!“

Schlag Sie dem „Ja, aber...“ ein Schnippchen. Spüren Sie die LEBENSFREUDE und räumen ihr ganz viel Platz in ihrem Leben, ihrer Seele, ihrem Herzen ein. Ein aktiver Vortrag mit Impulsen, Übungen und Ideen, wie Sie vom Grübeln ins Tun kommen.

Sa. 16. 11. 24**Zeit:** 9:00 - 17:00 Uhr**Leitung:** Sylvia Brazda BSc.MA**Kosten:** € 100,-www.sysimpuls.at

Anmeldung erforderlich

**Do. 19. 11. 24****Zeit:** 18:00 - 20:00 Uhr**Leitung:** Carola Gietl**Kosten:** € 38,-www.praxisfuerkoerpergeistundseele.com

Anmeldung erforderlich

**Di. 04. 02. 25****Zeit:** 19:00 - 21:00 Uhr**Leitung:**

Martha Radlinger, system.

Kinesiologin

Kosten: freiwillige Spende

Anmeldung erforderlich

**Di. 25. 02. 25****Zeit:** 19:00 - 21:00 Uhr**Leitung:** Anita Fürtbauer**Kosten:** € 20,-

Anmeldung erforderlich



SEPTEMBER 2024				Seite
Mi	04.09.	09:30	Mini-KunsTraum: Tee mit dem blauen Drachen	20
Sa	07.09.	09:00	Franz-Kett-Pädagogik GSEB: Tageskurs	38
ab Mo	09.09.	17:00	Western Line Dance für Anfänger:innen	29
ab Mo	09.09.	18:30	Western Line Dance für leicht Fortgeschrittene	29
ab Mo	09.09.	20:00	Western Line Dance für Fortgeschrittene	29
ab Mo	09.09.	17:00	Vernissage und Ausstellung: Farbe und Gesicht	20
ab Do	12.09.	18:00	Sensory Awareness: Bewusstes Spüren	29
Fr	13.09.	20:00	Wirtschaftswende - damit es allen gut geht	14
ab Mo	16.09.	18:00	Fit in den Herbst	29
ab Di	17.09.	13:30	Smart und Fit am Handy: Grundlagenkurs	16
Di	17.09.	07:00	Pilgern hoch drei: Unterwegs am Josefweg	6
Di	17.09.	18:30	KunsTraum: Mark Making - zeichnen mit Tusche und Kohle	20
Mi	18.09.	19:00	Der Mund ist zum Essen da - Nasenatmung	26
Mi	18.09.	19:00	Kalte Jahreszeit - Immunbooster	18
Do	19.09.	14:30	Hengstenberg Kinderbewegungsgruppe	38
Do	19.09.	18:00	Klöppelkurs	21
Do	19.09.	19:00	Smovey Bewegungskurs	26
Fr	20.09.	19:00	Vortrag: Die Sprache des Dschungels	34
Fr	20.09.	16:00	Yoga in der Wildnis	26
Sa	21.09.	09:00	Acryl Fluid Painting	21
Sa	21.09.	09:00	Ehevorbereitungskurs	44
Sa	21.09.	09:00	Lehrgangstart kym im Kindergarten und Vorschule	39
Mo	23.09.	17:30	Fresh up your English	16
ab Di	24.09.	09:00	Wirbelsäulengymnastik	26
ab Di	24.09.	18:30	Französisch für alle	16
Di	24.09.	18:30	Loops natürlich dekoriert	21
ab Mi	25.09.	17:45	Zumba für alle	27
ab Mi	25.09.	19:00	Beambreath - Atemsessions	27
Mi	25.09.	19:00	Pilgervortrag: Karer Ferdinand „Schrittweise“	06
ab Do	26.09.	18:00	Zenmeditation	07
Do	26.09.	18:00	Vortrag: Trainiere Dein Hirn	27
Fr	27.09.	15:30	Intuitives Bogenschießen	28
Fr	27.09.	19:00	Dickschädels Reisen: Lesung und Musik	34
Sa	28.09.	09:00	Traktorwanderung	47
Mo	30.09.	19:00	Heilsames Singen	07
OKTOBER 2024				Seite
Di	01.10.	18:30	KunsTraum Papierschnitt	20
ab Di	01.10.	18:45	Tai Ji Zen	28
Di	01.10.	19:00	Ich in meiner vollen Kraft	44

OKTOBER 2024				Seite
Mi	02.10.	19:30	Vortrag: Dialog statt Block	14
Do	03.10.	09:00	Herbstblätter: Aquarellkurs mit Oskar Pointecker	21
Do	03.10.	19:00	Vortrag Ettlstorfer „Und es geht doch“	14
ab Fr	04.10.	13:30	Smart und Fit am Handy Teil 2	17
Sa	05.10.	09:00	Feen und Engel filzen (2. Kurs um 14.00 Uhr)	22
Sa	05.10.	07:00	Wasserpilgern entlang der Traun	07
Sa	05.10.	08:00	Fußwallfahrt von Aggsbach nach Gerolding	07
Mo	07.10.	09:00	Lachyoga	28
ab Mo	07.10.	17:00	Körperbewusstseinstaining	28
ab Mo	07.10.	19:00	Schreibwerkstatt	22
Di	08.10.	18:30	Kompaktkurs Faszientraining: Bandscheibe	29
Di	08.10.	19:00	Ich in meiner vollen Kraft - Glücklichkeit	45
Mi	09.10.	19:00	Vortrag: Schilddrüsengesundheit	29
Do	10.10.	18:00	Gestärkt und selbstbestimmt meine Zukunft gestalten	45
Fr	11.10.	17:00	Schnatter, Gacker und Gebrüll	17
Fr	11.10.	19:30	Taizegebet	08
Fr	11.10.	14:00	Wandern mit Lamas	18
Sa	12.10.	09:00	Ehevorbereitungskurs	44
Sa	12.10.	09:00	Feldenkrais Workshop	29
Sa	12.10.	10:00	Töpferkurs Tonhaus	22
Sa	12.10.	10:30	Rund um die Geburt: Mentale Vorbereitung	30
Di	15.10.	18:30	Kompaktkurs Faszientraining: Schulter und Nacken	29
Di	15.10.	18:00	KunsTraum Workshop: Druckverfahren	20
Di	15.10.	19:00	Ich in meiner vollen Kraft: Gesprächsabend	45
Mi	16.10.	15:00	Ein Koffer voll Möglichkeiten: Demenzworkshop	45
ab Mi	16.10.	16:00	Trainiere dein Hirn	29
Mi	16.10.	19:00	Tanzabend: Die Fülle im Wechsel	08
Do	17.10.	14:00	Workshop Fotobuch gestalten	22
Do	17.10.	18:00	Aufstellungsabend: Mit neuen Impulsen ihr Zukunft gestalten	46
ab Do	17.10.	18:30	Italienisch für Fortgeschrittene	17
Do	17.10.	14:00	Workshop Fotobuch	22
Fr	18.10.	14:00	Wandern mit Lamas	18
Sa	19.10.	07:00	Demokratie erleben: Exkursion ins Parlament	35
Sa	19.10.	09:00	Workshop: Die Schilddrüse ganzheitlich begleitet	30
Sa	19.10.	13:00	Contactimprovisation	30
Mo	21.10.	19:00	Einfach singen „Wie im Himmel“	08
Mo	21.10.	09:00	Lachyoga	28
Mo	21.10.	19:00	Antibiotikum aus der Natur	18
ab Di	22.10.	09:00	Sanftes Yoga am Vormittag	31
Di	22.10.	18:30	Das hochsensitive Kind	39

Mi	23.10.	19:00	Vortrag: Trauern mal anders	46
ab Mi	23.10.	10:30	Pilgern am Lebensweg im Waldviertel	08
Mi	23.10.	14:00	Workshop Fotobuch Teil 3	22
Mi	23.10.	19:00	Online Vortrag von Abt Werlen „Baustellen der Hoffnung“	15
Mi	23.10.	10:00	Frauentreff	35
Do	24.10.	18:00	Gestärkt und selbstbestimmt meine Zukunft gestalten	45
Do	24.10.	19:00	Impulstreffen kfb	09
Fr	25.10.	14:00	Lehrgangstart: Sensorische Integration im Dialog nach Ulla Kiesling	42
Fr	25.10.	20:00	Vortrag von Brigitte Grahl: Klimakommunikation	15
Di	29.10.	09:30	Mini KunsTraum Schüttelbilder	23
Di	29.10.	18:00	Zyklus.Wissen.Workshop	31
Di	29.10.	18:30	Workshop: Von Arnikatinktur bis Zucchini Salat	19

NOVEMBER 2024				Seite
Mo	04.11.	09:00	Lachyoga	28
Mo	04.11.	17:00	Körperbewusstseinstaining	28
Mo	04.11.	19:00	Schreibwerkstatt	22
ab Di	05.11.	09:00	Wirbelsäulengymnastik	26
Di	05.11.	18:30	KunsTraum: Malerei	20
ab Di	05.11.	18:45	Tai Ji Zen	28
Di	05.11.	09:00	Spirituelle Abend	09
Mi	06.11.	10:00	Frauentreff	35
ab Mi	06.11.	19:00	Säuren - Basen - Balance	31
Mi	06.11.	19:00	Frauen reden übers Leben	35
Do	07.11.	15:00	Einführung in die Motopädagogik	39
Do	07.11.	18:00	Gestärkt und selbstbestimmt meine Zukunft gestalten	45
Do	07.11.	18:30	Energetische Übungen zur Stärkung der Blase	31
Fr	08.11.	15:00	Trauern mal anders	46
Fr	08.11.	17:00	Ayu-Veda Kochkurs	32
Fr	08.11.	19:30	Taizé Gebet	08
Fr	08.11.	19:00	Textsalat¹²	33
Sa	09.11.	09:00	Franz-Kett Pädagogik GSEB	40
Sa	09.11.	09:00	Feldenkrais® Methode	29
Sa	09.11.	10:30	Rund um die Geburt: Mentale Vorbereitung	30
Sa	09.11.	17:00	Räuchern im Jahreskreis	19
ab Mo	11.11.	18:00	Fit in den Winter	25
Di	12.11.	19:00	Hör' nie auf in die Sterne zu blicken	46
Di	12.11.	19:00	Family by Design	40
Mi	13.11.	18:30	Quatschivity	17
Mi	13.11.	19:00	Offene Atemsession	27
Mi	13.11.	19:30	Audiovision: Mongolei	35

NOVEMBER 2024				Seite
ab Do	14.11.	19:00	Smovey Ringe	26
Fr	15.11.	16:00	Stress lass' nach	32
Sa	16.11.	09:00	Mehr JA zum NEIN	47
Mo	18.11.	09:00	Lachyoga	28
Di	19.11.	18:30	KunsTraum: Bildhauerei	20
Di	19.11.	18:00	Energetische Verbindungen lösen	47
Mi	20.11.	10:00	Frauentreff	35
Mi	20.11.	19:00	Tanzabend: In der Dunkelzeit geborgen	08
Do	21.11.	18:00	Gestärkt und selbstbestimmt meine Zukunft gestalten	45
Fr	22.11.	18:00	Nacht der spirituellen Lieder	09
Sa	23.11.	09:00	Ayu-Veda Praxistag	32
Sa	23.11.	10:30	Rund um die Geburt: Mentale Vorbereitung	30
Sa	23.11.	14:00	Basics im Handlettering	23
Mo	25.11.	17:00	Körperbewusstseinstaining	28
Mo	25.11.	19:15	Freitanzen	32
Di	26.11.	18:30	Das hochsensitive Kind	40
Fr	29.11.	19:00	Tolle Knollen	19
Sa	30.11.	09:00	Ehevorbereitungskurs	44
Sa	30.11.	09:00	Mit persönlichen Worten Freude schenken	19
Sa	30.11.	10:30	Djembe Workshop	23

DEZEMBER 2024				Seite
Mo	02.12.	17:00	Körperbewusstseinstaining	28
Mo	02.12.	19:00	Schreibwerkstatt	22
ab Di	03.12.	19:00	Tai Ji Zen	28
Mi	04.12.	10:00	Frauentreff	25
Mi	04.12.	18:00	Trauern mal anders	46
Do	05.12.	18:00	Aufstellungsabend: Mit neuen Impulsen Zukunft gestalten	46
Mo	09.12.	15:00	Weihnachtspost und Festtagsbräuche	36
Mo	09.12.	17:00	Körperbewusstseinstaining	28
Mi	11.12.	15:00	Adventzauber im Franziskushaus	10
Fr	13.12.	19:30	Taizé Gebet	08
Sa	14.12.	09:00	Feldenkrais® Methode	29
Mo	16.12.	19:00	Heilsames Singen	07
Mo	16.12.	19:15	Freitanzen	32
Di	17.12.	18:30	Ist mein Kind hochsensitiv?	40

JÄNNER 2025				Seite
ab Di	07.01.	09:00	Wirbelsäulengymnastik	26
ab Di	07.01.	18:45	Tai Ji Zen	28

J Ä N N E R 2 0 2 5				Seite
Di	07.01	19:00	Tanzabend: Tanzend in das neue Jahr	08
Do	09.01.	19:30	Literaturkurs	36
ab Fr	10.01.	15:00	Schreibend in das neue Jahr	24
Fr	10.01.	19:30	Taizé Gebet	08
Mo	13.01.	17:00	Körperbewusstseinstaining	28
ab Mo	13.01.	18:00	Fit durch den Winter	25
Mo	13.01.	19:00	Schreibwerkstatt	23
Mo	13.01.	19:15	freitanzen	32
Di	14.01.	18:30	Das hochsensitive Kind fordert uns	41
Di	14.01.	19:00	Heikraft der Gewürze	19
Mi	15.01	10:00	Frauentreff	35
Mi	15.01.	18:30	Trauern mal anders	46
Mi	15.01.	19:30	Offene Atemsession	27
Sa	18.01.	09:00	Aufstellungstag: Mit neuen Impulsen Zukunft gestalten	46
Sa	18.01.	09:00	Ehevorbereitung	44
Sa	18.01.	09:00	Feldenkrais® Methode	29
Mo	20.01.	19:00	Einfach singen wie im Himmel	08
Di	21.01.	18:30	KunsTraum: Konturzeichnung	24
Di	21.01.	19:00	Erziehung - so ein Theater!	41
Mi	22.01.	19:30	Vortrag: Wege aus Ohnmacht und Kampf	10
Do	23.01	19:00	Fakenews, Propaganda und Verschwörungen	37
Sa	25.01.	09:00	StressFREI	33
Sa	25.01.	10:30	Rund um die Geburt: Mentale Geburtsvorbereitung	30
Mo	27.01.	17:00	Körperbewusstseinstaining	28
Do	30.01.	19:00	Vortrag: hoffen	15
Sa	25.01.	09:00	Drahtkörbeflechten	24

F E B R U A R 2 0 2 5				Seite
ab Mo	03.02.	09:00	MAS Demenztrainer:innenausbildung	42
Mo	03.02.	19:00	Schreibwerkstatt	22
Di	04.02.	18:30	KunsTraum: Negativer Raum	24
Di	04.02.	19:00	Die Kraft der geheilten Emotionen	47
Mi	05.02.	16:30	Intergeneratives Angebot	41
Mi	05.02.	19:00	Aktion Familienfasttag 2025	33
Do	06.02.	18:00	Aufstellungsabend: Mit neuen Impulsen Zukunft gestalten	46
Fr	07.02.	15:00	Kraftquelle Singen	10
Sa	08.02.	09:00	Salesianischer Besinnungstag	11
Sa	08.02.	13:00	Contactimprovisation	30
ab Mo	10.02.	09:00	Mitmachausstellung: LebenErleben	37
Di	11.02.	19:00	Überraschungskino	37
Fr	14.02.	18:00	Gottesdienst zum Valentinstag	11
Sa	15.02.	09:00	Ehevorbereitungskurs	44
Di	18.02.	18:30	KunsTraum: Proportionen und Perspektive	24
ab Mi	19.02.	13:00	Ikonenmalkurs für Anfänger:innen	11
ab Do	20.02.	18:00	ZEN Meditationstage	07
Sa	22.02.	09:00	Feldenkrais® Methode	29
Di	25.02.	19:00	Konfettiregen für die Seele	47
ab Fr	28.02.	10:00	Linzer Bibelkurs: Ruf in die Freiheit	11
Fr	28.02.	18:00	Literaturjourn	37

M Ä R Z 2 0 2 5				Seite
Mo	03.03.	19:00	Schreibwerkstatt	22
Di	04.03.	18:30	KunsTraum: Licht und Schatten	24
Sa	08.03.	09:00	Ehevorbereitungskurs	44
Sa	08.03.	14:00	Färbekurs	24
Di	11.03.	19:00	Vortrag: Für Pessimismus ist es zu spät (Kromp-Kolb)	15
Fr	14.03.	19:30	Taizé Gebet	08
Sa	15.03.	09:00	Franz-Kett Pädagogik GSEB	41
Di	18.03.	18:30	KunsTraum: Die Gestalt	24
Sa	29.03.	09:00	Ehevorbereitungskurs	44
ab Fr	25.04.	14:00	KYM® Im Schulalter	43
ab Fr	16.05.	15:00	Lehrgang: Achtsamkeitspraxis	43

Mitarbeiter:in gesucht! für Reinigung bzw. Service

Sie haben Lust Teil unseres Team zu werden?
Dann senden Sie Ihre Bewerbung an:
franziskushaus@dioezese-linz.at

30h für Cateringbetreuung & Reinigung
oder 20h nur für Cateringbetreuung
Mindestentgelt nach der Entlohnung des Kollektivvertrages der Diözese Linz (G2/1 € 2.308.- brutto /mtl.
(100%), höhere Stufe je nach Vordienstzeiten).

Unsere Veranstaltungen werden auch digital beworben. Sie können sich dazu auch online anmelden. Schmökern Sie hierfür auf unserer Homepage www.franziskushaus.at oder folgen Sie uns auf Facebook und Instagram.



TIPP

Wir freuen uns natürlich sehr über Ihre Spenden für die Zusendung der Programmzeitschrift:
Diözese Linz/Franziskushaus
Verwendungszweck: Spende für Kursprogramm
IBAN: AT32 5400 0000 0165 6362
BIC: OBLAAT2L



DANKE

Seminarhaus



Sie suchen Räumlichkeiten für:

Seminare, Kurse, Workshops, Tagungen, Klausuren, ... dann ... sind Sie bei uns im Haus richtig!

Wir freuen uns auf Ihre Anfragen, gerne auch mit Sonderwünschen!

Kontakt:

Unser Büro ist von Mo - Fr von 09:00 - 12:00 Uhr
und von 14:00 - 16:00 Uhr geöffnet.

+43 7752/82742, franziskushaus@dioezese-linz.at, Franziskushaus, Riedholzstraße 15a, 4910 Ried im Innkreis

Seminarräume:

Für jede Anforderung die richtige Seminargröße.
Die lichtdurchflutenden Räume sind mit Beamer, Flipcharts, Whiteboards, Pinnwänden, TV + DVD-Player sowie Moderationskoffer ausgestattet.
Tisch- und Sitzgestaltung nach Ihren Wünschen.
Alle Räume sind mit WLAN ausgestattet.

Kulinarik im Franziskushaus:

Wir bieten Ihnen auf Wunsch ein reichhaltiges Frühstückbuffet, Pausenverpflegung sowie ein Mittags- und Abendmenüs an.

Nächtigung:

Im Bildungshaus gibt es insgesamt 8 Doppelzimmer und 14 Einzelzimmer unterschiedlicher Kategorien.

Parken & E-Tankstelle:

Zahlreiche Parkplätze finden Sie direkt beim Franziskushaus. Auf dem Parkplatz können derzeit E-Fahrzeuge aufgeladen werden.

Wir bieten...:

Rollstuhl geeigneter Lift, kostenloses W-Lan, Bar, Kaffeestüberl, Terrasse und Garten, Turnmatten & Kissen

Großer Saal 100 m²



Seminarraum 85 m²



Grüner Raum 40 m²



Jugendraum 55 m²



Blauer Raum 55 m²



Kapelle 90 m²



Meditationsraum 40 m²



Mansardenraum 35 m²



Franziskus-Stüberl



Ausgabe Nr.2/2024, August 2024- März 2025
Österreichische Post AG/ Sponsoring.Post . SP02Z031830S, P.b.b.,
Erscheinungsort Ried/I., Benachrichtigungspostamt, Verlagspostamt,
4910 Ried/I. Franziskushaus, Riedholzstr. 15a, 4910 Ried

Impressum: Inhaber, Verleger und Herausgeber: Diözese Linz,
Franziskushaus, Riedholzstr. 15 a, 4910 Ried i.I.
Für den Inhalt verantwortlich: Kornelia Zauner MA
Bildnachweis: Franziskushaus, Referent:innen, pixabay, freepick

Wir freuen uns auf Ihr Kommen

Sie suchen ein Seminarhaus?

Franziskushaus
Riedholzstraße 15a
4910 Ried im Innkreis
Tel. 07752 82 7 42
franziskushaus@dioezese-linz.at



www.franziskushaus.at