

## BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS

Kommen Sie am Dienstag Vormittag um 10 Uhr zu uns. Genießen Sie einen Brunch im Haus und danach einen thematischen Impuls von einer Expertin.

Ein herzliches Dankeschön an den Winkler Markt, Altenbergerstr. 40, 4040 Linz, der uns kulinarisch beim Brunch um 10 Uhr unterstützt!

TERMINE	<b>1x IM MONAT JEWEILS DIENSTAG VON 10.00–12.00 UHR</b>
LEITUNG	Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen im Haus der Frau
KOSTEN	€ 12 - mit dem Sammelpass gibt es die Möglichkeit, den Bildungsgutschein der Diözese Linz einzulösen. Anmeldung erforderlich!



## BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS - REISEN MIT DEM FAHRRAD

Kursnummer 18.05.101

Wer gerne langsam reist und dabei intensiv erleben will, kommt um die Fortbewegung mit dem Fahrrad kaum vorbei. Die Vielfalt der Angebote für Pauschal- und Individualreisen ist verlockend groß. Mit dem E-Bike erschließen sich zudem auch Regionen, die bisher den durchtrainierten Radlerinnen und Radlern vorbehalten waren. Wer einmal die Gemeinschaft der Radreisenden erlebt hat, wird sie immer wieder suchen. Wie wird meine Radtour zum unvergesslichen Erlebnis und die Lust auf weitere Touren immer größer? Darüber wird ebenso wie über schöne Radreiseziele in der Umgebung berichtet.

TERMIN	<b>DIENSTAG, 18.09.2018 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Gerhard Dehmer</b> , Geschäftsführer GerRad. Stadt. Rad. Liebe
ORGANISATION	Eva-Maria Kienast M.A., Leiterin Haus der Frau
KOSTEN	€ 12

## BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS -BIO-FAIRES-FRÜHSTÜCK

Kursnummer 18.05.102

Die ausgebildete Bio-Seminarbäuerin Rosemarie Pargfrieder bereitet ein Bio-Frühstück mit verschiedenen regionalen und fair gehandelten Bio-Produkten zu. Dabei vermittelt sie auf lebendige Art und Weise viel Wissenswertes über:

- wden Biolandbau
- \* den Wert biologischer Lebensmittel
- \* die Kennzeichnung von Bio-Produkten

Außerdem gibt es noch genug Gelegenheit, Fragen über die biologische Landwirtschaft und den Fairen Handel an die Expertin zu stellen.

TERMIN	<b>DIENSTAG, 09.10.2018 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Rosemarie Pargfrieder</b> , Biobäuerin und Bio-Seminarbäuerin
ORGANISATION	Mag. <sup>a</sup> Veronika Ortner-Derntl, Pädagogische Referentin Haus der Frau
KOSTEN	€ 6 + € 6 Lebensmittelbeitrag pro KursteilnehmerIn
KOOPERATION	BIO-AUSTRIA OBERÖSTERREICH, Auf der Gugl 3, 4021 Linz



**BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS - IST DAS KUNST  
ODER KANN ICH DAS ESSEN?**

Kursnummer 18.05.103

Die Künstlerin Veronika Krenn, die von Oktober 2018 bis Februar 2019 als Artist in Residence im Haus der Frau arbeitet, fokussiert sich in ihrer künstlerischen Praxis auf essbare Materialien als Kommunikationsmittel für sozial-relevante Thematiken. Anhand ihrer Arbeiten gibt sie Einblicke in die derzeitigen Tendenzen im Bereich der „Eat Art“, die von Künstler Daniel Spoerri in den 60er- 70er Jahren geprägte Kunstrichtung. Diese Kunstrichtung hat in den vergangenen Jahren einen neuen Aufschwung mit traditionellen und vergessenen Kochpraktiken genommen. Neben der Lebensmittelindustrie hat auch die künstlerische Auseinandersetzung mit dem Medium Essen einen Wechsel vollzogen. Verschollene Herstellungsprozesse, Fermentierung sowie veraltete Küchenutensilien gelangen in den vergangenen Jahren immer mehr in den Fokus von KünstlerInnen. Veronika Krenn gibt Einblick in ihre Arbeit und ihre Projekte - lassen Sie sich ein auf einen anderen Blickwinkel in Bezug auf Essen!

TERMIN	<b>DIENSTAG, 13.11.2018 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Veronika Krenn MA</b> , Künstlerin, Artist in Residence im Haus der Frau
ORGANISATION	Eva-Maria Kienast M.A., Leiterin Haus der Frau
KOSTEN	€ 12

**BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS - EINE FRAGE DER MORAL**

Kursnummer 18.05.104

Moral bezeichnet konkrete Regeln oder Prinzipien einer Gesellschaft, Zivilcourage bedeutet wörtlich übersetzt Bürgermut. In Zeiten des Smartphones werden erniedrigende, diffamierende oder schmerzhaft Situationen oft auch noch gefilmt, fotografiert und im Internet verbreitet.

Wie kann hier jede/r von uns für ein moralisches Miteinander eintreten und in der Begegnung Zivilcourage zeigen? Wie das gehen kann, diskutiert Dr.in Gaby Pils mit einem Inspektor der Präventionsstelle des Linzer Kriminaldienstes.

TERMIN	<b>DIENSTAG, 11.12.2018 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Dr.<sup>in</sup> Gaby Pils</b> , Wissensmanagerin, Città Slow – Expertin
ORGANISATION	Dr. <sup>in</sup> Gaby Pils, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Haus der Frau
KOSTEN	€ 12

**BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS - PROSTITUTION/SEXDIENSTLEISTUNG -  
ZWISCHEN LEGALISIERUNG UND TABUISIERUNG**

Kursnummer 18.05.105

Prostitution/Sexdienstleistung ist Realität in Österreich und überall. Auch dort, wo Gesetze das Angebot oder die Nachfrage verbieten, blieb sie Realität. Die Debatte um Prostitution/ Sexarbeit/Sexdienstleistung steht hoch im Kurs. Die Problemlagen sind vielschichtig und die Ziele der Regelung dieser in Österreich legalen Tätigkeit sind unterschiedlich. Diskriminierung, Verurteilung und Ausgrenzung prägen den Arbeits- und Lebensalltag von Menschen, die in den Sexuellen Dienstleistungen tätig sind und räumen den Betroffenen nicht die gleichen Rechte, wie Menschen in anderen legalen Tätigkeitsbereichen, ein. Klischees werden dadurch bedient und die Tabuisierung gefördert.

TERMIN	<b>DIENSTAG, 15.01.2019 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Elke Welser</b> , Dipl. Sexualpädagogin, -beraterin, Stellenleiterin der Caritas Beratungsstelle LENA, für Menschen, die in der Prostitution arbeiten oder gearbeitet haben.
ORGANISATION	Mag. <sup>a</sup> (FH) Michaela Haunold, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Haus der Frau
KOSTEN	€ 12

## BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS - FASCHINGSBRÄUCHE UND TRADITIONEN IN OÖ

Kursnummer 18.05.106

Ab dem 12. Jahrhundert verbreitete sich das Faschingsbrauchtum in Europa und wird seit damals regional sehr unterschiedlich zelebriert. Manche der Bräuche wie z.B. der Glöcklerlauf zählen sogar zum „immateriellen Kulturerbe“ laut UNESCO.

Lernen Sie Oberösterreichs älteste, interessanteste, erstaunlichste Faschingsbräuche und deren historische Hintergründe kennen!

TERMIN	<b>DIENSTAG, 12.02.2019 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Klaus Huber</b> , Volkskultur-Experte, OÖN-Kolumnist
ORGANISATION	Dr. <sup>in</sup> Gaby Pils, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Haus der Frau
KOSTEN	€ 12

## BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS - DAS LEISE STERBEN DER BIENE

Kursnummer 18.05.107

Momentan sind Honigbienen ein großes Thema. Genauso wichtig sind auch andere bestäubende Insekten, wie beispielsweise die Wildbiene. Ca. 80% aller Insekten gibt es nicht mehr und auch mehr als 50% aller bestäubenden Insekten sind ebenfalls bereits verschwunden.

Wir beschäftigen uns mit dem Thema Artenvielfalt bei Insekten und schauen vor allem darauf, was wir selbst zum Artenschutz beitragen können, weil Vielfalt das Leben bunter macht.

TERMIN	<b>DIENSTAG, 09.04.2019 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	Dr. <sup>in</sup> <b>Katja Hintersteiner</b> , Gründungsmitglied der „Linzer Biene“ und Stadtimkerin
ORGANISATION	Mag. <sup>a</sup> (FH) Michaela Haunold, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Haus der Frau
KOSTEN	€ 12

## BRUNCH UM 10: IMPULS MIT GENUSS - DIE LINZER TORTE

Kursnummer 18.05.108

Wer kennt sie nicht, die Linzer Torte! Sie gehört zusammen mit der „Schönen Linzerin“ und ihrer Goldhaube zu den kulturellen Identitätszeichen der Stadt Linz. Die Torte ist das älteste Gebäck der Welt, das seinen Namen nach einem Ort erhalten hat. Historiker haben sich auf ihre Fersen geheftet, Schriftsteller haben ihr Loblieder gesungen und Satiriker haben sich über ihre Herkunft Gedanken gemacht. Originalrezept und Erfinder der Linzer Torte sind bis jetzt unbekannt, aber ihre Spuren lassen sich bis ins Jahr 1653 zurückverfolgen, bis zu einem adeligen Kochbuch in Stift Admont.

Die ehemalige Leiterin der Linzer Museumsbibliothek, Waltraud Faißner, hat über 300 historische Rezepte der Torte ausfindig gemacht, sie übersetzt und die alten Maßangaben umgerechnet, viele Rezepte nachgebacken und publiziert. Ihre Begeisterung für eine gute Linzer Torte ist ungebrochen. In dem kurzweiligen Lichtbildervortrag wird sie Interessantes über Zutaten, Herstellung und Kulturgeschichte des Backwerks berichten.

Als Besonderheit wird sie auch Linzer Torten, nach historischen Rezepten gebacken, zum Verkosten mitbringen.

TERMIN	<b>DIENSTAG, 07.05.2019 VON 10.00-12.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Waltraud Faißner</b> , Spezialistin für Linzer Torte
ORGANISATION	Mag. <sup>a</sup> Gabriele Kainberger, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Haus der Frau
KOSTEN	€ 12

## NACHMITTAGSPROGRAMM

Meist zweimal im Monat wird ein hochwertiges Programm mit aktuellen Themen im Haus der Frau angeboten. Nach der Veranstaltung sind Sie zum gemütlichen Beisammensein in unserem Café herzlich willkommen.

TERMINE  
PROGRAMMSTELLUNG  
UND BEGLEITUNG  
KOSTEN

**VIERZEHTÄGIG JEWEILS DONNERSTAG VON 14.00-16.00 UHR**  
Maria Fischerlehner, Gertrude Haudum, Maria Hauer, Gabriele Schaumberger,  
Maria Wagner, Eva-Maria Kienast M.A.  
€ 6 - Mit dem Sammelpass gibt es die Möglichkeit, den Bildungsgutschein  
der Diözese Linz einzulösen. Anmeldung erwünscht!



## WARUM FRAUEN „UNGESÜNDER“ LEBEN UND HÄUFIGER AN UNERKANNTEN ERKRANKUNGEN LEIDEN

Kursnummer 18.05.500

Männer und Frauen beschreiben nicht nur Krankheiten anders, sie erleben, schildern und fühlen Symptome unterschiedlich. Die klassische Schulmedizin hat in der Vergangenheit diesem Thema wenig Stellenwert eingeräumt. Pharmakologische Studien wurden in vielen Fällen nur an Männern durchgeführt und sind in der Beschreibung von Nebenwirkungen etc. eigentlich auf den männlichen Körper ausgerichtet.

Da nutzt es wenig, den „Arzt oder Apotheker“ zu fragen, denn geschlechtsspezifische Medizin ist eine neue Disziplin. Frauen versterben häufiger an unerkannten Herzinfarkten, sie werden viel öfters mit Antidepressiva therapiert und sind die Konsumentinnen von Schmerz- und Schlafmitteln. Geschlechtsspezifische Medizin ist eine Disziplin, die nicht nur bei Symptomen beginnt, sondern das Leben eines Menschen miteinbezieht.

TERMIN  
LEITUNG  
ORGANISATION  
KOSTEN

**DONNERSTAG, 04.10.2018 VON 14.00-16.00 UHR**  
**Priv.-Doz. Mag.ª Dr.ª Anna Maria Dieplinger**  
Maria Hauer, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau  
€ 6



## WOHIN ENTWICKELT SICH UNSERE DEMOKRATIE

Kursnummer 18.05.501

Die Demokratie - so ist es heute oft zu hören - befindet sich im Umbruch. Dabei ist jedoch nicht immer klar, was bzw. welche Elemente demokratischer Strukturen in Bewegung geraten sind. Lässt die mitunter geringe Wahlbeteiligung einen Wandel in der Wertschätzung demokratischer Verhältnisse vermuten oder ist dies ein Zeichen dafür, dass WählerInnen den Eindruck haben, die eigene Stimme zähle nichts? Was steht hinter solchen Vermutungen? Haben alte Parteistrukturen ausgedient und werden zivile Bewegungen und die Forderung nach direkter Demokratie wichtiger? In welchem Verhältnis stehen die sich verändernde Presse- und Meinungsfreiheit oder rechtspopulistische Tendenzen zur angedeuteten Umbruchssituation?

Um diesen Fragen nachzugehen, wird im Vortrag zunächst darüber nachgedacht, wie Demokratie überhaupt zu verstehen ist, wo und in welchen Zusammenhängen wir sie er-/leben, um im Anschluss daran aktuelle Entwicklungen wie auch etwaige Gefährdungen zu thematisieren.

TERMIN  
LEITUNG  
ORGANISATION  
KOSTEN

**DONNERSTAG, 18.10.2018 VON 14.00-16.00 UHR**  
**MMag.ª Maria Dammayr**, Theologin, Soziologin  
Maria Fischerlehner, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau  
€ 6

## FÜHRUNG DURCH DAS STIFTERHAUS: BESICHTIGUNG DER STIFTER-AUSSTELLUNG

Kursnummer 18.05.502

Adalbert Stifter gehört heute zu den historischen Größen der österreichischen Literatur und der Weltliteratur. Mit den „Studien“, darin etliche „Böhmerwald“-Erzählungen wie das „Heidedorf“, „Der Hochwald“, „Die Mappe meines Urgroßvaters“ u.a., wurde Stifter als Schriftsteller berühmt.

Adalbert Stifter Gedenkraum: In Stifters ehemaligem Arbeitszimmer wird durch die Präsentation ausgewählter Autographen und Realien zu Leben und Werk in besonderer Weise an den Dichter erinnert. Anlässlich des 150. Todestages von Adalbert Stifter gestaltete das Adalbert Stifter Institut des Landes OÖ eine Sonderausstellung.

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 08.11.2018 VON 14.00-16.00 UHR</b>
ORGANISATION	<b>Maria Hauer</b> , ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau
KOSTEN	Freiwillige Spenden
HINWEIS	Treffpunkt: Stifterhaus, Adalbert Stifter Platz 1, Linz

---

## WIDER DEM VERGESSEN: GEDENKJAHR 2018

Kursnummer 18.05.503

Eine aktive Gedenkkultur zu erhalten und zu fördern ist harte Arbeit. Niemand weiß das besser als DDr.in Barbara Glück. Seit 13 Jahren leitet sie die KZ-Gedenkstätte Mauthausen und versucht möglichst viele Menschen dazu zu bewegen, sich mit diesem schwierigen Thema auseinander zu setzen. Der Generationenwechsel stellt sie und ihr Team hierbei vor neue Herausforderungen. Wie erreicht man eine junge Generation mit diesem Thema und wie fördert man eine von ihnen aktiv mitgetragene Gedenkkultur? Wir müssen uns die Frage stellen: Was für einen Beitrag kann ich leisten, dass „Gedenken“ nicht eine leere Worthülse ist, sondern tatsächlich auch in unserem Alltag eine Wirkung erfährt?

VERANSTALTUNGSHINWEIS	Besuch der Gedenkstätte Mauthausen am 26.03.2018, 14.00 - 18.00, Kursnummer 18.04.077
TERMIN	<b>DONNERSTAG, 22.11.2018 VON 14.00-16.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>DDr.in Barbara Glück</b> , Direktorin KZ Gedenkstätte Mauthausen
ORGANISATION	Eva-Maria Kienast M.A., Leiterin Haus der Frau
KOSTEN	€ 6

---

## VON NIKOLÄUSEN UND WEIHNACHTSMÄNNERN

Kursnummer 18.05.504

Die WortwunderWeiber laden ein, sich mit Hilfe von Literatur auf die Advent- und Weihnachtszeit einstimmen zu lassen. Sie lesen Prosa und Lyrik zum Tag des heiligen Nikolaus bzw. zur Adventzeit, wobei nicht nur Ernstes, Vertrautes oder Beschauliches zu Gehör gebracht wird, sondern auch Augenzwinkerndes und auf jeden Fall Stimmungsvolles für die so genannte stille Zeit im Jahr. [www.wortwunderweiber.com](http://www.wortwunderweiber.com)

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 06.12.2018 VON 14.00-16.00 UHR</b>
KÜNSTLERINNEN	<b>WortWunderWeiber</b>
ORGANISATION	Andrea Fellingner, Gabriele Rieß, Karin Anzinger, Michaela Schlöglmann
KOSTEN	Maria Wagner, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau € 6

## SINGEN IM ADVENT

Kursnummer 18.05.505

Sich einstimmen auf das Weihnachtsfest - wie könnte es besser gehen, als durch das Erklingen lassen der eigenen Stimme! Gemeinsam wollen wir altbekannte Advent- und Weihnachtslieder singen, neue Weisen auch aus anderen Ländern kennenlernen und ein Lichtritual feiern. Dem Alltag entfliehen und zwei Stunden lang eintauchen in vorweihnachtliche Klänge und Texte, so kann der Zauber dieses besonderen Festes spürbar werden. Wichtig: Es sind keinerlei musikalische Vorkenntnisse nötig!

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 20.12.2018 VON 14.00-16.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Barbara Kraxberger</b> , Referentin in der Erwachsenenbildung
ORGANISATION	Maria Fischerlehner, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau
KOSTEN	€ 6

---

## ALTGEWOHNTE LOSLASSEN UND NEUE CHANCEN GEWINNEN

Kursnummer 18.05.506

Veränderungen im Leben kommen oft ungeplant und verlangen uns eine Anpassung bzw. einen Abschied mit lieb gewonnenen Gepflogenheiten ab. Etwas loszulassen bzw. auch „auszumisten“ kann wieder Gestaltungsspielraum schaffen und neue Entwicklungen ermöglichen. Persönliche Loslass- und Veränderungsprozesse können aktiv gestaltet und blockierende bzw. stärkende Potentiale wahrgenommen werden. Das Erkennen von Ideen, Möglichkeiten und Ritualen als Ausweg aus bestehenden Gewohnheiten schafft die Chance, offen für Neues zu werden.

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 10.01.2019 VON 14.00-16.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Martina Signer</b> , DGKP, KSB, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin
ORGANISATION	Maria Fischerlehner, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau
KOSTEN	€ 6

---

## DEM ALLTAG EINE SEELE GEBEN

Kursnummer 18.05.507

Der Glaube und das alltägliche Leben sollen geprägt sein von einem Miteinander und Ineinander. Denn Gott begegnet mir nicht nur in der Stille oder im Gebet, sondern gerade dort, wo ich es oft am wenigsten erwarte, mitten in meinem Alltag, mitten in meiner Arbeit, in meinem Tun.

Der Geist Gottes will die konkrete Welt meines Lebens verwandeln. Und diese Quelle des Heiligen Geistes gilt es wahrzunehmen und daraus zu leben. Wenn der Alltag eine Seele, eine Lebendigkeit, einen Lebensatem hat, dann kann ich selbst aus diesem Alltag Kraft schöpfen, Freude verspüren und ebenso auch meine Mitmenschen.

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 24.01.2019 VON 14.00-16.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Mag.<sup>a</sup> Christine Gruber-Reichinger</b> , Pfarrassistentin
ORGANISATION	Gabriele Schaumberger
KOSTEN	€ 6

ZWETTLER BET(T)WEIBER „ALLTAGSZERTIFIZIERT!“

Kursnummer 18.05.508

Für alles und jedes braucht es heutzutage bereits ein Zertifikat, ein Zeugnis, eine Bescheinigung - nur nicht für die Erfüllung der Alltagspflichten! Humorvoll und mit feiner Klinge, ähm Stimme nehmen die drei Zwettler Bet(t)weiber unsere Lebenswelt aufs Korn, durchleuchten alltägliche Verrichtungen nach ihrer Richtigkeit und Wichtigkeit und laden zu einem gemütlichen musikalischem Kabarett ein. Wer möchte, kann auch gerne ein Zertifikat mitnehmen - für alle Fälle.

TERMIN **DONNERSTAG, 07.02.2019 VON 14.00-16.00 UHR**  
LEITUNG **Elisabeth Mühlböck, Gerda Schwarz, Bettina Höfer**, Zwettler Bet(t)weiber  
ORGANISATION Maria Hauer, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau  
KOSTEN € 6

WIR SIND ERDE

Kursnummer 18.05.509

Die Frage, die Papst Franziskus ins Zentrum der Umweltenzyklika Laudato si' stellt, lautet: „Welche Art von Welt wollen wir denen überlassen, die nach uns kommen, den Kindern, die gerade aufwachsen?“ (160). Papst Franziskus ruft dazu auf, diese Frage nicht isoliert in Bezug auf die Umwelt zu sehen, sondern ganzheitlich nach dem Sinn unserer Existenz und unserer Werte als Grundlage des sozialen Lebens. „Wozu gehen wir durch diese Welt, wozu sind wir in dieses Leben gekommen, wozu arbeiten wir und mühen uns ab, wozu braucht uns diese Erde?“ (160). Diese Veranstaltung ist die Einladung, sich gemeinsam der Herausforderung zu stellen und uns auf den Weg zu machen in eine nachhaltige Zukunft.

TERMIN **DONNERSTAG, 28.02.2019 VON 14.00-16.00 UHR**  
LEITUNG **Mag.<sup>a</sup> Lucia Göbesberger**, Theologin  
ORGANISATION Gabriele Schaumberger, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau  
KOSTEN € 6

„MANCHMAL VERSTEHE ICH GOTT NICHT“

Kursnummer 18.05.510

Jemanden verstehen kann helfen, Vertrauen zu ihm aufzubauen.  
Was verstehen wir von Gott - und wieviel Vertrauen wurde aufgebaut, sodass das Unverständliche ausgehalten werden kann? Was heißt überhaupt „Gott verstehen“?

TERMIN **DONNERSTAG, 14.03.2019 VON 14.00-16.00 UHR**  
LEITUNG **Dr. Maximilian Strasser**, Dompfarrer Linz  
ORGANISATION Maria Fischerlehner, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau  
KOSTEN € 6

FRÜHLINGSKRÄUTER IM ALLTAG VERWENDEN

Kursnummer 18.05.511

Im Frühling, wenn die Natur wieder aus dem Winterschlaf erwacht, sind die Kräuter besonders wertvoll und geben uns neuen Schwung für das kommende Jahr. Bei diesem Vortrag werden Kräuter, die überall wachsen und leicht zu finden sind, anhand von Bildern und Anschauungsmaterial vorgestellt und ihre einfache Verwendung erklärt.

TERMIN **DONNERSTAG, 28.03.2019 VON 14.00-16.00 UHR**  
LEITUNG **Karola Gangl**, Dipl. Kinderkrankenschwester  
ORGANISATION Maria Wagner, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau  
KOSTEN € 6

EINTAUCHEN IN DIE WELT DER BÜCHER...  
VON DER LIEBE ZUM BUCH - ZUM LESEN - ZUM VORLESEN - ZUM ERZÄHLEN

Kursnummer 18.05.512

Was ist Ihr Lieblingsbuch, Ihre liebste Geschichte oder Ihr bevorzugtes Gedicht? Gibt es einen Text, der Sie schon lang begleitet? Wie haben Ihre ersten Erfahrungen mit Büchern Ihr heutiges Leseverhalten beeinflusst? Hat sich Ihr Lesegeschmack im Lauf der Jahre verändert? Die ersten Leseerfahrungen prägen uns oft tief.

Dieser Nachmittag bietet Gelegenheit, über Texte und Bücher, die Sie besonders fasziniert haben oder die Ihnen nachhaltig in Erinnerung geblieben sind, zu erzählen und/oder ein Stück daraus vorzulesen. Wenn Sie einen Text vorlesen möchten, melden Sie sich bitte vor der Veranstaltung an der Rezeption.

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 11.04.2019 VON 14.00-16.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Sylvia Zellinger</b> , Dipl. Wellness Coach, Dipl. Med. Techn. Assistentin, Erwachsenenbildnerin
ORGANISATION	Gabriele Schaumberger, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau
KOSTEN	€ 6

PLASTIK & CO: WAS GESCHIEHT MIT UNSEREM MÜLL

Kursnummer 18.05.513

Die Verpackungsflut kennt heutzutage fast keine Grenzen mehr. Alles ist irgendwie verpackt - fast immer in Plastik. Der Vortrag soll einen Einblick geben, was jede/r persönlich gegen diese zunehmende Vermüllung machen kann, wie die getrennte Sammlung richtig funktioniert und wie das zweite Leben der getrennt gesammelten Verpackung aussieht.

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 25.04.2019 VON 14.00-16.00 UHR</b>
LEITUNG	<b>Ing. Horst Mertens</b> , Abfallberater
ORGANISATION	Maria Fischerlehner, ehrenamtliche Mitarbeiterin Haus der Frau
KOSTEN	€ 6

KULTURFAHRT NACH STEYR

Kursnummer 18.05.514

Die 1000 - jährige Romantikstadt Steyr ist ein wahres Juwel alter Städtebaukunst. Unzählige historische Bauten, einer der schönsten Stadtplätze Europas, in dessen Mitte das Wahrzeichen der Stadt - das gotische Bummerlhaus - zu finden ist, locken zahllose Besucher in die Stadt.

Das Bildungszentrum Dominikanerhaus ist eine bedeutende kirchliche Bildungseinrichtungen in der Region und in der Diözese Linz. Das Museum Arbeitswelt ist ein 1987 gegründetes Museum im oberösterreichischen Steyr, das sich mit Sozialgeschichte und Technik befasst. Eingebettet in einen ehemaligen Luftschutzbunker thematisiert der Stollen der Erinnerung die Geschichte Steyrs zur Zeit des Nationalsozialismus. Schauplatz ist der ab 1943 von KZ-Häftlingen errichtete Lambergstollen nahe dem Zusammenfluss von Enns und Steyr.

Treffpunkt: 7.50 Hauptbahnhof Linz  
Abfahrt: 8:00 Hauptbahnhof Linz  
\* Museum Arbeitswelt  
\* Stollen der Erinnerung  
\* Mittagessen  
\* Dominikanerhaus Steyr  
\* Stadtführung Romantikstadt Steyr  
Ankunft: ca. 18:30 in Linz

TERMIN	<b>DONNERSTAG, 09.05.2019 VON 08.00-18.30 UHR</b>
ORGANISATION	Maria Hauer, Gertrude Haudum, ehrenamtliche Mitarbeiterinnen Haus der Frau
KOSTEN	€ 35