



greisinghof

Bildungshaus



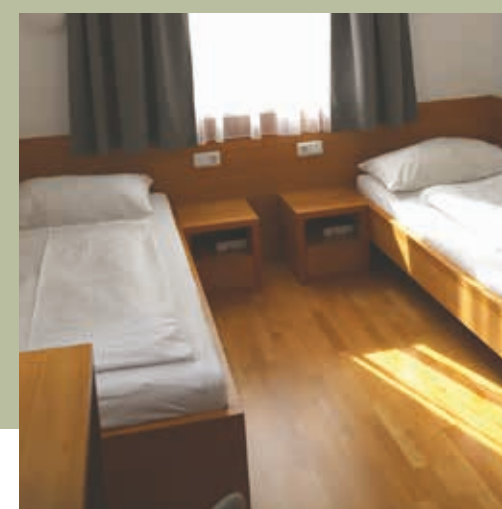
Kurs- programm 2026/2027



Rückzug.
Begegnung.
Beginn.



Bildungshaus Greisinghof



„Ein Haus
zum Ankommen.
Ein Raum
zum Wachsen.
Ein Weg
zu sich selbst.“

Rückzug. Begegnung. Beginn.

Greisinghof – das ist kein Ort wie jeder andere. Eingebettet in die sanften Hügel des Mühlviertels, lädt das Bildungshaus zum Innehalten, Auftanken und Durchatmen ein. Ein Platz für Menschen, die auf der Suche sind: nach Tiefe, nach Sinn, nach Gemeinschaft – oder einfach nach einem Moment für sich.

Ob Seminar, Klausur, Pilgererlebnis, Retreat oder persönliche Auszeit: Der Greisinghof bietet den passenden Rahmen, um zur Ruhe zu kommen und zugleich neue Perspektiven zu entdecken. Zwischen Achtsamkeit und Aufbruch entsteht eine Atmosphäre, die bewegt und neue Wege eröffnet.

Unsere acht großzügigen, flexibel nutzbaren Seminar- und Meditationsräume verbinden wohlthuende Atmosphäre mit moderner technischer Ausstattung. Sie bieten Platz für konzentriertes Arbeiten, kreativen Austausch und persönliche Entwicklung. Die 38 schlicht gestalteten Gästezimmer, darunter 24 Einzel- und 14 Zweibettzimmer sowie teilweise barrierefreie Zimmer, ermöglichen Rückzug und erholsamen Schlaf.

Wer Weite sucht – innen wie außen –, findet sie im liebevoll angelegten Bibelgarten, in der künstlerisch gestalteten Hauskirche, im weitläufigen Park und in den stillen Winkeln rund um das Haus. Auch das neu errichtete Labyrinth lädt dazu ein, den eigenen Weg bewusst zu gehen: Schritt für Schritt, ohne Eile, mit Zeit für Gedanken, Fragen und neue Orientierung.

Wer Wärme sucht, findet sie in der Küche: regional, hochwertig und mit viel Liebe zubereitet.

Greisinghof – das ist mehr als ein Tagungsort. Es ist ein Ort der Wandlung, getragen von spiritueller Weite und menschlicher Nähe – als Einrichtung der Marianisten und der Diözese Linz. Für Menschen, die wachsen möchten. Und die spüren: Manchmal beginnt etwas Großes mit einem leisen Schritt.

Seien Sie unser Gast und entdecken Sie sich bei uns neu!

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website sowie auf unseren Social Media Kanälen.

www.greisinghof.at

  [bildungshaus_greisinghof](https://www.facebook.com/bildungshaus_greisinghof)

+43 (0)5 17 859 120
bildungshaus@greisinghof.at

Bildungshaus Greisinghof
Mistlberg 20, A-4284 Tragwein



**„Aus tiefen Wurzeln
wächst Vertrauen –
und aus Begegnung
neue Hoffnung.“**

Editorial

Liebe Freundinnen und Freunde des Greisinghofs!

Sie halten heute ein ganz besonderes Kursprogramm in Händen: Es ist die Ausgabe in unserem 50-jährigen Bestandsjahr. Ein halbes Jahrhundert Bildungshaus Greisinghof – es ist kaum zu glauben!

Dass das Bildungshaus heute das ist, was es ist, verdanken wir vielen engagierten Menschen. Immer wieder erzählen uns Gäste, dass der Greisinghof für sie ein ganz besonderer Ort ist – ein Ort, an dem Rückzug, Begegnung und Beginn nicht nur Schlagworte sind. Hier kann der Alltag ganz bewusst zurückgelassen werden, lebendige Kommunikation entstehen und neue Kraft für die kommenden Aufgaben des Lebens geschöpft werden. Es ist ein Ort, an dem Menschen ihren ganz persönlichen Glaubensfragen Raum geben und ihren individuellen spirituellen Bedürfnissen nachgehen können. Viele gute Menschen haben dafür mit Weitblick den Boden bereitet. Denn den besonderen Geist eines Hauses kann man weder kaufen noch künstlich schaffen. Er muss wachsen und von Menschen gelebt werden: von jenen, die das Fundament gelegt haben, und von jenen, die diesen Geist weitertragen – ehrlich, ungekünstelt, echt und menschlich. Ein großer Dank gebührt vor allem den mutigen Männern des Ordens der Marianisten – allen voran dem bereits verstorbenen P. Alois Leitner SM sowie Siegfried Klein SM, der dieses Haus 34 Jahre

**„Was vor 50 Jahren
begonnen hat,
lebt heute in vielen
Menschen weiter.“**

lang entscheidend geprägt hat. Ein herzliches Dankeschön gilt auch dem Verein Bildungshaus Greisinghof und seinen Vereinspartnern, dem Orden der Marianisten und der Diözese Linz, die seit 2010 gemeinsam für die weitere Geschichte und Entwicklung des Greisinghofs Verantwortung tragen. Ebenso bedanken wir uns beim Land Oberösterreich, im Besonderen bei der Bildungsdirektion, die uns bei großen Projekten immer wieder unterstützt hat.

Doch auch wenn die Basis für ein Haus gelegt ist, braucht es Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die es mit Leben erfüllen und dieses Leben Tag für Tag erhalten. Deshalb gilt unser ganz besonderer Dank den vielen Menschen, die im Laufe der Jahre hier gearbeitet und den Greisinghof zu dem gemacht haben, was er heute ist. Vielen Dank allen, die seine Wurzeln gelegt haben. Vielen Dank allen, die das Pflänzchen gehegt und wachsen lassen haben. Und vielen Dank allen, die den Baum heute pflegen und weiter gedeihen lassen. In unserem diesjährigen Programmheft finden Sie als Beilage auch eine Festschrift anlässlich unseres Jubiläums. Sie lädt dazu ein, auf 50 bewegte Jahre zurückzublicken – und zugleich mit Zuversicht nach vorne zu schauen.

Mögen noch viele erfüllte Jahre dazukommen!

Herzlichst,

P. Mag. Hans Eidenberger SM

Geistlicher Assistent



Mag. Berthold Tauber

Bildungshausleiter





Kursprogramm

September / Oktober 2026

Wir starten in die Lieblingszeit - und das mit allen Sinnen. Wandernd, tanzend, achtsam. Wo lässt sich die Weisheit finden? Wann darf die Vergangenheit ruhen? Wer sich selbst spürt, sieht und fühlt, nimmt die Geschenke des Lebens dankbarer an. Dabei erfahren wir die Bibel lebendig und gleichen Asymmetrien fließend aus - dir zuliebe!



K 2609/1

Mit allen Sinnen unterwegs.

Leitung:
Franz Windischhofer,
Waldluftbademeister

Kursbeitrag:
EUR 50,00

Termin:
Montag, 31. August 2026, 14.00 Uhr bis
Donnerstag, 03. September 2026, 13.00 Uhr

Teilnehmer:
mind. 6, max. 15 Personen

Mitzubringen sind:
Festes Schuhwerk, Wanderbekleidung,
Regenschutz

Naturerlebnis-Wandertage rund um den Greisinghof

Die sanft hügelige Landschaft rund um den Greisinghof lädt dazu ein, Schritt für Schritt entdeckt zu werden. Auf abwechslungsreichen Wegen lässt sich die Natur des Mühlviertels in ihrer ganzen Vielfalt erleben. Gemeinsam mit Waldluftbademeister Franz Windischhofer begeben Sie sich auf geführte Touren zu altüberlieferten und neu entdeckten Naturkraftplätzen. Dabei tauchen Sie ein in die wohlthuende Atmosphäre der umliegenden Wälder und begegnen Besonderheiten sowie kleinen Wundern am Wegesrand.

Für Montagnachmittag und Donnerstagvormittag sind gemütliche Wanderungen mit einer Dauer von etwa 2 bis 2,5 Stunden geplant. Am Dienstag und Mittwoch erwarten Sie ausgedehnte Touren mit Gehzeiten von 5 bis 6 Stunden.

Sept/Okt

greisinghof

K 2609/2

Einfach weiterspielen – Gitarre für Fortgeschrittene.



Mehr Klang, mehr Sicherheit, mehr Freude am Spiel.

Du kennst bereits erste Akkorde und möchtest dein Gitarrenspiel sicherer, lebendiger und klangvoller machen? Dann lädt dich dieser Workshop ein, dranzubleiben, Neues auszuprobieren und deine Freude am Musizieren weiter wachsen zu lassen.

Im Gitarrenworkshop für leicht Fortgeschrittene mit Susanne Rockenschau-Doneus erweiterst du dein Repertoire an Akkorden, Schlag- und Zupfmustern. Gemeinsam begleiten wir bekannte Lieder unterschiedlicher Stilrichtungen und üben, wie Rhythmus, Klang und Ausdruck noch stimmiger werden.

Der Workshop verbindet gemeinsames Musizieren, Wiederholen und Ausprobieren – ganz ohne Leistungsdruck, aber mit vielen praktischen Impulsen für zu Hause. Voraussetzung sind Grundkenntnisse einfacher Akkorde und die Freude daran, Gitarre weiterzuspielen.

Leitung:

Susanne Rockenschau-Doneus,
Gitarrenlehrerin (Simply Guitar - Gitarrespielen ohne Noten), Ukulelelehrerin

Kursbeitrag:

EUR 183,00 + EUR 35,00 für Unterlagen

Termin:

Freitag, 04. September 2026, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 06. September 2026, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 6, max. 15 Personen

K 2609/3

„Oh, eine Skoliose!“

Was sagt Feldenkrais dazu?

Jeder Mensch hat eine Skoliose. Manche haben sogar zwei.

Niemand ist vollkommen symmetrisch. Erst wenn die Asymmetrie erstarrt, sprechen wir von Skoliose.

Entscheidend ist, wie wir eine Asymmetrie ausgleichen können, damit sie nicht erstarrt und zum Problem wird.

In der Feldenkrais-Methode beleuchten wir die vielen Komponenten einer Skoliose: Beziehung zwischen Becken und Kopf, Beweglichkeit von Schultergürtel, Schulterblättern und Nacken, Koordination von Augen, Ohren, Armen und Beinen, unsere Art zu gehen, stehen, sitzen u.v.a.m. Achtsam erforschen wir neue Bewegungsmöglichkeiten und erfahren eine neue Freiheit unserer Wirbelsäule mit all der damit verbundenen Lebensfreude. Wenn die Verbindung zwischen Wirbelsäule und Kopf wieder ins Fließen kommt, verbessert sich meist auch das Hören und Sehen. Die Lebenskraft ganz bestimmt.

Leitung:

Mag.a Sarah Gertraud Emmer
Dipl. Feldenkrais- und Bones for Life-Lehrerin, Tanzleiterin, Bewegungsanalytikerin

Kursbeitrag:

EUR 170,-

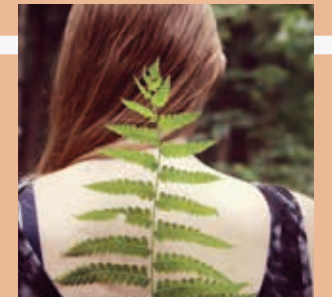
Termin:

Freitag, 04. September 2026, 18.00 Uhr
(Start mit Abendessen) bis
Sonntag, 06. September 2026, 12.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 10 und max. 12 TN

Mitzubringen sind: Eine große Decke und ein großes Handtuch, bequeme Bewegungskleidung, Pulli/Weste und warme Socken sind ratsam.



Sept/Okt

Herzliche EINLADUNG

Sa, 12.09.2026

ab 14.00 Uhr

So, 13.09.2026

ab 9.30 Uhr

Wurzeln bewahren.

Zukunft gestalten.

Programm Sa, 12.09.26

Impulse • Begegnungen • Festmomente

14.00 Uhr | Willkommen & Einführung in den Jubiläumsnachmittag

Eröffnung der Fotocollagen-Ausstellung von Franz Oppenauer

14.30 – 16.00 Uhr | Workshops zu Bibel, Spiritualität und dem Jubiläumsmotto

Mit Beiträgen von:

• Mag. Bohdan Hanushevsky: Dance - Pray - Sing

• Mag. Gernot Candolini: Labyrinth und Lebensweg

• Mag. Karin Hintersteiner: Du stellst meine Füße auf weiten Raum (Ps 31)

• Maria Punz: Schreiben als Ressource - Wenn unseren Flügeln Wurzeln wachsen ...

• Mag. Benedikt Wenzel: Der Greisinghof: Ein Lebens- und Lernort

• P. Mag. Hans Eidenberger SM: Bibelgarten – Atemraum Gottes

• Mag. Martin Kolozs: Die Marianisten aus der Sicht des Regionalarchivs

• Sr. Maria Schlackl: entwurzelt – verwurzelt – LEBEN braucht Wurzeln

• Marta Leonhartsberger: Biblische Erzählfiguren

Workshopdetails & Anmeldung: www.greisinghof.at

17.00 Uhr | Festakt „Wurzeln bewahren – Zukunft gestalten“

Begrüßung der Festgäste

Impulsvortrag von MMag. Dr. Magdalena M. Holztrattner, MA

Talkrunde mit den Ehrengästen

Moderation: Dr. Christian Pichler | Musikalische Gestaltung: Kohelet 3

19.00 Uhr | Kulinarische Pause mit Schöpfgerichten & Fingerfood

20.00 Uhr | Kabarett „z’fleiß katholisch“ mit Günther Lainer & Ernst Aigner

Programm So, 13.09.26

Segen • Gemeinschaft • Feiern

09.30 Uhr | Festgottesdienst mit Bischofsvikar Dr. Hans Hintermaier

Musikalische Gestaltung durch das Adalbert Stifter Gymnasium Linz

Im Anschluss: | Frühschoppen im Innenhof

mit dem Musikverein Tragwein und kulinarischen Schmankerln

Anmeldungen zu den Workshops und/oder dem Festakt bis spätestens 31. August 2026 per Mail an bildungshaus@greisinghof.at oder telefonisch unter 0517 859 120.

Details und Anmeldung auf www.greisinghof.at

Alle Infos auf www.greisinghof.at



K 2603/4d

Lehrgang: Einfühlsame Sterbebegleitung.

Leitung:

Raffael Boriés, Sterbe- und Trauerbegleiter,
Autor und Referent

Kursbeitrag:

EUR 195,- pro Modul

Termine:

4. Modul: Fr, 04.09.2026 - So, 06.09.2026
5. Modul: Fr, 02.10.2026 - So, 04.10.2026
6. Modul: Fr, 30.10.2026 - So, 01.11.2026

Beginn jeweils freitags um 16.00 Uhr,
Ende sonntags um 13.00 Uhr

Detailinfos als PDF gerne per Email:
bildungshaus@greisinghof.at

Modul 4 bis 6 des Lehrgangs - auch einzeln buchbar

Die abschließenden Module der Ausbildungsreihe widmen sich der achtsamen und würdevollen Begleitung am Lebensende. Im Mittelpunkt stehen einfühlsame Kommunikation, die Bedürfnisse sterbender Menschen sowie die Begleitung von Angehörigen.

Die Teilnehmenden erhalten Einblicke in Hospiz- und Palliativarbeit, setzen sich mit spirituellen Ritualen und rechtlichen Fragen auseinander und beschäftigen sich mit Abschied, Trauer und einer hilfreichen Begleitung in Krisenzeiten. Auch die Herausforderungen bei der Begleitung von Menschen mit Demenz werden thematisiert. Die Module vermitteln praxisnahes Wissen und schaffen zugleich Raum für persönliche Fragen und Erfahrungen. Sie richten sich an alle, die sterbende Menschen bewusster, sicherer und mit mehr Verständnis begleiten möchten. Gasthörer sind herzlich willkommen.



K 2609/4

Dance - Pray - Sing.

Leitung:

Ewa und Mag. Bohdan Hanushevsky

Kursbeitrag:

EUR 25,- pro Termin

Termine:

a) Donnerstag, 17. September 2026
b) Donnerstag, 15. Oktober 2026
c) Donnerstag, 12. November 2026
d) Donnerstag, 14. Jänner 2027
e) Donnerstag, 11. Februar 2027
f) Donnerstag, 18. März 2027
g) Donnerstag, 08. April 2027
h) Donnerstag, 13. Mai 2027
i) Donnerstag, 17. Juni 2027

Jeweils 16.00 bis 18.30 Uhr
Mindestens 10 TeilnehmerInnen.

Fröhliche und meditative Lieder und Tänze aus Osteuropa, Israel und anderen Regionen der Welt – begleitet von Live-Musik

„Es gibt eine Zeit zu weinen, eine Zeit zu lachen, eine Zeit zu singen, zu spielen – und eine Zeit zu tanzen ...“ (nach Kohelet 3,1ff)

An diesem besonderen Nachmittag feiern wir das Leben in seiner Vielfalt. Mit einfachen Kreistänzen und berührenden Liedern aus verschiedenen Kulturen – vor allem aus Osteuropa und Israel – lassen wir Körper und Seele in Bewegung kommen. Es braucht keine Vorkenntnisse, keine großen Schritte – nur die Freude an der Musik, an der Bewegung und am Miteinander. Wir tanzen und singen mit wenig Anleitung und vielen offenen Herzen – kraftvoll, still, ausgelassen, verbunden. Die Live-Musik von Kohelet 3 trägt und begleitet uns dabei. In der Pause gibt es Zeit zum Innehalten und Stärken – bei Tee, Butterbrot mit Salz & frischen Kräutern.

K 2609/5

Lieblings-Zeit.



Ein stärkender Beziehungstag für Paare – mit Raum für Nähe, Austausch und neue Impulse

Im Alltag bleibt die bewusste Zeit zu zweit oft auf der Strecke. Dieser Beziehungstag lädt dazu ein, der Partnerschaft wieder einmal ganz bewusst Raum zu geben: miteinander ins Gespräch kommen, gemeinsam lachen, Nähe und Vertrauen genießen und neu entdecken, welche Kraft in der eigenen Beziehung steckt.

Johanna und Gerald Mülleder begleiten den Tag mit abwechslungsreichen Impulsen, lebendigen Methoden und Anregungen zu zentralen Beziehungsthemen. Eine wertvolle Auszeit für Paare, die sich und ihrer Beziehung etwas Gutes tun möchten.

Leitung:

Johanna & Gerald Mülleder
verheiratet, 3 Kinder, DGKP, Referenten in der Ehevorbereitung sowie zu Beziehungs-, Männer- und Frauenthemen

Kursbeitrag:

EUR 66,- pro Person

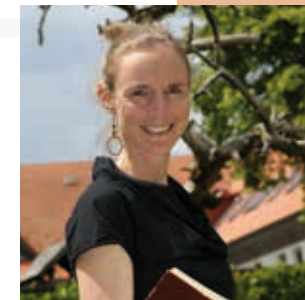
Termin:

Samstag, 26. September 2026,
9.30–17.00 Uhr

5 bis max. 9 Paare

Kooperationsveranstaltung

Ein Weg für die Seele.



Wanderung für trauernde Menschen

Körperlich in Bewegung kommen, die Natur spüren, an Verstorbene denken, ins Gespräch kommen. Fühl dich eingeladen zu einer Wanderung gemeinsam mit Menschen, die, so wie DU, einen Verlust betrauern.

Wir werden ca. 2 ½ Stunden in gemütlichem Tempo auf dem 5,6 km langen Höhenweg rund um den Greisinghof unterwegs sein. Impulspausen können zum Wahrnehmen und Nachdenken einladen. Die gemeinsame Zeit wird mit einem Mittagessen im Greisinghof beendet.

Leitung:

MMag. Astrid Hollaus/Theologin, Seelsorgerin, Gesprächsleiterin

Begleitung:

Team Trauerpastoral des Dekanates Unterweißenbach

Unkostenbeitrag:

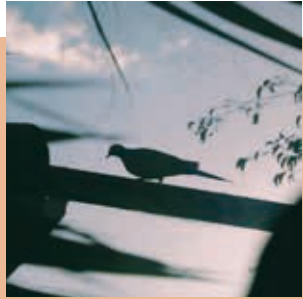
EUR 20,-

Termin:

Samstag, 26. September 2026,
09.00 bis ca. 14.00 Uhr,
gemeinsames Mittagessen inkludiert

Anmeldung:

astrid.hollaus@dioezese-linz.at
0676/87766326



K 2609/6

Mir zuliebe.

Leitung:

Maria Punz, Schreibgruppenleiterin
(Poesie- und Bibliotherapie), Gestaltpädagogin

Kursbeitrag:

EUR 15,- pro Termin
Termine sind einzeln buchbar

Termine :

jeweils Montag, 18.00 bis 19.30 Uhr

- a) 28. September 2026
- b) 23. November 2026
- c) 11. Jänner 2027
- d) 01. März 2027
- e) 12. April 2027
- f) 24. Mai 2027

Mind. 6 TN

Schreib-Auszeit zur blauen Stunde

Die blaue Stunde ist eine besondere Tageszeit, zu der das Licht weicher wird und die Gedanken ihr Tempo und ihre Lautstärke zurücknehmen. Sie erinnert uns an die Flüchtigkeit des Augenblicks und lädt zum Innehalten ein. Diese Auszeit zur blauen Stunde ist ein Ort der Verabredung mit sich selbst. Sie ist eine Einladung an alle, die sich schreibend begegnen und ihr kreatives Selbst nähren und entfalten wollen, ohne Leistungsdruck und Bewertung, aber mit viel Inspiration. Nach einer kurzen Einstimmungsrunde eröffnet ein Schreibimpuls eine stille Schreibzeit. Anschließend ist der Raum offen für das Teilen der Texte und einen wertschätzenden Austausch. Es ist keinerlei Schreiberfahrung erforderlich. „Mir zuliebe“ eignet sich auch für alle, die ihre (noch) schlummernde Schreiblust in der geschützten Atmosphäre einer achtsamen Gruppe wecken möchten.



Kooperationsveranstaltung

Marmelade und Miteinander.

Leitung:

MMag. Astrid Hollaus/Theologin, Seelsorgerin,
Gesprächsleiterin

Begleitung:

Team Trauerpastoral des Dekanates Unterweiß-
enbach

Unkostenbeitrag:

EUR 15,-

Termin:

Montag, 28. September 2026,
08.30 bis 10.30 Uhr

Anmeldung:

MMag. Astrid Hollaus
astrid.hollaus@dioezese-linz.at
0676/877666326
:

Frühstück für Verwitwete

Ein gemütliches Frühstück genießen, plaudern, sich erinnern oder einfach zusammen sein. Sich austauschen mit Menschen, die, so wie Du, einen Verlust erlitten haben, weil kürzlich oder auch schon vor längerer Zeit die Lebenspartnerin/ der Lebenspartner verstorben ist.

Mit Menschen, die diesen Weg bereits auf unterschiedliche Art und Weise beschritten haben. Gemeinsam Lachen und Weinen, Schweigen und Reden, Alltägliches und Tiefgründiges besprechen. Wir freuen uns auf ein zwangloses Treffen in geschützter Atmosphäre.

K 2609/7

Die Weisheitswege des Labyrinths.



Wanderexerzitien 2026

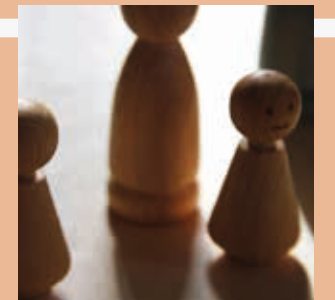
Das neu angelegte Labyrinth am Greisinghof wird uns ein zentraler Impulsgeber sein für unsere Exerzitientage. Wie beim Wandern, so geht es auch im Leben nicht immer nur geradeaus. Wendungen in Form von Ab- und Zuwendungen begegnen uns immer wieder. Fest verankert ist dabei aber die Gewissheit, dass der Weg zum Licht, zur Mitte, zur Christus-Sonne führt.

Gestaltungselemente: eine längere Wanderung pro Tag (ca. 3h), Zeiten der Stille, spirituelle Impulse, meditative Elemente und Eucharistiefeier. Da wir auch bei schlechter Witterung gehen, bitte festes Schuhwerk und Regenschutz mitbringen. Eine Sitzunterlage ist auch empfehlenswert.



K 2610/1

Gehen mit dem Geist.



Familienaufstellen nach Bert Hellinger

„Entwicklung findet statt, wenn die Vergangenheit vorbei sein darf.“

Bert Hellinger

Familiäre Prägungen, alte Verletzungen und unausgesprochene Themen können unser Leben oft unbewusst beeinflussen. Beim Familienaufstellen nach Bert Hellinger werden solche Zusammenhänge sichtbar und können aus einer neuen Perspektive betrachtet werden.

In einem geschützten Rahmen werden persönliche Anliegen achtsam angeschaut. Dabei kann deutlich werden, wo alte Muster, Bindungen oder Verstrickungen wirken – und welche Schritte zu mehr Klarheit und innerer Entlastung beitragen können.

Die Methode lädt dazu ein, die eigene Familiengeschichte bewusster wahrzunehmen und neue Handlungsmöglichkeiten für das eigene Leben zu entdecken.

Leitung:

Helga Mahrer, Dipl. Mentaltrainerin nach
Tepperwein, Dipl. Kundalini-Yogalehrerin,
Dipl. Shiatsu-therapeutin, Dipl. Lebens- und
Sozialberaterin

Kursbeitrag:

EUR 150,00 für Aufsteller mit eig. Thema
(inkl. Vorgespräch)
EUR 70,00 für Darsteller

Termin

Samstag, 03. Oktober 2026,
09.00 bis 15.30 Uhr

Teilnehmer:

mind. 6, max. 12 Personen



Gastseminar

Aus unserer Mitte leben.

Leitung: Marianne und Mag. Gerhard Lehrner, Meditationsbegleiter

Kursbeitrag:
EUR 5,- je Einheit

Termine Geübte:

- a) Do, 08.10. | Fr, 09.10.26
- b) Do, 05.11. | Fr, 06.11.26
- c) Do, 03.12. | Fr, 04.12.26
- d) Do, 07.01. | Fr, 08.01.27
- e) Do, 04.02. | Fr, 05.2.27
- f) Do, 04.03. | Fr, 05.03.27
- g) Do, 08.04. | Fr, 09.04.27
- h) Do, 13.05. | Fr, 14.05.27
- i) Do, 10.06. | Fr, 11.6.27

DO 19.30 bis 21.00 Uhr | FR 8.30 bis 10.00 Uhr

Meditationskurs für Geübte: Schritte zu einem achtsameren Leben und zum Jesusgebet

Viele Menschen sehnen sich nach mehr Stille und sind auf der Suche nach einer einfachen Gebetsweise, in der es keine Worte braucht. Wir meditieren im Wahrnehmen unseres Körpers und Atems. Herz und Gefühle sind dabei wichtiger als der Kopf mit seinen Gedanken.

Die Stille wird uns öffnen für das, was uns zutiefst betrifft, hier und jetzt. Die Ausrichtung auf Gott gibt Halt und befreit vom „Alles Machen-müssen“. Gestärkt von unserer inneren Quelle und der Gemeinschaft können wir achtsamer in unserem Alltag leben.

Anmeldung: gerhard.lehrner@a1.net, 0664/917 25 26



K 2610/2

Qi Gong - Meditation - Atem.

Leitung:

Anita Maria Eckerstorfer
Dipl. Shiatsu-Praktikerin, Dipl. Qi Gong
Lehrerin, Kräuterefachfrau

Kursbeitrag:
EUR 75,-

Termin:
Samstag, 10. Oktober 2026,
10.00 bis 18.00 Uhr

Teilnehmer:
mind. 10, max. 15 Personen

Mitzubringen: Bequeme Kleidung für drinnen und draußen, dicke Socken, Matte und Polster für Übungen am Boden, evtl. Schreibunterlagen

Mit Qi Gong ankommen im Hier und Jetzt

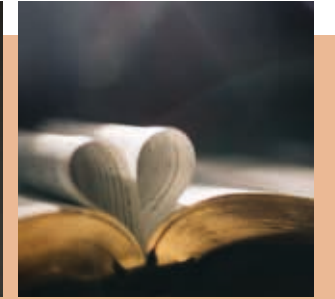
„Das Leben ist nur im Hier und Jetzt verfügbar! Dies ist der beste Augenblick Deines Lebens!“ Thich Nhat Hanh

Im Trubel unseres Alltags sind wir meist auf die Zukunft fokussiert. Dabei vergessen wir, dass das wahre Leben nur im gegenwärtigen Moment stattfindet. Im Englischen heißt es – the present moment – der geschenkte Moment!

Um uns des Hier und Jetzt gewahr zu werden, üben wir uns an diesem Tag in Qi Gong, Meditation und Atmung. In der wunderschönen Umgebung des Greisinghofs haben wir bei Schönwetter die Möglichkeit, uns mit der Kraft der Natur zu stärken!

K 2610/3

bibel-fest.



Mit meinem Gott überspringe ich Mauern

Beim bibel-fest nähern wir uns in verschiedenen Workshops den vielfältigen Zugängen zu Gott in den biblischen Büchern. Jede biblische Stimme erzählt aus einer eigenen Glaubenserfahrung heraus – davon, was Menschen an Gott und an Jesus bewegt, stärkt und aufbrechen lässt. Dabei geht es nicht nur um Wissen über biblische Texte, sondern um die Frage, wie sie heute zu uns sprechen können: in unseren Erfahrungen, in unseren Fragen und in unserem Leben. Im gemeinsamen Hören, Fragen und Austauschen wollen wir Gottes Wort lebendig werden lassen und Kraft für unseren Alltag schöpfen.

Das Fest wird auch an Ingrid Penner erinnern, die am Greisinghof vielen Menschen einen offenen und lebendigen Zugang zur Bibel eröffnet hat.

Begleitung:

Franz Kogler, P. Hans Eidenberger SM,
Renate Hinterberger-Leidinger, Astrid
Hollaus, Martha Leonhartsberger, Franz
Schlaginitweit, Martin Zellinger

Kursbeitrag:
EUR 30,-

Termin:

Samstag, 10. Oktober 2026, 09.00 Uhr bis
Sonntag, 11. Oktober 2026, 12:30 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 20 Personen

K 2610/4

Selbstmitgefühl.



Werde dir selbst zur guten Freundin

Unser Alltag ist oft geprägt von Anforderungen, Erwartungen und dem Wunsch, allem gerecht zu werden. Leistung zählt viel in unserer Gesellschaft – und nicht selten entsteht daraus innerer Druck. Während wir anderen Menschen meist mit Verständnis und Mitgefühl begegnen, sind wir mit uns selbst oft streng und kritisch.

In diesem Workshop richten wir den Blick liebevoll nach innen. Wir üben, sanfter mit uns selbst umzugehen, die eigene innere Stimme bewusster wahrzunehmen und Selbstmitgefühl als stärkende Ressource im Alltag zu entdecken.

Theoretische Impulse, achtsame Körperübungen, kreatives Gestalten und Zeit für wertschätzenden Austausch laden dazu ein, sich selbst mit mehr Freundlichkeit, Geduld und Wohlwollen zu begegnen.

Leitung:

Claudia Haunschmid, Prozessbegleiterin
für Frauen, Coach für Neurosystemische
Integration®, ganzheitlich-integrative
Traumaarbeit

Elisabeth Ackerer, Dipl. Lebens- und
Sozialberaterin, Coach für Neurosystemi-
sche Integration®, ganzheitlich-integrative
Traumaarbeit

Kursbeitrag:
EUR 180,-

Termin:

Samstag, 10. Oktober 2026, 10.00 Uhr bis
Sonntag, 11. Oktober 2026, 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 15 Personen

KUNST

im Greisinghof

Vernissage mit Eva Fuchs DI, 13.10.26, 19.00 Uhr

„Im JETZT landen“

Zur Ausstellung spricht: Mag. Ernst Hager
Musik: Herbert Altzinger, Laute
Kulinarische Umrahmung

Über die Künstlerin

Eva Fuchs

Geboren 1948 in Aschach an der Donau.
Nach 30-jähriger Arbeit als Psychotherapeutin,
Supervisorin und Leiterin systemischer Aufstellungen
kam sie durch ihren Mann Wolfgang Fuchs
in die Kunstszene.
Diese Begegnung animierte sie dazu, selbst künstle-
risch tätig zu werden. 2018 fand sie nach einem Acryl-
kurs bei Burgi Steininger zur Arbeit mit Collagen und
Bildern in Mischtechnik.

2011 erschien ihr Buch „In Liebe aufgehoben“ mit Illust-
rationen von Mag.a Ildiko Jell im Verlag INNSALZ.

www.evafuchs.at



K 2610/5

Gesehen. Gespürt. Lebendig.



Ein Tag für dich, deinen Körper und deine Partnerschaft: Bewegung · Berührung · Entspannung

Wann hast du dich zuletzt wirklich wahrgenommen — bewusst, ruhig, ganz da? Dieser Tag gehört dir — und dem Menschen an deiner Seite. Gemeinsam schaffen wir einen geschützten Kreis, der trägt und nährt. Wir bewegen uns, wir lauschen nach innen, wir berühren und werden berührt — spielerisch, lebendig, mit allen Sinnen. Die Übungen wechseln zwischen angeleiteten Momenten für alle und Begegnungen zu zweit. Ein Klopfen, eine ruhige Hand, ein achtsamer Blick. Berührung als lebendige Sprache - direkt, einfach, wirkungsvoll. Ein Tag, der euch trägt.

Leitung:

Doris Berger, Pilatetrainerin und Cranio-
sacral-Praktikerin, Mutter zweier Kinder.
Arnold Berger, Shiatsu-Praktiker, Yiquan-
Trainer, Vater und Kunstschler

Kursbeitrag:

EUR 160,- / Paar und Termin

Termine:

Samstag, 17. Oktober 2026
Samstag, 12. Dezember 2026
Samstag, 22. Mai 2027
Jeweils von 09:30 bis 18:00 Uhr
Termine einzeln buchbar!

Teilnehmer:

mind. 6, max. 12 Paare
Mitzubringen: Matte, Decke, Notizblock

K 2610/6

Herbst- YOGA-Retreat.



Tauche ein in die Ruhe und Kraft des Herbstes

Eine inspirierende Kundalini-Yoga-Reise mit Helga Mah-
rer – für einen erholsamen und kraftvollen Start in den Herbst.
Dieses exklusive Yogaretreat bietet Raum, um in Einklang mit
sich selbst zu kommen. Inmitten wohlthuender Kundalini-Yoga-
einheiten, meditativer Auszeiten und bereichernder Naturerleb-
nisse finden Körper, Geist und Seele neue Balance und Stärkung.
Der Alltag darf losgelassen werden – Ruhe, Klarheit und neue Energie
können entstehen. Besonders wirkungsvoll sind die klar geführten
Meditationen, die in diesem Retreat eine zentrale Rolle einnehmen.
Ergänzt wird das Programm durch mentale Impulse, Atemübun-
gen, das Chanten von Mantras sowie durch eine tief entspannen-
de Abendeinheit und eine besonders nährnde Morgeneinheit.
Helga Mahrer begleitet die Teilnehmenden achtsam auf dieser beson-
deren Reise zur inneren Balance.

Leitung:

Helga Mahrer, Dipl. Mentaltrainerin nach
Tepperwein, Dipl. Kundalini-Yogalehrerin,
Dipl. Shiatsu-therapeutin, Dipl. Lebens-
und Sozialberaterin

Kursbeitrag:

EUR 120,-

Termin:

Samstag, 24. Oktober 2026, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 25. Oktober 2026, 15.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 8, max. 15 Personen

Mit Abend- und Morgeneinheiten!

Sept/Okt



K 2610/7

Lebendiger Zugang zur Bibel.

Leitung:

Dr. Franz Kogler, Em. Leiter Bibelwerk Linz

Kursbeitrag:

freiwillige Spende

Termin:

Samstag, 24. Oktober 2026, 09.00 Uhr bis
Sonntag, 25. Oktober 2026, 12.30 Uhr

Teilnehmer:

mind. 7, max. 15 Personen

Fortbildung für Bibelrundenleiter:innen

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die bereits eine Bibelrunde leiten, ebenso wie an alle, die eine Runde beginnen möchten. Neben Informationen und dem Einüben von Methoden bleibt Zeit für den Austausch von Erfahrungen.

- Welche Bibeltexte eignen sich für eine Bibelrunde?
- Welche Methoden sind hilfreich – und wo finde ich Informationen dazu?
- Wie bringe ich Menschen ins Gespräch?
- Wie gehe ich mit Besserwissern und Vielrednern um?

„Mit der Bibel ist es wie mit dem Brot. Über das Brot kann man diskutieren, man kann es analysieren und in seine Bestandteile auflösen, doch nur dem, der das Brot isst, gibt und stärkt es das Leben.“

Erich Zenger



K 2610/8

Dankbar für die Geschenke des Lebens.

Leitung:

Veronika Santer, Meditationsleiterin,
Integrative Tanzpädagogin, Lebens- und
Sozialberaterin, Energetikerin

Kursbeitrag:

EUR 95,-

Termin:

Freitag, 30. Oktober 2026, 15.00 Uhr bis
Samstag, 31. Oktober 2026, 17.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 7, max. 16 Personen

Tänze für die Seele

Der Herbst lädt uns ein, innezuhalten und auf die Fülle des Lebens zu schauen. Es ist die Zeit der Ernte – nicht nur in der Natur, sondern auch im Blick auf all das, was uns im Laufe des Jahres geschenkt wurde. Manches davon liegt klar vor Augen, anderes möchte vielleicht erst entdeckt, erinnert und bewusst wahrgenommen werden.

An diesem Wochenende geben wir mit einfachen Kreistänzen, kurzen meditativen Übungen und wertschätzendem Austausch jenen Themen Raum, die uns innerlich bewegen. Die wiederkehrenden Schritte, die Musik und das gemeinsame Tanzen können helfen, Erlebtes nachklingen zu lassen, zur Ruhe zu kommen und neue Leichtigkeit, Freude und Dankbarkeit zu spüren.

Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Eingeladen sind alle, die Freude an Musik, Bewegung, Gemeinschaft und Tanz haben.



Wo Zukunft Wurzeln schlägt

Man kann die Geschichte des Greisinghofs mit Jahreszahlen erzählen. Mit Bauphasen, Leitungswechseln und Jubiläen. Man kann von Landwirtschaft, Noviziat, Bildungshaus und Bibelgarten berichten. Doch wer den Greisinghof kennt, weiß: Seine eigentliche Geschichte lässt sich nicht in Gebäuden oder Chroniken festhalten. Sie steckt in den Menschen.

In jenen, die hier gelebt, gearbeitet, gebetet und gelernt haben. In Begegnungen, die diesen Platz über Generationen hinweg geprägt haben. Vielleicht ist es genau das, was den Greisinghof so besonders macht: Er war nie nur ein Hof. Er war immer ein Stück Lebensgeschichte vieler Menschen.

Noch war nichts vorgezeichnet

Als die Marianisten den Greisinghof im Jahr 1904 erwarben, war von einem Bildungshaus noch keine Rede. Der Hof diente der Versorgung der Ordensgemeinschaft, gleichzeitig wurde das Noviziat hierher verlegt. Junge Männer kamen nach Greising, um sich auf das Ordensleben vorzubereiten. Arbeit, Gebet und Gemeinschaft bestimmten den Alltag. Wer damals den Greisinghof besuchte, sah Felder,

Stallungen und Wirtschaftsgebäude. Und doch entstand hier bereits etwas, das weit über Landwirtschaft hinausreichte: ein Platz, an dem junge Menschen Orientierung fanden und Verantwortung übernehmen lernten. Diese Grundlagen sollten auch die Herausforderungen der kommenden Jahrzehnte überdauern.

Menschen kommen. Menschen gehen. Geschichten bleiben.

Im Laufe seiner Geschichte hat der Greisinghof viele Menschen beherbergt. Einige von ihnen sind bekannt geblieben. Zu ihnen zählt Jakob Gapp. Der junge Marianist verbrachte 1920 als Novize ein Jahr am Greisinghof. Viele Jahre später, kurz vor seiner Hinrichtung durch die Nationalsozialisten, bezeichnete



„Denn letztlich sind es
nicht die Mauern, die den
Greisinghof ausmachen.
Es sind die Spuren, die
Menschen hier hinterlassen.“



er diese Zeit als „das schönste Jahr seines Lebens“. Was ihn so tief geprägt hat, wissen wir nicht. Vielleicht war es die besondere Atmosphäre dieses Ortes. Vielleicht das Miteinander. Vielleicht die Erfahrung, für eine Zeit angekommen zu sein. Jakob Gapp ist einer von vielen Menschen, deren Lebensweg mit dem Greisinghof verbunden ist. Andere Namen sind längst vergessen. Geblieben sind ihre Geschichten – und die Spuren, die sie hinterlassen haben.

Viele Hände, eine Vision

Als in den 1950er-Jahren die Kirche am Greisinghof entstand, war das weit mehr als ein Bauprojekt. In den Aufzeichnungen jener Zeit wird ausdrücklich erwähnt, dass viele Handlangerarbeiten von den Bewohnern des Hauses sowie von „guten Nachbarn und Freunden des Hauses“ übernommen wurden. Dieser Satz erzählt viel über den Greisinghof. Denn dieser Hof war nie etwas, das nur auf Plänen entstand. Von Anfang an lebte er von Menschen, die bereit waren, Ideen zu entwickeln, mitanzupacken und gemeinsam etwas wachsen zu lassen.

Bis heute ist diese Verbundenheit mit der Region spürbar. Nachbarn, Freunde und Wegbegleiter prägen den Greisinghof weiterhin und helfen mit, dass er sich weiterentwickeln kann, ohne seine Wurzeln zu verlieren. Manche begleiten das Haus seit Jahr-

zehnten. Andere entdecken es gerade erst für sich.

Ein mutiger Neuanfang

In den 1970er-Jahren stand der Greisinghof erneut an einem Wendepunkt. Die Landwirtschaft hatte ihre Bedeutung verloren, das Noviziat war aufgelöst worden. Es stellte sich die Frage, wie es weitergehen soll. Die Antwort war ebenso einfach wie mutig: Man öffnete die Türen.

1976 wurde aus dem ehemaligen Gutshof ein Begegnungs- und Bildungshaus. Siegfried Klein SM und Pater Alois Leitner SM übernahmen die Leitung und prägten die ersten Jahrzehnte mit ihrer Vision eines Hauses, das Bildung, Spiritualität und menschliche Begegnung auf der Grundlage marianistischer Werte miteinander verbindet.

Was damals begann, prägt den Greisinghof bis heute. Menschen sollten hier nicht nur Wissen erwerben, sondern Orientierung finden. Sie sollten Fragen stellen dürfen, miteinander ins Gespräch kommen und ihren Glauben, ihr Leben und ihre Zukunft reflektieren können.

Bildung mit Herz und Haltung

Schon bald entwickelte sich der Greisinghof zu einem Ort, der weit über die Region hinaus Interessierte anzog. Die Gründung der Bibelschule Greisinghof, Bibeltage, Exerzitien, Meditationsangebote, Bibelrei-

sen und zahlreiche spirituelle Seminare machten das Haus zu einem Zentrum christlicher Erwachsenenbildung. Viele kamen nicht wegen fertiger Antworten, sondern weil sie suchten: nach Tiefe, nach Orientierung und nach einem Glauben, der nicht abstrakt bleibt, sondern das Leben berührt.

Ein Garten als Sinnbild

Wer gegenwärtig den Bibelgarten besucht, erlebt mehr als Pflanzen und Wege. Als P. Hans Eidenberger SM im Jahr 2003 Österreichs ersten Bibelgarten am Greisinghof verwirklichte, schuf er einen Ort, der vieles sichtbar macht, was den Greisinghof auszeichnet: Wachstum braucht Zeit. Wurzeln brauchen Tiefe. Und Zukunft entsteht dort, wo Entwicklung Raum bekommt.

„Der Mensch darf seinen ersten Lebenstag im Angesicht des Gartens beginnen.“ Dieses Bild, das Hans Eidenberger hier malt, beschreibt das Anliegen des Hauses besonders treffend.

Wir schreiben die Geschichte weiter

Heute finden am Greisinghof jährlich rund 380 Veranstaltungen statt. Rund 8.000 Gäste werden jedes Jahr willkommen geheißen. Doch die eigentliche Bedeutung des Hauses lässt sich nicht in Zahlen ausdrücken. Sie zeigt sich in Gesprächen, die neue Perspektiven eröffnen. In Erfahrungen, die lange

nachwirken. In Freundschaften, die hier ihren Anfang genommen haben. Und manchmal in der Erkenntnis, dass ein einziger Impuls genügen kann, um einen neuen Weg einzuschlagen.

Was Gäste als stimmig erleben, beginnt oft lange bevor ein Seminar startet: in der Planung, in der Vorbereitung der Räume, in der Küche, im Service, in der Reinigung, in der Haustechnik und in vielen kleinen Aufmerksamkeiten. Rund um Bildungshausleiter Mag. Berthold Tauber wirkt ein Team, das den Greisinghof im Alltag lebendig hält – verlässlich, gastfreundlich und mit Gespür für das, was diesen Ort ausmacht.

Wurzeln bewahren. Zukunft gestalten.

Fünfzig Jahre Bildungshaus Greisinghof sind ein Grund zum Feiern. Doch die Geschichte dieses Hauses beginnt lange davor – und sie endet nicht mit einem Jubiläum. Sie wird weitergeschrieben: von jenen, die hier arbeiten, lehren, lernen, einkehren, mitgestalten und wiederkommen.

Denn letztlich sind es nicht die Mauern, die den Greisinghof ausmachen. Es sind die Spuren, die Menschen hier hinterlassen. Sie waren seine Wurzeln. Und sie sind seine Zukunft.

Alle Infos zum Jubiläumsfest auf www.greisinghof.at



Kursprogramm

November / Dezember 2026

Wenn es dunkel wird, brennt das Herz umso mehr. Wir entdecken die Kraft des Reduzierens und die Fülle an Energie. Künstlerisch tasten wir uns an unsere Gefühlswelt heran und entdecken uns dabei selbst auf Umwegen. Mit der Magie der Rohnächte tanzen wir zwischen den Jahren durch 12 Türen ins neue Jahr.



K 2611/1

Auszeit für mich.

Leitung:

Mag.^a Nina Patter, Dipl. Fastenleiterin, Pharmazeutin, Apothekerin & Gesundheits-therapeutin mit den Schwerpunkten Darm-gesundheit, Mikronährstoffe, Ernährung & ganzheitliche funktionelle Medizin, Mental- & Achtsamkeitstrainerin

Kosten:

EUR 950,- (inkl. Nächtigung und Verpflegung, exkl. Ortstaxe)

Termin:

Sonntag, 01. November 2026, 15.00 Uhr bis
Samstag, 07. November 2026, 11.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 5, max. 12 Personen

Neue Energie mit Autophagie-Basenfasten

Ist dir gerade alles ein bisschen zu viel? Sehnst du dich nach Ruhe, Natur und Zeit nur für dich – ganz ohne Funktionieren und To-do-Listen? Diese Woche bietet dir eine sanft begleitete Auszeit mit Autophagie-Basenfasten – ideal, um Körper, Geist und Seele zu entlasten. Du genießt schmackhaftes, rein basisches Essen, unterstützt die Entgiftung deiner Organe, förderst die Zellerneuerung und gibst auch deinem Kopf Raum zum Aufatmen. Tägliche Wanderungen in der kraftspendenden Umgebung des Greisinghofs, Meditationen, Achtsamkeitsübungen und Impulse begleiten deinen Prozess. Ergänzend kannst du vor Ort wohltuende Detox- und Entspannungsbehandlungen buchen. Basenfasten in Kombination mit Intervallfasten stärkt die Gesundheit ganzheitlich: Es entlastet, reinigt und regeneriert – sanft, wirksam und nachhaltig.

Nov/Dez

greisinghof

K 2611/2

Gitarre lernen mit Freude.



LON I - Für Anfänger:innen ohne Vorkenntnisse

Du wolltest schon immer Gitarre spielen lernen? An diesem Wochenende gelingt der Einstieg ganz entspannt und ohne Notenkenntnisse. Schritt für Schritt lernst du die Grundlagen des Gitarrenspiels kennen: erste Akkorde, einfache Schlagmuster und ein gutes Gefühl für Rhythmus und Klang.

Schon bald begleiten wir gemeinsam bekannte Lieder und erleben, wie viel Freude im gemeinsamen Musizieren steckt. Spielerisch, unkompliziert und mit viel Zeit zum Ausprobieren wächst das Vertrauen in die eigenen musikalischen Fähigkeiten. Im Mittelpunkt stehen nicht Leistung und Perfektion, sondern die Freude am Klang, am gemeinsamen Singen und am Musizieren in der Gruppe.

Leitung:

Walter Nimmerfall, Gitarrenlehrer und Liedermacher, Gründer der LON-Gitarren-kurse

Kursbeitrag:

EUR 148,-

Termin:

Freitag, 06. November 2026, 15.30 Uhr bis
Samstag, 07. November 2026, 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 7, max. 12 Personen

K 2611/3

Der Umweg als Entdeckungsraum.



Ressourcenorientierte Schreibwerkstatt

„Der direkteste Weg ist immer der Umweg.“ C. G. Jung

Umwege gehören zur Geschichte des Menschen – in alten Mythen, Märchen, Heldengeschichten und in der modernen Literatur. Sie überraschen, entschleunigen und öffnen Räume, die auf geraden Wegen oft verborgen bleiben. An diesem Wochenende wenden wir uns schreibend den Vorzügen des Umwegs zu. Kreative Schreibimpulse führen uns auf verschlungenen Pfaden der Fantasie näher zur eigenen Mitte. Auch das neu errichtete Labyrinth des Greisinghofs wird dabei zum Erfahrungsraum. Im Schreiben lauschen wir unserer eigenen Stimme und bringen ihre Botschaft aufs Papier – spielerisch, achtsam und ohne Leistungsdruck. Schreiberfahrung ist nicht erforderlich. Es zählen Schreiblust, Neugierde und die Bereitschaft, sich auf sich selbst, die Gruppe und den Schreibprozess einzulassen.

Leitung:

Maria Punz, Schreibgruppenleiterin (Poesie- und Bibliotherapie), Gestaltpädagogin, Ritualbegleiterin

Kursbeitrag:

EUR 60,-

Termin:

Samstag, 07. November 2026, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 08. November 2026, 15.00 Uhr

Teilnehmer:

max. 12 Personen

Nov/Dez



K 2611/4

Lebendig ist das Wort.

Leitung:

Dr. Franz Kogler,
Em. Leiter Bibelwerk Linz

Kursbeitrag:

EUR 195,- (für alle 3 Module)

Termine:

- a) 14. – 15. November 2026
- b) 16. – 17. Jänner 2027
- c) 13. – 14. März 2027

Jeweils Samstag, 9.00 Uhr
(inkl. Abendeinheit)
bis Sonntag, 12.30 Uhr.

Teilnehmer:

mind. 12, max. 20 Personen

Bibel- und Lebenskurs in 3 Modulen: Die Bibel für unser Leben hilfreich erschließen

Dieser Bibelkurs setzt mitten im Leben an. Die Themen der Kurseinheiten orientieren sich an aktuellen Lebensfragen, die uns immer wieder herausfordern: Sicherheit, Gemeinschaft, Frieden, Gesundheit, Hoffnung, Wertschätzung, Würde und Liebe. Anhand konkreter Bibeltex-te kommen wir darüber ins Gespräch. Auch für spontane Fragen rund um die Bibel und unser Leben bleibt ausreichend Zeit. Was können uns Texte, Geschichten und Erzählungen aus einer anderen Zeit und Gegend heute noch sagen? Sind sie für unser Leben noch „wahr“? Mit-einander entdecken wir, wie die biblische Botschaft unseren Glauben stärken und zur Freude am Leben beitragen kann. Daraus schöpfen wir Kraft für den Alltag und für eine lebenswerte Zukunft.



Kooperationsveranstaltung



Brannte nicht unser Herz.

Veranstalter:

Bibelwerk Linz, Österr. Katholisches Bil-dungswerk, Bildungshaus Greisinghof

Konzept: Dr. Elisabeth Birnbaum, Mag. Karin Hintersteiner, Dr. Sabine Petritsch MA

Termine:

- Modul 1: 15.-17.11.2026
- Modul 2: 17.-19.01.2027
- Modul 3: 21.-23.02.2027
- Modul 4: 04.-06.03.2027
- Modul 5: 06.-08.06.2027

LG-Beitrag:

EUR 1.100,- (zahlbar in 2 Raten)

Detailinformation und Anmeldung:

Österr. Katholisches Bildungswerk
sekretariat@bibelwerk.at
+43 (0)1 516 11 1560
www.bibelwerk.at

Lehrgang für biblische Kompetenz in Pastoral und Bildungsarbeit in 5 Modulen inkl. Abschlussarbeit

Wie lässt sich die Bibel in Seelsorge, Pastoral und Bildungsarbeit lebendig und fundiert einbringen? Welche Bedeutung hat sie für den eigenen Glauben, für die persönliche Arbeit und für unterschiedliche Formen der Vermittlung? Der Lehrgang verbindet den persönlichen Zugang zur Bibel mit bibelwissenschaftlichem Wissen, didaktischer Ausbildung und praktischer Anwendung. Er eröffnet Raum für kritische Fragen, fördert einen reflektierten Umgang mit biblischen Texten und erweitert das eigene Repertoire durch spirituelle, künstlerische und kreative Zugänge. Die Weiterbildung richtet sich an Mitarbeiter in pastoralen Berufen, Ordensfrauen und Ordensmänner sowie Referen-ten in der Erwachsenenbildung. Am Ende des Lehrgangs wird ein Teil-nahmezertifikat überreicht.



K 2611/5

Weihnachtslieder auf der Gitarre.



Einfach begleiten – mit Freude durch den Advent

Wenn vertraute Melodien erklingen, Kerzenlicht den Raum erfüllt und die Adventzeit näher rückt, entsteht eine besondere Atmosphäre. In diesem Workshop greifen wir diese Stimmung auf und bringen be-kannte Advent- und Weihnachtslieder auf der Gitarre zum Klingen. Mit einfachen Akkorden, gut nachvollziehbaren Rhythmen und ganz ohne Notenkenntnisse lernen die Teilnehmer, Lieder stimmungsvoll zu begleiten. Schritt für Schritt entsteht Sicherheit im Spiel – und die Freu-de daran, Musik selbst zu gestalten.

Im Mittelpunkt stehen das gemeinsame Musizieren, der Klang der Gi-tarre und die Vorfreude auf Weihnachten. Der Workshop eignet sich für alle, die bereits erste Griffe kennen oder nach einem Anfängerkurs weiterüben möchten.

Leitung:

Susanne Rockenschau-Noneus,
Gitarrenlehrerin (Simply Guitar - Gitarre-spielen ohne Noten), Ukulelelehrerin

Kursbeitrag:

EUR 183,00 + EUR 35,00 für Unterlagen

Termin:

Freitag, 20. November 2026, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 22. November 2026, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 6, max. 15 Personen

K 2611/6

Respekt - die Basis für Selbstliebe.



Ein Tag Auszeit für dich

Selbstachtung und Selbstliebe prägen, wie wir uns selbst begegnen, bewerten und respektieren. An diesem Tag nehmen wir uns bewusst Zeit, um innezuhalten, aus der Alltagsroutine auszusteigen und den Blick liebevoll nach innen zu richten.

Praktische Übungen, Meditationen, Atembewusstsein, Elemente aus dem Kundalini Yoga und reflektierende Gespräche unterstützen dabei, die eigene innere Stärke wieder mehr zu spüren und Selbstliebe acht-sam zu nähren. Ein Tag voller Inspiration und Achtsamkeit – für mehr Klarheit, Vertrauen und die Erfahrung, wie befreiend es sein kann, ein-fach man selbst zu sein. Dabei entsteht Raum, den eigenen Bedürfnis-sen neu zu begegnen und sich selbst mit mehr Wohlwollen anzuneh-men. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung:

Helga Mahrer, Dipl. Mentaltrainerin nach
Tepperwein, Dipl. Kundalini-Yogalehrerin,
Dipl. Shiatsu-therapeutin, Dipl. Lebens- und
Sozialberaterin

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Samstag, 21. November 2026,
09.00 bis 17.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 6, max. 15 Personen



K 2611/7

Gefühlvoll leben – vom Kopf ins Herz.

Leitung:

Michaela Spandl, Dipl. Ontologische Kinesiologie, Dipl. Cranio Sacrale Körper- und Energiearbeit, Spirituelle Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung, Künstlerin

Kursbeitrag:

EUR 85,-

Termin:

Samstag, 21. November 2026, 09:30 bis 17:00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 20 Personen

Bitte mitbringen:

Schreibutensilien, Schere, Uhu-Stick und ein paar Zeitschriften

Für mich - Kreativworkshop zur eigenen Gefühlswelt

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die vom Kopf ins Herz finden und sich auf kreative Weise ihrer Gefühlswelt zuwenden möchten. Mit Impulsen, Fragen, Austausch und einer geführten Meditation nähern wir uns den eigenen Gefühlen und lauschen nach innen. In einem geschützten, wertfreien Raum dürfen alle Gefühle da sein – auch jene, die wir im Alltag oft unterdrücken oder wegschieben, wie Scham, Angst, Wut oder Trauer.

Im Kreativteil machen wir unsere Innenwelt sichtbar und gestalten eine Gefühlscollage. Ein kleines Ritual rundet den Tag ab und bekräftigt das eigene Tun. Ziel des Workshops ist ein achtsamer und gesunder Umgang mit den eigenen Gefühlen.



K 2611/8

Die Kraft des Reduzierens entdecken.

Leitung:

Erni Wiederstein, Dipl. GKS, Fastengruppen- und Meditationsleiterin, spirituelle Wegbegleiterin

Kursbeitrag:

EUR 290,-

Termin:

Sonntag, 22. November 2026, 16.00 Uhr bis Freitag, 27. November 2026, 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 12 Personen

Basengenusswoche mit spiritueller Begleitung

Eine basische Ernährung wirkt entlastend und belebt den Organismus – zudem ist sie genussvoll und gibt Körper, Geist und Seele neue Lebenskraft! Wir ernähren uns in dieser Woche von basenbildenden LEBENSMitteln wie Obst, Gemüse, Getreide, Kräutern und Ölen. Zur Unterstützung der Entsäuerung werden täglich ein Leberwickel, gegenseitige Fußbehandlungen und entschlackende Tees angeboten.

Diese Reduktionswoche mit liebevoller, spiritueller Begleitung bezieht zugleich Ernährung, Bewegung, Körperwahrnehmung, Beziehung und Meditation mit ein. So wird diese Woche zu einem sanften Jungbrunnen – der befreit, klärt und gestärkt neue Frische ins Leben bringt.

K 2611/9

Jesus, der ersehnte Atem-Sohn Gottes.



Adventbesinnung 2026

Im Gottes-Atem liegt die Kraft der Menschwerdung! Wenn sich Menschen – so wie Maria – für dieses göttliche Wirken öffnen, dann erfüllt sich Weihnachten, dann erfüllt sie Weihnachten. Gott beginnt Gestalt anzunehmen in ihrem Herzen und in ihrem Handeln.

Der Sehnsucht, Jesus, den Atem-Sohn Gottes, in uns ankommen zu lassen, wollen wir bei unserem adventlichen Zusammensein unsere Aufmerksamkeit schenken.



K 2611/10

[Ent]Spannendes Schreiben.



Ein Schreibworkshop für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Mit Worten spielen, mit Worten Welten bauen, mit Worten Spuren legen ... - dazu lädt der Literaturworkshop mit den beiden Schriftstellern Thomas Schlager-Weidinger und Stefan Schlager ein. Denn nicht nur beim Verweilen unter Wortwolken, beim Staunen über das Blätterrascheln oder beim Schwimmen im Gedankenfluss lassen sich viele Anregungen und ausreichend Zeit für das Schreiben (und den Austausch darüber) finden. Erprobte Tipps und Methoden von erfahrenen Autoren (wie z. B. „Freewriting“, „Right-Brain-Techniques“, Hilde Domins' Poetik, lyrische Stilvarianten, etc....) sowie eine anregende Umgebung bringen darüber hinaus jenen Rückenwind, um sich dem Schreiben hinzugeben. Dabei kann man neben den eigenen Themen und Genres auch Theopoesie bzw. moderne religiöse Lyrik erkunden und ausprobieren.

Eine Kooperation mit dem



Referenten:

Dr. Thomas Schlager-Weidinger, Theologe, Prof. an der Pädagogischen Hochschule der Diözese Linz
Dr. Stefan Schlager, Theologe, Seelsorger der Caritas OÖ
Die beiden Zwillingbrüder sind Lyriker und Autoren mehrerer Bücher bei unterschiedlichen Verlagen.

Kursbeitrag:

EUR 120,-

Termin:

Samstag, 28. November 2026, 10.00 Uhr bis Sonntag, 29. November 2026, 14.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 8 und max. 15 TN



K 2612/1

Die Magie der Raunächte.

Leitung:

Nina Stögmüller
Autorin und Vortragende

Kursbeitrag:

EUR 160,00

Termin:

Freitag, 04. Dezember 2026, 15.00 Uhr
(mit Abendinheit) bis
Samstag, 05. Dezember 2026, 16.00 Uhr

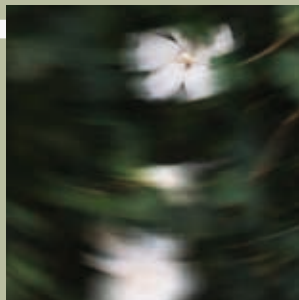
Teilnehmer:

mind. 7, max. 14 Personen

Einstimmung auf die 12 heiligen Nächte zwischen Weihnachten und Dreikönigstag

In diesem Workshop mit Autorin Nina Stögmüller lernen Sie die Bräuche, Bedeutungen und Tagesqualitäten der Raunächte kennen. Sie erhalten Impulse, wie Sie diese besondere Zeit für sich persönlich gestalten können – mit kleinen Ritualen, achtsamen Momenten und Raum für Rückblick, Stille und Neuausrichtung. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem Räuchern: Sie erfahren, welche Bedeutung es in den Raunächten hat und wie Sie selbst eine einfache Räucherung durchführen können.

Nina Stögmüller beschäftigt sich seit vielen Jahren mit den Raunächten und hat mehrere Bücher zu diesem Thema veröffentlicht. Ihr Wissen gibt sie auf verständliche, alltagsnahe und inspirierende Weise weiter.



K 2612/2

Beweglich mit Leichtigkeit.

Leitung:

Christoph Reisner
Physiotherapeut und Osteopath

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 04. Dezember 2026, 18.00 Uhr bis
Sonntag, 06. Dezember 2026, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 5, max. 8 Personen

Gelenke achtsam mobilisieren - speziell für Menschen mit Gelenkprothesen oder stärkeren Bewegungseinschränkungen

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die ihre Gelenke achtsam mobilisieren und Beweglichkeit erhalten möchten. Christoph Reisner vermittelt einfache, erprobte Übungen für mehr Leichtigkeit in der Bewegung. Sie werden gemeinsam erarbeitet, individuell begleitet und so wiederholt, dass sie auch zu Hause gut angewendet werden können. Körperwahrnehmung und Meditation unterstützen dabei, ungünstige Haltungen und Bewegungsabläufe bewusster wahrzunehmen und zu verändern.

Teilnahmevoraussetzung: Ein Grundmaß an körperlicher Belastbarkeit sollte vorhanden sein. Teilnahme mit Rollator ist möglich, mit Rollstuhl leider nicht. Eine Teilnahme mit chronischen Schmerzen ist möglich, akute Beschwerden sollten vorab abgeklärt werden. Die Teilnahme wird in einem telefonischen Vorgespräch besprochen.

K 2612/3

Weihnachtslieder begleiten.



Stimmungsvolle Gitarrenklänge für die Advent- und Weihnachtszeit

Wenn Advent- und Weihnachtslieder auf der Gitarre erklingen, entsteht eine besondere Stimmung. In diesem Seminar lernen Sie, bekannte Weihnachtslieder einfach und stimmungsvoll zu begleiten – ganz ohne Notenkenntnisse. Walter Nimmerfall vermittelt Schritt für Schritt die wichtigsten Gitarrengriffe sowie einfache Schlag- und Zupfmuster. Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Üben, Wiederholen und Singen, damit das Gelernte auch zu Hause, in der Familie, im Freundeskreis oder in der Pfarre angewendet werden kann.

Das Seminar richtet sich an leicht Fortgeschrittene und alle, die bereits einfache Griffe beherrschen und ihre Liedbegleitung für die Weihnachtszeit erweitern möchten.

Leitung:

Walter Nimmerfall, Gitarrenlehrer und
Liedermacher, Gründer der LON-Gitarrenkurse

Kursbeitrag:

EUR 98,-

Termin:

Dienstag, 08. Dezember 2026,
10:00 bis 17:00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 7, max. 12 Personen

Veranstaltung

Adventkonzert im Greisinghof.



Besinnliche Klänge und Geschichten im Advent

Auch heuer lädt der Greisinghof wieder zum Adventkonzert in die Kirche ein. Mit Alma 3 Klang aus der Pyhrn-Priel-Region und der Hausmusik der Bindreiter erwarten Sie stimmungsvolle Musik, besinnliche Texte und weihnachtliche Klänge, die auf das Weihnachtsfest einstimmen.

Lieder, Instrumentalmusik und verbindende Worte gestalten eine feierliche Adventstunde für Jung und Alt. Im Anschluss klingt der Nachmittag bei Keksen, Glühmost und gemütlichem Beisammensein aus.

Ein Adventnachmittag zum Innehalten, Zuhören, Mitschwingen und Ankommen.

Es wirken mit:

Alma 3 Klang
Leopold Pamminer – Steirische, Akkordeon, Orgel
Roland Schmuck – Gitarre und Gesang
Erich Sturmlehner – Kontrabass, Singende Säge, Gesang und verbindende Worte

Hausmusik der Bindreiter

Eintritt frei - freiwillige Spenden für den Sozialkreis Greisinghof sind willkommen.

Termin:

Dienstag, 08. Dezember 2026, 15.00 Uhr
in der Greisinghof Kirche



K 2612/4

Wenn Energie ins Fließen kommt.

Leitung:

Regina Weixelbaumer
Körperarbeit und Strömen
Anita Schlagnitweit
Körperarbeit und Strömen

Kursbeitrag:

EUR 230,-

Termin:

Freitag, 11. Dezember 2026, 18.00 Uhr
(Beginn mit dem Abendessen) bis
Sonntag, 13. Dezember 2026, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 8, max. 15

Mitzubringen sind:

Decke, Kissen, Schreibmaterialien

Basiswissen Impuls-Strömen – sanfte Berührung, große Wirkung

Unsere Hände sind ein kraftvolles Werkzeug zur Selbstfürsorge. Mit dem Impuls-Strömen – einer sanften Methode aus dem Bereich der energetischen Körperarbeit – können wir gezielt zur Gesunderhaltung, Prävention und Regeneration beitragen.

An diesem Wochenende lernen Sie die Grundlagen des Strömens kennen und erfahren, wie durch achtsame Berührung die Lebensenergie wieder ins Fließen kommt. Elemente aus Yoga und Körperwahrnehmung unterstützen den Zugang zum eigenen Energiesystem und helfen, Spannungen auf sanfte Weise zu lösen. Das Ziel: Entspannung, Klarheit und ein gestärktes Körperbewusstsein. Der Kurs vermittelt praxisnahes Basiswissen und richtet sich an alle, die sich selbst oder anderen etwas Gutes tun möchten – ohne Vorkenntnisse, aber mit Offenheit und Neugier.



K 2612/5

Wenn es dunkel wird...

Leitung:

Mag. Franz Küllinger
Theologe, Seelsorger

Kursbeitrag:

EUR 50,-

Termin:

Samstag, 12. Dezember 2026,
09.00 bis 16.30 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 30 Personen

Von der Kraft der Nächte

In den biblischen Texten rund um die Weih-NACHT werden wir immer wieder in die Nacht entführt. Träume spielen dabei eine ganz zentrale Rolle. Und Menschen, die sich der Nacht stellen: Maria, Josef, die Hirten, die Weisen aus dem Morgenland. Ich will mich mit diesen Personen auf den Weg machen, hinein in die Nacht, um darin Kraft zu finden für all die Tage unserer Wege.

Impulse, Nachdenk-Zeiten, Lieder und ein Gottesdienst werden diesem Tag Struktur und Profil geben.

K 2612/6

12 Türen ins neue Jahr.



Ein kreativer Visionstag für das Jahr 2027

Am 12.12. richten wir den Blick bewusst auf das kommende Jahr: zwölf Monate, zwölf Möglichkeiten, zwölf Schritte in Richtung 2027. In diesem Seminar nehmen Sie sich Zeit, innezuhalten und zu spüren, wohin die inneren Weichen bereits gestellt sind. Mit den Fragen „Was will in mir wachsen?“ und „Was kann mich dabei unterstützen?“ reisen wir gemeinsam durch die Monate des neuen Jahres.

Angeleitet verbinden Sie sich Monat für Monat intuitiv mit 2027, lassen innere Bilder entstehen und entdecken Themen, Chancen und Entwicklungen, die Sie begleiten möchten. Dabei gestalten Sie Ihren persönlichen Visions-Kalender als kreativen Weggefährten durch das Jahr.

Ein Tag für Inspiration, Klarheit und bewusste Ausrichtung – damit 2027 nicht einfach beginnt, sondern von Ihnen mitgestaltet wird.

Leitung:

Dipl. Ing. Elke Kronsteiner,
Architektin, Raumflüsterin und Expertin
für Raum- und Humanenergie

Kursbeitrag:

EUR 77,00 + ca. EUR 20,00 Materialkosten

Termin:

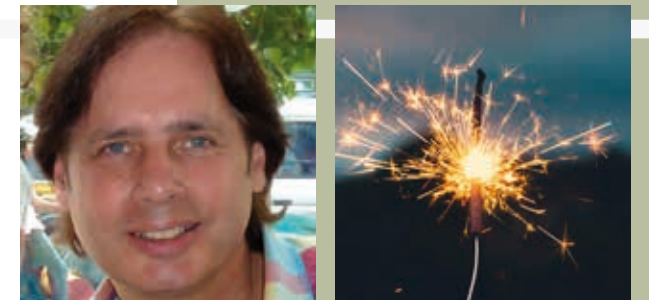
Samstag, 12. Dezember 2026,
09.00 bis 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 9, max. 18 Personen

K 2612/7

Zwischen den Jahren.



Meditative Tage zwischen Weihnachten und Dreikönig

Der Jahreswechsel lädt ein, innezuhalten: zurückzublicken auf das, was war, und den Blick behutsam auf das Kommende zu richten. In Gebet, Meditation, Stille und achtsamer Naturerfahrung nehmen wir die besondere Zeit zwischen Weihnachten und dem 6. Jänner bewusst wahr.

Wir betrachten die Weihnachtszeit und das Christuslicht, das Menschen berühren, stärken und ermutigen kann. Im gemeinsamen Austausch, in Momenten der Ruhe und im Erleben der Natur entsteht Raum für Dankbarkeit, Klärung und neue Ausrichtung.

So können diese Tage zu einer heilsamen Übergangszeit werden – getragen von gemeinsamer Erfahrung, innerer Sammlung und dem Vertrauen, mit neuer Sicht in das kommende Jahr zu gehen.

Leitung:

Raffael Boriés,
Sterbebegleiter, seelsorgerische Lebensberatung, Autor

Kursbeitrag:

EUR 160,-

Termin:

Mittwoch, 30. Dezember 2026, 16.00 Uhr bis
Samstag, 02. Jänner 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

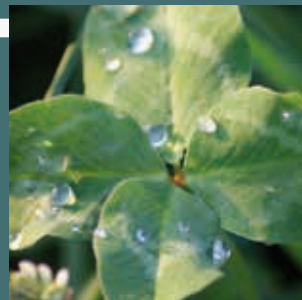
mind. 10, max. 15 Personen



Kursprogramm

Jänner / Februar 2027

Hoppla, ein neues Jahr. Ein neues Glück. Wie wollen wir das neue Jahr beginnen? Würdevoll, resilient und beweglich mit Leichtigkeit? Lassen wir die Vergangenheit hinter uns und nutzen wir die Wendezeiten für neue Lebendigkeit und Zuversicht. Schreibend oder auch achtsam-spielerisch spüren wir dem eigenen Leben nach.



K 2701/1

Still werden. Neu beginnen.

Leitung:

Gertrude Pallanch, Meditationsleiterin, Lebensberaterin, ehrenamtl. Krankenseelsorgerin

Kursbeitrag:

EUR 160,-

Termin:

Sonntag, 03. Jänner 2027, 16.00 Uhr bis
Dienstag, 05. Jänner 2027, 12.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 8, max. 16 Personen

Meditative Tage für Rückblick, Ausrichtung und innere Stärke

*„Schweigend richtet das Gras sich wieder auf, dem Licht entgegen.“
(Silvia Ostertag)*

Der Jahresbeginn lädt ein, innezuhalten und neu auszurichten – im Vertrauen, in der Stille, im Kontakt mit sich selbst. Wir leben in einer Zeit des Wandels, die uns auch innerlich aufruft, Altes loszulassen und dem Wesentlichen Raum zu geben. Gemeinsam blicken wir dankbar zurück, verabschieden uns von Überholtem und stärken bewusst unsere Herzensqualitäten. Was darf bleiben, was darf gehen? Was will wachsen? Durch achtsame Körper- und Atemübungen, stille und bewegte Meditationen, Impulse zu Lebensthemen und Zeit in der Natur finden wir zurück zu innerer Klarheit, Stabilität und neuer Kraft. Ein Angebot für alle, die das neue Jahr bewusst, gestärkt und mit offenem Herzen beginnen möchten.

2701/2

Hoppla! Mit dem Clown ins Neue Jahr.

**Achtsam-spielerische Tage zu Jahresbeginn**

Wie wär's, einmal achtsam-spielerisch-kreativ das Neue Jahr zu beginnen? Und dich dabei vom Clown in dir begleiten zu lassen? Wir entdecken spielerisch unseren inneren Clown, kommen achtsam im Hier und Jetzt an, eröffnen neue Blickwinkel, probieren lustvoll zu scheitern und lassen uns von der Haltung des Clowns überraschen.

Wir schauen staunend und bejahend auf das vergangene Jahr zurück und beginnen neugierig, leichtfüßig das Neue Jahr. Spielerisch-kreative Impulse aus Clownerie und Coaching, Körper- und Achtsamkeitsübungen, Wissenswertes über Humor und Clownerie, sowie Reflexion und Austausch begleiten uns durch das gemeinsame Wochenende am Anfang des Neuen Jahres... voll Vertrauen, Lachen, Leichtigkeit und Herzensfreude.

Leitung:

Mag.a Constanze Moritz, dipl. Erwachsenenbildnerin und Clownin, Spielpädagogin, Lebens- und Sozialberaterin in Ausbildung unter Supervision,

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 08. Jänner 2027, 18.00 Uhr
(Beginn mit dem Abendessen) bis
Sonntag, 10. Jänner 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Max. 15 TN

2701/3

Mehr Ausdruck und Klang auf der Gitarre.

**LON II: Für leicht Fortgeschrittene und Absolvent:innen des Anfängerkurses**

Du kennst bereits die ersten Akkorde und möchtest dein Gitarrenspiel lebendiger und sicherer machen? Dieses Wochenende lädt dazu ein, tiefer in Rhythmus, Begleitung und musikalischen Ausdruck einzutauchen. Wir erweitern bekannte Griffe, lernen neue Schlag- und Zupfmuster kennen und begleiten gemeinsam Lieder unterschiedlicher Stilrichtungen.

Dabei entwickeln wir Schritt für Schritt mehr Sicherheit, Musikalität und Freude am Zusammenspiel. Der Kurs richtet sich an leicht Fortgeschrittene und an Teilnehmer:innen des Einstiegskurses. Voraussetzung sind Grundkenntnisse der Akkorde D, A, E, G, e-Moll und A7.

Leitung:

Walter Nimmerfall, Gitarrenlehrer und Liedermacher, Gründer der LON-Gitarrenkurse

Kursbeitrag:

EUR 148,-

Termin:

Freitag, 22. Jänner 2027, 15.30 Uhr bis
Samstag, 23. Jänner 2027, 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 7, max. 12 Personen



K 2701/4

Über das Leben schreiben.

Leitung:

Nina Stögmüller
Autorin und Vortragende

Kursbeitrag:

EUR 210,00

Termin:

Freitag, 22. Jänner 2027, 10.00 Uhr
(mit Abendeinheit) bis
Sonntag, 24. Jänner 2027, 12.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 7, max. 14 Personen

Mitzubringen:

Bevorzugte Schreibmaterialien wie etwa Laptop oder Schreibblock.

Ein Schreibworkshop für Erinnerungen, Wendepunkte und neue Perspektiven

Dieses Seminar lädt dazu ein, dem eigenen Leben schreibend nachzuspüren. Anhand von Impulsen zu Themen wie Selbstliebe, Achtsamkeit, Loslassen, Dankbarkeit, Wünschen, Zielen und Mut blicken Sie auf persönliche Erfahrungen, prägende Momente und wichtige Lebensstationen. Im Schreiben können Erinnerungen lebendig werden, Zusammenhänge sichtbar werden und neue Sichtweisen entstehen. Es geht nicht um literarische Perfektion, sondern darum, der eigenen Geschichte Raum zu geben – ehrlich, achtsam und im eigenen Tempo.

Die Anregungen basieren auf dem Buch „Mein Geburtstag“ von Nina Stögmüller. Schritt für Schritt entsteht ein persönlicher Text, der die eigene Lebensreise würdigt und neue Impulse für den weiteren Weg geben kann.

K 2701/5

Werte wirken.

Resiliente Beziehungen bewusst gestalten

Zwischenmenschliche Beziehungen prägen unser Leben – privat wie beruflich. Sie schenken Halt, können aber auch herausfordernd sein. In diesem Seminar geht es darum, die eigenen Werte, Glaubenssätze und Verhaltensmuster besser zu verstehen und Beziehungen bewusster, klarer und widerstandsfähiger zu gestalten.

Sie reflektieren persönliche „Wertesäulen“, erkennen eigene Stressverstärker und lernen hilfreiche Modelle der Kommunikation kennen. Dabei wird sichtbar, warum Konflikte oft unter der Oberfläche entstehen und wie gegenseitiges Verständnis gefördert werden kann.

Mit Impulsen, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeit sowie Austausch erhalten Sie praktische Anregungen, um auch in angespannten Situationen handlungsfähig zu bleiben, Konflikte konstruktiv zu vermeiden und die Qualität Ihrer Beziehungen nachhaltig zu stärken.



Leitung:

Sylvia Brazda BSc. MA
Coaching, Training, www.sysimpuls.at

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Samstag, 23. Jänner 2027, 09.00 Uhr bis
Sonntag, 24. Jänner 2027, 12.30 Uhr

Teilnehmer:

mind. 8, max. 15 Personen

Mitzubringen:

Schreibutensilien



Kooperationsveranstaltung

Ehe.wir. heiraten_aktiv.Tag.

Veranstalter:

Fachbereich - Generationen u. Beziehung
BEZIEHUNGLEBEN.AT

Kursbeitrag:

EUR 100,- pro Paar

Termine:

Samstag, 23.01.2027, 09.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag, 06.03.2027, 09.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag, 23.10.2027, 09.00 Uhr – 18.00 Uhr

Infos und Anmeldung:

Fachbereich - Generationen u. Beziehung
BEZIEHUNGLEBEN.AT
0732 / 7610-3511
ehenvorbereitung@dioezese-linz.at

Ehevorbereitung - 1-Tages-Kurs

Das Kompaktseminar für Paare, die kirchlich heiraten wollen. Im Tagesseminar haben sie die Möglichkeit, sich einzeln, als Paar, in Kleingruppen und im Plenum 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

K 2702/1

Wendezeiten.

Schreiben und Räuchern rund um Mariä Lichtmess

Die Zeit rund um Mariä Lichtmess gilt als Übergang: Der Winter beginnt sich zu wandeln, das Licht kehrt spürbar zurück, und auch im eigenen Leben dürfen Fragen nach Veränderung Raum bekommen.

In diesem Workshop mit Nina Stögmüller nähern Sie sich schreibend den persönlichen Wendezeiten: Was darf sich verändern? Was möchte abgeschlossen werden? Was soll sich zum Guten wenden?

Behutsame Schreibimpulse laden dazu ein, Gedanken zu ordnen, innere Bewegungen wahrzunehmen und neue Perspektiven entstehen zu lassen. Räucherungen begleiten den Schreibprozess und schaffen eine achtsame Atmosphäre. Zusätzlich erfahren Sie, wie Sie eine einfache Räucherung auch zu Hause durchführen können.



Leitung:

Nina Stögmüller
Autorin und Vortragende

Kursbeitrag:

EUR 160,00

Termin:

Freitag, 05. Februar 2027, 15.00 Uhr
(mit Abendeinheit) bis
Samstag, 06. Februar 2027, 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 7, max. 14 Personen

Mitzubringen:

Bevorzugte Schreibmaterialien wie etwa Laptop oder Schreibblock.



K 2702/2

Seniorenwoche 2027.

Leitung:

Anna und Alois Ebner

Referent:

Mag. Franz Küllinger,
Seelsorger und Theologe

Kursbeitrag:

EUR 60,00

Termin:

Sonntag, 07. Februar 2027, 17.00 Uhr bis
Freitag, 12. Februar 2027, 12.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 15, max. 30 Personen



Spirituelle Impulse an den Fingern einer Hand

„An den Fingern einer Hand kann man manches abzählen.“ Kinder tun das gerne, im Alter greifen wir manchmal wieder darauf zurück. Doch ob wir von den Fingern auch Botschaften erhalten? Ich möchte es versuchen und jedem Finger einen spirituellen Impuls entlocken.

So alltäglich die Finger auch sind, so besonders sind sie eben auch. Unser Glaube soll nicht abheben, sondern am ganz Alltäglichen seinen Haftpunkt behalten. Wir haben es in der Hand, daraus etwas Besonderes zu gestalten.

Fingerleicht auf Entdeckungsreise

So wagen wir eine Entdeckungsreise der etwas anderen Art und „handeln uns fingerleicht“ voran – entlang von Impulsen, Liedern und gottesdienstlichen Feiern.

Begegnung, Freude und Aktivität

Diese geistliche Spur bildet den roten Faden der Seniorenwoche. Zugleich darf diese Woche aber noch viel mehr sein: eine Zeit der Begegnung, der Freude und der gemeinsamen Aktivität. Denn Senioren sind interessiert, aktiv und offen für Neues – genau dafür schafft diese Woche Raum. Ein vielseitiges Freizeitprogramm mit liebevoll gestalteten Angeboten sorgt für Abwechslung, Lebensfreude und Gemeinschaft. Das erwartet Sie: inspirierende Vorträge und biblische Impulse, SELBA-Übungen, Kreativworkshops, Tanz und Bewegung, fröhliches Beisammensein, Lesungen, Spiele, Musik und Abende voller Leichtigkeit.

Eine Woche, die stärkt

Eine Woche, die Herz und Seele stärkt – getragen von Gemeinschaft, Glauben und dem Vertrauen, begleitet zu sein.



K 2702/3

Würde.



Dein Wert ist nicht verhandelbar!

Wenn wir uns klein machen, von Scham und Schuld verschlungen werden und uns selbst abwerten, entsteht in uns das Gefühl an Wert zu verlieren bzw. wertlos zu sein.

An diesem Wochenende wollen wir gemeinsam die Würde erkunden, uns innerlich aufrichten und das Bewusstsein für die eigene Würde stärken. Das Bewusstsein des eigenen Wertes bestimmt unsere Haltung!

In diesem Workshop erwarten dich kraftvolle Impulse, Austausch unter Frauen, kreatives Gestalten und Zeit für dich!

Leitung:

Claudia Haunschmid, Prozessbegleiterin für Frauen, Coach für Neurosystemische Integration®, ganheitlich-integrative Traumaarbeit
Elisabeth Ackerer, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Coach für Neurosystemische Integration®, ganheitlich-integrative Traumaarbeit

Kursbeitrag:

EUR 180,-

Termin:

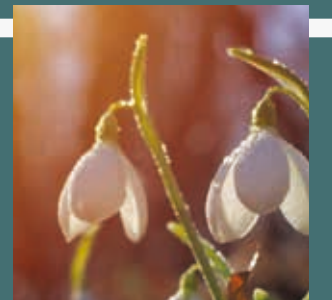
Samstag, 13. Februar 2027, 10.00 Uhr bis
Sonntag, 14. Februar 2027, 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 15 Personen

K 2702/4

Neue Lebendigkeit - neue Zuversicht.



Tänze für die Seele

Länger werdende Tage, wärmende Sonnenstrahlen und erste Blüten tun nach der Winterzeit gut und nähren die Zuversicht. An diesem Wochenende bekommen Themen Raum, die uns gerade beschäftigen – getragen von einfachen Tänzen, Musik und der Freude an gemeinsamer Bewegung.

Ergänzt durch Texte, kurze meditative Elemente und Austausch, können die wiederholenden Schritte helfen, innerlich zur Ruhe zu kommen, Belastendes zu bewegen und Leichtigkeit sowie Freude zu stärken. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Willkommen sind alle, die Freude an Musik, Bewegung, Gemeinschaft und Tanz mitbringen.

Leitung:

Veronika Santer, Meditationsleiterin, Integrative Tanzpädagogin, Lebens- und Sozialberaterin, Energetikerin

Kursbeitrag:

EUR 120,-

Termin:

Freitag, 19. Februar 2027, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 21. Februar 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 8, max. 16 Personen



K 2702/5

Bibel intensiv.

Leitung:

Mag.a Karin Hintersteiner,
Theologin, Bibelwerk Linz

Termin:

Samstag, 20. Februar 2027, 10.00 Uhr bis
Sonntag, 21. Februar 2027, 12.30 Uhr

Kursbeitrag:

EUR 70,-

Teilnehmer:

mind. 12, max. 18 Personen

Maria, Marta, Lazarus – ein besonderes Geschwistertrio

Die Geschichte von Maria und Marta im Lukasevangelium ist bekannt und polarisiert bis heute. Im Johannesevangelium kommt zu den beiden Schwestern auch ein Bruder dazu, Lazarus. Sie alle werden als Personen mit einer besonderen Beziehung zu Jesus dargestellt. Aber wer sind Maria, Marta und Lazarus? Wie werden sie charakterisiert? Welche Themen (Gastfreundschaft, Tod und Auferstehung...) werden in den Erzählungen angesprochen?

Die Texte werden mit verschiedenen methodischen Zugängen und im Austausch in der Gruppe erarbeitet und auf Berührungspunkte mit unseren eigenen Erfahrungen befragt.



K 2702/6

Beweglich mit Leichtigkeit.

Leitung:

Christoph Reisner
Physiotherapeut und Osteopath

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 26. Februar 2027, 18.00 Uhr bis
Sonntag, 28. Februar 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 5, max. 8 Personen

Gelenke achtsam mobilisieren

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die ihre Gelenke achtsam mobilisieren und Beweglichkeit erhalten möchten. Christoph Reisner vermittelt einfache, erprobte Übungen für mehr Leichtigkeit in der Bewegung. Sie werden gemeinsam erarbeitet, individuell begleitet und so wiederholt, dass sie auch zu Hause gut angewendet werden können. Körperwahrnehmung und Meditation unterstützen dabei, ungünstige Haltungen und Bewegungsabläufe bewusster wahrzunehmen und zu verändern.

Teilnahmevoraussetzung: keine Gelenkprothesen, Übungen im Sitzen am Boden müssen möglich sein. Es finden Dehnungs- und Bewegungsübungen mit Schulung von Wahrnehmung und Gleichgewicht statt, Kräftigungs- oder Ausdauerübungen sind nicht vorgesehen.

Jän/Feb



KUNST

im Greisinghof



Vernissage mit Missi Akamatsu DI, 23.02.27, 19.00 Uhr

„Scheinbar unscheinbar“

Zeichnungen | Malerei | Tusche | Fotografie

Zur Ausstellung spricht: Mag. Ernst Hager
Musik: Sayuri Sofia Rabina-Akamatsu, Gitarre
Kulinarische Umrahmung

Über die Künstlerin

Missi Akamatsu

Geboren 1972 in Tokyo, Japan.

Kam im Alter von etwa zwei Jahren nach Österreich.

Schon als Kind zeichnete sie sehr gerne;

Als Autodidaktin nahm sie an Sommerakademien bei Karl Breuer teil und holt sich bis heute gerne Anregungen bei Künstlerkollegen der Kunstgruppe CART in

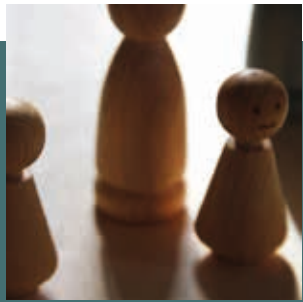
Pregarten, deren Mitglied sie seit 2025 ist.

Zudem besuchte sie die Prager Fotoschule.

Missi Akamatsu ist als Klavierpädagogin an der Landesmusikschule Pregarten tätig.

„Der Kopf ist manchmal voll, die Ideen wollen raus ...
Oft fasziniert mich aber gerade das scheinbar
Unscheinbare im Alltag: Momente und Orte,
die nicht groß auffallen, sondern entdeckt
werden wollen, weil sie einfach da sind.“





K 2702/7

Gehen mit dem Geist.

Leitung:

Helga Mahrer, Dipl. Mentaltrainerin nach Tepperwein, Dipl. Kundalini-Yogalehrerin, Dipl. Shiatsu-therapeutin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Kursbeitrag:

EUR 150,00 für Aufsteller mit eig. Thema (inkl. Vorgespräch)
EUR 70,00 für Darsteller

Termin

Samstag, 27. Februar 2027,
09.00 bis 15.30 Uhr

Teilnehmer:

mind. 6, max. 12 Personen

Familienaufstellen nach Bert Hellinger

„Entwicklung findet statt, wenn die Vergangenheit vorbei sein darf.“

Bert Hellinger

Familiäre Prägungen, alte Verletzungen und unausgesprochene Themen können unser Leben oft unbewusst beeinflussen. Beim Familienaufstellen nach Bert Hellinger werden solche Zusammenhänge sichtbar und können aus einer neuen Perspektive betrachtet werden.

In einem geschützten Rahmen werden persönliche Anliegen achtsam angeschaut. Dabei kann deutlich werden, wo alte Muster, Bindungen oder Verstrickungen wirken – und welche Schritte zu mehr Klarheit und innerer Entlastung beitragen können. Die Methode lädt dazu ein, die eigene Familiengeschichte bewusster wahrzunehmen und neue Handlungsmöglichkeiten für das eigene Leben zu entdecken.



K 2702/8

Die Kraft des Reduzierens entdecken.

Leitung:

Erni Wiederstein, Dipl. GKS, Fastengruppen- und Meditationsleiterin, spirituelle Wegbegleiterin

Kursbeitrag:

EUR 290,-

Termin:

Sonntag, 28. Februar 2027, 16.00 Uhr bis
Freitag, 05. März 2027, 16.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 12 Personen

Basengenusswoche mit spiritueller Begleitung

Eine basische Ernährung wirkt entlastend und belebt den Organismus – zudem ist sie genussvoll und gibt Körper, Geist und Seele neue Lebenskraft! Wir ernähren uns in dieser Woche von basenbildenden LEBENSMitteln wie Obst, Gemüse, Getreide, Kräutern und Ölen. Zur Unterstützung der Entsäuerung werden täglich ein Leberwickel, gegenseitige Fußbehandlungen und entschlackende Tees angeboten.

Diese Reduktionswoche mit liebevoller, spiritueller Begleitung bezieht zugleich Ernährung, Bewegung, Körperwahrnehmung, Beziehung und Meditation mit ein.

So wird diese Woche zu einem sanften Jungbrunnen – der befreit, klärt und gestärkt neue Frische ins Leben bringt.

Freundeskreis Bildungshaus Greisinghof



Gemeinsam Zukunft gestalten

Seit Jahrzehnten ist das Bildungshaus Greisinghof ein Ort der Begegnung, des Glaubens und der Bildung – getragen vom marianistischen Geist der ganzheitlichen Menschwerdung. Hier finden Menschen Raum zum Nachdenken, Lernen, Wachsen und zur persönlichen wie spirituellen Vertiefung. Das Bildungshaus lebt von einer offenen Atmosphäre, in der Gemeinschaft, Glaube und Engagement miteinander verbunden sind. Damit dieser besondere Ort auch in Zukunft bestehen und sich weiterentwickeln kann, braucht es Menschen, die sich ihm verbunden fühlen.

Mit Ihrer Unterstützung tragen Sie dazu bei, dass der Greisinghof ein lebendiger und inspirierender Ort bleibt.  Danke, dass Sie Teil dieses Weges sind.

ICH MÖCHTE DAS BILDUNGSHAUS GREISINGHOF UNTERSTÜTZEN

JÄHRLICHE UNTERSTÜTZUNG (EMPFOHLEN)

☐ € 100,00 ☐ € 50,00 ☐ € 25,00 ☐ € _____ (mein definierter Betrag)

Vorname/Nachname:

Straße / Hausnummer:

PLZ / Ort:

Email-Adresse:

Tel.Nr. (optional)

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

IBAN:

Kontoinhaber:

falls abweichend

Ich ermächtige das Bildungshaus Greisinghof, den oben gewählten Betrag einmal jährlich von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung verlangen. Es gelten die Bedingungen meines Kreditinstituts. Diese Einzugsermächtigung kann jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufen werden.

EINMALIGE SPENDE

☐ Ich überweise einmalig einen Betrag von € _____

Zahlungsempfänger: Bildungshaus Greisinghof, Mistlberg 20, 4284 Tragwein

IBAN: AT55 3400 0000 0015 3023

Verwendungszweck: Spende Freundeskreis Bildungshaus Greisinghof KST51830

DATUM UND UNTERSCHRIFT:





Kursprogramm März / April 2027

Es ist Zeit für Veränderung. Wie mutig zeigst du dich? Erst heilend schweigsam und Trost suchend, dann vergebend Frieden findend. Wenn die Worte im Garten blühen - die Seele frisch frühlingsgeputzt - tanzen wir uns durchs Labyrinth des Lebens und feiern begehende Ostern. Schlagen wir den Gong für unser Qi!



Kooperationsveranstaltung

Marmelade und Miteinander.

Leitung:

MMag. Astrid Hollaus/Theologin, Seelsorgerin,
Gesprächsleiterin

Begleitung:

Team Trauerpastoral des Dekanates Unter-
weißenbach

Unkostenbeitrag:

EUR 15,-

Termin:

Montag, 01. März 2027
08.30 bis 10.30 Uhr

Anmeldung:

MMag. Astrid Hollaus
astrid.hollaus@dioezese-linz.at
0676/87766326

Frühstück für Verwitwete

Ein gemütliches Frühstück genießen, plaudern, sich erinnern oder einfach zusammen sein. Sich austauschen mit Menschen, die so wie DU einen Verlust erlitten haben, weil kürzlich oder auch schon vor längerer Zeit die Lebenspartnerin/ der Lebenspartner verstorben ist.

Mit Menschen, die diesen Weg bereits auf unterschiedliche Art und Weise beschritten haben. Gemeinsam Lachen und Weinen, Schweigen und Reden, Alltägliches und Tiefgründiges besprechen. Wir freuen uns auf ein zwangloses Treffen in geschützter Atmosphäre.

K 2703/1

Frieden zu leben, Frieden zu geben.



Ein Besinnungstag in der Fastenzeit

Auf vieles können wir Menschen verzichten, zumal in der Fastenzeit. Auf eines aber sollen wir nie vergessen: den Frieden. Er darf nie abnehmen, sondern immer nur zunehmen. Auch durch uns und in uns. Denn die Quelle allen Friedens ist der Mensch. Jede und jeder einzelne. Biblische Bilder sollen uns helfen, dem Frieden immer neu Beine zu machen. Aber auch Blockaden aufzeigen, die es zu überwinden gilt.

Ein Tag mit Impulsen, Liedern und einem Gottesdienst wartet auf Sie!

Leitung:

Mag. Franz Küllinger
Theologe, Seelsorger

Kursbeitrag:

EUR 50,-

Termin:

Samstag, 13. März 2027,
09.00 bis 16.30 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 30 Personen

K 2703/2

Mut zur Veränderung.



Für Mich - Kreativworkshop für Zeiten des Wandels

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die Veränderungen mit gemischten Gefühlen begegnen oder vor Neuanfängen stehen. Auf kreative Weise wenden wir uns dem zu, was Wandel in uns auslösen kann: Unsicherheit, Angst, Zweifel – aber auch Mut, Sehnsucht und neue Möglichkeiten.

Mit Impulsen, Austausch und einer geführten Meditation nähern wir uns den Gefühlen an, die Veränderung mit sich bringen kann. Im Kreativteil gestalten wir eine richtungsweisende Collage und geben dem Ausdruck, was gelebt werden möchte.

Ein kleines Ritual rundet den Tag ab. Ziel ist ein mitfühlender Umgang mit sich selbst in Zeiten der Veränderung.

Leitung:

Michaela Spandl, Dipl. Ontologische Kinesiologie, Dipl. Cranio Sacrale Körper- und Energiearbeit, Spirituelle Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung, Künstlerin

Kursbeitrag:

EUR 85,-

Termin:

Samstag, 13. März 2027,
09:30 bis 17.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 20 Personen

Bitte mitbringen:

Schreibutensilien, Schere, Uhu-Stick und ein paar Zeitschriften



K 2703/3

Heilung, Beistand und Trost.

Leitung:

Raffael Boriés, Sterbegleiter, seelsorgende Lebensberatung, Autor

Kursbeitrag:

EUR 125,-

Termin:

Freitag, 19. März 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 21. März 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 15 Personen

Die 14 Nothelfer als geistige Begleiter

Das menschliche Leben führt durch helle und schwere Zeiten. In der christlichen Tradition stehen Engel und Heilige für Nähe, Schutz und Fürsprache. Die 14 Nothelfer werden seit Jahrhunderten in besonderen Nöten angerufen – als Zeichen der Hoffnung, des Vertrauens und des Trostes.

In diesem Seminar nähern wir uns den 14 Nothelfern, ihren Legenden, Bildmotiven und Symbolen. Ihre Geschichten können berühren, innere Bilder ansprechen und neue Zugänge zu eigenen Lebensfragen eröffnen. Ein Seminar für Menschen, die in der christlichen Spiritualität Stärkung, Orientierung und Trost suchen.



K 2703/4

Frühjahrsputz mit Tiefenwirkung.

Leitung:

Dipl. Ing. Elke Kronsteiner,
Architektin, Raumflüsterin und Expertin
für Raum- und Humanenergie

Kursbeitrag:

EUR 77,00

Termin:

Samstag, 20. März 2027,
09.00 – 18.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 9, max. 18 Personen

Frischer Wind für deine Räume: Energie neu ordnen – Klarheit spüren

Du kennst das? Du hast geputzt, gelüftet, aufgeräumt – aber irgendwas fühlt sich noch schwer an? Dann ist es Zeit für eine Reinigung auf energetischer Ebene. In diesem Seminar lernst du, wie du mit Raumenergetik dein Umfeld so klärst, dass neue Leichtigkeit, Klarheit und Lebensfreude einziehen.

Für mehr Gesundheit, persönlichen und beruflichen Erfolg und echtes Wohlbefinden. Gerade zum Frühlingsbeginn wirkt energetische Reinigung besonders kraftvoll. Du wirst spüren: Energiearbeit verändert mehr, als man sieht. Für alle, die wissen: Putzen allein bringt keinen frischen Wind ins Leben. Denn: „Raum wirkt. So oder so!“

K 2703/5

Meditation im Stile des ZEN.



Schweigen als Weg zu innerer Weite

„Geh in die Stille, um dich dort zu finden. Geh zu dir – und du wirst Gott dort finden. Geh zu Gott – und du wirst dich mitten in der Welt finden.“
(Angelus Silesius)

Die tiefe Wertschätzung der Stille verbindet christliche Mystiker und Zen-Praktizierende: Schweigen als Weg zu sich selbst – und darüber hinaus. An diesem Wochenende widmen wir uns bewusst der Stille. In einem klar strukturierten Rahmen vertiefen wir unsere Meditationspraxis, lassen Worte ruhen und öffnen uns für die Weite, die in der Stille entsteht. Dieses Retreat richtet sich an Menschen mit Erfahrung in Meditation, die bereit sind, sich auf das Schweigen und die Achtsamkeit des Augenblicks einzulassen.

Hinweis: Einführende Vorkenntnisse in Meditation sind Voraussetzung. Anfänger*innen bitten wir, vorab Kontakt mit Dr. Renger aufzunehmen.

Leitung:

Dr. Helmut Renger, Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapeut, Lehrer für achtsamkeitsbasierte Stressreduktion, Meditationsleiter

Kursbeitrag:

EUR 110,-

(Ermäßigung je nach sozialer Situation möglich)

Termin:

Sonntag, 21. März 2027, 17.00 Uhr bis
Donnerstag, 25. März 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 14, max. 24 Personen

K 2703/6

Osterbegegnung auf dem Greisinghof.



Geschwisterlich Ostern feiern

Die Geschwister Martha, Maria und Lazarus waren eng mit Jesus befreundet. Oft war Jesus bei ihnen zu Gast in Bethanien (vgl. Lk 10,38ff). Aus der Perspektive dieser Freundschaft werden wir dem Lebensweg Jesu folgen und gemeinsam durch die österlichen Tage gehen.

Die Vormittage sind jeweils der inhaltlichen Arbeit gewidmet, die Nachmittage sind frei (zum Erholen und Wandern) und am Abend feiern wir gemeinsam die Kar- und Osterliturgie. Nach dem Auferstehungsgottesdienst am Ostersonntag enden wir mit einem umfangreichen Osterbrunch.

Leitung:

P. Mag. Hans Eidenberger SM

Kursbeitrag:

EUR 55,-

Termin:

Donnerstag, 25. März 2027, 10.00 Uhr bis
Sonntag, 28. März 2027, 11.00 Uhr
(Ende mit Osterbrunch)

Teilnehmer:

mind. 14, max. 20 Personen





K 2703/7

Der Atem im Alltag.

Leitung:

Helga Mahrer, Dipl. Mentaltrainerin nach Tepperwein, Dipl. Kundalini-Yogalehrerin, Dipl. Shiatsu-therapeutin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Kursbeitrag:

EUR 120,-

Termin:

Samstag, 27. März 2027,
09.00 bis 15.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 6 und max. 12 TN

Richtig atmen – Der Schlüssel gegen Alltagsstress

Atmung ist ein Spiegel unserer inneren Blockaden. Kaum eine andere Körperfunktion ist so unwillkürlich und gleichzeitig durch unseren Willen steuerbar wie das Atmen. In diesem Seminar lernst du praxisorientiert und verständlich, wie du deine Atmung bewusst für mehr Ruhe und Entspannung im Alltag nutzen kannst. Du wirst erstaunt sein, wie schnell sich körperliche und seelische Entspannung einstellen werden, wenn du die Kraft deines Atems für dich entdeckst.

Seminarinhalte:

- Was ist Stress und wie beeinflusst er deine Atmung?
 - Die Ressource Atem: Wie du dein Atembewusstsein entwickelst
 - Die Wechselwirkung und Bewegung deiner Atmung verstehen
 - Praktische Atemtechniken für mehr Entspannung im Alltag
- Entdecke, wie du durch bewusstes Atmen dem Alltagsstress entkommst und deine innere Balance wiederfindest.



Veranstalterin:

Fachbereich - Generationen u. Beziehung
BEZIEHUNGLEBEN.AT

Kursbeitrag:

EUR 100,- pro Paar

Termine:

Samstag, 10.04.2027, 09.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag, 12.06.2027, 09.00 Uhr – 18.00 Uhr
Samstag, 11.09.2027, 09.00 Uhr – 18.00 Uhr

Infos und Anmeldung:

Fachbereich - Generationen u. Beziehung
BEZIEHUNGLEBEN.AT
0732 / 7610-3511
ehvorbereitung@dioezese-linz.at

Kooperationsveranstaltung

Ehe.wir.heiraten. aktiv_OUTDOOR

Ein Kurs, der Beziehung vertieft – drinnen wie draußen

In diesem Kurs beschäftigen Sie sich als Paar mit zentralen Themen auf dem Weg zur Ehe. Ein Teil des Tages findet bewusst im Freien statt: Die Umgebung wird inhaltlich eingebunden und eröffnet neue, oft überraschende Perspektiven auf die Partnerschaft. Unter kompetenter Anleitung setzen Sie sich mit Fragen auseinander, die Ihre Liebe stärken, Ihren gemeinsamen Weg vertiefen und Sie gut auf die Ehe vorbereiten.

Themenschwerpunkte sind Kommunikation, Herkunftsfamilien, Ehe als Sakrament, Zärtlichkeit und Sexualität, Familie werden sowie Grundlagen des zivilen Eherechts. An ausgewählten Orten werden diese Inhalte symbolisch, erfahrungsnah und mit geistlicher Tiefe erlebbar.

K 2704/1

Labyrinth und Tanz.

Den Weg des Lebens erfahren

Das Labyrinth ist ein altes, symbolisches Zeichen für die Suche des Menschen nach der Mitte. Die verschlungenen Linien sind aber nicht nur ein Weg der Erkenntnis und Weisheit sowie Urbild großartiger Geschichten, sondern auch ein Ort des Tanzes. Tanz, seit Urzeiten ein wichtiges Ausdrucksmittel des Menschen, oft auch sein Begleiter bei der Findung seiner Mitte, war mit der Tradition des Labyrinths immer eng verbunden.

Mit Kreis- und Schlangentänzen werden wir den alten, geheimnisvollen Spuren des Labyrinths folgen, es von verschiedenen Seiten kennen lernen und die faszinierenden bzw. für den eigenen Lebensweg so hilfreichen Antworten des Labyrinths entdecken.



Leitung:

Mag. Gernot Candolini,
Labyrinthbauer und Buchautor

Mag. Bohdan Hanushevsky, Kohelet 3,
Akkordeon - osteuropäische Musik&Tänze

Kursbeitrag:

EUR 180,-

Termin:

Freitag, 16. April 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 18. April 2027, 13.00 Uhr

K 2704/2

Qi Gong und Frühlingskräuter.

Altes loslassen - Neues einladen

Der Frühling lädt dazu ein, Altes loszulassen, neue Kraft zu schöpfen und bewusst in den Neubeginn zu gehen. Mit einfachen Qi-Gong-Übungen kommen wir zur Ruhe, stärken die Körperwahrnehmung und schaffen Raum für die innere Stimme. Die Kraft der Frühlingskräuter begleitet uns dabei: Wir lernen wichtige heimische Kräuter kennen, sammeln Kräuter für Tee und Brotaufstrich und erfahren, wie sie uns in dieser Jahreszeit unterstützen können.

Ein Räucherritual rundet den Tag ab und lädt dazu ein, den Übergang in die Frühlingszeit bewusst zu gestalten.



Leitung:

Anita Maria Eckerstorfer, Dipl. Shiatsu-Praktikerin, Dipl. Qi Gong Lehrerin, Kräuterkundin

Kursbeitrag:

EUR 75,-

Termin:

Sonntag, 25. April 2027, 10.00 bis 18.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 15 Personen

Mitzubringen: Bequeme Kleidung für drinnen und draußen, dicke Socken, Matte und Kissen, evtl. Schreibunterlagen, kleinen Korb zum Kräutersammeln, Schneidbrett und Messer



K 2704/3

Worte blühen in meinem Garten.

Leitung:

Maria Punz, Schreibgruppenleiterin (Poesie- und Bibliotherapie), Gestaltpädagogin

Kursbeitrag:

EUR 110,-

Termin:

Freitag, 30. April 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 02. Mai 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

max. 12 Personen

Ressourcenorientierte Schreibwerkstatt

Frühling: Aufwachen, aufbrechen, aufblühen. Die Natur im Hochzeitskleid präsentiert sich als üppiges, nährendes, sinnliches Schlaraffenland. Wir lassen uns an diesem Schreib-Wochenende von dieser einzigartigen Energie anstecken: Feiern wir schreibend unser neues Erwachen und unsere Lebendigkeit! Impulse aus der Schatzkiste des kreativen Schreibens und der Ritualarbeit werden uns Mut machen, uns in neuen Farben zu zeigen, unsere Träume zu erkunden und kreativ über uns hinauszuwachsen. Auch die inspirierende Umgebung des Greisinghofs wird wie von selbst Worte in uns zum Erblühen bringen. Zu frühlingstfrischen Textsträußen gebunden werden wir sie in aller Freiheit – lesend – an die Gruppe verschenken. Schreiberfahrung ist nicht erforderlich. Es zählen Schreiblust, Neugierde und die Bereitschaft, sich einzulassen: auf sich selbst, auf die Gruppe, auf den Schreibprozess.



„Aus einem Leben im Müll wird durch Bildung ein Leben in Würde.“

In den Straßen Bangalores, einer der größten Städte Indiens, beginnt für viele Kinder der Tag nicht in der Schule, sondern auf einer Müllhalde. Für rund 30.000 Kinder ist die Straße nicht nur Lebensraum, sondern oft auch die einzige „Einnahmequelle“.

Sechs von zehn Kindern, die dort leben, verdienen ihr tägliches Überleben durch das Sammeln von Lumpen und Müll. Was sie finden – Altpapier, Plastik, Altmetall, Stoffreste –, versuchen sie weiterzuverkaufen. Eine Kindheit voller Unsicherheit, Ablehnung, Ausbeutung.

Warum diese Kinder Müll sammeln?

Weil es keine Einstiegshürde gibt. Keine Werkzeuge nötig, kein Arbeitgeber, der auf sie achtet. Sie wählen „frei“, aber aus bitterer Not. Der wachsende Konsum und die Müllberge in der Stadt machen das Lumpensammeln zu einer „Überlebensstrategie“. Doch es gibt Hoffnung. Und Menschen, die da sind.

REDS – ein Ort zum Durchatmen

Seit vielen Jahren unterstützen die Marianisten in Indien mit dem Projekt REDS (Ragpickers Education & Development Scheme) Straßenkinder in Bangalore, Ranchi und Patna. Sie holen die Kinder dort ab, wo sie stehen – buchstäblich – und schaffen Zugang zu Bildung, Sicherheit und Würde.

Ziele des Projekts sind:

- das Vertrauen der Kinder zu gewinnen,
- sichere Unterkünfte und Mahlzeiten bereitzustellen,
- Schulbildung, Berufsorientierung und Freizeitangebote zu ermöglichen,
- medizinische Versorgung sicherzustellen,
- die Kinder langfristig wieder in die Gesellschaft zu integrieren,
- und Recycling als nachhaltige Chance sichtbar zu machen.

REDS ist ein Schutzraum, in dem Kinder im Alter von sechs bis 18 Jahren Unterstützung erfahren – mit Kantine, Schlafplätzen, sanitären Einrichtungen, Notversorgung und vor allem: Menschen, die ihnen zuhören. Die Angebote reichen von Alphabetisierung und Hygieneschulungen bis hin zur praktischen Ausbildung (z. B. Tischlerei, Schneiderei, Schweißtechnik, Druckerei, Kartenherstellung).

In Ranchi werden über 1.000 Kinder in zwölf Zentren betreut. In Patna ist die Schule der Marianisten nicht nur rein Ausbildungsstätte – sondern auch ein Ort zum Waschen, Essen oder einfach, um Kind sein zu dürfen.

Ihre Hilfe wirkt konkret

Die Marianisten und der Sozialkreis Greisinghof unterstützen dieses Projekt aus tiefster Überzeugung. Nur zehn Prozent der laufenden Kosten kann REDS selbst decken – deshalb ist Ihre Spende entscheidend.

Im Jahr 2025 konnten dank Ihrer Unterstützung 10.000 Euro an REDS überwiesen werden. Dafür sagen wir von Herzen: Vergelt's Gott!

Teil werden – Hoffnung schenken

Wenn Sie helfen möchten, damit auch in Zukunft Kinder aus dem Straßenleben herausfinden, freuen wir uns über Ihre Spende.

Siegfried Klein, SM



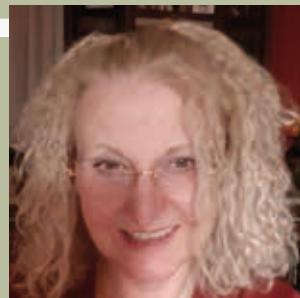
Konto Sozialkreis Greisinghof:

Sparkasse Pregarten
IBAN AT97 2033 1000 0001 1965
BIC SPPRAT21XXX



Kursprogramm Mai / Juni 2027

Wieviel Gerede braucht es, um zu verstehen? Wieviel Stretching, damit der (Felden)Krais sich schließt? Spannen wir den Bogen von der Stille zum Rhythmus des Lebens. Nichts geschieht umsonst - und das ist kein Märchen. Entfalten wir unser Herz aus frischem Grün!



K 2705/1

Einfach anfangen – Gitarre für Einsteiger.

Leitung:

Susanne Rockenschaub-Doneus,
Gitarrenlehrerin (Simply Guitar - Gitarrespie-
len ohne Noten), Ukulelelehrerin

Kursbeitrag:

EUR 183,00 + EUR 40,00 für Unterlagen

Termin:

Freitag, 07. Mai 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 09. Mai 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 6, max. 15 Personen

Gitarre spielen mit Freude und Leichtigkeit- Modul 1

Manchmal braucht es nur den ersten Griff, um die Freude an der Musik neu zu entdecken. Dieser Workshop ist eine Einladung, genau diesen ersten Schritt zu tun – ganz ohne Noten, aber mit viel Gefühl.

Im Gitarrenworkshop für Anfänger mit Susanne Rockenschaub-Doneus lernst du auf einfache, spielerische Weise, wie du auch ohne Noten bekannte Lieder begleiten kannst. Mit einem vielfach erprobten und bewährten Konzept findest du rasch Freude am Musizieren und entdeckst, wie leicht erste Akkorde und Rhythmen gelingen. Ob Schlager, Austropop oder Evergreens – du wirst staunen, wie schnell sich erste Erfolgserlebnisse einstellen.

Der Workshop verbindet Musik, Spaß und Gemeinschaft – und zeigt: Musik beginnt nicht mit Talent, sondern mit dem Mut, einfach anzufangen.

K 2705/2

Nichts geschieht umsonst.



greisinghof

Mentale Werkzeuge für mehr Klarheit und Vertrauen

Manchmal wünschen wir uns eine Art Betriebsanleitung für das Leben – Werkzeuge, die helfen, Gedanken bewusster wahrzunehmen, innere Muster zu erkennen und neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken. In diesem Seminar lernen Sie mentale Grundlagen kennen, die Sie dabei unterstützen können, das eigene Leben achtsamer, klarer und freier zu gestalten. Im Mittelpunkt stehen die Kraft der Gedanken, der Umgang mit Gefühlen, positive Denkmuster, Vergebung, Meditation und innere Ausrichtung. Mit Impulsen, Übungen und mentalen Techniken stärken Sie Ihre inneren Ressourcen und bekommen Anregungen, wie mehr Ruhe, Freude und Vertrauen im Alltag wachsen können.

Seminarinhalte: Gedanken und Gefühle bewusst wahrnehmen · Denkmuster erkennen und verändern · Ursache und Wirkung verstehen · Vergeben und loslassen · Meditation und Gedankenstille · Affirmationen und innere Ausrichtung

Leitung:

Helga Mahrer, Dipl. Mentaltrainerin nach
Tepperwein, Dipl. Kundalini-Yogalehrerin,
Dipl. Shiatsu-therapeutin, Dipl. Lebens-
und Sozialberaterin

Kursbeitrag:

EUR 260,-

Termin:

Freitag, 14. Mai 2027, 17.00 Uhr bis
Sonntag, 16. Mai 2027, 12.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 6 und max. 12 TN

K 2705/3

Auszeit für mich.



Neue Energie mit Autophagie-Basenfasten

Ist dir gerade alles ein bisschen zu viel? Sehnst du dich nach Ruhe, Natur und Zeit nur für dich – ganz ohne Funktionieren und To-do-Listen? Diese Woche bietet dir eine sanft begleitete Auszeit mit Autophagie-Basenfasten – ideal, um Körper, Geist und Seele zu entlasten. Du genießt schmackhaftes, rein basisches Essen, unterstützt die Entgiftung deiner Organe, förderst die Zellerneuerung und gibst auch deinem Kopf Raum zum Aufatmen. Tägliche Wanderungen in der kraftspendenden Umgebung des Greisinghofs, Meditationen, Achtsamkeitsübungen und Impulse begleiten deinen Prozess. Ergänzend kannst du vor Ort wohltuende Detox- und Entspannungsbehandlungen buchen. Basenfasten in Kombination mit Intervallfasten stärkt die Gesundheit ganzheitlich: Es entlastet, reinigt und regeneriert – sanft, wirksam und nachhaltig.

Leitung:

Mag.ª Nina Patter, Dipl. Fastenleiterin,
Pharmazeutin, Apothekerin & Gesund-
heitstherapeutin mit den Schwerpunkten
Darmgesundheit, Mikronährstoffe, Ernäh-
rung & ganzheitliche funktionelle Medizin,
Mental- & Achtsamkeitstrainerin

Kosten:

EUR 950,- (inkl. Nächtigung und Verpfle-
gung, exkl. Ortstaxe)

Termin:

Samstag, 15. Mai 2027, 15.00 Uhr bis
Freitag, 21. Mai 2027, 11.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 5, max. 12 Personen



K 2705/4

Marien - Erleben im Mai-Mandala.

Leitung:

Raffael Boriés, Schweiz, Sterbebegleiter, seel-sorgerische Lebensberatung, Autor

Kursbeitrag:

EUR 125,-

Termin:

Freitag, 21. Mai 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 23. Mai 2027, 13:00 Uhr

Mitzubringen:

Malkasten, Farbstifte und Schreibutensilien

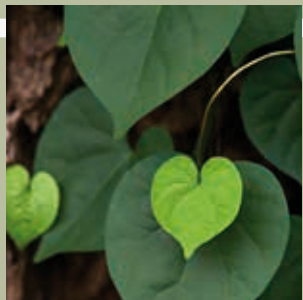
Teilnehmerzahl:

Mind. 10 und max. 16 TN

Ein Wochenende im Zeichen von Farbe, Stille und Segen

Maria breitet ihren Mantel aus – als Maienkönigin, Himmelskönigin, Mutter aller. Ihr Segen gilt allem Lebendigen, allem, was wächst und wird. Der Mai leuchtet in Blau, dem klassischen Marienfarbton, und entfaltet sich in der ganzen Frühlingspalette: in frischem Grün, warmem Gelb und lebendiger Buntheit – Sinnbild schöpferischer Kraft.

Wir lassen uns berühren – von Gebeten, Gedichten und Musik. Im achtsamen Gehen, im stillen Sehen, im Ausdruck mit Farbe und Wort finden wir zu innerer Verbindung. Wer möchte, bringt gerne Malkasten, Farbstifte oder Schreibutensilien mit.



K 2706/1

Ein Herz aus frischem Grün.

Leitung:

Christine Steinböck, M.A.
Kunsttherapeutin (SFU Wien)
Schreibpädagogin (BÖS Wien)

Kursbeitrag:

EUR 150,00 (inkl. Material)

Termin:

Freitag, 4. Juni 2027, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 6. Juni 2027, 13.00 Uhr

Es finden Abendeinheiten statt, eine Übernachtung im Bildungshaus wird daher empfohlen.

Teilnehmerzahl:

mind. 4, max. 10 TN

Bildnerisches Gestalten und kreatives Schreiben als Selbsterfahrung und Ressource

An diesem Wochenende widmen wir uns malend und schreibend den je eigenen Lebensthemen. Im bildnerischen Gestalten und im kreativen Schreiben können Gedanken und Empfindungen Ausdruck finden, sichtbar werden und in der Gruppe geteilt werden.

Für die Teilnahme braucht es weder Vorkenntnisse noch besondere Begabungen. Wir lassen uns auf kreative Prozesse ein, bei denen es kein Richtig oder Falsch gibt. Jeder individuelle Ausdruck hat seine eigene Kraft und kann persönliche Entwicklung ermöglichen.

Wir arbeiten je nach Vorliebe mit Ölkreiden, Wachskreiden, Pastellkreiden, Wasserfarben und anderen Materialien. Bei entsprechender Witterung nutzen wir die wunderbare Lage des Bildungshauses und lassen uns von der Natur inspirieren, um frisches Grün in uns aufzuspüren.

K 2706/2

In die Stille gehen.

Qi Gong für innere Ruhe und Lebenskraft

„Anfangen bei Himmel und Erde bis zu den zehntausend Wesen braucht alles das Qi, um zu leben.“ *Huang Di Nei Jing*

Dieses Wochenende bietet Raum für Stille, sanfte Bewegung und bewusste Atmung. In einfachen Qi-Gong-Übungen lernen wir, das Qi – unsere Lebensenergie – wahrzunehmen und in Fluss zu bringen. Auch meditative Atemübungen und das Gehen in Stille helfen, innere Ruhe zu finden und neue Kraft zu schöpfen. Wenn das Wetter es erlaubt, üben wir im Freien und lassen uns von der heilsamen Kraft der Natur begleiten. Das Seminar ist für alle geeignet – es sind keine Vorkenntnisse nötig. Ein Wochenende, das einlädt, loszulassen, aufzutanken und mit neuer Klarheit und gestärkter Mitte in den Alltag zurückzukehren.



Leitung:

Anita Maria Eckerstorfer
Dipl. Shiatsu-Praktikerin, Dipl. Qi Gong
Lehrerin, Kräuterefachfrau

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 04. Juni 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 06. Juni 2027, 13.00 Uhr

Mitzubringen:

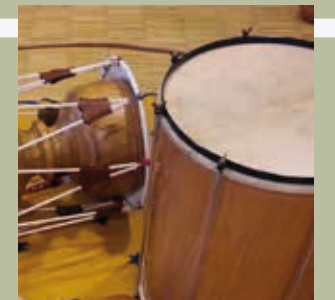
Bequeme Kleidung für drinnen und draußen, Kissen und Decke, Matte zum Liegen, Schreibunterlagen

Teilnehmerzahl:

Mind. 8 und max. 15 TN

Gastseminar

TaKeTiNa.



Mit Rhythmus zu Ruhe, Präsenz und innerer Balance

Einmal wirklich ankommen. Innehalten, wahrnehmen und spüren, was hier und jetzt gerade ist. Durch Rhythmus, Bewegung und Stimme entsteht ein unmittelbares Erleben: Schritte, Klatschen und Singen verbinden sich auf verschiedenen Ebenen und laden dazu ein, ganz im Moment anzukommen.

TaKeTiNa benötigt keinerlei Vorwissen. Die Methode setzt dort an, wo Sie gerade stehen, und unterstützt dabei, den eigenen Rhythmus wieder bewusster wahrzunehmen – im persönlichen Tempo und ohne Leistungsdruck. So können Ruhe, Präsenz und eine neue Qualität von Aufmerksamkeit entstehen – nicht nur im Workshop, sondern auch darüber hinaus im Alltag.

Anreise bis spätestens 18.00 Uhr!

Leitung:

Christine Sagmeister, Dipl. Musikpädagogin, TaKeTiNa Advanced Rhythmuspädagogin
Klaudia Verne, TaKeTiNa Advanced Rhythmuspädagogin, TaKeTiNa Senior Rhythmteacher i.A.

Kursbeitrag:

EUR 195,-
(EUR 180,- Frühbucher bis 04.04.2027)

Termin:

Freitag, 04. Juni 2027, 19.00 Uhr
(optional mit Abendessen um 18.00 Uhr)
bis Sonntag, 06. Juni 2027 12:30

Weitere Infos und Anmeldung:

christine.sagmeister.cs@gmail.com,
Tel: 0676/6279927 oder klaudia@verne.at



K 2706/3

Die Weisheit der Märchen.

Leitung:

Raffael Boriés, Sterbebegleiter, seelsorgerische Lebensberatung, Autor

Kursbeitrag:

EUR 125,-

Termin:

Freitag, 11. Juni 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 13. Juni 2027, 13:00 Uhr

Mitzubringen:

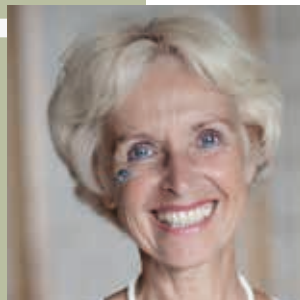
Malkasten, Farbstifte und Schreibutensilien

Teilnehmerzahl:

Mind. 10 und max. 16 TN

Symbolbilder als Schlüssel für den Lebensweg

Märchen, Mythen und Legenden erzählen mehr als spannende Geschichten. In ihrer Bildsprache spiegeln sie innere Entwicklungswege, Lebensaufgaben und grundlegende Fragen des Menschseins. Anhand ausgewählter Erzählungen aus dem europäischen Kulturraum erkunden wir ihre Symbole, Motive und Wendepunkte. Wir fragen danach, welche inneren Prozesse in diesen Geschichten sichtbar werden und wie sie mit unserem eigenen Leben in Resonanz treten können. Die Heldenreise dient dabei als Orientierung für Wandlung, Reifung und seelisches Wachstum. Kreative Übungen helfen, die Bilder und Motive persönlich zu vertiefen und eigene Zugänge zu entdecken. So können Märchen zu einer Brücke zwischen innerer Erfahrung und gelebtem Leben werden – und neue Perspektiven auf den eigenen Weg eröffnen.



K 2706/4

Feldenkrais – Besser als Stretching?

Leitung:

Dipl. Feldenkrais- und Bones for Life-Lehrerin, Tanzleiterin, Bewegungsanalytikerin

Kursbeitrag:

EUR 170,-

Termin:

Freitag, 18. Juni 2027, 18.00 Uhr
(Start mit Abendessen) bis
Sonntag, 20. Juni 2027, 12.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 10 und max. 12 TN

Mitzubringen sind:

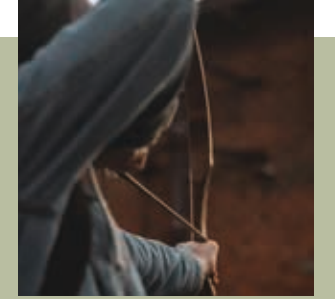
Eine große Decke und ein großes Handtuch, bequeme Bewegungskleidung, Pulli/Weste und warme Socken sind ratsam.

Ausprobieren!

In diesem Seminar erforschen wir effektive Möglichkeiten, unseren Bewegungsraum in Gelenks- und Muskel-schonender Weise zu erweitern. Das individuelle Wohlfühl steht dabei immer an erster Stelle und nicht Ziehen, Dehnen oder Anstrengung. Wir respektieren die Grenzen eventuell chronisch angespannter Muskeln und suchen einen sicheren Weg, unsere Komfortzone graduell zu erweitern. In dieser Sicherheit eröffnet sich eine Weite in der Bewegung, die weit über Stretching hinaus geht. Wir suchen – und finden – den Flow der Bewegung im ganzen Körper, anstatt nur einzelne Körperteile zu (über)strecken - denn keine Bewegung eines einzelnen Körperteils ist getrennt vom ganzen Körper. Die Schönheit, Genialität und Anmut unserer Bewegungen entsteht durch das gleichzeitige Zusammenwirken aller Körperteile in EINER harmonisch orchestrierten Bewegung.

K 2706/5

Vom rechten Stand zum ersten Pfeilflug.



Achtsamkeit im Spannungsbogen – Bogenschießen als Weg nach innen

Bogenschießen ist mehr als Zielsport – es ist ein Weg zu Achtsamkeit, Konzentration und innerer Sammlung. In diesem dreitägigen Seminar lernen Sie die Grundform des meditativen Bogenschießens kennen. Im Zusammenspiel von Körper, Geist und Atem erfahren Sie, wie sich Spannung und Ruhe, Ausrichtung und Loslassen zu einem stimmigen Ganzen verbinden. Das Bogenschießen stärkt nicht nur die Muskulatur, sondern fördert auch Klarheit, Gelassenheit und Selbstvertrauen. Es lädt ein, die eigenen Kräfte zu bündeln, Störungen auszublenden und sich ganz auf den Moment zu konzentrieren – bis der Pfeil seinen Weg geht. Bogenschießen hat eine lange Tradition als Übung innerer Sammlung. Schritt für Schritt machen wir uns mit dieser Praxis vertraut – vom achtsamen Stand bis zum Loslassen des Pfeils.

Leitung:

Dr.med. Walter Dmoch
FA für Neurologie und Psychiatrie, Bogenschütze, Kyudolehrer

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 18. Juni 2027, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 20. Juni 2027, 15.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 10 und max. 14 TN

K 2706/6

Reden ist Silber – Verstehen ist Gold.



Beziehungstage 2027: Miteinander reden – einander neu begegnen

Wir reden viel – aber verstehen wir einander auch wirklich?

Bei den Beziehungstagen 2027 stehen Kommunikation, gegenseitiges Verstehen und die Freude an gelingender Beziehung im Mittelpunkt. Paare sind eingeladen, sich Zeit füreinander zu nehmen, einander neu zuzuhören und Beziehung als etwas Stärkendes, Beglückendes und Erfüllendes zu erfahren.

Impulse, Austausch und gemeinsame Elemente eröffnen Raum, um miteinander ins Gespräch zu kommen, Vertrautes neu zu entdecken und den gemeinsamen Weg bewusst zu vertiefen.

Diese besonderen Tage sind für Paare gedacht, die ihrer Liebesbeziehung Raum schenken und sie auf verschiedenen Ebenen achtsam gestalten möchten. Pro Paar ist ein Bildungsgutschein der Diözese Linz einlösbar.



Leitung:

Johanna und Gerald Mülleder, verheiratet, 3 Kinder, DGKP, Referenten in der Ehevorbereitung sowie für Beziehung, Männer- & Frauenthemen

Kursbeitrag:

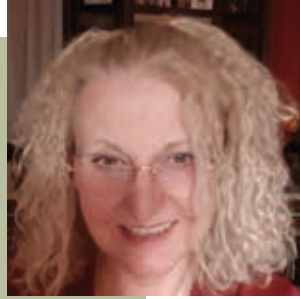
EUR 330,- / Paar (zzgl. Aufenthalt und Verpflegung im Bildungshaus)

Termin:

Donnerstag, 25. Juni 2027, 14.30 Uhr
(Start mit Kaffee und Kuchen) bis
Samstag, 27. Juni 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 5 und max. 9 Paare



K 2706/7

Kleine Saiten, große Wirkung.

Leitung:

Susanne Rockenschaub-Noneus,
Gitarrenlehrerin (Simply Guitar - Gitarrespielen
ohne Noten), Ukulelelehrerin

Kursbeitrag:

EUR 183,- (+ EUR 18,- für Seminarunterlagen in
bar mitzubringen)

Termin:

Freitag, 25. Juni 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 27. Juni 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

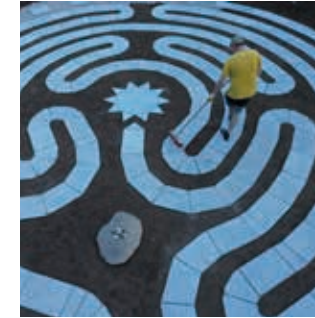
Mind. 6 und max. 15 TN

Ukulele spielen für Einsteiger*innen

Klein, handlich und voller Lebensfreude - die Ukulele zaubert in kürzester Zeit gute Laune!

In diesem Workshop entdecken wir gemeinsam, wie einfach es ist, Lieder zu begleiten, Akkorde zu greifen und Musik zu erleben - ganz ohne Notenkenntnisse. Mit viel Erfahrung, Geduld und Spielfreude zeigt Susanne Rockenschaub-Noneus, wie man Schritt für Schritt vertrauter mit dem kleinen Instrument wird. Schon nach kurzer Zeit erklingen fröhliche Melodien, die den Sommer direkt ins Herz bringen.

Ganz gleich, ob du musikalische Vorkenntnisse hast oder zum ersten Mal ein Instrument in der Hand hältst - hier zählt die Freude am Ausprobieren, das gemeinsame Spielen und der Klang, der verbindet.



„Manchmal scheint man der Mitte ganz nah zu sein – und im nächsten Moment wieder weiter entfernt. Und doch bleibt jeder Schritt Teil des Weges.“

Unterwegs statt schnell am Ziel

Vielleicht passt ein Labyrinth gerade deshalb so gut zum Greisinghof. Denn auch hierher kommen Menschen selten wegen schneller Antworten. Viele kommen, um in-nehalten, Abstand zu gewinnen, Fragen mitzubringen und sich selbst, anderen oder Gott wieder aufmerksamer zu begegnen.

Kein Irrgarten, sondern ein Vertrauensweg

Ein Labyrinth ist kein Irrgarten. Es will niemanden verwirren. Es gibt keine Sackgassen, keine falschen Abzweigungen und keine Entscheidung, bei der man sich verlaufen könnte. Der Weg ist vorgegeben – und doch muss man ihn selbst gehen. Seit Jahrtausenden begleitet dieses Symbol Menschen in unterschiedlichen Kulturen. Auch in der christlichen Tradition hat es seinen Platz gefunden, etwa in den Bodenlabyrinthen mittelalterlicher Kathedralen. Das Labyrinth erzählt vom Lebensweg: von Umwegen, Wendepunkten, innerer Suche und der Erfahrung, dass man manchmal geführt wird, auch wenn man den Überblick verliert.

Geplant wurde das Labyrinth vom Tiroler Labyrinthbauer, Autor und Theologen Gernot Candolini. Er beschreibt es als „einen Weg für die Füße und einen Spiegel der Seele“. Wer durch das Labyrinth geht, kann es ganz schlicht tun: einen Schritt nach dem anderen. Und doch kann im Gehen mehr geschehen. Gedanken werden ruhiger. Der Atem findet seinen Rhythmus. Was vorher unübersichtlich war, darf sich ordnen.

Stein für Stein gewachsen

Am ersten Maiwochenende 2026 wurde das Labyrinth umgesetzt. In den Wochen davor wurde vorbereitet und gestaltet: Erde wurde bewegt, Wege wurden angelegt, Steine gesetzt und Kies eingebracht. Viele freiwillige Helfer der Vereinigung „Weg der Männer“, Nachbarn, Freunde und Wegbegleiter des Hauses haben mitangepackt. So wurde das Labyrinth nicht einfach gebaut, sondern gemeinsam gelegt – Stein für Stein, Schritt für Schritt. Aus der Baustelle wurde ein neuer Kraftplatz. Einer, der sich harmonisch in den Bibelgarten und das Gelände des Greisinghofs einfügt. Nicht laut. Nicht aufdringlich. Sondern so, als hätte dieser Weg schon lange darauf gewartet, sichtbar zu werden.

Gehen als Meditation

Das Labyrinth ergänzt den Charakter des Greisinghofs um eine unmittelbare Erfahrung: Gehen als Meditation. Gerade in einer Zeit, in der vieles schnell und laut ist, wirkt ein solcher Weg fast wie ein Gegenprogramm. Er verlangt nichts. Er erklärt nichts. Er lädt einfach ein. Das Labyrinth ist frei zugänglich und kann jederzeit begangen werden – von Gästen des Hauses, Seminarteilnehmerinnen und Seminarteilnehmern, Spaziergängern und allen, die einen Moment der Ruhe suchen. Wer den Weg zur Mitte sucht, ist eingeladen, ihn selbst zu gehen. Ohne Eile. Ohne etwas leisten zu müssen. Schritt für Schritt. Denn manchmal wird aus einer Einkehr im Greisinghof auch eine Heimkehr – zu den eigenen Gedanken, zur Stille und zu dem, was im Leben wirklich trägt.

**Der Weg ist nicht gerade.
Aber richtig.**

Es gibt Wege, die nimmt man, um möglichst schnell anzukommen. Und es gibt Wege, die geht man, um unterwegs etwas zu entdecken. Das neue Labyrinth am Greisinghof gehört eindeutig zur zweiten Art. Wer es betritt, merkt rasch: Hier geht es nicht um Tempo, Leistung oder Abkürzungen. Der Weg führt in Bögen, Schleifen und Wendungen zur Mitte. Manchmal scheint man ihr ganz nah zu sein – und im nächsten Moment wieder weiter entfernt. Und doch bleibt jeder Schritt Teil des Weges.



Kursprogramm Juli / August 2027

Lasst uns diesen Sommer in Stein meieln: Die Impulse, die wir erfahren. Die Kräfte, die wir bündeln. Die Fälle, die wir schmecken. Lernen wir Tragik und Lebensfreude zu vereinen, pflegen wir die Lebensenergie und wiegen uns in Sicherheit, dass ein sicheres ‚Zuhause‘ auf uns alle wartet.



Christliches Handauflegen.

K 2707/1

Leitung:

Raffael Boriés, Schweiz, Sterbebegleiter, seel-sorgerische Lebensberatung, Autor,

Kursbeitrag:

EUR 125,-

Termin:

Freitag, 02. Juli 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 04. Juli 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 8 und max. 15 TN

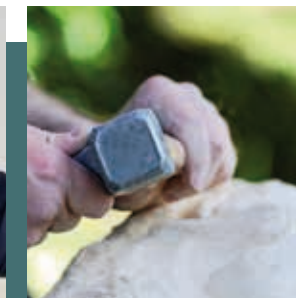
Heilung aus Liebe – Berührung, die stärkt und segnet

„... und sie werden ihre Hände auflegen.“

Im schlichten Handauflegen kann sich eine tiefe Kraft entfalten – eine Kraft, die tröstet, stärkt und heilen kann. In dieser stillen Geste fließt die göttliche Liebe, die als Segen und Heilung erfahrbar wird. Heilung geschieht im Zusammenspiel göttlicher Kräfte und der lebendigen Energien der Natur – durch ein offenes Herz und hingebungsvolle Hände. Der Mensch ist dabei Werkzeug, nicht Urheber: Alles ist Gottes Wirken. Das spirituelle Heilen durch das Auflegen der Hände unterstützt einen ganzheitlichen Gesundungsprozess – körperlich, seelisch und geistig. Diese Tage sind offen für alle: Menschen in seelischer oder körperlicher Not ebenso wie jene, die durch Gebet und meditative Hingabe ein heilendes Energiefeld mitgestalten möchten. Impulse, kleine Übungen und die segnende Kraft der Natur begleiten uns dabei.

K 2707/2 - Kooperationsveranstaltung

Bibel und Stein.



Bildhauern mit biblischen Impulsen

Gebete zum Angreifen, Ganz-gegenwärtig-sein, Innehalten und Hinhören auf eine innere Stimme: all das kommt ins Spiel, wenn man bildhauerisch mit Steinen arbeitet. Christian Koller - der „Steineflsterer“ - lädt gemeinsam mit dem Seelsorger der Caritas O Stefan Schlager zu einem Pilgerweg für die Hände ein. Dabei heißt es: „Mit spielerischer Leichtigkeit vorankommen, Abschied nehmen von altem Ballast, frische Energie schöpfen, Kreativität und Poesie entfalten, neuen Freund:innen auf dem Weg begegnen. Wir suchen nicht - wir finden.“ Es sind keine bildhauerischen Vorkenntnisse nötig. Steine und entsprechendes Werkzeug (wie z. B. Hammer und Meißel, Stockeisen oder Polierschwmme ...) werden zur Verfügung gestellt.

In Kooperation mit dem



Leitung:

Christian Koller, Bildhauer, Maler, Kunsttherapeut, Studium bei Fritz Wotruba, Assistent u.a. bei Henry Moore und Marc Chagall

Dr. Stefan Schlager, Theologe, Erwachsenenbildner, Lyriker und seit vielen Jahren Schüler von Christian Koller

Kursbeitrag:

EUR 300,- (Kosten für den Stein/die Steine: je nach Größe zwischen € 25 und € 50 pro Stein - für Rumpfskulptur oder Relief)

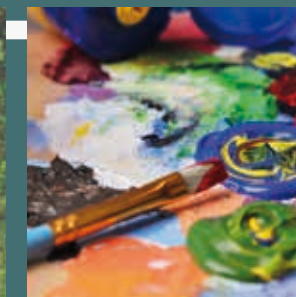
Termin:

Freitag, 09. Juli 2027, 10.00 Uhr bis
Sonntag, 11. Juli 2027, 16.00 Uhr

Maximal 15 Teilnehmer:innen.

K 2707/3

Quelle meiner Kraft.



Maltherapeutisches Kraftseminar

Das Leben ist anspruchsvoll und es fordert uns heraus. Wir brauchen einerseits Kraft, um zu leben, aber auch die Weisheit, diese sorgsam einzuteilen. Vergleichbar mit einer Quelle, die alle Kräfte in uns erneuern kann. Sie entspringt und bahnt sich ihren eigenen Weg. Gemeinsam werden wir diesem Thema Farbe verleihen und die Quelle unseres Lebens sichtbar machen.

Es sind keinerlei künstlerische Fähigkeiten notwendig, sondern nur die Bereitschaft, sich auf kreative Prozesse einzulassen und die Lebendigkeit der Materialien anzunehmen. Aus dieser Fälle zu schöpfen und im geschtzten Rahmen sich selbst und die Gruppe für den Austausch zu nutzen. In Farben die Möglichkeit sehen, Bedürfnisse und Emotionen auszudrücken!

Leitung:

Ulrike Hinterkrner
Pädagogin, Ausbildung in Maltherapie
und Atelierbetreuung, Kruterpdagogin

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 09. Juli 2027, 16:00 Uhr bis
Sonntag, 11. Juli 2027, 13:00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 10, max. 12 Personen



K 2707/4

Im Atem sein.

Leitung:

Mag Bettina Bergmair,
Integrative Tanzpädagogin, Alexander-
techniklehrerin, Authentic Movement Be-
gleiterin, Leibarbeit nach Graf Dürkheim,
Theologin und selbstständige Religions-
pädagogin

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 16. Juli 2027, 18.00 Uhr
(Start mit Abendessen) bis
Sonntag, 18. Juli 2027, 14.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 8 und max. 15 TN

Authentisches Tanzen, Meditation und Alexandertechnik

An diesem Wochenende lauschen wir unserem Atem und öffnen uns der lebendig machenden Geistkraft Gottes – in Stille, Bewegung, Begegnung und Natur.

Angeleitete Aufwärmübungen vom Liegen ins Stehen lenken die Aufmerksamkeit auf das Getragen- und Beatmet-Sein. Dabei erfahren wir das Zusammenspiel von Zentrum und Gliedmaßen und entdecken neue Möglichkeiten der Bewegung.

Die Alexandertechnik zeigt Wege, dem Atem mehr Raum zu geben. Aus diesem schöpferischen Potential heraus lassen wir uns ins authentische Bewegen und Tanzen führen.

Spielerisch erkunden und erweitern wir unsere Bewegungsmöglichkeiten. Im authentischen Tanzen begegnen wir uns selbst, einander und der Quelle der Lebendigkeit.

K 2707/5

Wasser unter den Füßen – Vertrauen im Herzen.

Organisation:

Richard Kotschy

Biblische Begleitung:

Mag.a Theol. Szidónia Lőrincz

Musikalische Begleitung:

Prof. Alfred Hochedlinger

Kursbeitrag:

EUR 80,-

Termin:

Samstag, 24. Juli 2027, 17.00 Uhr bis
Samstag, 31. Juli 2027, 13.00 Uhr

Um **Anmeldung bis spät. Freitag 18. Juni 2027** wird gebeten!

Richard Kotschy

Kahngasse 12, 8010 Graz

Mobil: 0664 161 35 98

Email: richardkotschy@gmail.com

Bibel-, Sing- und Tanzwoche für blinde, sehbehinderte und sehende Menschen des Blindenapostolates Österreich (BAÖ)

Im Neuen Testament wird Wasser oft zum Ort der Begegnung zwischen Menschen und Gott, zwischen Glauben, Angst und Vertrauen: Wenn Petrus auf dem Wasser zu Jesus geht oder die Jünger mit Jesus im Boot im Sturm Ruhe finden, zeigt sich, dass Gott immer da ist! Der Glaube stärkt uns, das zu tun, was möglich ist – und das Unmögliche Gott zu überlassen. In einer Welt, die sehr unsicher geworden ist, ist es gut zu erfahren: Gott ist immer, in jeder Situation, da!

Wir machen uns auf den Weg, durch verschiedene Geschichten dieses Vertrauen und diesen Glauben neu zu entdecken – und damit auch für unser persönliches Leben fruchtbar zu machen.



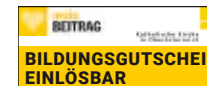
K 2707/6

„Wo wohnst du?“

Biblische Impulstage 2027

Die Bibel greift das Thema Wohnen in vielfältiger Weise auf: von der Erde als Lebensraum über Zelt, Haus und Tempel bis hin zur Vorstellung von Gottes Gegenwart unter den Menschen (vgl. Jes 45,18; Joh 1,38). Die Frage der Jüngerinnen und Jünger „Wo wohnst du?“ eröffnet dabei einen theologischen und lebensnahen Zugang zugleich.

Im Mittelpunkt der Impulstage stehen ausgewählte biblische Texte zum Thema Wohnen. Diese werden mit heutigen Erfahrungen und Vorstellungen in Beziehung gesetzt: Wohnen auf der Erde, unterschiedliche Wohnformen, das Wohnen bei Gott sowie die Vorstellung vom Wohnen Gottes im Menschen. Die Tage bieten Raum für gemeinsames Nachdenken, Austausch und persönliche Vertiefung. Mit Kino im Bibelgarten (bei Schönwetter).



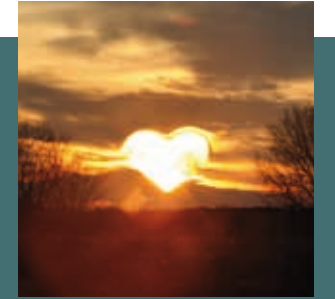
K 2708/1

Ikonenmalkurs.

Die Heilige Schrift in Farbe getaucht.

Die Ikone ist die Heilige Schrift in Farben dargestellt, ein Heiliges Buch, geschrieben mit Pinsel und Farbe. Die Ikone ist wundervoll, wenn sie den Menschen zum Gebet ruft und man die geistige Kraft spürt, die aus ihr ausgeht. Das Ikonenmalen ist ein Gebet. Die Ikone wird durch die tiefe Meditation des Geistes erschaffen. Das Programm umfasst einen theoretischen und einen praktischen Teil. Der erste Teil beinhaltet die geschichtlich-religiösen Aspekte der Ikone, Ikonographie sowie die byzantinische Ikonentechnik auf Holztafeln mit Eitempera. Im zweiten Teil werden folgende Arbeitsgänge vorgenommen:

- Auswahl der Motive aus der Sammlung der Kursleiterin
- Vergoldung auf Goldmilch oder Mixtion
- Die einzelnen Schritte der Ikonenmalerei
- Aufbringung der Schutzschicht auf die fertige Ikone
- Zum Abschluss Segnung der Ikone



Leitung:

Mag.a Karin Hintersteiner,
Theologin, Bibelwerk Linz

Termin:

Donnerstag, 29. Juli 2027, 14.00 Uhr bis
Sonntag, 01. August 2027, 12.30 Uhr

Kursbeitrag:

EUR 125,-

Teilnehmerzahl:

Mind. 10 und max. 18 TN



Leitung:

Mag. Silva Bozinova

Dipl. Kunsthistorikerin, Bildrestauratorin
Vesna Deskoska

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Materialkosten:

EUR 75,-

Termin:

Mittwoch, 04. August 2027, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 08. August 2027, 17.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Max. 15 TN



K 2708/2

Sicherheit stärkt die Nerven.

Leitung:

Veronika Santer, Humanenergetikerin, Lebens-
u. Sozialberaterin

Kursbeitrag:

EUR 130,-

Termin:

Freitag, 06. August 2027, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 08. August 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 6 und max. 16 TN

Ein starkes Nervensystem für mehr Wohlbefinden im Alltag

Sicherheit tut uns gut. Wenn wir uns innerlich sicherer fühlen, können wir leichter zur Ruhe kommen, klarer reagieren und wieder mehr Wohlbefinden erleben.

Manche Reaktionen wie Erstarrung, Rückzug, Kampf oder Flucht laufen unbewusst ab. Mit einfachem Wissen über unser Nervensystem und kleinen stärkenden Übungen können wir jedoch lernen, uns selbst besser zu unterstützen und wieder mehr Handlungsspielraum zu gewinnen.

In diesem Seminar lernen Sie eine Reihe einfacher Übungen kennen, die das Nervensystem beruhigen und stärken können. Gemeinsam werden sie erprobt und so eingeübt, dass sie auch im Alltag gut anwendbar sind. Tänze und Meditationen laden zum Wohlfühlen ein.



K 2708/3

Qigong - Zeit für meine Basis.

Leitung:

Ulla Gerhold
Dipl. Qigong-Lehrerin der ÖQGG

Kursbeitrag:

EUR 153,-

Termin:

Samstag, 07. August 2027, 09.00 Uhr bis
Sonntag, 08. August 2027, 12.00 Uhr

Mitzubringen sind:

Bequeme Kleidung (auch für draußen) und Sportschuhe; ein Meditationskissen (wenn vorhanden) oder eine Decke für sitzende meditative Übungen

Teilnehmerzahl:

Mind. 7 und max. 12 TN

Pflege der Lebensenergie

Dieses Wochenende widmen wir unserer inneren Basis: Erdung, Sicherheit, Körperbewusstsein und der lebendigen Verbindung zu uns selbst. Mit ausgewählten Übungen aus der Fan-Huan-Gong-Reihe stärken wir die Grundlage unseres energetischen Systems und schaffen Raum für innere Ruhe, Stabilität und Beweglichkeit.

Ergänzt wird die Qigong-Praxis durch kleine daoistische Übungen zur Regulierung, nierenqistärkendes Gehen, Tönen und Meditation in Stille. Es entstehen Tage der Innenschau, des Auftankens und Regenerierens für Körper, Geist und Seele. Sofern es das Wetter zulässt, üben wir möglichst viel in der freien Natur. Das Seminar richtet sich an Anfänger ebenso wie an Fortgeschrittene. Wachsende Freude, Leichtigkeit und innere Ruhe können in den Übungen erfahrbar werden – und in den Alltag hineinwirken. Mamandi – kleine Schritte.

K 2708/4

Stille erfahren - Kreativität erleben.



Seelenerfahrungen als Impulse für ein farbiges Leben

„In der Stille liegt die Kraft“, heißt es. In der Tiefe des Schweigens finden wir Impulse für unsere Lebensgestaltung. Stille, Schweigen und kreatives Gestalten gehören zusammen – denn sie entspringen der Seele. Im Kurs wechseln sich Phasen bewusster Stille mit Zeiten des kreativen Ausdrucks ab. Elemente wie Gehmeditationen und stille Einkehr eröffnen Raum für innere Erfahrungen, die im Malen und Zeichnen sichtbar werden dürfen.

So wird Kreativität zur Sprache der Seele. Malen und Zeichnen helfen, dem nachzuspüren, was in uns lebt – leise, lebendig, vielleicht überraschend. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Eigene Malutensilien können gern mitgebracht werden.

Leitung:

Raffael Boriés, Schweiz, Sterbebegleiter,
seelsorgerische Lebensberatung, Autor,
Maler

Kursbeitrag:

EUR 160,-

Termin:

Donnerstag, 12. August 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 15. August 2027, 13.00 Uhr

Mitzubringen:

Eigene Malutensilien

Teilnehmerzahl:

Mind. 10 und max. 16 TN

K 2708/5

Marianistisch leben.



Glaubenswege aus dem Charisma der Marianistischen Familie

Bei dieser Zusammenkunft beschäftigen wir uns mit dem Charisma der Marianistischen Familie und seiner Wirkungsgeschichte. Herausgefordert durch die Französische Revolution suchte der selige Wilhelm Josef Chaminade neue Wege, den Glauben lebendig zu leben und weiterzugeben – eine Aufgabe, die auch heute aktuell bleibt.

Eingebettet in diese Tage ist auch die Feier des seligen Jakob Gapp SM und seines mutigen Eintretens gegen den Nationalsozialismus.

Referate, Gruppenarbeiten, geistliche Impulse und Liturgie begleiten durch diese Tage. Das spirituelle Angebot wird von der Marianistischen Familie gestaltet und ist offen für alle Interessierten.

Leitung:

P. Mag. Hans Eidenberger SM,
gemeinsam mit der Marianistischen
Familie

Termin:

Freitag, 13. August 2027, 14.00 Uhr bis
Samstag, 14. August 2027, 12.00 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei.



K 2708/6

Den ganzen Garten schenken.

Leitung:

Gertrude Pallanch, Wels
Lebensberaterin, Seminar- und Meditationsleiterin, Krankenhausseelsorgerin

Kursbeitrag:

EUR 160,-

Termin:

Freitag, 13. August 2027, 16.00 Uhr bis
Sonntag, 15. August 2027, 12.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 8 und max. 15 TN

Sommerliche Auszeit für Körper, Seele und Geist

„Nicht die Rose nur allein, ich schenke dir den ganzen Garten.“ Rumi

Dieses Seminar lädt dazu ein, die Fülle des Sommers bewusst wahrzunehmen und in vielen Facetten zu genießen. Wir spannen den Schirm der Dankbarkeit auf und nehmen uns Zeit: Zeit ohne Druck, Zeit zum Durchatmen, Zeit für echtes Da-Sein. Natur, gutes Essen, Gemeinschaft und Stille schenken Nahrung auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene. So kann Raum entstehen, um aufzutanken, zur Ruhe zu kommen und gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

Begleitet wird diese Auszeit durch Übungen zur achtsamen Körperwahrnehmung, Atemwahrnehmung, Meditation in Bewegung und Ruhe, kurze Impulse zu Lebensthemen sowie Zeiten für sich – gerne auch in der Natur.



K 2708/7

heiter - tragisch - lebensfroh.

Leitung:

Mag.a Constanze Moritz, dipl. Erwachsenenbildnerin und Clownin, Spielpädagogin, Lebens- und Sozialberaterin in Ausbildung unter Supervision,

Kursbeitrag:

EUR 150,-

Termin:

Freitag, 13. August 2027, 18.00 Uhr
(Beginn mit dem Abendessen) bis
Sonntag, 15. August 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Max. 15 TN

Vom Clown fürs Leben lernen

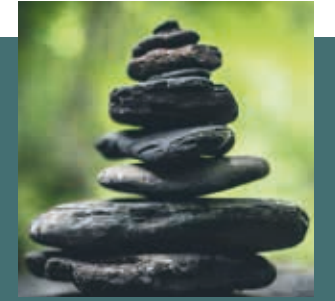
So wie das Leben eben spielt, vereint der Clown Tragisches und Freudiges in sich. An diesem achtsam-spielerisch-beschwingten Wochenende mitten im Sommer kommen wir dem Clown in uns auf die Spur und lassen uns davon inspirieren: achtsam im Augenblick ankommen, neue Blickwinkel entdecken, spielerisch auf die Dinge schauen, lustvoll scheitern, Lebensfreude auskosten.

Wir werden staunen, spielen, sein, lachen und versuchen, so wie der Clown Tragisches in Lebensfreude zu verwandeln.

Spielerisch-kreative Methoden aus der Clownerie, Körper- und Achtsamkeitsübungen, Improvisationen und Wissenswertes über die Haltung des Clowns begleiten uns durch das Wochenende und lassen uns Leichtigkeit fürs Leben tanken.

K 2708/8

Meditation im Stile des ZEN.



Schweigen als Weg zu innerer Weite

„Geh in die Stille, um dich dort zu finden. Geh zu dir – und du wirst Gott dort finden. Geh zu Gott – und du wirst dich mitten in der Welt finden.“
(Angelus Silesius)

Die tiefe Wertschätzung der Stille verbindet christliche Mystiker und Zen-Praktizierende: Schweigen als Weg zu sich selbst – und darüber hinaus. An diesem Wochenende widmen wir uns bewusst der Stille. In einem klar strukturierten Rahmen vertiefen wir unsere Meditationspraxis, lassen Worte ruhen und öffnen uns für die Weite, die in der Stille entsteht. Dieses Retreat richtet sich an Menschen mit Erfahrung in Meditation, die bereit sind, sich auf das Schweigen und die Achtsamkeit des Augenblicks einzulassen.

Hinweis: Einführende Vorkenntnisse in Meditation sind Voraussetzung. Anfänger*innen bitten wir, vorab Kontakt mit Dr. Renger aufzunehmen.

Leitung:

Dr. Helmut Renger,
Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapeut,
Lehrer für achtsamkeitsbasierte Stressreduktion, Meditationsleiter

Kursbeitrag:

EUR 110,-

(Ermäßigung je nach sozialer Situation möglich)

Termin:

Sonntag, 15. August 2027, 17.00 Uhr bis
Donnerstag, 19. August 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmer:

mind. 14, max. 24 Personen

K 2708/9

seelen.tanz. ich bin - lebe jetzt!



Präsent sein, tanzen, atmen – bewusst leben im Hier und Jetzt

Lebe jetzt! Der gegenwärtige Moment ist alles, was wir wirklich haben. Dieses Seminar ist eine Einladung, im Hier und Jetzt anzukommen – mit deinem Körper, deinem Atem, deinem ganzen Sein. Durch freien, intuitiven Tanz, Meditation, Atemarbeit und Achtsamkeit kommst du in Verbindung mit deiner inneren Mitte – klar, lebendig und kraftvoll. Sieben einfach umsetzbare Aspekte begleiten dich dabei, mehr Präsenz, Ruhe und Lebensfreude in deinen Alltag zu bringen. Du entdeckst Wege, dich im Moment zu verankern – unabhängig von äußeren Anforderungen oder zukünftigen Erwartungen. Die Natur, stille Kraftplätze und achtsame Gemeinschaft geben Raum zum Auftanken und Loslassen. Ein Wochenende, das bewegt – im Außen wie im Innen.

Leitung:

Pasquale Edith Sonnleithner
Dipl-freedance-Lehrerin, NLP Practitioner

Kursbeitrag:

EUR 170,-

Termin:

Freitag, 27. August 2027, 15.00 Uhr bis
Sonntag, 29. August 2027, 13.00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Mind. 8 und max. 15 TN

FAQs – Häufig gestellte Fragen



Wo genau liegt der Greisinghof?

Der Greisinghof liegt zwischen Pregarten und Tragwein an der Königswiesener Straße B124, Kreuzung Schwertberg (Süden) - Greisinghof (Norden) bei Kilometer 8.

Welche Anreisemöglichkeiten gibt es?

Mit dem PKW:

A1 Westautobahn über Linz - A7 Mühldorfautobahn - Ausfahrt 1 (S 10) „Unterweiersdorf“ - Ortsumfahrung Pregarten - Greisinghof

oder: Abfahrt A1 St.Valentin - Mauthausen - Schwertberg - Aisttal - Greisinghof



Mit dem Postautobus:

Linz Hauptbahnhof Richtung Bad Zell bis zur Haltestelle Pfahlmühle.
Fußweg ca. 15 Minuten bis zum Bildungshaus.

Mit der Bahn:

Richtung Linz-Summerau bis Bahnhof Pregarten. Für den Transfer können Sie gerne ein ortsansässiges Taxi-unternehmen beauftragen. (zB Taxi Walter, Tragwein)

Wie kann ich mich zu einer Veranstaltung anmelden?

Sie können sich gerne telefonisch unter der Nummer +43 (0)5 17 859 120 oder per E-Mail an bildungshaus@greisinghof.at anmelden. Wir betrachten jede Form der Anmeldung als verbindlich. Bitte melden Sie sich frühzeitig an, das erleichtert unsere Planung.

Erhalte ich eine Anmeldebestätigung / Teilnahmebestätigung?

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung per E-Mail. Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, behalten wir uns vor, den Kurs etwa eine Woche vor Beginn abzusagen. In diesem Fall werden alle angemeldeten Teilnehmer/innen umgehend informiert. Auf Wunsch stellen wir Ihnen bei mindestens 80 % Anwesenheit gerne eine Teilnahmebestätigung aus.

Wie hoch sind die Kurs- und Aufenthaltskosten, bzw. die Stornogebühren bei einer Abmeldung?

Aufenthaltskosten inkl. Vollpension pro Tag, wenn nicht anders angegeben:

Einbettzimmer mit DU/WC: EUR 84,- (zzgl Tourismusabgabe)

Zweibettzimmer mit DU/WC: EUR 74,- (zzgl Tourismusabgabe)

Diese Preise sind ermäßigte Preise für Eigenveranstaltungen. Für Gastveranstaltungen gelten andere Tarife. Aufenthaltskosten und Kursbeiträge sind bei der Ankunft zu begleichen. (Bankomatkasse vorhanden)

Falls Sie an einer gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, ersuchen wir um umgehende Abmeldung. Bei einer Abmeldung innerhalb von **10 Tagen** vor Kursbeginn verrechnen wir Stornokosten in der Höhe der Seminargebühr- es sei denn, Sie vermitteln eine/n Ersatzteilnehmer/in.

Bildung fördern. Zukunft gestalten. Kirchenbeitrag gezielt widmen.

Wussten Sie, dass Sie 50 Prozent Ihres Kirchenbeitrags einem bestimmten Wirkungsbereich der Diözese widmen können? Mit der Zweckwidmung für die Bildungs-Kirche unterstützen Sie Bildungsangebote, Begegnungsorte und Räume für persönliche Entwicklung und Gemeinschaft. Damit stärken Sie unter anderem auch die Arbeit unseres Bildungshauses. **Zweckwidmung online unter:** www.meinbeitrag.at/zweckwidmung



