



MAXIMILIANUM
bilden - Maximilianhaus

PROGRAMM

September 2020 bis Jänner 2021



Heimische Heilpilze

Wissenschaft, traditionelle Verwendung und praktische Anwendung
Mehr auf Seite 8



Das alles gibt es gar nicht!

Argumentationstraining
in Zeiten von Corona
und Klimawandel
Mehr auf Seite 13



Innehalten im Advent

Vom Flügel des Engels
berührt

Mehr auf Seite 22



Katholische Kirche
in Oberösterreich

Mach es wie der Vogel,
der nicht aufhört zu singen,
auch wenn der Ast bricht.
Denn er weiß, dass er Flügel hat.

Johannes Bosco

Liebe BesucherInnen des Maximilianhauses! Sehr geehrte InteressentInnen! Liebe FreundInnen unseres Hauses!



Wir leben in bewegten Zeiten. Oder auch nicht. Die Erfahrung des Stillstandes hat uns die letzten Monate begleitet. Es war und ist eine ganz neue Herausforderung, vor die uns ein kleines Virus gestellt hat. Das Gefühl, dass der Ast, auf dem ich sitze, bricht hat mich in dieser Zeit öfter begleitet. Aber die eigenen Flügel auszubreiten und zu wissen, dass über dem Ast der weite Himmel auf mich wartet, hat mich getragen. Was hat Sie in dieser Zeit begleitet?

Nun sitze ich hier und schreibe die Einleitung für unser Programm. Ich weiß nicht, was wir durchführen können, ich weiß nicht, wie wir die Angebote verändern müssen. Ich weiß nur, wir werden uns weiter darum bemühen Menschen Angebote zu machen, Weiter ein Ort für Begegnung und Austausch zu sein. Entwicklungen anstoßen. Dies tun wir weiterhin. Im Rahmen der Regelungen und dem uns Möglichen. Wir freuen uns wenn wir Sie bei diesen Dingen begrüßen dürfen. Ob virtuell oder real. Der Mensch lebt von der Begegnung. Falls Sie Wünsche zu unserem Angebot haben, freue ich mich über Ihre Rückmeldung an wilhelm.seufer@dioezese-linz.at.

Meine Gedanken gehen zurück ins letzte halbe Jahr. Mitte März haben wir eine große Veranstaltung „ALT sein NEU denken“ wegen Corona kurzfristigst abgesagt. Dies war vor dem Lockdown. Am Abend dieses Tages haben wir uns als Vorbereitungsteam noch zu einer kurzen Besprechung getroffen. Wir gingen der Frage nach, ob unsere Reaktion überzogen war. Heute wissen wir, sie war richtig. Das Thema bleibt erhalten und somit freuen wir uns auf den 5. und 6. März 2021, diesem wichtigen Thema nachzugehen.

So breiten Sie Ihre Flügel für neue Entwicklungen aus. Unsere Angebote sollen Sie dabei unterstützen.

Ihr Willi Seufer-Wasserthal

Unser Team



Isabella Fackler
Pädagogische
Mitarbeiterin



Christine Göschlberger
Sekretariat



Maria Kronberger
Kursbetreuung



Alexandra Ennsberger
Reinigung



Michael Sutter
Haustechnik

Impressum

Programm Maximilianhaus
September 2020 bis Jänner 2021
25. Jahrgang, Nummer 81

Inhaber/Verleger:
Diözese Linz, Maximilianhaus
Herausgeber:
Pastoralamt der Diözese Linz,

Bildungszentrum Maximilianhaus
Für den Inhalt verantwortlich:
Wilhelm Seufer-Wasserthal

Alle: Gmundner Straße 1b,
4800 Attnang-Puchheim

Hersteller: Friedrich Druck, Linz
Verlagsort: 4800 Attnang-Puchheim
Verlagspostamt: 4800 Attnang-Puchheim
Kundennummer: 0021017620
Zulassungsnummer: 02Z032702 S
Sponsoring.Post: GZ 02Z032702 S
Herstellungsort: Linz

Kontakt, Information, Anmeldung:

Bildungszentrum Maximilianhaus
Gmundner Straße 1b
4800 Attnang-Puchheim

T 07674 665 50

E maximilianhaus@dioezese-linz.at

H www.maximilianhaus.at

Unsere Bürozeiten:

Montag, 8.00 bis 11.30 Uhr

Dienstag, 8.00 bis 11.30 Uhr

Mittwoch, 8.00 bis 11.30 Uhr

16.00 bis 18.30 Uhr

Donnerstag, 16.00 bis 18.30 Uhr

Freitag, 8.00 bis 11.30 Uhr

Samstag, 8.00 bis 10.00 Uhr

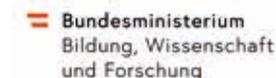
Zertifiziert nach:



In Zusammenarbeit mit:



Unser Bildungsprogramm wird
unterstützt von:



Katholische Kirche
in Oberösterreich



GLAUBE, THEOLOGIE & SPIRITUALITÄT

23-09-2020	Heilsames Berühren	7
25-09-2020	1000 Jahre Weisheit in der Bibelwelt	8
25-09-2020	Meditation und Achtsamkeit	9
03-10-2020	Monatswallfahrt	10
06-10-2020	Chorabend	11
07-10-2020	Linzer Bibelkurs 2020	11
14-10-2020	Takk-Danke! Pilgerreisevortrag Olavsweg	12
19-10-2020	Eucharistie und Alltag	14
23-10-2020	Biblische Erzählfiguren	15
27-10-2020	Deinen Weg weitergehen	15
27-10-2020	Glaube, der verändert	15
29-10-2020	Doppelte Freude und halbes Leid	16
05-11-2020	Friedensgebet der Weltreligionen 2020	17
14-11-2020	Ehe wir heiraten	4
24-11-2020	Glaube, der verändert	15
26-11-2020	Christlich geht anders! - Ausstellung	21
03-12-2020	Weil ich es mir wert bin!	21
09-12-2020	Wenn es still wird in mir, fang ich ...	22
11-12-2020	Innehalten im Advent	22
22-12-2020	Glaube, der verändert	15
15-01-2021	Ehe wir heiraten aktiv Langzeitpaare	4
19-01-2021	Glaube, der verändert	15
21-01-2021	Chorabend - Unentdeckte Schätze	23
23-01-2021	Ehe wir heiraten aktiv	4
26-01-2021	Otto Neururer – Filmabend	25
29-01-2021	Damit meine Seele ihre Flügel ausbreitet!	26
23-02-2021	Glaube, der verändert	15
24-02-2021	Linzer Bibelkurs 2021	27
26-02-2021	GlaubWürdig? - Ausstellung und Vernissage	29



GESELLSCHAFT, POLITIK & SOZIALES

08-09-2020	Sprechcafé für Frauen aus aller Welt	4
22-09-2020	Das Fest des Huhnes - Filmabend	7
29-09-2020	Erzählcafé ... weil erzählen gut tutguttut	9
16-10-2020	Argumentations	13
16-10-2020	Goldmarie und Pechmarie	13
20-10-2020	Free Lunch Society - Filmabend	14
05-11-2020	Friedensgebet der Weltreligionen 2020	17
09-11-2020	Demokratisch, menschenrechtlich, ...	18
09-11-2020	Kochen mit ...	18
26-11-2020	Christlich geht anders! - Ausgestellt	21
15-01-2021	Sich frei machen	23
21-01-2021	Kochen mit ... slowakische Küche	22
26-01-2021	Otto Neururer – Filmabend	25
26-02-2021	GlaubWürdig? - Ausstellung und Vernissage	29



GESUNDHEIT & WOHLBEFINDEN

16-09-2020	Feldenkrais mit Susanne 20/09	5
16-09-2020	Mentales Fitnesstraining mit Susanne 20/09	5
16-09-2020	Yoga mit Margit 20/09	4
21-09-2020	Qi Gong Mo Abend 20/09	5
21-09-2020	Wohlbefinden rund um die WS Mo NM 20/09	6
21-09-2020	Yoga Mo Abend 20/09	6
22-09-2020	Bleib jung, damit du alt werden kannst	6
22-09-2020	Yoga Intensiv mit Stefan 2020/09	6
23-09-2020	Bodyrock - fit - gesund - gestärkt	7
23-09-2020	Funktionelle Gymnastik NM 20/09	6
24-09-2020	Qi Gong Do NM 20/09	5
24-09-2020	Wohlbefinden rund um die WS Do Vm VM 20/09	6
24-09-2020	Yoga Do Abend 20/09	6
24-09-2020	Yoga mit Stefan Donnerstag 2020/09	6
25-09-2020	Heimische Heilpilze * Lehrgang	8
23-10-2020	Aufrechte Körperhaltung 20/10	15
31-10-2020	BREUSS Breuss-Wirbelsäulenmassage 10/20	17
06-11-2020	Die Heilkraft heimischer Nadelbäume	17
12-11-2020	Resilienz und Befindlichkeit	18
19-11-2020	Antivirale heimische Heilkräuter	20
20-11-2020	Metamorphische Methode 20/11	20
05-12-2020	Naturheilkundliche Kosmetik	22
13-01-2021	Feldenkrais mit Susanne 21/01	5
22-01-2021	Somatische Intelligenz - Vortrag	24
23-01-2021	Somatische Intelligenz - Workshop	24



FREIZEIT, KUNST & KULTUR

11-09-2020	moment wert - Vernissage und Ausstellung	4
17-09-2020	Nachmittagskaffee für SeniorInnen	15
22-09-2020	Das Fest des Huhnes - Filmabend	7
25-09-2020	1000 Jahre Weisheit im der Bibelwelt	8
25-09-2020	Heimische Heilpilze * Lehrgang	8
29-09-2020	Erzählcafé ... weil erzählen guttut	9
02-10-2020	Vokale modellieren	10
06-10-2020	Chorabend	11
09-10-2020	Trommelworkshop	11
10-10-2020	Bienenwachstücher - selbst gemacht	12
13-10-2020	Kochen mit ... bosnische Küche	12
14-10-2020	Handwerk für die Seele - Zur Ruhe finden	12
14-10-2020	Takk-Danke! Pilgerreisevortrag Olavsweg	12
15-10-2020	Nachmittagskaffee für SeniorInnen 2	5
20-10-2020	Free Lunch Society - Filmabend	14
23-10-2020	Biblische Erzählfiguren	15
30-10-2020	Zwirnknöpfe	16
06-11-2020	Die Heilkraft heimischer Nadelbäume	17
09-11-2020	Kochen mit ...	18
11-11-2020	Handwerk für die Seele	18
13-11-2020	Räuchern	19
14-11-2020	Einfach mit dem Handy ein Video erstellen	19
17-11-2020	66° Nord - 3-D-Audiovision	18
19-11-2020	Antivirale heimische Heilkräuter	20
19-11-2020	Nachmittagskaffee für SeniorInnen 3	5
25-11-2020	Handwerk für die Seele - Widerstand spüren	21
25-11-2020	Kurrent-Schrift lesen und schreiben lernen	21
04-12-2020	Trommelworkshop	22
05-12-2020	Naturheilkundliche Kosmetik	22
17-12-2020	Nachmittagskaffee für SeniorInnen 4	5
19-01-2021	Australien - Faszination Erde	23
21-01-2021	Chorabend - Unentdeckte Schätze	23
21-01-2021	Kochen mit ... slowakische Küche	22
21-01-2021	Nachmittagskaffee für SeniorInnen 5	5
26-01-2021	Otto Neururer – Filmabend	25
30-01-2021	Orientalischer Bauchtanz	25
02-02-2021	Handwerk für die Seele - Fachpersonen	27
26-02-2021	GlaubWürdig? - Ausstellung und Vernissage	29



PERSÖNLICHKEIT & LEBENSBEGLEITUNG

08.09.2020	Sprechcafé für Frauen aus aller Welt	4
17.09.2020	Nachmittagskaffee für SeniorInnen 1	5
25.09.2020	Meditation und Achtsamkeit	9
25.09.2020	Das erfüllte Leben spüren	8
29.09.2020	Erzählcafé ... weil erzählen guttut	9
01.10.2020	Die Mutter-Bindung und ihre ...	10
01.10.2020	Wer bin ich? Auf der Suche ...	10
03.10.2020	Methodentag IOPT	10
07.10.2020	Erfahrungen durch die Begegnung mit Pferden	11
12.10.2020	SuVi-Gruppe für PädagogInnen -	12
14.10.2020	Handwerk für die Seele - Zur Ruhe finden	12
16.10.2020	Argumentationstraining	13
16.10.2020	Goldmarie und Pechmarie	13
21.10.2020	Den Familienschätzen auf der Spur	14
21.10.2020	Sprechen und Hören von Herzen!	14
27.10.2020	Deinen Weg weitergehen	15
29.10.2020	Doppelte Freude und halbes Leid	16
30.10.2020	Auf dem Weg zum Ich	16
30.10.2020	Leichter durchs Leben	20
31.10.2020	Auf dem Weg zum Ich	16
03.11.2020	Männerherz - Was Männer bewegt	17
09.11.2020	Demokratisch, menschenrechtlich, ...	18
12.11.2020	Resilienz und Befindlichkeit	18
20.11.2020	Leichter durchs Leben	20
24.11.2020	Auf dem Weg zum Ich – Infoabend	20
11.12.2020	Leichter durchs Leben	20
15.01.2021	Sich frei machen	23
22.01.2021	Somatische Intelligenz - Vortrag 2	4
22.01.2021	Überlebenstraining mit pubertierenden Kindern	23
23.01.2021	Somatische Intelligenz - Workshop	24
29.01.2021	Leichter durchs Leben	20
30.01.2021	GFK Jahresintensivtraining 2021	24
05.02.2021	Identitätsorientierte Psychotherapie	25
10.02.2021	GFK Schnupperworkshop	27
20.02.2021	EPL - Das Geheimnis glücklicher Paare	27



Sprechcafé FÜR FRAUEN AUS ALLER WELT

Zur Förderung von Begegnung und Integration von Frauen aus aller Welt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und laden Sie zu einem Kennenlerncafé ins Maximilianhaus nach Attnang-Puchheim ein. Gemeinsames Singen, Sprechen und Spielen, aber auch der Austausch über verschiedene Themen des Lebens prägen unsere Sprechcafés.

Lernen Sie ganz ungezwungen Menschen aus anderen Kulturen kennen. Ein Team engagierter Frauen gestaltet für jeden Nachmittag einen inhaltlichen Schwerpunkt. Für den geselligen Teil freuen wir uns über ein kulinarisches Mitbringsel aus deinem Heimatland. Herzlich willkommen – ganz unverbindlich.



In Zusammenarbeit mit:



Dienstag, 8. September, 13. Oktober, 24. November, 15. Dezember 2020, jeweils 15.00 bis 17.00 Uhr

Begleitung: Angelika Sollak, Projekt Menschlichkeit

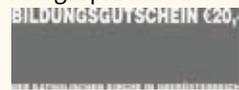
Anmeldung erwünscht! Spontan kommen möglich!



Ehevorbereitung.aktiv Ehevorbereitung.outdoor

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

Ehevorbereitung.outdoor – Kursteile finden im Freien statt.
Ehevorbereitung.Langzeitpaare – 15 Jahre und mehr als Paar.



Ehevorbereitung.aktiv
12., 19. September, 14. November 2020, 16., 23., 30. Jänner, 13. Februar, 13., 27. März, 17. April, 15., 22., 29. Mai, 26. Juni 2021, jeweils von 9.00 bis 18.00 Uhr,
Freitag, 18. September 2020, 12. Februar, 12. März, 16. April 2021, jeweils von 13.30 bis 22.00 Uhr
Ehevorbereitung.outdoor
Freitag, 25. Juni 2021
Ehevorbereitung.Langzeitpaare
Freitag, 15. Jänner 2021
Beitrag: € 70,- pro Paar
Anmeldung erforderlich!



Yoga mit Margit

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

Yoga zu unterrichten bedeutet für mich viel Persönlichkeit und Empathie! Meine Yogastunden sind harmonisch aufgebaut und klar strukturiert. Neben traditionellen „Asanas“ (Übungen) mit abwechslungsreichen Schwerpunkten fließen auch Erkenntnisse der modernen Spiraldynamik ein.

Es gibt immer einen sanften Ausklang, der mit einem wohltuendem „Shavasana“ (Endentspannung) abschließt.

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



Mittwoch, 16., 23. und 30. September, 7., 14., 21. und 28. Oktober, 4., 11., 18. und 25. November, 2. Dezember 2020, jeweils 8.00 bis 9.30 Uhr

Referentin: Margit Fritzenwanger, AYUR-Yogalehrerin, Heilmasseurin, dipl. Gesundheitstrainerin

Beitrag: € 144,-

Anmeldung erforderlich!

Weitere Kurse starten ab 13. Jänner 2021. Genaue Termine finden Sie auf www.maximilianhaus.at.



ausstellung moment wert

sylvia libiseller
brigitte lehner



einladung zur vernissage

11.9.2020
19.00 Uhr

bildungszentrum maximilianhaus
grundner straße 1b
4800 attnang-puchheim

besichtigung während der
öffnungszeiten des bildungshauses

Einen Moment wertschätzen

Brigitte Lehner, die sich seit über 20 Jahren mit Acryl- und Mischtechniken beschäftigt, zeigt in dieser Ausstellung ihre aktuellen Acrylschichtwerke, beeinflusst von den Farben Warmgrau bis Limonengrün.

Sylvia Libiseller gestaltet seit 3 Jahren, inspiriert von ihren Fotografien, Collagen in Mischtechnik. Landschaften, das Element Wasser und Details aus vergangenen Zeiten sind wiederkehrende Motive.

Die momenthafte Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt verbindet uns genauso wie die Wahrnehmung und Wertschätzung von kleinen, scheinbar unbedeutenden Dingen. Einen Moment wertzuschätzen und ihm dadurch Bedeutung zu geben, erleben wir als Bereicherung unseres Alltags.



Leben in Bewegung FELDENKRAIS MIT SUSANNE

Die Feldenkrais-Methode richtet sich an alle, die mehr vom Leben wollen – Sie auch? Wollen Sie eine gesunde Haltung für Alltag und Beruf erlernen, ohne ständig daran denken zu müssen? Widerstandsfähiger in Stresssituationen sein? Nachhaltige Lösungen bei Rückenproblemen kennen? Oder streben Sie eine Leistungssteigerung im Sport an? Die Feldenkrais-Methode unterstützt Sie dabei, Ihre persönlichen Ressourcen zu mobilisieren und Ihre Gesundheit zu fördern. Bewusstheit durch Bewegung ist das Ziel.

Bitte eine Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen!

MENTALES FITNESSTRAINING MIT SUSANNE

Erlebe bewegte Entspannung und entspannende Bewegung. Das mentale Fitnessprogramm von Susanne vereint Dehnen, Kräftigen und Mobilisieren gleichzeitig mit fließenden Bewegungen. Die ruhigen und doch herausfordernden Bewegungsabläufe fördern die Koordination, die Mobilisation und Konzentration. Gleichzeitig entspannt der Geist. Dieses besondere Fitnessprogramm kann von allen Altersgruppen und Konditionstypen ausgeführt werden. Bitte eine Matte, bequeme Turnkleidung und rutschfeste Socken mitbringen.



Kurs I

16., 23. und 30. September, 14. und 21. Oktober 2020

KURS II

28. Oktober, 4., 11., 18. und 25. November 2020

Feldenkrais

jeweils 17.30 bis 19.00 Uhr

Beitrag: € 78,- je Block

Mentales Fitnesstraining

jeweils 19.15 bis 20.15 Uhr

Beitrag: € 52,- je Block

Referentin: Susanne Schlesinger,

Dipl. Feldenkraispädagogin,
www.lebeninbewegung.at

Anmeldung erforderlich!

Weitere Kurse starten ab 13. Jänner 2021. Genaue Termine finden Sie auf www.maximilianhaus.at.



Seniorenkaffee BEGEGNUNG – KENNENLERNEN – AUSTAUSCHEN

Das Senioren-Kaffee bietet Ihnen die Möglichkeit, Kontakte mit Gleichaltrigen zu knüpfen und alte Freunde wieder zu treffen. Gemeinschaft zu erleben, Spaß zu haben und Gedanken, Erlebnisse und Neuigkeiten auszutauschen. Sind Sie dabei? Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



Donnerstag, 17. September, 15. Oktober, 19. November, 17. Dezember 2020, 21. Jänner 2021, jeweils 14.00 bis 16.00 Uhr

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

Beitrag: freiwillige Spenden
Anmeldung erwünscht! Spontan kommen möglich!



Qi Gong

Qi Gong wirkt auf Körper und Geist gleichermaßen belebend wie entspannend. Qi Gong bringt ein Gefühl der Entschleunigung in unseren oft hektischen Alltag und hilft uns, mit den täglichen Herausforderungen gelassener umzugehen. Qi Gong steigert die Lebensfreude und macht einfach glücklich. In diesem Kurs lernen wir Qi-Gong-Übungen nach dem Modell der fünf Wandlungsphasen. Diese versorgen unser ganzes Energiesystem und all unsere Organe mit belebendem Qi. Durch die fließenden und langsamen Bewegungen wird der Energiefluss harmonisiert und allfällige Blockaden können sich sanft lösen. Ein altes chinesisches Sprichwort sagt: „Wer regelmäßig Qi Gong übt, wird stark wie ein Holzfäller, geschmeidig wie ein Baby und erlangt die Gelassenheit eines Weisen.“ Bitte bequeme Kleidung anziehen und eine Matte mitbringen!



Montag, 21. und 28. September, 5., 12. und 19. Oktober, 2., 9., 16., 23. und 30. November 2020

Vormittagskurs

Jeweils 8.30 bis 10.00 Uhr

Abendkurs

Jeweils 19.00 bis 20.30 Uhr

Beitrag: € 125,-

Donnerstag, 24. September, 1., 8., 15., 22. und 29. Oktober, 5., 12., 19. und 26. November 2020
Jeweils 17.30 bis 19.00 Uhr
Beitrag: € 125,-

Anmeldung erforderlich!

Qi Gong am Nachmittag BEWEGEND EINFACH – EINFACH BEWEGEND

Qi Gong ist eine Jahrtausende alte „Bewegungsmeditation“, die aus dem alten China stammt und die der Erhaltung und Förderung unserer Gesundheit dient. Der Begriff Qi bezeichnet unsere vitale Lebensenergie, während Gong gleichsam für Übung oder Lebenspflege steht. Frei übersetzt bedeutet Qi Gong soviel wie die Kunst, sein Qi zu aktivieren, zu stärken und seine vitale Energie zu pflegen.

Qi Gong ist unabhängig von Alter und persönlichen Umständen für jede/n geeignet. Durch Qi Gong wird der Körper beweglicher und geschmeidiger, der Geist kann zur Ruhe kommen und darf sich entspannen. Qi Gong unterstützt und fördert die Beweglichkeit, den Gleichgewichtssinn und ebenso die Konzentrationsfähigkeit. Und nicht zuletzt macht Qi Gong auch Spaß und steigert die Lebensfreude – ganz besonders mit Gleichgesinnten!

In diesem Kurs lernen wir einfache Qi Gong Übungen, die sowohl **im Sitzen** auf einem Stuhl als auch im Stehen ausgeführt werden können. Je nach körperlichen Möglichkeiten, Lust und Tagesverfassung kann jede/r Teilnehmer/in frei entscheiden, wie er oder sie die Übungen ausführen möchte.

Qi Gong am Nachmittag

Mittwoch, 23. und 30. September, 7., 14., 21. und 28. Oktober, 4., 11., 18. und 25. November, 2. Dezember 2020, 14.00 bis 15.00 Uhr

Beitrag: € 100,- pro Block

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

Anmeldung erforderlich!

Weitere Kurse starten ab 11., 13. und 14. Jänner 2021. Genaue Termine finden Sie auf www.maximilianhaus.at.



Gesund – beweglich – fit

MONTAG – MITTWOCH – DONNERSTAG

- Mit gezielter Rückengymnastik – beweglich und selbstbewusst
- Mit dem eigenen Körper trainieren – gesunder Rücken
- Mit dynamischem Yoga



Yoga mit Sabine

Yoga ist wohl die älteste Lehre vom Leben. Es ist eine Methode, alle Energien in uns zu vereinen und in Einklang zu bringen. Dies gelingt, wenn Körper, Seele und Geist in Balance sind. Das erreichen wir mit Körper-, Atem- und Konzentrationsübungen.

Wohlbefinden rund um die Wirbelsäule

Die Lebensgewohnheiten – meist schon von Kindheit an – und unser Umgang mit der Wirbelsäule führen dazu, dass für viele Menschen „Kreuzschmerzen“ ein ernstzunehmendes Problem geworden sind. In der Bewegung und in der Begegnung mit anderen Menschen wollen wir Rückenbeschwerden vorbeugen, Rückenschmerzen lindern, mit Rückenbeschwerden besser umgehen lernen.

Funktionelle Gymnastik

Funktionsgymnastik – damit können Sie Ihren Körper fit halten. Kräftigung der Bein-, Bauch-, Po- und Rückenmuskulatur. Ein ganzheitliches Trainingsprogramm für mehr Belastbarkeit, Beweglichkeit und allgemeines Wohlbefinden.

Referentin: Sabine Hoffmann,
Dipl. Wellness-Trainerin,
Dipl. Reha-Trainerin,
Dipl. Hatha-Yoga-Trainerin
Anmeldung zu allen Kursen erforderlich!

Yoga

Montag, 21. und 28. September, 5., 12. und 19. Oktober, 2., 9., 16., 23. und 30. November 2020, Donnerstag, 24. September, 1., 8., 15. und 22. Oktober, 5., 12., 19. und 26. November, 3. Dezember 2020
8.15 bis 9.30 Uhr oder
18.45 bis 20.00 Uhr
Beitrag: € 100,- je Kurs

Wohlbefinden um die Wirbelsäule

Montag, 21. und 28. September, 5., 12. und 19. Oktober, 2., 9., 16., 23. und 30. November 2020, Donnerstag, 24. September, 1., 8., 15. und 22. Oktober, 5., 12., 19. und 26. November, 3. Dezember 2020
9.45 bis 10.45 Uhr oder
17.30 bis 18.30 Uhr
Beitrag: € 70,- je Kurs

Funktionelle Gymnastik

Mittwoch, 23. und 30. September, 7., 14. und 21. Oktober, 4., 11., 18. und 25. November, 2. Dezember 2020, 17.45 bis 18.45 Uhr
Beitrag: € 70,- je Kurs

Dienstag, 22. und 29. September, 6., 13., 20. und 27. Oktober, 3. November 2020, jeweils 17.00 bis 18.00 Uhr

Referentin: Margit Nußbaumer,
Dipl. Senioren- und Gesundheitstrainerin, Lambach

**Beitrag: € 50,-
Anmeldung erforderlich!**

Dienstagabend:

Yoga intensiv
jeweils 19.00 bis 20.15 Uhr
Yoga für alle
jeweils 20.30 bis 21.45 Uhr
Dienstag, 22. und 29. September, 6., 13. und 20. Oktober, 3., 17. und 24. November, 1. und 15. Dezember 2020, 12., 19. und 26. Jänner, 2. und 9. Februar 2021

Donnerstagabend:

Yoga für alle
jeweils 20.30 bis 21.45 Uhr
Donnerstag, 24. September, 1., 8., 15. und 22. Oktober, 19. und 26. November, 3., 10. und 17. Dezember 2020, 14., 21. und 28. Jänner, 4. und 11. Februar 2021, 20.30 bis 21.45 Uhr

**Beitrag: € 120,- für alle 15 Termine,
€ 50,- für einen Fünferblock,**

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

Anmeldung erforderlich!



Bleib jung, damit du alt werden kannst

BEWEGUNGSEINHEITEN 60+

Im Vordergrund stehen die Freude und der Spaß an der Bewegung. Die Stunden sind gefüllt mit folgenden Übungen: Herz-Kreislauf, Mobilisation, Kraftübungen, Koordination, Gleichgewicht, Dehnen usw. Damit die Übungen nicht so schnell vergessen werden, wird die Stunde mit spielerischem Gedächtnistraining abgerundet.



Yoga mit Stefan

Die unten angeführten Yogakurse ermöglichen einerseits einen Einblick in Yoga und andererseits die eigene Yogapraxis zu vertiefen. Durch verschiedene Körperhaltungen und Atemtechniken wird versucht, alle TeilnehmerInnen nach den individuellen Möglichkeiten zu fordern und zu fördern. Die Kurse wollen helfen, mehr körperliche Beweglichkeit, Zufriedenheit und innere Ruhe zu finden. **Ziele:**

- Den eigenen Körper besser spüren und wahrnehmen lernen
- An der eigenen Muskeldehnung arbeiten, um mehr Bewegungsfreiheit und Vitalität zu erlangen
- Durch die Kombination aus Spannung und Entspannung „neue“ Selbstwahrnehmung entwickeln
- Entspannung lässt die Gedanken zur Ruhe kommen, dadurch kann Stress im Alltag leichter bewältigt werden
- Bewusste Atmung fördert die Durchblutung des ganzen Organismus
- Körper, Geist und Seele stärken und gesund halten

YOGA FÜR ALLE

Diese Kurse finden Dienstag- und Donnerstagabend statt.

YOGA INTENSIV

Aufbauend werden in diesem Yogakurs vermehrt komplexere und körperlich anspruchsvollere Körperhaltungen praktiziert. Auch die Auseinandersetzung mit der Yogaphilosophie, unterschiedlichen Atemtechniken und der Meditation sind verstärkt Inhalte dieses Kurses.

Ein Sechstel der Kursbeiträge wird für Sozial- und Entwicklungshilfeprojekte des Vereins „Eine Welt für alle“ Attnang gespendet.



Das Fest des Huhnes FILMABEND

Eine Folge der beliebten AllAfricanTeleVision-Serie „Kayonga Kagame zeigt uns die Welt“ – diesmal: „Das unberührte und rätselhafte Oberösterreich“. Schwarzafrikanische Forschungsreisende dringen in die Weiten Oberösterreichs vor, um Sitten und Gebräuche der dort lebenden Stämme zu studieren, und entdecken dabei völlig neue und in der ethnologischen Literatur bisher nicht beschriebene Kulturphänomene. „Das Verfahren vieler weißer Forscher, die nach Afrika reisen, um ethnologische Studien zu betreiben und anschließend in Dokumentarfilmen die Gewohnheiten und Gebräuche schwarzer Stämme zu interpretieren, hat Wippersberg umgedreht: In seiner Geschichte verschränkt es einen schwarzafrikanischen Forscher nach Oberösterreich. (...) Die Kirchen, einst wichtiger Versammlungsort, sind leer – dafür drängen sich die Ureinwohner ob der Enns in einem riesigen Zelt zusammen. Dort trinken sie gewaltige Mengen einer gelblichen Flüssigkeit und vertilgen hauptsächlich Hühner. Worauf der Forscher eine Sensation wittert. Das weiße Volk hat ein neues Götzenbild: Das Huhn hat das Lamm abgelöst ...“



► Dienstag, 22. September 2020, 19.00 Uhr

Ein Film von Walter Wippersberg.

Eintritt frei!



Bodyrock FIT – GESUND – GESTÄRKT

Das Rundum-Work-Out für einen vitalen, fitten und starken Körper. Gesamtheitliches Training für Bauch, Beine, Po und Oberkörper. Koordinatives Work-Out mit Schwung, Power und Musik. Trainiert wird ausschließlich mit dem eigenen Körpergewicht.



© Karin Lohberger

► Mittwoch, 23. und 30. September, 7., 14., 21. und 28. Oktober, 4., 11., 18. und 25. November 2020 jeweils 9.45 bis 10.45 Uhr

Referent: Günter Kostrhon,
Sportcoach

Beitrag: € 120,-

Anmeldung erforderlich!



Heilsames Berühren – Seminar HEILSAME KRAFT FLIESST DURCH UNSERE HÄNDE

Berührt zu werden ist ein grundlegendes menschliches Bedürfnis. Es tut uns gut und hält uns gesund. Dass darüber hinaus auch heilende Kraft durch unsere Hände fließt, wissen Menschen seit Jahrhunderten und legen ihre Hände dorthin, wo etwas schmerzt. Woher diese Kraft kommt, wird unterschiedlich aufgefasst. Im christlichen Verständnis ist es die Segenskraft Gottes, die heilend wirkt. Sie kann sich sowohl körperlich als auch seelisch-spirituell auswirken. Beim behutsamen Handauflegen öffnen wir uns für diese heilende Kraft und vertrauen darauf, dass sie zum Guten wirkt. Oft können sich Menschen dabei ganz tief entspannen und innerlich ruhig werden. Das kann einen Einfluss auf Schmerzen haben, das Wohlbefinden stärken und die eigenen Selbstheilungskräfte aktivieren. Es kann auch sein, dass Menschen durch das Handauflegen zu innerem Frieden und tröstlicher Geborgenheit finden.



► Für SeelsorgerInnen
Mittwoch, 23. und Donnerstag, 24. September 2020, jeweils 9.00 bis 17.00 Uhr

Referentin: Anemone Eglin,
Theologin, Handauflegen Open Hands, Kontemplationslehrerin, Integrative Therapeutin FPI

Beitrag: € 150,-

Anmeldung erforderlich!

Der Kurs beinhaltet folgende Elemente:

- Weitere Impulse zum christlich-spirituellen Hintergrund des Handauflegens
 - Anleitung und Übungen zum Handauflegen
 - Austausch über die gemachten Erfahrungen
- „Wenn ich berührt werde, lebe ich und ich spüre, dass ich lebe.“ Wilhelm Schmid



FÖRDERMÖGLICHKEITEN: Kirchlicher Bildungsgutschein



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

Elternbildungsgutscheine



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

Bildungskonto des Landes OÖ



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

4you-Card



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

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

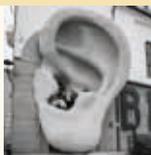


1000 Jahre Weisheit im Erlebnishaus Bibelwelt

EXKURSION BIBELWELT SALZBURG

Kein Buch beeinflusste unsere westliche Kultur so nachhaltig wie die Bibel. Erfahren Sie etwas über die tausendjährige Entstehungsgeschichte des „Buchs der Bücher“. Besuchen Sie die Salzburger Bibelwelt in der Plainstr. 42 A. Hinter dem acht Meter hohen Bibelweltuhr schöpfen Sie aus der Quelle christlicher Lebenskunst. Dort erleben Sie, was Menschsein ausmacht und wie es gelingend gelebt werden kann. Gewinnen Sie Weisheit, weil die Bibel mehr ist als nur ein Buch.

Es führt Dr. theol. Eduard Baumann, Direktor der Bibelwelt



Freitag, 25. September 2020
Abfahrt Bahnhof Attnang-Puchheim: 14.00 Uhr
Führung Bibelwelt: 15.00 Uhr

Begleitung:
Mag. Josef Schwabeneder,
Bildungszentrum St. Franziskus

Beitrag: € 15,- für Eintritt,
Führung und Begleitung
zzgl. Zugticket Westbahn

Anmeldung erforderlich!



DAS ERFÜLLTE LEBEN SPÜREN!

SPUREN IN MEINEM LEBENSFLUSS

Jeden von uns leitet die Sehnsucht nach einem erfüllten Leben. Je mehr Lebensjahre sich ansammeln, desto drängender stellt sich die Frage nach dem Sinn des Lebens. Wenn der Alltag zur Routine wird, wenn das Berufsleben zu Ende geht, wenn Krisen und Krankheiten dein Leben erschüttern. Manche Erlebnisse und Erfahrungen gehen verloren, wir vergessen sie und doch schlummern sie in uns. Auch herausragende Momente der Freude und der Trauer, Ängste und Grenzerfahrungen, die uns berühren und aufrütteln, führen, wenn wir sie bewusst wahrnehmen, zu einem erfüllten Leben.

In diesem Seminar bekommst du die Möglichkeit, deinem Leben auf eine besondere Weise zu begegnen. Du wirst dir klar, worin die Fülle deines Lebens besteht, und du bringst dich in Verbindung mit deinem Lebensfluss.

Das Seminar richtet sich besonders an Personen 50+ und an jene, bei denen in den nächsten Jahren die Pensionierung ansteht oder die bereits einige Zeit in Pension/im Ruhestand sind.



Freitag, 25. September 2020 bis
Sonntag, 27. September 2020,
Freitag, 10.00 bis 19.30 Uhr
Samstag, 9.00 bis 20.30 Uhr
Sonntag, 9.00 bis ca. 13.00 Uhr
Am Abend werden noch Gespräche
geführt, es empfiehlt sich, vor Ort zu
übernachten!

Referent: Dr. phil. Max Kastenhuber,
Klin.-u. Gesundheitspsychologe, Psycho-
therapeut/System.Familienth., Fortbil-
dung in Bioenergetik, Hypnotherapie,
Traumatherapie

Beitrag: € 150,-

Anmeldung erforderlich!



Heimische Heilpilze mit antiviraler Wirkung

WISSENSCHAFT UND TRADITIONELLE VERWENDUNG, PRAKTISCHE ANWENDUNGEN, VIREN ALS TEIL DER EVOLUTION

Schon seit sehr langer Zeit werden in allen Kulturen der Erde Pilze zur Unterstützung des Wohlbefindens und der Gesundheit eingesetzt. Nicht nur in Asien gehören Pilze und Produkte aus Pilzen zum Sortiment medizinischer und auch alternativer Therapieformen, gerade dann, wenn unser Immunsystem Unterstützung benötigt.

Weltweit forschen Wissenschaftler seit Jahren an und mit Pilzen. Dabei werden immer mehr Pilze gefunden, die erstaunliche Eigenschaften und Inhaltsstoffe haben. Fast alle dieser von der Wissenschaft erforschten „Vielköner“ wachsen direkt vor unserer Tür, in Wiesen, in Auen und in Wäldern. Und viele von ihnen haben antivirale Eigenschaften. Der Lehrgang vermittelt zunächst einen Einblick in die Virologie – wer weiß schon, dass viele Vireng Genome schon immer Bestandteil des menschlichen Genoms sind? Viren haben einen nicht unerheblichen Anteil an der Evolution.

Darauf aufbauend erkunden wir den aktuellen Stand der Wissenschaft zur antiviralen Pilzen und vergleichen diesen mit dem traditionellen Wissen. Der Lehrgang wird mehr als 30 Pilze vorstellen, von denen eine antivirale Wirkung bekannt ist.

Während des gesamten Lehrgangs wird das erlernte Wissen anhand praktischer Beispiele zu verschiedenen Zubereitungsformen vertieft.

Kursinhalte

Grundlagen

- benötigte Geräte und Werkzeuge (inkl. Vorschläge von guten Bezugsquellen)
- Pilze mit antiviraler Wirkung, Handhabung, Verarbeitung und Erntezeit

Verwendung von Pilzen in der Heilkunde und auch in der Küche

- Knospen
- frische Pilze
- getrocknete Pilze
- Pilzpulver
- Pilzkapseln
- Pilzextrakte
- Badezusatz
- Tee
- Alkoholauszug
- Essigauszug

Weiterverarbeitung der Pilze

- Spagyrisch (Alchemie)
- homöopathisch
- Tinkturen
- Essenzen



Freitag 25., Samstag 26. September 2020,
Freitag, 23., Samstag, 24. Oktober 2020,
Freitag, 20., Samstag, 21. November 2020,
Freitag 13.00 bis 21.00 Uhr und
Samstag 9.00 bis 17.00 Uhr

Referenten: Sissi Kaiser,
„Moderne Kräutermedizin“, Calamus Life; Zahlreiche Publikationen und Medien im Bereich Gesundheit; Multimediale Kunst- und Vitaltherapeutin

Tom Beyer,
Umwelttechnik, Verfahrenstechnik und Philosophie als berufliche Basisausbildung; mehr als 15 Jahre in der nationalen und internationalen Forschung tätig; Alternativ-medizinische Ausbildungen
www.heimische-heilpilze.at

Beitrag: € 660,-
zzgl. € 30,- Materialkosten

Anmeldung erforderlich!



Meditation und Achtsamkeit

**Nur wer seine Mitte kennt,
kann große Kreise ziehen.**

Meister Eckhart

Meditation ist der wesentliche Weg, wenn man an der Weiterentwicklung seiner Persönlichkeit und seines gesamten Potenzials interessiert ist.

Aus spiritueller Sicht und aus der Sicht der Bewusstseinsentwicklung bedeutet das, das innere Wesen zu erfahren und den Zugang zu dieser inneren Quelle zu ermöglichen und zu vertiefen. Das schenkt uns eine andere, reichere Lebensqualität und Lebensfülle und führt uns zu einem Handeln in der Welt, das von Achtsamkeit, Mitgefühl und Verbundenheit geprägt ist (Eckhart Wunderle).

An diesem Vormittag bzw. Nachmittag haben wir die Möglichkeit, ein wenig Einblick in die vielfältigen Arten der Meditation zu erhalten. Wir werden stille Sitzmeditationen, aktive Meditationen und Achtsamkeitsübungen kennenlernen und üben.

Die Meditation lädt uns ein, vom TUN ins SEIN zu kommen und immer tiefer in diesem SEIN, in unserer Mitte, unserer Essenz zu verweilen.

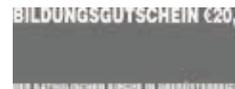
Bitte mitbringen: bequeme Bekleidung; Matte, wenn vorhanden ein Sitzkissen oder Meditations-Bänkchen; evtl. kleiner Polster und Decke



Freitag, 25. September 2020, Thema Körper
Freitag, 23. Oktober 2020, Thema Emotionen
Freitag, 27. November 2020, Thema Verstand/Denken
Freitag, 22. Jänner 2021, Thema SEIN/Geist
Jeweils 15.00 bis 18.00 Uhr

Referentin: Gabriele Scheibl,
zert. Meditations-Lehrerin,
www.qi-atsu.at

Beitrag: € 21,- pro Termin
€ 72,- für alle
Anmeldung erforderlich!



Erzählcafé... weil Erzählen guttut

EINFÜHRUNG IN DIE METHODE ERZÄHLCAFÉ

Erzählcafé bringt die Menschen miteinander zu einem Thema ins Gespräch.

Menschen werden ermutigt, anderen ihre Erinnerungen mitzuteilen, denn jede Lebensgeschichte ist es wert, erzählt zu werden. In einer angenehmen Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen fühlen sich die TeilnehmerInnen wohl, und es kommt ein lebendiges Gespräch zustande.

Beim Erzählen werden uns Gemeinsamkeiten mit anderen bewusst. Erzählen verbindet!
Themenbeispiele:

Schulzeit ... früher und heute

Wie war der Schulweg, welche Erinnerungen gibt es an einzelne LehrerInnen, welche Strafen gab es ... Da gibt es sicher viel zu erzählen.

Auszug von Zuhause ... meine eigenen vier Wände

Was hat sich durch den Auszug von Zuhause alles verändert? Wie haben Sie die Wohnung eingerichtet?

Mein Beruf und ich ... wie meine Arbeit mich geprägt hat

Wie haben Sie den Job bekommen? Was waren die beruflichen Highlights? Was prägte den Berufsalltag?

Lustige Hoppalas ... kleine Missgeschicke zum Lachen

Hoppalas werden in der Regel gern erzählt und es gibt dabei viel zu lachen. Welche Hoppalas in den Medien bringen Sie zum Lachen?

Kommen Sie und lernen Sie völlig unverbindlich das Erzählcafé bei diesem Schnupperabend kennen.



Mittwoch, 29. September 2020,
18.00 bis 20.30 Uhr

Referentin: Birgit Aigner,
langjährige Erzählcafé-Gesprächsrunden-Leiterin

Beitrag: keiner

Anmeldung erforderlich!

In Zusammenarbeit mit:



Laut aktuellem Stand gelten bei uns im Haus folgende Hygienemaßnahmen:



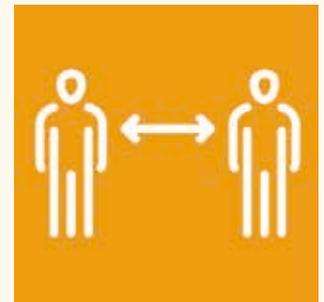
Nur einzeln eintreten



**Bitte tragen Sie einen
Mund-Nasen-Schutz**



**Hände waschen oder
desinfizieren**

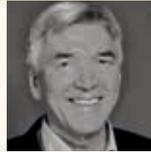


**Halten Sie Abstand
(mindestens 1 Meter)**

Wir bemühen uns um die Sicherheit unserer Gäste. Änderungen auf Grund der gesetzlichen Regelungen finden Sie immer aktuell auf www.maximilianhaus.at.



Wer bin ich? – AUF DER SUCHE NACH DER EIGENEN IDENTITÄT MIT HILFE DER ANLIEGENMETHODE



Wenn etwas in unserem Leben nicht rundläuft, merken wir dies an Symptomen: körperlichen, psychischen oder sozialen. Dahinter stecken oft nicht gelöste psychische Konflikte, die möglicherweise auf Traumata beruhen. Mithilfe der Methode „Aufstellung des Anliegens“ kann sehr schnell erkannt werden, ob z. B. eine Depression die Folge eines nicht verarbeiteten Verlustes ist, ob sich ein berufliches Burnout auf dem Hintergrund frühkindlicher Vernachlässigungen entwickelt hat oder ob die „Hyperaktivität“ eines Kindes möglicherweise der Ausdruck davon ist, dass seine Eltern oder Großeltern Kriegstraumata erlebt haben. Das Erkennen ursächlicher Zusammenhänge erleichtert die psychotherapeutische Veränderungsarbeit enorm. Nähere Details auf www.maximilianhaus.at

Identitätsorientierte Psychotherapie mit der Anliegenmethode – Methodentag

- Was ist die Identitätsorientierte Psychotherapie (IoPT)?
- Wie setzt die Anliegenmethode die IoPT in die Praxis um?
- Welche Anknüpfungspunkte bestehen zu anderen Psychotherapie-Theorien und -methoden?

Selbstbegegnung mit dem Anliegenansatz

Donnerstag, 1. Oktober,
Freitag, 2. Oktober 2020,
Beitrag: € 180,-

Identitätsorientierte Psychotherapie mit der Anliegenmethode

Samstag, 3. Oktober 2020
Beitrag: € 100,-

jeweils 9.00 bis 18.00 Uhr

Referent: Prof. Dr. Franz Ruppert,
Professor für Psychologie an der
Katholischen Stiftungshochschule
München

Anmeldung erforderlich!



Die Mutter-Bindung und ihre Auswirkungen auf das Leben – VORTRAG



Jeder Mensch beginnt sein Leben im Bauch seiner Mutter. Die Mutter ist anfangs seine ganze Welt. Im Mutterbauch werden die Grundlagen für die psychische Bindung an die eigene Mutter gelegt, die durch die Geburt und die ersten Jahre danach weiterentwickelt wird. Vor allem auf der emotionalen Ebene bestimmt die Qualität dieser Mutterbindung das weitere Leben eines Menschen. Entsprechend diesen frühen Erfahrungen werden die weiteren Beziehungen in seinem Leben und sein Verhältnis zu sich selbst geprägt. Da dies alles unbewusst geschieht, sind wir meist überrascht, wenn in Therapieprozessen klar wird, wie wir innerlich noch immer an unserer Mutter hängen, obwohl sie möglicherweise schon gar nicht mehr lebt. Viele körperliche wie psychische „Krankheiten“ hängen damit ebenfalls zusammen.

Donnerstag, 1. Oktober 2020,
19.00 Uhr

Referent: Prof. Dr. Franz Ruppert,
Professor für Psychologie an der
Katholischen Stiftungshochschule
München

Beitrag: € 13,- Vorreservierung,
€ 15,- Abendkassa,
TeilnehmerInnen am Seminar: freier
Eintritt

**Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!**



Vokale modellieren – INNOVATIVE BASISÜBUNGEN FÜR EINE VOLLTÖNENDE, FARBIGE SINGSTIMME



Ein Nachmittag zum Kennenlernen einer sehr effektiven Stimmbildungsmethode! Dieses teilweise ganz neue Training hat ein konkretes Ziel:

- Sie formen perfekte Vokale
- Sie setzen stützende Körperpartien ein
- Sie steuern Töne mit den richtigen Muskeln
- Ihre Stimmbänder schwingen frei
- Ihr Gesang wird voll, persönlich, sicher
- Sie erkennen Ihr Stimmpotenzial

All das üben wir ausgiebig, gut aufgewärmt und erklärt. Sie gewinnen eine gesunde Basis für Ihre stimmliche Weiterarbeit.

Für alle Altersgruppen geeignet, ausgenommen Personen mit schweren Augenerkrankungen.

Freitag, 2. Oktober 2020,
15.00 bis 19.30 Uhr

Referentin: Anna Huber

Beitrag: € 45,-

Anmeldung erforderlich!



Augen, die sehen, was ihr seht, Lk 10,23 MONATSWALLFAHRT NACH PUCHHEIM



Gott und Christus erkennen ist eine große Herausforderung. Auch den Jüngern ging es so. An diesem Nachmittag wollen wir dem nachgehen, wie wir Gott sehen.

Zeitplan:

14.00 Uhr Rosenkranz

14.30 Uhr Eucharistiefeier

15.30 Uhr Anbetung

im Anschluss Agape, Bibelgespräch und Begegnung im Maximilianhaus

Samstag, 3. Oktober 2020,
14.00 Uhr

Gestaltung:
Bibelwerk Linz gemeinsam mit
dem Maximilianhaus

Zelebrent:
Gr. Mag. Johann Ortner, Pfarrer
von Aurach, Lenzing und Timelkam



Chorliteraturabend

NEUE NOTEN AUS DEM KIRCHENMUSIKREFERAT FÜR MESSE UND WORT-GOTTES-FEIER.

Es werden neuen Noten vorgestellt, miteinander ausprobiert und Tipps zur Einstudierung gegeben sowie ihre Einsatzmöglichkeiten im Gottesdienst besprochen: leichte und mittelschwere Messvertonungen, Chorsätze zum Gotteslob, „Frischer Wind“ von Stephanie Poxrucker



Dienstag, 6. Oktober 2020,
19.30 Uhr

**Referenten: Marina Ragger und
MMag. Andreas Peterl**, Kirchen-
musikreferent der Diözese Linz

Beitrag:
€ 7,- Vorreservierung
€ 9,- Abendkassa
Anmeldung erwünscht!



Erfahrungen durch die Begegnung mit Pferden

ABENDWORKSHOP (OHNE PFERD)

Pferden zu begegnen heißt sich selbst zu begegnen, denn Pferde nehmen uns als ganze Persönlichkeit wahr und kommunizieren sehr direkt mit uns Menschen. Sind wir gewillt hinzuhören, hinzufühlen, hinzusehen, was das Pferd uns anbietet, begegnen wir uns selbst und haben dadurch die Möglichkeit zu reifen und uns besser kennenzulernen.

Dieser Abend beinhaltet einen fachlichen Input und einen methodischen Einblick in die psychologische Beratung mit Pferden und kleine praktische Übungen, jedoch ohne Pferd. Auf Wunsch kann eine „Pferdebegegnung“ dazugebucht werden. Bitte bei der Anmeldung angeben. Termine für diese Einzelbegegnungen werden am WS-Abend vereinbart.



Mittwoch, 7. Oktober 2020,
18.30 bis 21.00 Uhr

**Referentin: Isabella Fackler, MSc,
MEd**, psychotherapeutisches Pro-
pädeutikum, dipl. psychologische
Beraterin (LSB/WKO), zertifiziertes
Mitglied im Berufsverband tierge-
stützte psychologische Beratung
Österreich, Supervisorin, Wanderreit-
führerin (WAA)

Beitrag: € 85,- für den Abendworkshop,
€ 245,- inkl. Pferde-Begegnung
(2-Stunden Einzelarbeit nach
Vereinbarung)

Anmeldung erforderlich!



Den Wandel gestalten

LINZER BIBELKURS 2020

Die Diözese Linz ist im Wandel, der weit über Adaptierungen bei den strukturellen Zuteilungen hinausgeht. Um diesen Wandel gut gestalten zu können, wurden insgesamt zwölf Leitbegriffe festgelegt. Vier davon werden wir beim Linzer Bibelkurs aufgreifen, um zu schauen, was aus biblischer Perspektive in den Wandlungsprozess der Diözese einfließen kann bzw. soll (oder auch muss).

- Spirituelle Erfahrung
- Christ/in-Sein heißt der Spur Jesu folgen, daraus das Leben im Glauben formen und spirituelle Erfahrung gewinnen. Biblische Frauen und Männer sind diesen Weg vor uns gegangen, und biblische Texte können für uns Quelle spiritueller Erfahrung sein.

- Haltung
- Die Glaubwürdigkeit der Kirche hängt von der Haltung der ChristInnen ab. Dazu gehört v.a. die bejahende, wertschätzende und wohlwollende Begegnung. Bei Jesus sehen wir, wie solche Begegnung gelingt.

- Missionarisches Bewusstsein

Was tun wir, um die Botschaft Jesu kommenden Generationen weiterzugeben und bei den Menschen zu sein? Raus aus allen Sicherheiten, hin zu Orten, wo sich was tut, das lebte Paulus vor.

- Hoffnung
- Gegen die Tendenz, diese Welt schlechtzureden, Pessimismus auszustrahlen oder vor dem Ende bisheriger Wege zu erstarren, sind Mut und Hoffnung – in der Bibel häufig vorkommende Begriffe – die Kraftquellen dafür, den Wandel zu gestalten. An jedem Abend machen wir uns anhand konkreter Bibeltexte auf die Suche nach dem passenden Prädikat zu den einzelnen Leitthemen.



Mittwoch, 7. und 21. Oktober,
4. und 18. November 2020,
jeweils 19.00 bis 21.30 Uhr

**Referentin: Mag.ª Renate
Hinterberger-Leidinger**,
Theologin, Bibelwerk Linz

Beitrag: Vier Abende: € 42,-
Ein Abend: € 12,-

Anmeldung erwünscht!



In Zusammenarbeit mit:



Djembe-Workshop

TROMMELN FÜR BEGINNER UND FORTGESCHRITTENE

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

Wenn vorhanden, bitte eigene Djembe mitbringen. Sollte ein Instrument benötigt werden, wird dieses gegen eine Leihgebühr von € 10,- für die Dauer des Seminars vom Referenten zur Verfügung gestellt. Bitte bei der Anmeldung bekanntgeben.



Freitag, 9. Oktober 2020,
20.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 10. Oktober 2020,
9.00 bis 17.00 Uhr

Referent: Pepi Kramer, Lehrer im OÖ
Landesmusikschulwerk, Anton Bruck-
ner Musikuniversität Linz, Studium
World Music in Rotterdam, brasiliani-
sche Percussion an der UNESP in Sao
Paulo, Bandleader von Congarilla.
2019 leitete Pepi Kramer den Trom-
melweltrekord mit über 2287 Teilneh-
mern in Vöcklabruck.

Beitrag: € 105,-

Anmeldung erforderlich!



Bienenwachstücher selbst gemacht EINE WIEDERVERWENDBARE ALTERNATIVE ZUR FRISCHHALTEFOLIE



Verpacke deine Jause, schön, hygienisch und ohne Plastik oder Alufolie. Das Bienenwachstuch hält deine Lebensmittel länger frisch. Du kannst damit das Jausenbrot, den Käse, das Brot einwickeln oder auch Schüsseln abdecken.

Bei dem Workshop lernst du, wie man Bienenwachstücher selbst herstellen kann und was beim Gebrauch zu beachten ist.

In einer Stunde können bis zu vier Bienenwachstücher hergestellt werden.

Samstag, 10. Oktober 2020,
10.00 bis 12.00 Uhr

Referentin: **Steffi Gastberger**

Beitrag: € 35,-
inkl. Material für 2 Tücher,
für jedes weitere Tuch € 5,-

Anmeldung erforderlich!



Supervisionsgruppe für PädagogInnen



Supervision heißt so viel wie „Handeln durch Verstehen“ und gleichzeitig „verstehen des Handelns“.

Supervision ermöglicht berufliche Erfahrungen im vertraulichen Rahmen zu besprechen und Ideen zu finden fürs Weiterarbeiten.

Supervision hilft dabei, im Job gesund, stabil und belastbar zu bleiben.

Für PädagogInnen aus unterschiedlichen Feldern der pädagogischen Praxis.

Montag, 12. Oktober 2020, 16. November 2020, 14. Dezember 2020, 18. Jänner 2021, jeweils 17.30 bis 19.30 Uhr

Supervisorin: **Isabella Fackler**,
dipl. psychologische Beraterin (LSB/
WKO), Supervisorin

Beitrag: € 100,- für alle Termine, nach
vorheriger Absprache und bei Anmel-
dung sind Einzeltermine möglich,

Anmeldung erforderlich!



Kochen mit ... BOSNISCHE KÜCHE



... Begegnungsaspekt. Miteinander reden und einander kennenlernen
... neue kulinarische Genüsse – ausprobieren und verkosten
... Gerichte aus aller Welt

Mitzubringen: Gefäße für übrig gebliebenes Essen.

In Zusammenarbeit mit:



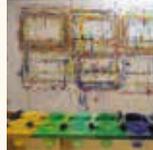
Montag, 13. Oktober 2020,
17.00 bis 21.00 Uhr

Referenten:
Nedzada, Amira und Husmira

Lebensmittelbeitrag,
freiwillige Spenden
Anmeldung erforderlich!



Handwerk für die Seele ZUR RUHE FINDEN



Eintauchen in die Ruhe des Ateliers um zu malen, zu malen, zu malen ...

Nicht um danach ein Bild zu besitzen, sondern malen um zu malen, Ruhe im Raum und in den Malenden wird dadurch spürbar.

Für den eigenen Energiehaushalt, um zur Ruhe zu kommen, sich zu spüren, seine Akkus aufzuladen.

Mittwoch, 14. Oktober 2020,
16.30 bis 18.00 Uhr

Referentin: **Isabella Fackler**,
dipl. psychologische Beraterin (LSB/
WKO), Supervisorin

Beitrag: € 35,- inkl. Material
Bei Buchung aller 4 Termine € 125,-

Anmeldung erforderlich!



Takk-Danke! ZU FUSS AUF DEM OLAVSWEG VON OSLO NACH TRONDHEIM



Pilgerreisevortrag mit Impulsen zum Thema „Dankbarkeit“.

Einsame Wälder, besondere spirituelle Orte und Kirchen, gastfreundliche Menschen, rote Holzhäuser, urige Pilgerherbergen, geschichtsträchtige Gebäude, einzigartige Natur – besondere Begegnungen mit Pilgern, die fernab von den großen Pilgerströmen Stille und Natur suchen ...

... das alles und noch viel mehr ist der Olavsweg, der vom Europarat 2010 zur Kulturstraße erklärt wurde. Der Weg führt auf verschiedenen Etappen im Norden Europas nach Trondheim zum Grab des heiligen Olav.

Mit dem Thema „Dankbarkeit“ im Gepäck machte sich Lydia Neunhäuserer, begeisterte Pilgerin und Pilgerbegleiterin aus Zell/Pram, auf diesen faszinierenden Weg. Bei dem Vortrag möchte sie ihre Erfahrungen, Geh-danken und Bilder mit Ihnen teilen.

Mittwoch, 14. Oktober 2020,
19.00 Uhr

Referentin: **Lydia Neunhäuserer**,
Physiotherapeutin, Meditations-
und Pilgerbegleiterin, Kabarettistin

Beitrag: € 10,- Vorverkauf,
€ 12,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!



**„Das alles gibt es nicht!“
ARGUMENTATIONSTRAINING IN ZEITEN
VON CORONA UND KLIMAWANDEL**



Kommt es Ihnen auch so vor als würden täglich mehr Menschen seltsame Theorien vertreten? Nerven Sie dubiose Verschwörungstheorien und Wissenschaftsfeindlichkeit? Sind Sie durch Phrasen und Halbwahrheiten, Parolen und Vorurteile emotional gefordert? Und stellen Sie zunehmend fest, dass sachliche Argumente wirkungslos sind und einfach nicht gehört werden? Das alles spielt sich in alltäglichen Gesprächen im Freundes- oder Familienkreis, im Berufsleben und auch im öffentlichen Raum ab. Wie die aktuellen Themen Corona-Pandemie, Klimawandel und Wirtschaftskrise mit Fakes, Verschwörungstheorien und Widerstandsbewegungen zusammenhängen, ist Inhalt dieses Workshops. Das Argumentationstraining vermittelt Strategien, auch scheinbar Unbelehrbare als GesprächspartnerInnen zu gewinnen und wieder Spaß an politischen Debatten zu haben. Geübt wird, eigene Verhaltensweisen zu überdenken und Wege aus der Sprachlosigkeit zu finden.

Freitag, 16. Oktober 2020,
17.00 bis 21.00 Uhr

Referentin: Marion Wisinger,
Historikerin, Trainerin, Autorin

Beitrag: € 15,-
mit 4youCard gratis

Anmeldung erwünscht!

Gefördert durch:



österreichische gesellschaft
für politische bildung



**Goldmarie und Pechmarie
FRAUEN UND GELD**



oder: Was passiert, nachdem Aschenputtel den Prinzen geheiratet hat?

Wir wollen uns lustvoll mit einem schwierigen Thema auseinandersetzen, nämlich mit dem Umgang von Frauen mit dem lieben Geld. Ziel des Seminars ist es, die Sicht auf den Umgang und den Zugang zu erweitern. Helfen werden dabei Methoden wie Phantasieren, Körperarbeit, Meditationen, aber auch Erfahrungsaustausch. Gedacht ist an eine sinnlich-emotionale Annäherung zum Thema.

Wichtig wird es sein, sich selber in der Lebensphase, in der man sich befindet, wahrzunehmen und den eigenen Zugang zu erkennen und weiterzuentwickeln. Voraussetzung dazu ist natürlich eine Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der eigenen Geschichte. Durch viele Gesetzesänderungen in den 80er-Jahren des letzten Jahrhunderts hat sich bezüglich Gleichberechtigung von Frauen und Mädchen viel getan. Aber hat sich in den Köpfen der Gesellschaft und besonders in den Köpfen der Frauen bezüglich ihrem Zugang zu Geld etwas verändert? Immer noch erledigen einen Großteil der unbezahlten Arbeit Frauen, und immer noch sind ein Großteil der AusgleichszulagenbezieherInnen bei den Pensionen weiblich.

Wenn Geld als Synonym für Sicherheit, Macht und Möglichkeiten steht, was bedeutet dies für uns Frauen? Als Single, als Mutter, als Erwachsene, als alte Frau? Und was kann jede Frau aktiv dafür tun, um ihre Lage zu verbessern?

Freitag, 16. Oktober und
Samstag, 17. Oktober 2020,
Freitag 18.00 bis 20.00 Uhr,
Samstag 10.00 bis 17.00 Uhr

Beitrag: € 175,-

Referentin: DSA Lieselotte Reim,
Sozialarbeiterin, Lebens- & Sozialbera-
terin, Supervisorin, Coach, Organisati-
onsberaterin

Anmeldung erforderlich!

Zahlschein hier abtrennen und für Ihre Kursprogrammspende nutzen. Herzlichen Dank. Ihr Maximilianhausteam

ZAHLUNGSANWEISUNG AUFTRAGSBESTÄTIGUNG	AT <input checked="" type="checkbox"/> RB REGION VÖCKLABRUCK BANKSTELLE ATTNANG-PUCHH.	ZAHLUNGSANWEISUNG
EmpfängerIn/Name/Firma Bildungshaus Maximilian 4800 Attnang-Puchheim	EmpfängerIn/Name/Firma Bildungshaus Maximilian 4800 Attnang-Puchheim	
IBAN/empfangen AT73 3471 0000 0222 0002	IBAN/empfangen AT73 3471 0000 0222 0002	
BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank RZOOAT2L710	BIC (SWIFT-Code) der Empfängerbank RZOOAT2L710	
EUR Betrag Cent	EUR Betrag Cent	
Zahlungssreferenz	Nur zum maschinellen Bedrucken der Zahlungsreferenz	
IBAN/KontoinhaberIn/AuftraggeberIn	Verwendungszweck wird bei ausgefüllter Zahlungsreferenz nicht an EmpfängerIn weitergeleitet	
Verwendungszweck Spende fürs Kursprogramm	IBAN/KontoinhaberIn/AuftraggeberIn	
	KontoinhaberIn/AuftraggeberIn/Name/Firma	
	006	
	+ Betrag - Betrag =	30+ Betrag -
	Unterschrift ZeichnungsberechtigteR	



Eucharistisch leben – wie geht das?

STILLE TAGE IM KLOSTER PUCHHEIM

Eucharistie feiern und sie im Alltag leben: die innere Dankbarkeit erneuern, hoffnungsvoll in die Zukunft schauen, die Krisen und Wüstenzeiten zuversichtlich aushalten, so dass sie gute Früchte bringen können ...

Wie kann das gehen? Darüber wollen wir uns in den Tagen der Exerzitien neu besinnen, um unseren Alltag aus der Kraft der Eucharistie zu leben und zu gestalten.

Exerzitien sind geistliche Übungen, um das Leben neu auf Gott hin zu orientieren.

Voraussetzungen:

- Offenheit für einen persönlichen Prozess
- Hören auf das Wort Gottes
- Bereitschaft zum Gebet und zum Schweigen
- Wollen, die eigene Lebenssituation anzuschauen



Montag, 19. Oktober 2020, 18.00 Uhr bis Donnerstag, 22. Oktober 2020, 13.00 Uhr im Gästehaus Puchheim

Begleitung: P. Janusz Turek Redemptorist, Rektor des Klosters Maria Puchheim, Geistlicher Begleiter, Seelsorger bei den Franziskanerinnen in Vöcklabruck, Jahrgang 1968

Beitrag: € 60,- zzgl. Nächtigung und Verpflegung im Gästehaus

Anmeldung erforderlich!



Free Lunch Society

FILMABEND

Das bedingungslose Grundeinkommen bedeutet Geld für alle – als Menschenrecht ohne Gegenleistung. Visionäres Reformprojekt, neoliberale Axt an den Wurzeln des Sozialstaates oder sozialromantisches linkes Utopia? Je nach Art und Umfang zeigt das Grundeinkommen sehr verschiedene ideologische Gesichter. Entscheidend ist das eigene Menschenbild, welche Seite der Medaille man sieht: Inaktivität als süßes Gift, das die Menschen zur Faulheit verführt, oder Freiheit von materiellen Zwängen als Chance, für sich selbst und für die Gemeinschaft.

Der Film nimmt uns mit auf eine große Reise und zeigt uns, was das führerlose Auto mit den Ideen eines deutschen Milliardärs und einer Schweizer Volksinitiative zu tun hat. FREE LUNCH SOCIETY, als weltweit erster Kinofilm über das Grundeinkommen, widmet sich einer der entscheidendsten Fragen unserer Zeit.



Dienstag, 20. Oktober 2020, 19.00 Uhr

Ein Film von Arash T. Riahi, Karin C. Berger.

Eintritt frei!



Den Familienschätzen auf der Spur

Jede und jeder von uns wurde in eine Familie, wie immer die gestaltet ist oder war, hineingeboren. Jede Familie birgt Schätze, die wir brauchen und die uns stärken, die aber manchmal sehr verborgen sein können.

Im Workshop wird Gelegenheit sein, mit Hilfe von speziellen Methoden diesen Fragen nachzugehen und das Zusammenwirken der aufeinander folgenden Generationen erkennbar zu machen. Indem wir uns mit dieser früheren Lebenswelt der Eltern oder Großeltern beschäftigen und bereit sind, uns in deren Leben zu versetzen, können wir so manche verborgenen Schätze für den eigenen Lebensweg finden. Mit einem neuen Blick auf die Vorfahren bekommt das eigene Leben eine andere Bedeutung und es entstehen oftmals überraschende Entwicklungsmöglichkeiten.

Im Workshop werden Impulse gegeben, um eigenen Fragen nachgehen zu können, und die Themen werden sich vornehmlich nach den Teilnehmenden ausrichten. (Es ist keine Familienaufstellung!)



Mittwoch, 21. Oktober 2020, 17.00 bis 20.00 Uhr

Referent: Dr.^{phil.} Max Kastenhuber, Klin.-u. Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut/System.Familienth., Fortbildung in Bioenergetik, Hypnotherapie, Traumatherapie

Beitrag: € 35,-

Anmeldung erforderlich!



Sprechen und Hören von Herzen!

REDEKREIS FÜR MÄNNER

Eine Reise durch die verschiedenen Facetten des Mann-Seins. Beginnend mit einem kurzen Check-in widmen wir uns jeden Abend einem neuen Thema des Mann-Seins wie zum Beispiel Beziehung, Vaterschaft, Spiritualität, Sexualität.

Der Redekreis als eine nicht-hierarchische gewaltfreie Kommunikationsform, die das Hören und Sprechen von Herzen in den Mittelpunkt stellt und die Weisheit aller im Kreis versammelten Männer einlädt, bildet dabei die Basis. So trägt jeder seinen Teil bei, gemeinsames Wachstum im Kreis der Männer zu ermöglichen.

Der Männer-Rede-Kreis findet von September bis Februar jeden dritten Mittwoch im Monat statt!

In Zusammenarbeit mit:



Mittwoch, 21. Oktober 2020, 18. November, 16. Dezember 2020, 20. Jänner, 17. Februar, 17. März, 21. April, 19. Mai 2021, jeweils 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr

Begleitung: Tobias Renoldner Jugendarbeiter, Lehrer, Wilhelm Seuffer-Wasserthal BZ Maximilianhaus, Referent für Gewaltprävention in der Diözese, Erwachsenenbildner

Beitrag: freiwillige Spenden nach persönlichem Ermessen

Anmeldung erwünscht! Spontan Kommen möglich!



AUFRECHTE KÖRPERHALTUNG

BEWEGLICH – AUFRECHT – FREI – WIEDER DU SEIN

Aufrecht zu sein und eine gute Haltung zu haben ist eine Wohltat für deinen Rücken. Lerne deine Haltung von innen heraus zu spüren, um wieder beweglich und frei dein Leben zu leben.

Wo liegt die Ursache? Oft hemmen eingefahrene Bewegungsmuster und Gedanken den runden Ablauf deiner Bewegung. Spielerisch mit einfachen, bewussten Übungen Beweglichkeit wiederzuentdecken und so manchem Schmerz entgegenzuwirken ist Ziel dieses Workshops.

Aufrecht zu sein bedeutet auch zu zeigen, wer du bist, und hilft, deine Atmung wieder fließen zu lassen. Dein Körperbewusstsein nimmt zu und du wirkst selbstsicher nach außen. Ob nun der Rücken schmerzt, das Knie weh tut, die Schulter unbeweglich ist, Angst vor einer Prüfung besteht oder Probleme in der Beziehung da sind – in deiner Körperhaltung spiegelt sich so manches wider. – Freu dich, wieder aufrecht zu sein. – Freu dich über dein Lächeln. – Freu dich, wieder DU zu sein.

Bitte eine Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen!



23. Oktober 2020, 16.00 bis 20.00 Uhr,
24. Oktober 2020, 10.00 bis 18.00 Uhr
Optional Samstag 7.30 bis 8.00 Uhr
Morgenritual bei Schönwetter im Freien

Referentin: Susanne Schlesinger,
Weyregg am Attersee, Trainerin, Coach,
Leben in Bewegung & Stille, www.lebeninbewegung.at

Beitrag: € 120,-

Anmeldung erforderlich!



Biblische Figuren

SELBER MACHEN UND DAMIT ARBEITEN

Die Arbeit mit Biblischen Figuren nahm vor etwa 60 Jahren in Schwarzenberg bei Luzern in der Schweiz ihren Anfang. Viele biblische Erzählungen lassen sich mit diesen Figuren darstellen und gestalten. Ermöglicht wird das durch die Beweglichkeit und Standfestigkeit der Figuren, die verschiedene Körperhaltungen einnehmen und Gefühle und Stimmungen sichtbar machen können. Das Herstellen und Einsetzen der Biblischen Figuren ist Verkündigung des Wortes Gottes mit Herz, Hand und Hirn. Die Figuren tragen ein Geheimnis, das sich für alle, die sie schaffen oder mit ihnen umgehen, enthüllt: sie berühren, fordern heraus, spiegeln uns Lebenssituationen, erinnern uns an längst vergessen Gelebtes, rühren uns an in der Tiefe unserer Seele.

Zum Einsatz kommen können die Figuren im persönlichen Gebrauch zu Hause (etwa in Form einer Krippe), im Religionsunterricht, in der Behindertenarbeit, bei (Kinder-)Gottesdiensten, in Bibelkreisen, in der Erwachsenenbildung etc.



Freitag, 23. Oktober 2020, 16.00 Uhr bis Sonntag, 25. Oktober 2020, 16.00 Uhr

Referentin: Mag.^a Martha Leonhartsberger,
Theologin, Erwachsenenbildnerin

Beitrag: € 155,-
zzgl. € 30,- pro Figur
direkt vor Ort

Anmeldung erforderlich!

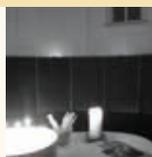


Deinen Weg weitergehen

TRAUERORT IN DER KAPELLE

Ein Ort, um bewusst Abschied zu nehmen und das Leben weiterzuführen. Die Erinnerung in sich tragen und vorwärts gehen. Wir wollen einen Raum geben um diese Erfahrung schrittweise zu machen. Vier gestaltete Stationen ermöglichen diese Schritte:

Den Schmerz ausdrücken
den Verlust beweinen
Danke sagen
das Leben weitergehen



Dienstag, 27. Oktober 2020 bis 15. November 2020,

immer zu den Öffnungszeiten oder nach Vereinbarung



Glaube, der verändert

MEDITATIONSGOTTESDIENST

Einmal im Monat verändern wir den Raum der Stille. Er wird ein Raum der Begegnung. Des Gesprächs. Des Leben Teilens. Wir stellen uns den Fragen des Lebens. Hören Lieder, die unser Herz berühren. Diskutieren Texte, die uns anrühren. Wollen den Glauben leben, lachen, weinen, träumen. Träum du auch mit. Jeder Gottesdienst steht unter einem Überbegriff

27. Oktober – menschenwürdig
24. November – gemeinschaftlich
22. Dezember – solidarisch
19. Jänner – selbstverantwortlich
23. Februar – umsorgend



Dienstag, 27. Oktober, 24. November, 22. Dezember, 19. Jänner, 23. Februar 2020, jeweils 18.00 Uhr

Begleitung: Willi Seuffer-Wasserthal

Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!



Handwerk für die Seele

IN FLUSS KOMMEN

Farbe spüren, berührt sein, mit den Händen in Bewegung zu kommen, stehen diesmal im Mittelpunkt. Kleistern heißt mit den Händen stehend bei Tischen großflächig zu malen, es entstehen Muster und Spuren, die die Dynamik des Malenden widerspiegeln.

Für den eigenen Energiehaushalt, um zur Ruhe zu kommen, sich zu spüren, seine Akkus aufzuladen.



Mittwoch, 28. Oktober 2020,
16.30 bis 18.00 Uhr

Referentin: Isabella Fackler,
dipl. psychologische Beraterin (LSB/
WKO), Supervisorin

Beitrag: € 35,- inkl. Material

Anmeldung erforderlich!



Doppelte Freude und halbes Leid

GEDANKEN ÜBER FRAUENFREUNDSCHAFTEN

Die biblische Erzählung von Noomi und Rut zeigt, wie zwei Frauen trotz vieler persönlicher Verluste die Hoffnung auf eine sinnbringende Zukunft nicht verlieren. Treue, Zuneigung, weibliche Strategie und Offenheit für das Wirken Gottes lässt die beiden das Leben wieder in die Hand nehmen. Der Vortrag führt am Beispiel dieser starken Frauenfreundschaft mit geistlichen Übungen durch den Abend und ermöglicht die Sehnsucht nach Stille zu leben und somit Ihr Leben zu stärken.



Donnerstag, 29. Oktober 2020,
19.00 Uhr

Referentin: Angelika Gassner,
Theologin, Lebensberaterin,
Geistliche Begleiterin und
spirituelle Autorin.

Beitrag: € 11,- Vorreservierung,
€ 13,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!



Auf dem Weg zum Ich

SELBSTBEGEGNUNG DURCH DAS „AUFSTELLEN DES ANLIEGENS“ NACH DR. FRANZ RUPPERT

Wer bin ich? Was will ich? Zurück ins eigene Fühlen und Wollen mit der loPT-Anliegen-Methode.

Alles, was wir jemals erlebt haben, ist in uns gespeichert. Von der Zeugung an, die Zeit im Mutterleib, die eigene Geburt, die Erlebnisse danach bis heute. Besonders sensibel sind die Erfahrungen im Mutterleib, wo die psychische Verfassung der Mutter das Kind beeinflusst und prägt. Eine gesunde Ich-Entwicklung wird schon hier gefördert oder verunmöglicht. Unser lebensnotwendiger Bindungsprozess an die Eltern kann scheitern und uns daher zwingen, uns innerlich zu spalten. Wir entwickeln Überlebens-Strategien, damals notwendig, wirken diese unbewusst bis heute.

Hat man ein Psychotrauma erlebt, kann eine Spaltung zwischen Körper und Psyche stattfinden. Das gesunde Ich ist dann nicht mehr in der Lage, das eigene Verhalten sinnvoll zu steuern. Dann sind wir auch in Beziehungen und in der Arbeit nicht mehr bei uns, sondern handeln angetrieben von Trauma-Überlebensstrategien oft wie fremdgesteuert. Durch die Selbstbegegnung mit Hilfe vom Aufstellen des Anliegens gelingt es, ein dynamisches Bild meiner inneren Wirklichkeit im Außen darzustellen. Dadurch wird es möglich, psychische Spaltungen zu erkennen und zu überbrücken. Wir bringen das menschliche Innenleben ins Außen, um es zu verstehen, zu erkunden und über Resonanzvorgänge Veränderungen zu bewirken. Dies ermöglicht eine gesunde Ich-Entwicklung. Es ist daher sinnvoll, sich ein eigenes Anliegen vorab zu überlegen und vorzubereiten. Hinweise dazu auf www.gesundheitswerkstatt.co.at



Termin I: Freitag, 30. Oktober 2020
Termin II: Samstag, 31. Oktober 2020

Freitag jeweils 13.30 bis 21.00 Uhr
Samstag jeweils 9.00 bis 19.00 Uhr

Referentin: Bettina Kronegger,
Body Talk CBP, Aufstellung nach
Dr. Franz Ruppert, Dipl. Lebens- und
Sozialberaterin, Gordon-Trainerin

Beitrag:
€ 105,- Teilnahme mit Anliegen,
€ 50,- Teilnahme ohne Anliegen

Anmeldung erforderlich!



Altes Handwerk neu entdecken

ZWIRNKNÖPFE SELBER HERSTELLEN

Man nehme ein Aluringerl, wickle einen Faden herum und nähe diesen mit einer Nadel am Ringerl fest – fertig ist ein Zwirnknopf!

Sie werden sehen, dass es dann doch nicht ganz so einfach ist, aber nach diesem Kurs können Sie loslegen. Ob Blusenknöpfe, Zierknöpfe, Anhänger, Ohrringerl – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Ringerl und Garn in diversen Farben erhalten Sie im Kurs. Bitte kleine Schere und etwas Geduld mitbringen.



Freitag, 30. Oktober 2020,
14.00 bis 18.00 Uhr

Referentin: Gerti Resch,
Vöcklamarkt, Zwirnknopfnäherin
aus Leidenschaft

Beitrag: € 45,-
inkl. Material für normale
Zwirnknöpfe

Anmeldung erforderlich!

Raum für Beratung und Therapie

Im Maximilianhaus im zweiten Stockwerk gibt es Kleingruppenräume. Diese können für Beratungsgespräche und Therapieangebote auch stundenweise gemietet werden.

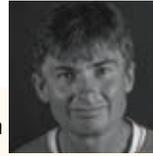
Für Besichtigung und Anfragen stehen wir gerne unter 07674/66550 zur Verfügung.





Breuss Wirbelsäulenmassage

Die Breuss-Massage ist eine feinfühligere, energetisch-manuelle Rückenmassage, die seelische, energetische und körperliche Blockaden lösen kann. Man kann mit ihrer Hilfe viele Wirbelsäulenprobleme, wie Bandscheibenleiden, Hexenschuss, Ischias, Verspannungen usw., leicht und ungefährlich mit sehr gutem Erfolg behandeln. Die Breuss-Massage leitet die Regeneration von unterversorgten Bandscheiben ein. Sie ist der Schlüssel zur Lösung vieler Probleme im Bewegungsapparat, besonders im Bereich der Wirbelsäule. Durch das sanfte Lösen von Blockierungen und Verspannungen kommt es zu einer tiefen Entspannung. Diese wiederum fördert die Selbstheilung des Körpers. Die Breuss-Massage ist leicht zu erlernen und benötigt keine Vorkenntnisse. Jeder kann sie mit großer Wirkung im Familien-, Freundes-, Verwandten- und Bekanntenkreis anwenden.



Samstag, 31. Oktober 2020,
9.00 bis 16.30 Uhr

Referent: Markus Hatheier,
Masseur, Wildenau

Beitrag: € 80,-

Anmeldung erforderlich!



Männerherz – was Männer bewegt

LESUNG UND GESPRÄCH

„Männer sind mit ihren Gefühlsregungen keiner fremden Macht ausgeliefert“ Ein freies, selbstbestimmtes Leben und gleichzeitig eine befriedigende Liebesbeziehung zu führen, ersehnen sich die meisten. Viele Männer kämpfen mit diesem Nähe-Distanz-Dilemma. „Männerkenner“ Richard Schneeberger gibt in seinem Buch „MÄNNERHERZ. Was Männer bewegt: Freiheit, Beziehung, Selbstbestimmung“ Einblick in seinen Berufsalltag und sein Fachwissen als Männerberater. Offenherzig erzählt er darin auch die Geschichte über seine große Lebenskrise. Schneeberger schreibt mit der Erfahrung von vielen, größtenteils sehr offenen Gesprächen mit Männern, was hinter der männlichen Fassade vor sich geht. Doch alles, was er beruflich gelernt und erfahren hat, wurde erst durch das eigene Erleben zum bleibenden Erkenntnisgewinn. „Aus meiner Krise habe ich gelernt, nicht mehr einem Konzept, ‚wie das Leben sein soll‘ hinterherzujagen, sondern selbstverantwortlich meine eigene, innere Wahrheit zu entdecken und zu leben.“



Dienstag, 3. November 2020,
19.00 Uhr

Referent: Dr. Richard Schneeberger,
Der Männerkenner, Soziologe, Männerberater, Trainer

Beitrag: € 10,- Vorreservierung
und für KMB-Mitglieder,
€ 12,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!



In Zusammenarbeit mit:



Friedensgebet der Religionen

BEGEGNEN – KENNENLERNEN – VERTRAUEN

Schwerpunkt an diesem Abend wird die Begegnung und der Austausch zwischen ChristInnen und MuslimInnen sein über unsere Glaubensinhalte, Gebete, Rituale und Feste. Das gegenseitige Kennenlernen bekommt am gemeinsamen Buffet noch viel Zeit und Raum.



Donnerstag, 5. November 2020,
19.00 Uhr

Veranstalter: Forum Friedensgebet der Religionen Vöcklabruck

Beitrag:
freiwillige Spenden



Heilkraft heimischer Nadelbäume

WINTERLICHE DUFTESSENZEN UND GESCHENKIDEEN

Vieles von dem, was wir heute über die Heilkraft von Bäumen wissen, stammt aus traditionellen Anwendungen. Essenzen von Bäumen haben aber auch den Weg in moderne Pharmaprodukte gefunden, wie beispielsweise die Terpene, die mittlerweile sogar in der Tumorforschung im Fokus stehen. Jede Baumart hat ihre eigene charakteristische Medizin. Sie steckt in den Knospen, dem Harz, der Rinde, den Blättern, den Blüten, den Samen oder aber auch im Saft. Welche Medizin im jeweiligen Baum steckt und welche Bäume sich sogar kulinarisch nutzen lassen wird am Beispiel heimischer Nadelbäume gezeigt und vorgestellt. Für winterliche Genüsse stellen wir aus Nadelbäumen wohltuende Duftessenzen her.



©David Prammer

Kursinhalte

Grundlagen

- benötigte Geräte und Werkzeuge (inkl. Vorschläge von guten Bezugsquellen)
- geeignete Baum-Rohstoffe und deren Gewinnung, Handhabung und Erntezeit

Verwendung von Nadelbäumen in der Heilkunde und in der Küche

- Knospen
- Harz
- Rinde
- Blätter
- Blüten
- Samen
- Saft
- Ätherische Öle
- Baum-Pech

Weiterverarbeitung der gewonnenen Baum-Rohstoffe

- Spagyrisch (Alchemie)
- Homöopathisch
- Tinkturen
- Fermentation
- Sirup
- Essig

Freitag, 6., Samstag, 7. November 2020,
Freitag, 14.00 bis 21.00 Uhr,
Samstag, 9.00 bis 17.00 Uhr

Referenten: Sissi Kaiser,
„Moderne Kräutermedizin“, Calamus Life; Zahlreiche Publikationen und Medien im Bereich Gesundheit; Multimediale Kunst- und Vitaltherapeutin

Tom Beyer

Umwelttechnik, Verfahrenstechnik und Philosophie als berufliche Basisausbildung; mehr als 15 Jahre in der nationalen und internationalen Forschung tätig; Alternativ-medizinische Ausbildungen
www.heimische-heilpilze.at

Beitrag: € 260,-

In der Seminargebühr inkludiert sind alle benötigten Rohstoffe und Materialien. Ebenso ist das umfangreiche Seminarskript enthalten. Sie brauchen nichts mitzubringen.

Anmeldung erforderlich!



Demokratisch, menschenrechtlich, widerständig, sozial, ökologisch – BUCHPRÄSENTATION



Gespräche mit Menschen, die Türen öffneten und losgingen, um etwas zu verändern. Eine junge Frau, die einen Anruf bekam, während sie das Backblech mit duftenden Weihnachtskeksen aus dem Ofen holte, dass es nun so weit wäre und das Schiff der Seenotrettung fertig für ihren Einsatz sei. Ein sudanesisch-ägyptischer Wirtschaftsstudent, der sich zuerst als Zeitungsverkäufer in Österreich finanziell durchschlagen musste und zu Papier und Stift griff, um sich erzählend eine Heimat aufzubauen. Eine Tänzerin, die durch ihre Kunst neue Perspektiven eröffnet, sich für andere zu engagieren. 15 Interviews sind in diesem Buch versammelt, jedes mit einem Kunstwerk von Illustrator/innen aus Vietnam, der Ukraine, Indonesien und anderen Weltenebenen interpretiert. Ein Buch mit Gedanken, die weiterführen, oft auch kantig und frech. Es bietet Erzählungen, zeigt Fragen auf; es geht um diese Welt, um Leben und Sterben; unterschiedlichste Spuren des Lebens ...

Der Erlös geht an AFYA: Menschen, die Krieg und Flucht erlebt haben, sind oft von Traumafolgen belastet. Die Symptome wie Angst und Anspannung, Konzentrationsstörungen, Stress und Schlafstörungen erschweren den Alltag der Betroffenen.

Das Ziel von AFYA ist, geflüchteten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen die Bewältigung ihrer Stresssymptome zu ermöglichen. www.afya.at

Montag, 9. November 2020, 19.00 Uhr

Referentin: Ute Mayrhofer studierte ich Theologie und Germanistik in Graz und Schweden. Seit 2001 im entwicklungspolitischen Bereich tätig. Zuerst bei Enchada / KJÖ, dann Dreikönigsaktion der katholischen Jungschar, arbeitet national und international zu Kinderrechten.

Beitrag: freiwillige Spenden

Anmeldung erwünscht! Spontan kommen möglich!



Kochen mit ...

BEGEGNUNGSASPEKT

... Begegnungsaspekt. Miteinander reden und einander kennenlernen
 ... neue kulinarische Genüsse – ausprobieren und verkosten
 ... Gerichte aus aller Welt
 Mitzubringen: Gefäße für übrig gebliebenes Essen.



In Zusammenarbeit mit:



Montag, 9. November 2020, 17.00 bis 21.00 Uhr

Referentin: Land und KöchIn stehen noch nicht fest

Lebensmittelbeitrag, freiwillige Spenden
Anmeldung erforderlich!



Handwerk für die Seele

GEGENSÄTZE AUSHALTEN

Kuschelige Wolle spüren, wickeln, zupfen, warmes Wasser, seifige Hände kneten, drücken, formen die Schafwolle. Der Wechsel zwischen weicher Wolle, nassen Händen und immer fester werdenden Filzstücken lassen uns Gegensätze erleben. Für den eigenen Energiehaushalt, um zur Ruhe zu kommen, sich zu spüren, seine Akkus aufzuladen.



Mittwoch, 11. November 2020, 16.30 bis 18.00 Uhr

Referentin: Isabella Fackler, dipl. psychologische Beraterin (LSB/WKO), Supervisorin

Kursbeitrag: € 35,- inkl. Material
Anmeldung erforderlich!



Resilienz und Befindlichkeit WIE SICH HOHE RESILIENZ AUF DAS WOHLBEFINDEN IN KRISENSITUATIONEN AUSWIRKT

Der etwas sperrige Begriff „Resilienz“ ist in den letzten Jahren salonfähig geworden und steht für innere Stärke und die Fähigkeit, auch in Belastungssituationen bewusst auf diese persönlichen Ressourcen zurückgreifen zu können. Was ist Resilienz? Wie entsteht Resilienz? Welche Resilienzfaktoren sind für die Bewältigung von Krisen – wie der Corona-Krise – besonders bedeutsam? Lässt sich bzw. wie lässt sich Resilienz fördern? Auf diese Fragen wird es Antworten geben und es werden neben einem erweiterten Resilienzkonzept erste Ergebnisse aus der IGEMO-Längsschnittstudie „Resilienz und Befindlichkeit in der Corona-Krise“ (Aschauer/Hofer 2020) vorgestellt. Eine Studie, an der über 1600 Personen teilgenommen haben und die interessante Erkenntnisse über die Wirksamkeit von Resilienzfaktoren in Krisensituationen liefert.



Donnerstag, 12. November 2020, 19.00 Uhr

Referent: Dr. Peter Hofer, Linz, Psychotherapeut und Unternehmensberater, www.igemo.at

Beitrag: € 13,- Vorreservierung
 € 15,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht! Spontan kommen möglich!



66° NORD – Lofoten, Nordkap, Island, Spitzbergen 3D-AUDIOVISION

Die Faszination des hohen Nordens hat Markus Hatheier in seinen Bann gezogen. Die letzten großen Urlandschaften Europas findet man über dem Polarkreis! Auf mehreren Reisen, im Wechsel der Jahreszeiten erkundete er diese Gebiete und entdeckte dabei eine großartige Natur- und Tierwelt. Präsentiert in einzigartigen 3D-Bildern!



Dienstag, 17. November 2020, 19.00 Uhr

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

Beitrag: € 12,- Vorreservierung, € 14,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht! Spontan kommen möglich!



Räuchern – ein Ritual für Wohlbefinden

HEIMISCHE KRÄUTER ZUM RÄUCHERN

Unsere Vorfahren räucherten zu allen wichtigen Anlässen im Leben und reinigten damit Geist, Seele, Orte und die Umgebung. In der christlichen Tradition wurde aus dieser Tradition der exotische Weihrauch übernommen, der in der arabischen Welt seit Jahrtausenden für das rituelle Räuchern verwendet wird.

Wiederbelebt wurde in der letzten Zeit das Raunächte-Ritual (engl: "The Twelve Nights"), aber auch Räucher-Rituale das ganze Jahr über bei besonderen Momenten.

Im Workshop wird der Fokus auf die traditionellen Anwendungen und insbesondere auf Verwendung heimischer Räucher-Rohstoffe wie Kräuter, Harze und Co. gelegt und ganz praktisch geübt.

Kursinhalte Grundlagen

- benötigte Geräte und Werkzeuge (inkl. Vorschläge von guten Bezugsquellen)
- geeignete Pflanzen und deren Gewinnung, Handhabung und Erntezeit

Räuchern historisch und in der Gegenwart

- Wir begeben uns auf eine Reise von den Ursprüngen bis in unsere heutige Zeit.

Räuchern

- Geräte und Schalen
- Räucherkerzen selber herstellen
- Räuchern
- Rituale



Freitag, 13. November 2020,
14.00 bis 21.00 Uhr

Referenten: **Sissi Kaiser**,
Über 10 Jahre „Moderne
Kräutermedizin“, Calamus Life
Zahlreiche Publikationen und Medien
im Bereich Gesundheit
Multimediale Kunst- und
Vitaltherapeutin

Tom Beyer,
Umwelttechnik, Verfahrenstechnik
und Philosophie als berufliche
Basisausbildung
mehr als 15 Jahre in der nationalen
und internationalen Forschung tätig
Alternativ-medicinische Ausbildungen
www.heimische-heilpilze.at

Beitrag: € 140,-
inkl. Materialkosten
In der Seminargebühr ist ein
umfangreiches Seminarskript
enthalten.

Anmeldung erforderlich!



Einfach mit dem Handy ein Video erstellen

Sie lernen von Filmprofis, wie Sie mit Ihrem Handy rasch ein sehenswertes Video produzieren.

Ein Video können Sie als Dokumentation eines Projekts, einer Veranstaltung, als Reflexion oder zur Bewerbung verwenden. Es ist ein zeitgemäßes Medium, das mehrere Sinne anspricht und das Sie einfach und schnell mit einem Handy produzieren können.

Nach dem Workshop

- kennen Sie Grundelemente, wie Sie Geschichten in einem Video gut erzählen können
- beachten Sie Grundlegendes bei der Kameraführung
- können Sie einen Film mit einer werbefreien Freeware schneiden und mit Musik unterlegen und einen Vor- und Abspann produzieren.
- wissen Sie, wie man eine Veranstaltung mitfilmt und als Dokumentation zur Verfügung gestellt werden kann

An diesem Tag produzieren Sie ein Video, das Sie gleich online stellen können.

Bitte nehmen Sie Ihr Smartphone oder I-Phone mit genügend Speicherplatz mit. Wenn Sie selbst auf Ihren Laptop beim Workshop einen Film schneiden wollen, dann laden Sie bitte hier (<https://www.openshot.org/de/download/>) die Software herunter und installieren sie bereits zuhause auf Ihrem Laptop. So verlieren wir keine Zeit mit der Installation der Software beim Seminar.



Samstag, 14. November 2020,
9.00 bis 17.00 Uhr

Referenten:
Mag.^a Sissi Kaiser,
Filmemacherin, Medien- und
Bildpädagogin,
www.sissikaiser.com

Tom Beyer,
Filmtechnik mit Schwerpunkt
Open-Source-Technologie,
www.bildmanipulation.at

Beitrag: € 95,-

Anmeldung erforderlich!

In Zusammenarbeit mit:



BUCHPRÄSENTATION „RELIGIÖSE INDIVIDUALISIERUNG UND PARTIZIPATIVE BILDUNG“

Im Jahr 2019 haben Univ.-Prof. Dr. Ansgar Kreutzer und Univ.-Prof. Dr. Johannes Reitingner in zwölf oberösterreichischen kirchlichen Bildungshäusern eine Studie unter dem Titel „Religiöse Individualisierung und partizipative Bildung. Eine empirische und interdisziplinäre Studie im Kontext kirchlicher Bildungshäuser“ durchgeführt, die sich mit Prozessen der religiösen Individualisierung und Vergemeinschaftung beschäftigt. Aus dieser Studie ist nun ein Buch geworden. Die ARGE Bildungshäuser und –zentren in der Diözese Linz laden aus diesem Grund zur gemeinsamen Präsentation mit den Autoren und dem Wagnerverlag ein. Nähere Informationen bekommen Sie auch bei Willi Seuffer-Wasserthal bei uns im Haus.



Am Montag, 16. November 2020, 19.00 Uhr werden die beiden Autoren im Beisein von Bischof Manfred Scheuer die Ergebnisse im Bildungshaus Puchberg präsentieren.



Antivirale heimische Heilkräuter (Workshop) DIE KRÄUTER-STRATEGIE FÜR SELBSTBESTIMMTES WOHLBEFINDEN



Viele Kräuter von anderen Kontinenten haben ihren Weg zu uns gefunden. Man könnte annehmen, dass unsere heimischen Pflanzen und Kräuter diese Ergänzung benötigen würden, dass sie nicht genug Kraft hätten.

Der Vortrag gibt einen Einblick in die Fülle der antiviralen heimischen Pflanzen und Kräuter, aus wissenschaftlicher Sicht und anhand traditioneller Anwendungen. Es wird gezeigt, dass die heimischen Pflanzen und Kräuter nicht nur aus traditioneller Sicht hervorragende Helfer des Immunsystems sind.

Ein weiterer Fokus ist die biophysikalische Sichtweise auf Unterschiede regionaler Pflanzen zu Pflanzen von fernen Ländern. Denn „regional“ ist mehr als „nur“ ökologisch, regional ist Teil eines natürlichen, bisher wenig beachteten Stoffwechsels der Natur.

Donnerstag, 19. November 2020,
19.00 bis 21.30 Uhr

Referenten: **Sissi Kaiser &
Tom Beyer**

www.heimische-heilpilze.at

Beitrag: € 20,-

**Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!**



Leichter durchs Leben BEFREIENDE LÖSUNGEN DURCH SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGSARBEIT



© Karin Lohberger

Systemische Aufstellungsarbeit ist wohl eine der tiefgreifendsten und heilvollsten Möglichkeiten um mehr Leichtigkeit, innere Ruhe und Frieden in sein Leben zu bringen. Das systemische Arbeiten beginnt dort, wo man mit Gesprächen, Mindset, Coaching und Ratschlägen alleine nicht mehr vorankommt. Wo scheinbar alles gesagt, aber trotzdem keine Ordnung ist. Wo Wege immer und immer wieder ohne gewünschten Erfolg / Wirkung gegangen werden.

Dort wo Unerklärbares, nicht Greifbares mit teils Offensichtlichem zusammenkommt und heilvolle Lösungen auf tiefster Ebene stattfinden, ist systemische Aufstellungsarbeit zuhause. Im Rahmen unserer Aufstellungstage werden wir gemeinsam Schutz- und Heilräume für Körper, Geist und Seele schaffen. Wir werden Türen öffnen, Zeitkorridore durchschreiten und Orte der Begegnung schaffen.

Familienaufstellungen, Organisations- bis hin zu Business-Aufstellungen bringen nachhaltige Lösungen und eröffnen den Teilnehmern völlig neue Dimensionen in ihrem Leben. Dazu werden im Rahmen der zweitägigen Termine praktikable Lösungen gezeigt, wie man auch im Alltag seine Leichtigkeit bewahrt.

Leichter durchs Leben durch systemische Lösungen auf tiefster Ebene.

Termin I
Freitag, 20. November, 14.00 bis 21.00
Uhr und Samstag, 21. November 2020,
9.00 bis 19.00 Uhr

Termin II
Freitag, 11. Dezember, 14.00 bis 21.00
Uhr und Samstag, 12. Dezember 2020,
9.00 bis 19.00 Uhr

Termin III
Freitag, 29. Jänner, 14.00 bis 21.00 Uhr
und Samstag, 30. Jänner 2021, 9.00 bis
19.00 Uhr

Referent: **Günter Kostrhon**,
LifeCoach, Dipl. Lebens- & psychologi-
scher Berater, Aufstellungsleiter, Supervi-
sor, <https://go-forward.at/>

Beitrag: € 390,- (inkl. gesondertem Vor-
gespräch zur Klärung des Anliegens)
€ 99,- als Darsteller

Anmeldung erforderlich!



Die Metamorphische Methode UNSERE VORGEBURTLICHEN MUSTER



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

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

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

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

Freitag, 20. November 2020,
17.00 bis 21.00 Uhr
Samstag, 21. November 2020,
9.00 bis 17.00 Uhr

Referentin: **Maria Eibensteiner**

Beitrag:
€ 168,- für Neueinsteiger,
€ 88,- für Wiederholer

Anmeldung erforderlich!



Workshop & Infoabend über die IoPT-Methode DAS WAHRE GLÜCK SICH SELBST ZU BEGEGNEN.



Der Abend dient dazu, den aktuellen Stand der IoPT Anliegen Methode und die praktische Arbeit kennen zu lernen. Die Möglichkeit für eine eigene Selbstbegegnung wird am Abend per Losverfahren ermittelt. Die Kosten für die Begleitung betragen dieser Anliegenarbeit sind extra zu begleichen.

Eine gesunde Psyche findet das Glück in sich selbst.

Im Februar 2021 startet wieder ein Jahres-Lehrgang in IoPT. Auch dazu gibt es Informationen. Weitere Hinweise dazu auch auf www.gesundheitswerkstatt.co.at

Dienstag, 24. November 2020,
19.00 Uhr

Referentin:
Bettina Kronegger
Body Talk CBP, Arbeit nach Franz
Ruppert, Dipl. Lebens-
und Sozialberaterin, Gordontrainerin

Beitrag: € 25,-, zzgl. € 60,- bei
Anliegenstellen
**Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!**



Handwerk für die Seele

WIDERSTAND SPÜREN

Wie kommen Sie mit Widerständen zurecht? Mit Widerständigem? Mehr oder weniger schwer Beeindruckbarem? Formen und Kneten bietet für diese Fragen vielfältige Erfahrungsmöglichkeiten!

Für den eigenen Energiehaushalt, um zur Ruhe zu kommen, sich zu spüren, seine Akkus aufzuladen.



Mittwoch, 25. November 2020,
16.30 bis 18.00 Uhr

Referentin: **Isabella Fackler**,
dipl. psychologische Beraterin (LSB/
WKO), Supervisorin

Beitrag: € 35,- inkl. Material

Anmeldung erforderlich!



Ein Erbschaft-Schrift Lesen und Schreiben lernen

DIE KURRENT-SCHRIFT LESEN UND SCHREIBEN LERNEN

Sie haben Urkunden der Großeltern gefunden, die in einer schon fremd anmutenden, gestochen geschriebenen Handschrift erstellt wurden? Sie tun sich aber beim Lesen dieser Urkunden schwer? Und das liebevoll handgeschriebene Kochbuch Ihrer Vorfahren ist voller Rezepte, die man gerne nachkochen möchte, wenn man es auch lesen könnte? Beim Stöbern in Archiven entdecken Sie handgeschriebene Dokumente und auf Flohmärkten alte Ansichtskarten, die Sie „entziffern“ wollen?

In diesem Kurs lernen Sie diese alte Schriftart kennen, Sie werden üben, diese zu lesen und zu schreiben und bekommen erste Anweisungen für die Ahnenforschung, das Recherchieren in Matrikeln.

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



Mittwoch, 25. November 2020,
19.00 Uhr

Referent: **Alfred Schrempf**

Beitrag: € 15,-

Anmeldung erforderlich!



Christlich geht anders – Ausstellung

GESELLSCHAFTLICHE FRAGEN AUS CHRISTLICHER PERSPEKTIVE DISKUTIEREN

Debatten über Mindestsicherung, eine menschliche Asylpolitik, ... sind allgegenwärtig. Wie soll man sich aus christlich-sozialer Perspektive einmischen? Impulse und Anregungen gibt diese Ausstellung.

Wir möchten interessante Gespräche anzetteln und es soll gleichzeitig auch Spaß machen. Das Ziel: Lass dich von den Fragen anregen und denke weiter ... Wir freuen uns, wenn du uns deine Gedanken dazu auf einer Tafel zur Verfügung stellst. Noch mehr freuen wir uns, wenn du deine Gedanken mit jemandem persönlich teilst.



Vernissage:
Donnerstag, 26. November 2020,
19.00 Uhr

Ausstellungsdauer: bis 20. Dezember
zu unseren Öffnungszeiten und jeder-
zeit nach Vereinbarung.

Führungen und Impulszeiten für Grup-
pen jederzeit nach Vereinbarung.



Weil ich es mir wert bin!

DURCHATMEN UND AUFERSTEHEN

Jesus hat sich nach intensiven Begegnungen und Erfahrungen zurückgezogen, um sich wieder innerlich zu erneuern. Ausgehend von seinen Alltagserfahrungen ziehen wir Parallelen zu dem, was uns unter Druck setzt, und suchen nach Bewältigungsstrategien. Dabei lernen wir einige innere Antreiber und „Aber-Geister“ kennen. Wir suchen nach neuen Glaubenssätzen, die uns befreien. Wir nehmen uns kostbare Zeit, weil wir es uns wert sind!

Inhalte und Methoden:

- Stressoren im Alltag (innere Antreiber) erkennen
- Bewältigungsstrategien (Anker) erfahren
- Spirituelle Impulse (Achtsamkeit, Meditation)
- Verschiedene kreative und auch körperbetonte Methoden (Leibgebet, Ausdruckstanz)
- Bibliodramatische Elemente
- Gespräch
- Stille
- Einzelarbeit
- Heilsames Singen

Auf Wunsch: Stressmanagement und Burn-out-Prävention kann mit integriert oder speziell fokussiert werden. Einzelgespräche (Beratung u./od. geistliche Begleitung) möglich.



Donnerstag, 3. Dezember 2020,
14.30 bis 18.00 Uhr

Referentin:
Mag.^a Angelika Gassner, Theologin,
Trainerin für Stressmanagement und
Burnout-Prävention, spirituelle
Begleiterin, Autorin

Beitrag: € 42,-

Anmeldung erforderlich!





Djembe-Workshop

TROMMELN FÜR BEGINNER UND FORTGESCHRITTENE

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

Wenn vorhanden, bitte eigene Djembe mitbringen. Sollte ein Instrument benötigt werden, wird dieses gegen eine Leihgebühr von € 10,- für die Dauer des Seminars vom Referenten zur Verfügung gestellt. Bitte bei der Anmeldung bekanntgeben.



Freitag, 4. Dezember 2020,
20.00 bis 22.00 Uhr,
Samstag, 5. Dezember 2020,
9.00 bis 17.00 Uhr

Referent: **Pepi Kramer**, Lehrer im OÖ Landesmusikschulwerk, Anton Bruckner Musikuniversität Linz, Studium World Music in Rotterdam, brasilianische Percussion an der UNESP in Sao Paulo, Bandleader von Congarilla. 2019 leitete Pepi Kramer den Trommelweltrekord mit über 2287 TeilnehmerInnen in Vöcklabruck.

Beitrag: € 105,-

Anmeldung erforderlich!

Samstag, 5. Dezember 2020,
9.00 bis 17.00 Uhr

Referenten: **Sissi Kaiser & Tom Beyer**

www.heimische-heilpilze.at

Beitrag: € 135,-
€ 15,- Materialkosten

In der Seminargebühr ist ein umfangreiches Seminarskript enthalten.

Anmeldung erforderlich!



Naturheilkundliche Kosmetik

EINZIGARTIGE KOSMETIKA MIT NATÜRLICHEN ROHSTOFFEN AUS DER NATUR

- Wie aus Öl und Wasser eine Creme wird
- Unbedingt benötigte Rohstoffe und worauf verzichtet werden kann
- Die naturkosmetischen Rohstoffe, deren Verarbeitung und Einsatzgebiete
- Naturkosmetische Rohstoffe selber herstellen (Hydrolate, ätherische Öle, Auszüge etc)
- Die Möglichkeiten der Konservierung
- Praktisches Umsetzen
- Rezepte

Grundlagen

- Benötigte Geräte und Werkzeuge (inkl. Vorschläge von guten Bezugsquellen)
- Geeignete Rohstoffe und deren Gewinnung, Handhabung und Erntezeit

Praktische Übungen

- Wir stellen naturheilkundliche Kosmetik gemeinsam her.



Wenn es still wird in mir, fang ich an zu singen INS HERZ GEPRÄGT

Maria wird vom göttlichen Zuspruch in eine unerwartete Berufung hineingenommen. Was ihr abverlangt und zugemutet wird, fordert auch mich heraus. Ihr Ja zieht mein Ja zum Leben nach sich: Die Botschaft des Engels, „fürchte dich nicht, denn für Gott ist nichts unmöglich!“ gilt auch mir.

Die interaktive Lesung vertieft die Themen der biblischen Texte mit geistlichen Übungen, heilsamem Singen und anregendem Austausch. Das Buch ist eine Unterlage für Exerzitien im Alltag. Wer diese für sich umsetzt, kann die Sehnsucht nach stärkender Einkehr stillen.



Mittwoch, 9. Dezember 2020,
19.00 Uhr

Referentin: **Mag.^a Angelika Gassner**, Theologin, Trainerin für Stressmanagement und Burnout-Prävention, spirituelle Begleiterin, Autorin

Beitrag: € 11,- Vorverkauf
€ 13,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!



Innehalten im Advent VOM FLÜGEL DES ENGELS BERÜHRT

Engel führen und begleiten uns. Immer wieder können wir dies spüren. Sie spielen auch in den Erzählungen um die Geburt Jesu eine bedeutende Rolle als Botschafter und Verkünder der Freude und des Lebens. Sie erheben die Stimme für den Frieden und für Gottes Heilsplan. Sie schaffen Verbindung zwischen Himmel und Erde. Im Horchen, im kreativen Tun, in der Stille, im gemeinsamen Tanz der Engel lassen wir uns berühren von den Flügeln unseres Engels und laden ihn wieder neu ein, uns in den Advent-Alltag zu begleiten.

In diesem Wissen um die Verbindung zu Gottes Boten können auch wir Engel für unsere Mitmenschen werden..



© Andreas Vormayr

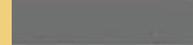
Freitag, 11. Dezember 2020,
16.00 bis 20.00 Uhr

Referentin: **Lydia Neunhäuserer**, Physiotherapeutin, Meditations- und Pilgerbegleiterin, Kabarettistin

Beitrag: € 48,- inkl. Imbiss

Anmeldung erforderlich!

BILDUNGSGUTSCHEIN €20,



Kochen mit ...

SLOWAKISCHE KÜCHE

... Begegnungsaspekt. Miteinander reden und einander kennenlernen
... neue kulinarische Genüsse – ausprobieren und verkosten
... Gerichte aus aller Welt
Mitzubringen: Gefäße für übrig gebliebenes Essen.



In Zusammenarbeit mit:



Donnerstag, 21. Jänner 2021,
17.00 bis 21.00 Uhr

Köche:
Zoltan & Zoltan

Lebensmittelbeitrag,
freiwillige Spenden

Anmeldung erforderlich!



Sich frei machen

EINE EINFÜHRUNG IN DIE PRAXIS DES VER-GEBENS

Hinter jeder Frustration oder Kränkung stecken Wünsche oder Erwartungen, die nicht erfüllt wurden. Das kann zum Beispiel der Wunsch nach Respekt sein oder die Erwartung von Ehrlichkeit. Im Falle von Respektlosigkeit oder Lüge sind wir dann frustriert, gekränkt. Die Wünsche und Erwartungen von damals, die nicht erfüllt wurden, tragen wir meist unverändert in uns und halten so die Kränkung, Verletzung, Frustration aufrecht. Selten kommen wir auf die Idee, dass ein vergangener Wunsch für damals nicht mehr erfüllt werden kann und wir uns davon frei machen könnten.

Im Rahmen dieses Workshops arbeiten wir mit dem „Stornieren“ solcher, nicht im Nachhinein erfüllbarer Wünsche und Erwartungen. Wir erleben und definieren den Begriff „Ver-geben“ aus einer neuen Perspektive und das in einem strukturierten Prozess des Lassens, der in die Therapie sowie in Aufstellungen integriert werden kann, speziell dort, wo Verübeln und Verbitterung eine Lösung verhindern. Diese Art des Ver-gebens ist ein intrapersoneller Schritt, der von Vorwürfen gegen andere absehen kann, ohne auf Ausgleich zu verzichten. Zielgruppe: PsychotherapeutInnen, Lebens- und SozialberaterInnen, MediatorInnen, SeelsorgerInnen, Coaches sowie alle am Thema interessierte Personen.



Freitag, 15. Jänner, 17.00 bis 21.00 Uhr, Samstag, 16. Jänner, 10.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag, 17. Jänner 2021, 9.00 bis 13.00 Uhr

Referent: Mag. phil. Aron Saltiel, Dolmetschstudium, Aus- und Fortbildungen in Psychosynthese, systemischer Familientherapie, Aufstellungsarbeit sowie weiteren Methoden der humanistischen Psychotherapie. Als Sänger und Stimpfpädagoge intensive Beschäftigung mit Atem- und Körperarbeit

Beitrag: € 250,-

Anmeldung erforderlich!



Australien – Faszination Erde

MULTIMEDIASHOW VON WOLFGANG KUNSTMANN

Erleben Sie mit Wolfgang Kunstmann in seiner Live HDAV-Show die Faszination und Vielfältigkeit des roten Kontinents. Zu Fuß, mit dem Hubschrauber, Boot und zum Großteil mit einem Allrad-Campervan durchquerte er mit seiner Frau Margit auf acht ausgedehnten Reisen, insgesamt ca. ein Jahr Down Under. Höhepunkte: alles von Australien. u.a. Outback, Sumpflandschaft des Northern Territory, rotes Zentrum, Simpson-Wüste, Cape York, Städte, Great Barrier Reef, mehrere Outback Tracks und Inseln, Tasmanien. „In Australien hat es uns so gut gefallen, dass wir 1995 mitten im Outback in einem Heißluftballon geheiratet haben. Größtenteils waren wir abseits der Hauptverkehrsrouten unterwegs, um die weiten und einsamen Landschaften, die Natur und Tierwelt, das Outback und die Einwohner Australiens noch intensiver erleben zu können“, so die Kunstmanns.



Dienstag, 19. Jänner 2021, 19.00 Uhr

Referent: Wolfgang Kunstmann, Reisefotograf, Salzburg

Beitrag:
€ 15,- Vorreservierung,
€ 16,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!



Chorliteraturabend

UNENTDECKTE SCHÄTZTE IM GOTTESLOB

Im Dezember 2020 jährt sich die Einführung unseres neuen Gesangbuchs Gotteslob bereits zum 7. Mal! An diesem Abend wollen wir einige vielleicht noch ungehobene Schätze aus dem Buch heben und auch ein paar altbekannte Lieder und ihre Bedeutung neu entdecken.



Donnerstag, 21. Jänner 2021, 19.30 Uhr

Referenten: MMag. Andreas Peterl, Kirchenmusikreferent der Diözese Linz

Beitrag: € 7,- Vorreservierung
€ 9,- Abendkassa

Anmeldung erwünscht!
Spontan kommen möglich!



Überlebenstraining mit pubertierenden Kindern

Die einst so süßen Küken stecken in einem spannenden Umbruch inmitten einer Achterbahnfahrt der Gefühle. Zwischen „Ich bin supercool“ und „Keiner mag mich“ geht die Fahrt des Lebens auf und ab. Die Pubertät der Kinder bedeutet auch für Eltern eine große Veränderung. Einerseits erleben viele Erwachsene selbst eine Zeit der Veränderung und Reifung ihres Lebens – andererseits sind sie ganz schön gefordert, rechtzeitig Stellung zu beziehen und ihre Jugendlichen in angemessener Distanz zu begleiten.

Themen/Inhalte:

- Informationen zu Pubertät
- Hilfreiche Erkenntnisse aus der Gehirnforschung
- Haltungen und Gespräche einüben
- Gefühle wie Ohnmacht und Wut
- Beziehung zu und Konflikte mit Jugendlichen
- Unterstützung und Entlastung – Eltern unter sich
- Stärkung als Eltern

Mit einer Mischung aus inhaltlichen Impulsen, praktischen Übungen und Gruppengesprächen möchten wir Sie einladen, diese spannende Phase als Eltern positiv und kreativ zu gestalten, sodass alle Beteiligten zu Gewinnern werden und die Pubertät zur Entwicklungschance wird. Seminar für alle Eltern, egal ob allein- oder gemeinsam erziehend.



Freitag, 22. Jänner 2021, 13.30 bis 21.30 Uhr

Referentin: Birgit Detzlhofer, Akad. Psychosoziale Beraterin, Dipl. Lebensberaterin (WKO), Kallham, www.birgit-detzlhofer.at

Beitrag: € 50,-

Ermäßigungen :
Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ,
Kirchenbeitragsgutschein,
minus 10% mit der OÖ Familienkarte

Anmeldung erforderlich!





Beim Essen der Weisheit des Körpers folgen VORTRAG UND WORKSHOP



© Swantje Dankert

Wie wir essen, entscheidet nachhaltig über unsere Lebenskraft. Körperlich wie geistig. In einem Dschungel von Empfehlungen zu angeblich „gesunder“ Lebensweise und Ernährung verliert man leicht die Orientierung und verlernt, sich auf seine „Innere Stimme, das Körper- und Bauchgefühl“ zu verlassen. Die Folgen sind oft Fehlernährung, Gewichtszunahme, Erkrankungen und innere Unsicherheit. Lernen Sie in diesem Vortrag, Ihr machtvollstes Werkzeug in Sachen Lebensführung, Ernährung und Körpergewicht effektiv und direkt zu nutzen: Ihre Körperintelligenz.

Mit der Somatische Intelligenz (SI)- Methode hat Thomas Frankenbach in 15 Jahren klinischer Arbeit eine Methode entwickelt, die es Menschen ermöglicht, die eigene Körperintelligenz als ihren wichtigsten Ernährungsberater wieder wahrzunehmen und richtig für sich zu nutzen. Denn jeder Mensch hat einzigartige (Ernährungs-)Bedürfnisse, weil jeder Mensch einzigartig ist.

In diesem Workshop lernen Sie/ Dieser Workshop hilft Ihnen:

- Ihren Sättigungspunkt rechtzeitig zu erkennen, statt sich zu überessen.
- Ihr Körpergewicht und Ihren Körperfettanteil zu harmonisieren.
- Individuell ungünstige Nahrungsmittel rechtzeitig zu erkennen und zu vermeiden.
- Ihren Stoffwechsel in Balance zu bringen.
- Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden an Körper und Psyche zu verbessern.
- Figur, Haut, Immunsystem und letztlich den Zustand aller Organsysteme zu verbessern.
- ein Ernährungsverhalten zu finden, das den individuellen Bedürfnissen Ihres Körpers entspricht.

Vortrag:
Freitag, 22. Jänner 2021,
19.00 Uhr

Workshop:
Samstag, 23. Jänner 2021,
9.00 bis 18.00 Uhr,

Referent: Thomas Frankenbach, MSc. HSc. Dipl.oec.troph.(FH), Gestalttherapeut, Ernährungswissenschaftler, Karatemeister, Fachbereichsleiter Ernährung und Bewegung in einer Klinik für Verhaltensmedizin, www.thomas-frankenbach.de

Beitrag:
Vortrag: € 15,- Vorreservierung,
€ 17,- Abendkassa
Vortrag und Workshop:
€ 165,- inkl. Übungspaket
für daheim (Wert ca. € 35,-)

Anmeldung erforderlich!



Gewaltfreie Kommunikation JAHRESINTENSIVTRAINING



Dieses Intensivtraining ist etwas für Dich, wenn Du ...

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

Inhalte/Methoden

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

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

30. Jänner, 6. März, 10. April, 1. und 29. Mai, 26. Juni, 25. September, 16. Oktober, 13. November, 11. Dezember 2021, Reservetermin 18. Dezember 2021, jeweils von 9.30 bis 18.15 Uhr

Referenten:
Nicola und Thomas Abler
TrainerIn in Gewaltfreier Kommunikation

Beitrag: € 1.250,-

Der Preis beinhaltet neben dem Seminarbeitrag auch Kursunterlagen, Flipchart-Foto-Protokoll und Impulse für das Üben zwischen den Seminartagen. Falls Sie teilnehmen möchten, die Finanzierung jedoch eine Hürde darstellt, treten Sie bitte mit uns in Kontakt.

Die Details entnehmen Sie bitte dem Einzelfalter auf www.maximilianhaus.at

Anmeldung erforderlich!

 **Otto Neururer – Hoffnungsvolle Finsternis**
FILMABEND



36 Stunden dauert im Mai 1940 der qualvolle Todeskampf des katholischen Priesters Otto Neururer im KZ Buchenwald. Jahrzehnte später macht sich Heinz Fitz, ein alternder Schauspieler, mit der jugendlichen Straftäterin Sofia und dem an Parkinson erkrankten Pfarrer Anton auf die Suche nach den Spuren des seligen Priesters Otto Neururer. Heinz unternimmt die Reise durch Otto Neururers Leben, um wieder beten zu können. Und um die Scham über die Schuld des Vaters, der als eingefleischter Nazi Schreckliches angerichtet hat, in sich zu heilen und inneren Frieden zu finden. Im Jahr 1996 wird Otto Neururer von Papst Johannes Paul II. selig gesprochen.

Dienstag, 26. Jänner 2021,
19.00 Uhr

Ein Film von Hermann Weiskopf

Eintritt frei!

 **Orientalischer Bauchtanz**
KENNENLERN-WORKSHOP



Orientalischer Tanz ist ein Vermächtnis aus alter Zeit, er hat es geschafft, Menschen dank seiner Wirkung und Heilkraft zu faszinieren und in den Bann zu ziehen.

Längst nicht mehr auf den Orient begrenzt, hat er sich seit der Mitte des letzten Jahrhunderts in der ganzen Welt verbreitet und eine Welle von neuem weiblichen Selbstbewusstsein ins Rollen gebracht.

In diesem Workshop erhalten Sie grundlegende Informationen zum orientalischen Tanz in Bezug auf

Körperhaltung, Schritte, Tanztechnik, Ausdruck sowie die Freude am Frau-sein.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Sobald Deine Hüften kreisen, wird Dein Herz erwachen und Deine Seele tanzen.

Samstag, 30. Jänner 2021, 9.30 bis
11.30 Uhr

Referentin: Doris Radauer,
Dipl. Shiatsu Praktikerin, Fach- und Sozialarbeiterin Alten- und Behindertenarbeit, seit mehr als 20 Jahren Workshopleiterin und Praktikerin des Orientalischen Bauchtanzes

Beitrag: € 35,-

Anmeldung erforderlich!

 **IoPT – Identitätsorientierte Psychotraumatheorie**
FORTBILDUNG & VERTIEFUNG



Wer bin ich, was will ich? Zurück ins eigene Wollen und Fühlen mit der IoPT-Anliegenmethode.

Selbstbegegnung mit Hilfe des „Aufstellen des Anliegens“ nach Prof. Dr. Franz Ruppert, München

Ein gesundes Ich ist wie der Kapitän meines Lebens. Mein Wille, meine Gefühle, mein Denken und mein Handeln sind die Mannschaft.

Die Ich- und Identitätsentwicklung beginnt bereits vorgeburtlich.

Die psychische Verfassung der Mutter fördert oder verunmöglicht in dieser besonders prägenden Zeit unsere Identitätsentwicklung. Je klarer, stärker, gesünder unsere Mutter ist, umso größer sind unsere Chancen, ein gesundes Ich entwickeln zu können.

Identität ist nach Prof. Ruppert: ich in meinem Körper mit allen meinen Gefühlen, Erlebnissen und Anteilen. Mag ich mich, kann ich auch meinen Mitmenschen mit Liebe, Verständnis, Mitgefühl und Toleranz begegnen.

In Situationen, die zu laut, zu heftig, zu schnell sind, unsere Notfallreaktionen nicht mehr möglich sind, erstarren wir, werden wir gelähmt. Wenn gesunde Stressreaktionen nicht mehr helfen, es sogar noch schlimmer machen würden, müssen wir eine psychische Notbremse ziehen. Wir spalten uns innerpsychisch auf.

Lebenslange Glaubens-, Beziehungs- und Verhaltensmuster entwickeln sich daraus. Zuerst hilfreich, werden diese allerdings – oft Jahrzehnte später – selbst- und fremdschädigend.

Anliegen für Anliegen zu mehr Lebensqualität und Gesundheit. Meine gesunde Ich-Entwicklung, meine gesunde Identität mit der Identitätsorientierten IoPT-Methode von Prof. Ruppert erlangen.

Methode, Theorie und Praxis der IoPT in 8 Modulen mit Bettina Kronegger und drei Tage mit Prof. Dr. Franz Ruppert.

Die Fortbildung und Vertiefung richtet sich an:

- Lebens- und SozialberaterInnen, BeraterInnen im psychosozialen Kontext
- PädagogInnen
- Menschen in sozialen Berufen
- Menschen, die sich selbst auf einer tiefen Ebene kennenlernen möchten
- verantwortungsbewusste Eltern und Großeltern.

Als Vorbereitung, Ergänzung und Unterstützung:

- Bücher von Franz Ruppert und seine YouTube-Beiträge
- das Buch von Vivian Broughton: „Zurück in mein Ich“

Hinweise dazu auf www.gesundheitswerkstatt.co.at

Freitag, 5. & Samstag, 6. Februar 2021
Freitag, 5. & Samstag, 6. März 2021
Freitag, 7. & Samstag, 8. Mai 2021
Freitag, 4. & Samstag, 5. Juni 2021
Freitag, 2. & Samstag, 3. Juli 2021
Freitag, 3. & Samstag, 4. September

Mittwoch, 29. September bis Freitag,
1. Oktober 2021 Seminar & Methodentag mit Prof. Dr. Franz Ruppert

Freitag, 5. & Samstag, 6. November
Freitag, 10. & Samstag, 11. Dezember

Freitags 10.00 bis 19.00 Uhr,
Samstags 9.00 bis 18.00 Uhr

Referentin:
Bettina Kronegger, Body Talk CBP,
Aufstellung nach Franz Ruppert,
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Beitrag: € 1.960,- Gesamtkosten,
Ratenzahlung möglich,
inkl. 3 Seminartage bei
Prof. Dr. Franz Ruppert

Anmeldung erforderlich!



Damit meine Seele ihre Flügel ausbreitet LEHRGANG SPIRITUELLE SELBSTFÜRSORGE

Brennen für ... Biografie-Arbeit und Berufung

Innere Werte, übernommener und selbst erfahrener Glaube prägen Leben und Arbeit. Oft sind wir uns dieser inneren Antriebe gar nicht bewusst. Spiritualität bedeutet immer, der eigenen Berufung nachzuspüren und die eigene Wahrheit zu erkennen. Welche Begabungen sind mir ins Herz gelegt und wie sehr prägen sie mein Leben? Welches Gottes- und Menschenbild steht dahinter?

Das Feuer nähren ... Selbstfürsorge, Achtsamkeit

Um möglichst lange lebendig und gesund zu bleiben, soll ich mich um mich selbst, um meine gesunde Lebenseinstellung und um mein seelisch-leibliches Wohl kümmern. Damit ich dies umsetzen kann, ist es nötig, einige Fertigkeiten zu aktivieren: meine inneren Abwehrmechanismen kennenlernen, meine Selbstwirksamkeit definieren und meine bereits eingesetzten Ressourcen stärken. Was brauche ich, um mich wohlzufühlen? Was kann ich dafür einsetzen, um mein eigenes Wohl zu sichern?

Inspiration, Begeisterung ... geistliche Quellen nähren

Inspiration, Spirit ... im christlichen Glauben empfangen wir im göttlichen Geist jene Geistkraft, die uns befreit, begeistert, inspiriert, motiviert, stärkt und immer neu mit unserer eigenen Vision und der göttlichen Quelle in Berührung bringt. Aus welcher Quelle schöpfe ich meine Kraft?

Finde ich in der Natur, Kultur, in der Bewegung und/oder im Glauben meine Stärkung? Wer oder was nährt meine Sehnsucht? Wie kann ich mein Vertrauen ins Aufgehoben-Sein in Gott und in mich selbst (zurück-)gewinnen und festigen?

Wie drücke ich meine Beziehung zum Göttlichen in meinem Leben aus?

Mein inneres Feuer nährt mich und dich ... Rituale zur inneren Zufriedenheit

Mein inneres Feuer darf nicht erlöschen. Wenn es immer neu mit dem göttlichen Funken am Brennen erhalten wird, dann entstehen heilsame und heilige Räume. Diese Räume sind oft eingebettet in sinnstiftende Rituale, die wir kreieren und vollziehen können.

Wie kann ich das Feuer in mir nähren? Was sind Rituale?

Welche Rituale verhelfen mir zu innerer Stärke und zur feurigen Berührung?

Brennen ohne auszubrennen ... Das Dornbuschprinzip

Verschiedene innere und äußere Strukturen, dauerhafte Belastungen und persönliche (Glaubens- und Lebens-)Krisen können eine (vorübergehende) Erschöpfung fördern bzw. bewirken. Um dies zu verhindern, gibt es Strategien aus dem Stressmanagement, aber auch Ansätze aus dem Glauben. Deshalb wollen wir den inneren Antrieben und negativen Glaubenssätzen auf die Schliche kommen und sie mit befreienden Glaubenssätzen überwinden. Wie ticke ich innerlich? Wie kann ich mein Leben gestalten, damit ich in meiner Kraft und Energie bleibe? Wie kann mir dabei mein Glaube helfen?

Ausgebrannt – iss und trink ... Geistliche Trockenheit

Fast jeder Mensch kennt Phasen, in denen sie/er zu zweifeln beginnt, in denen das, was sonst trägt, an Kraft verliert. Eine (geistliche) Leere oder Verlassenheit bestimmt das Lebensgefühl und bedrückt. In solchen Krisenzeiten bin ich auf mich selbst zurückgeworfen, denn bei Gott suche ich nicht mehr oder scheinere nicht mehr viel zu finden. Wie kann ich mich selbst aus dieser Krise herausbegleiten? Was würde mir in dieser Krise Sinn und Zuversicht geben? Wie könnte ich meine Beziehung zu Gott in dieser Situation als Lebensanker nutzen?

Brennende und vergoldete Wunden ... als VerwundeteR begleiten und heilen

Auch wenn ich es nicht sein oder zeigen möchte, ich bin bruchstückhaft, verletzlich und endlich. Je mehr ich brenne und mich einsetze, desto mehr kann ich verletzt werden. Besonders dann, wenn ich nicht gut für mich Sorge. Wenn ich in meiner Wunde hängen bleibe, kann ich mir und anderen damit schaden. Es ist also wichtig, die Wunden zu verbinden und sie auch heilen zu lassen. Die nötige Zuwendung kann diese Wunden vergolden. Damit kann ich zur/m verwundeten Heiler/in für mich selbst und für andere werden. Welche Verwundungen belasten mich noch immer? Wie kann ich mich mit dieser Wunde und mit den Ursachen dahinter aussöhnen? Welche Sehnsucht liegt hinter der Verwundung? Wie kann mir der gekreuzigte Auferstandene zur Lebensfreude verhelfen?

Leuchtende Hirt/innen ... Spirituelles Leiten und Führen

Eine Leitungskultur, die auf Wertschätzung jeder/s Einzelnen aufbaut, die menschliche Werte wie Achtung, Autonomie, Kreativität, Mitverantwortung, Sinn, Angenommen-Sein, Bevollmächtigung ermöglicht; eine Führungskultur, die auf christlichen Werten wie Barmherzigkeit, Caritas, Agape und Communio aufbaut, wären leuchtende Beispiele spirituellen Leitens und Führens.

Wie leite ich mich selbst – wie (ver-)führe ich andere? Wie hat Christus seine Begleitung verstanden? Wie entstehen Räume der Zusammenarbeit, in denen ich mich wohlfühlen kann?

SALZ DER ERDE, LICHT DER WELT – ZERTIFIZIERUNG

Es gilt den Gruppenprozess und den einzelnen Prozess wahrzunehmen und zu würdigen. Dies geschieht in der Vorstellung der Projekte, in der wohlwollenden Rückmeldung bzw. im Segnen der Einzelnen. Dazu werden bewusst Rituale der Wertschätzung (Segensritual), des würdigen Abschiednehmens und des inspirierten Ausblicks (Projektbeschreibung) und der Ermächtigung = Zertifikatsverteilung (Sendung) gefeiert.



MEINEN WURZELN AUF DER SPUR

- 29., 30. Jänner 2021 – Brennen für ...
- 26., 27. Februar 2021 – Das Feuer nähren ...
- 26., 27. März 2021 – Inspiration, Begeisterung ...
- 23., 24. April 2021 – Mein inneres Feuer nährt mich und dich ...

MEINE FLÜGEL AUSBREITEN

- 24., 25. September 2021 – Brennen ohne auszubrennen ...
- 22., 23. Oktober 2021 – Ausgebrannt – iss und trink ...
- 26., 27. November 2021 – Brennende und vergoldete Wunden ...
- 10., 11. Dezember 2021 – Leuchtende HirtInnen ...

ZERTIFIZIERUNG

- 12. Dezember 2021 – Salz der Erde, Licht der Welt

Freitag 15.00 bis 21.00 Uhr
Samstag 9.00 bis 18.00 Uhr

Referentin:

Mag.^a Angelika Gassner, Theologin, Trainerin für Stressmanagement und Burnout-Prävention, spirituelle Begleiterin, Autorin

Beitrag: € 1.500,- (Teilzahlung möglich)
Einzelne Termine sind bei freien Plätzen möglich.

Für den Abschluss des Lehrganges sind 4 Einheiten geistliche Begleitung (extra zu bezahlen) und eine Projektarbeit inklusive Präsentation nötig.

ZIEL

Die eigene Selbstfürsorge zu aktivieren und die Selbstwirksamkeit stärken. Dabei eröffnen wir Wege, die uns aus der spirituellen Kraftquelle schöpfen lehren. Die unterschiedlichen heilsamen Zugänge fördern die Gesundheit und das persönliche Charisma.

ZIELGRUPPE

Menschen, die es zu ihrer Lebensaufgabe mach(t)en, für andere Sorge zu tragen und sich dabei selbst oft aus den Augen verlieren. Menschen in fürsorgenden Berufen, in therapeutischen und begleitenden Berufen. Oft gelingt es zwar anderen mehr Lebensqualität zu ermöglichen, aber die eigene Gesundheit und Seele kommen dabei oft zu kurz. Wer nicht für sich selbst Sorge trägt, erschöpft sich leicht in der Sorge um die anderen und kann damit zur hilflosen Helferin, zum hilflosen Helfer werden. Auch eigene Verwundungen sollten versorgt werden, um zu einer/m verwundeten Heiler/in werden zu können.

Anmeldung erforderlich!



Handwerk für die Seele

MALEN UND GESTALTEN ALS METHODE FÜR DIE PERSÖNLICHE PRAXIS

Die vielfältigen Methoden des Bereiches „Malen und Gestalten“ für die Arbeit von Professionalisten und den ihnen anvertrauten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen stehen im Vordergrund des Seminars. Lernen Sie „Standardmethoden“ kennen, die für viele KlientInnen und Situationen passend sind und probieren Sie sie selbstbestimmt aus.

Für den eigenen Energiehaushalt, um zur Ruhe zu kommen, sich zu spüren, seine Akkus aufzuladen.



Dienstag, 2. Februar 2021,
17.00 bis 21.00 Uhr

Referentin: Isabella Fackler, MSc, MEd, Elementarpädagogin, psychotherapeutisches Propädeutikum, Dipl. psychologische Beraterin (LSB/WKO), Supervisorin, seit 2003 selbstbestimmtes Malen und Gestalten mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, Kunstuniversität Linz

Beitrag: € 105,- inkl. Material
Anmeldung erforderlich!



Gewaltfreie Kommunikation

NACH MARSHALL ROSENBERG, KURZWORKSHOP

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

In der GFK lernen wir:

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



Mittwoch, 10. Februar 2021,
19.00 bis 22.00 Uhr

Referenten: Nicola und Thomas Abler, TrainerIn in Gewaltfreier Kommunikation

Beitrag:
€ 25,-

Anmeldung erwünscht!



Das Geheimnis glücklicher Paare

KOMMUNIKATIONSSEMINAR FÜR PAARE (EPL)

„Jenseits von Richtig und Falsch liegt ein Land. Dort treffen wir uns.“ Rumi
Die herumliegenden Socken, unterschiedliche Vorstellungen von Urlaub, Freizeit usw. können Auslöser für Streitigkeiten sein.

Weil zwei Menschen verschieden sind und verschiedene Bedürfnisse und Erwartungen haben, ist es nicht immer einfach, auf einen gemeinsamen Nenner zu kommen.

In unseren Kommunikationstrainings (EPL) lernen Sie, konstruktive Gespräche mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin zu führen.

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

Hinweis: Sie besprechen die persönlichen Themen mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin in einem eigenen Raum. Die Besonderheit des Seminars liegt in der kleinen Kursgruppe. Zwei speziell ausgebildete KommunikationstrainerInnen begleiten Sie. Erwartungen an die Partnerschaft, Intimität und Sexualität, gemeinsame Werte, Spiritualität und Glaube, Ansprechen von Gefühlen, Problemlösungen sind die Inhalte des Seminars.

Ermäßigungen Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ, ein Kirchenbeitragsgutschein pro Paar oder minus 10% mit der OÖ Familienkarte des Landes.



Samstag, 20. Februar und 6. März
2021, jeweils 9.00 bis 18.30 Uhr

Referentinnen: Angela Parzer, Dipl. Ehe-, Familien- u. Lebensberaterin und Mediatorin
Bernadette Todt, Dipl. Ehe-, Familien- u. Lebensberaterin

Beitrag: € 280,- pro Paar

Ermäßigungen
Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ, Kirchenbeitragsgutschein minus 10% mit der OÖ Familienkarte

Anmeldung erforderlich!



Kraft und Mut schöpfen

LINZER BIBELKURS 2021

In kirchlichen und gesellschaftlichen Umbruchszeiten suchen Menschen verstärkt nach Halt und Ermutigung. Die meisten biblischen Texte sind in Umbruchszeiten entstanden mit der Absicht, Mut und Hoffnung zu schenken. Daher können auch wir sie heute als eine Kraftquelle für uns entdecken. Der Linzer Bibelkurs will genau dazu einladen.

Die vier Abende werden uns mit Zusagen in Verbindung bringen, die seit Jahrtausenden Menschen von Gott erfahren durften.

Abend 1: Du bist gesegnet!

Abend 2: Du bist gerufen!

Abend 3: Du bist befreit!

Abend 4: Du bist gesendet!

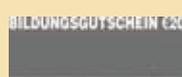


Mittwoch, 24. Februar, 10., 24.
März, 7. April 2021, 19.00 bis
21.30 Uhr

Referentin: Mag.^a Renate Hinterberger-Leidinger, Theologin, Bibelwerk Linz

Beitrag: Vier Abende: € 42,-
Ein Abend: € 12,-

Anmeldung erwünscht!





Gewaltfreie Kommunikation

ALLTAGSPRACTITIONER

INHALTE

Basistraining

Die Teilnehmer werden Schritt für Schritt mit den Elementen der Gewaltfreien Kommunikation vertraut:

- Eine Situation beobachten, ohne sie zu interpretieren oder zu bewerten.
- Verantwortung für die eigenen Gefühle und Gedanken übernehmen und die eigenen Bedürfnisse als deren Ursache erkennen.
- Zu Wut, Ärger, Schmerz und Angst stehen
- Die Anliegen aller Gesprächspartner hören und ernst nehmen, auch wenn Sie ihnen nicht zustimmen.
- Mit Bitten statt Forderungen Ihre Ziele und Werte verwirklichen.

Vertiefungsseminare

- Aufbauend auf die bereits erworbenen Kenntnisse.
- Vertiefen und Giraffentanz als Ganzes üben.
- Anhand bewährter und vielfältiger Methoden in verschiedensten Formen und Varianten.
- Intensiviertes Bearbeiten eigener Themen und Konflikte.
- Verstärkt Raum für Nähe und Verbindung, Austausch und Verständnis.

Intensivtraining

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

Integration

- Feedback geben und nehmen
- Konfliktreflexion im Individualtraining (zusätzlich)
- Feiern, Rückschau und Ausblick
- Lehrgangsabschluss

Von Anfang bis zum Ende üben und anwenden in der Peergruppe zwischen den Seminaren

Methoden

Wir arbeiten mit verschiedenen Modellen, mit Stühlen oder Karten am Boden, diversen Formen von Rollenspielen, abwechselnd spielerisch und tiefgreifend, mit mannigfaltigen bunten Flipcharts und Plakatwänden. Abwechslung bringen wir mit ständigem Wechseln der Gruppenarbeit, Plenum, Halbplenum, Kleingruppen und Paararbeit, Bewegung und Lachen genauso wie Ruhe und Stille, ebenso streben wir einen Mix aus Seminarraum und Natur an.

Es braucht Zeit, Energie, Übung und Durchhaltevermögen, die Sprache der Zusammenarbeit und des Miteinander in einer Umgebung von Konkurrenzdenken zu verankern. In diesen 2 Jahren kontinuierlicher Anwendung in und rund um die Seminare, verankert in einer fixen Peergruppe, wird dies möglich und realistisch.



Basistraining

Samstag, 13. März,
Sonntag, 14. März 2021
Samstag, 17. April,
Sonntag, 18. April 2021
Samstag, 22. Mai,
Sonntag, 23. Mai 2021
Samstag, 8.30 bis 17.30 Uhr
Sonntag, 8.30 bis 13.00 Uhr

Vertiefungsseminare

Samstag, 19. Juni, 2. Oktober,
20. November 2021
jeweils 9.00 bis 17.00 Uhr

Intensivtraining

Samstag, 29. Jänner, 19. Februar,
19. März, 23. April, 21. Mai, 21.
Mai, 11. Juni, 24. September,
22. Oktober, 19. November,
10. Dezember 2022,
Reservetermin: 17. Dezember 22,
jeweils 9.30 bis 18.15 Uhr

Integration und Reflexion

Samstag, 25. Februar 2023,
Sonntag, 26. Februar 2023

Referenten:

Nicola und Thomas Ablers
zertifizierte, anerkannte Trainer in
Gewaltfreier Kommunikation

Beitrag:

Gesamt	€ 2400,-
(Ratenzahlung möglich)	
Einzelpreise:	
Basis	€ 650,-
Vertiefung	€ 340,-
Intensiv	€ 1250,-
Integration	€ 360,-

Ansuchen beim Bildungskonto des
Landes OÖ möglich.

Die Details entnehmen Sie bitte
dem Einzelfalter auf
www.maximilianhaus.at

Anmeldung erforderlich!

Die Entwicklungsstufen des GFK-Alltagspractitioners

INTEGRATION

- Natürlichkeit
- Fluss
- Leichtigkeit
- Authentizität

INTENSIV

- Souveränität
- Sprachgewandtheit
- Resilienz
- Kompetenz
- Sicherheit

VERTIEFUNG

- Tiefe
- Stabilität
- Intensität
- Kraft
- Alltagsbezug
- Beweglichkeit

BASIS

- Überblick
- Orientierung
- Vertrautheit
- Lernen
- Klarheit
- Verständnis
- Schutz

KONTINUIERLICHE PEERGRUPPE

GlaubWürdig?

AUSSTELLUNG ZUM THEMA GLAUBEN UND (NICHTS) WISSEN

Vernissage am 26. Februar 2021

Einladungsausstellung zu diesem Thema. Die ausgewählten Werke werden dann in einer Ausstellung im Frühjahr 2021 im Maximilianhaus in Attnang-Puchheim präsentiert.

Einreichung der Kunstwerke mit Name, Kontaktdaten, Kurzbeschreibung und Bild bis 15. Jänner 2021.

Der genaue Ausschreibungstext ist ab Oktober 2020 unter www.maximilianhaus.at abrufbar.

ALT sein NEU denken

WOHNEN – VERSORGEN – PFLEGEN – TEILHABEN

Mittwoch 3. März 2021, 19.00 Uhr
Donnerstag, 4. März 2021, 8.30 bis 17.00 Uhr

Vier Aspekte stehen im Mittelpunkt

- Wohnen und Wohnumfeld
- Versorgung im Alltag
- Gesundheit, Betreuung und Pflege
- Soziale Einbindung

Wir wollen uns altern

- auf möglichst vielfältige Weise nähern
- in Austausch kommen
- miteinander Ideen entwickeln
- zukunftsfähig alt werden ermöglichen

Moments in Motion

FILMEN LERNEN UND PERFEKTE VIDEOS ERSTELLEN – VON PROFIS FÜR “ELTERN-KIND-PÄRCHEN”

Freitag, 5. März 2021, 16.00
Samstag, 6. März 2021, 17.00 Uhr

Ein Film ist die bewegendste und bewegteste Möglichkeit, Momente und Emotionen festzuhalten und mit anderen zu teilen. Filmen ist aber weit mehr, als „nur“ die Handykamera oder die Videocam zu benutzen. Filmen ist vergleichbar mit einer Geschichte, die erzählt wird. Es gibt langweilige Geschichten und es gibt natürlich langweilige Filme. Aber ganz sicher auch spannende und anregende.

Geschäftsbedingungen:

1. Programmänderungen

sind vorbehalten und werden angemeldeten InteressentInnen mitgeteilt.

2. Anmeldungen

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

3. Absage

Bei Nichterreichen der MindestteilnehmerInnenzahl behalten wir uns eine Absage vor. Die bereits geleisteten TeilnehmerInnenbeiträge werden zurückbezahlt.

4. Stornierung

Soweit im Programm nicht anders angegeben, können Anmeldungen bis 10 Tage vor Kursbeginn kostenlos storniert werden. Bei einem späteren Rücktritt bis 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn wird eine Stornogebühr von 50 % der Kurskosten verrechnet. Bei späterer Abmeldung ist der Kursbeitrag vollständig zu leisten. Diese Gebühr entfällt, wenn einE von Ihnen genannteR ErsatzteilnehmerIn die Veranstaltung besucht. Wenn Sie eine laufende Veranstaltung vorzeitig unterbrechen oder beenden, kann der TeilnehmerInnenbeitrag nicht rückerstattet werden.

5. Teilnahmebestätigungen

JedeR TeilnehmerIn, die/der mindestens 75 % der jeweiligen Veranstaltung besucht hat, erhält auf Wunsch am letzten Kurstag eine Teilnahmebestätigung.

6. Newsletter & Programm

JedeR angemeldeteR TeilnehmerIn, die/der bei uns eine Veranstaltung besucht hat, erhält bis auf Widerruf entweder eine Programmzeitschrift oder unseren Newsletter zugesandt.

7. Veranstaltungsort

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

8. Haftung

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

9. Das liebe Geld ...

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

10. Barrierefreiheit

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

11. Fotorechte

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

12. Übernachtung

ist bei uns im Haus nicht möglich. Im Gästehaus des Klosters Puchheim können wir Ihnen gerne ein Zimmer reservieren.

13. Anmeldung erforderlich bzw. erwünscht!

Bei vielen unserer Angebote ist eine Anmeldung erforderlich. Hier ist die Anmeldung verpflichtend. Bei „Anmeldung erwünscht“ erleichtern Sie uns mit Ihrer Anmeldung die Planung. Nur so können wir Sie auch über Absage und/oder Terminänderung informieren.

14. Datenschutz

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

Bildnachweis:

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

Motivation aus neurobiologischer Sicht

WIE DER GLAUBE AN DIE EIGENEN FÄHIGKEITEN BERGE VERSETZEN KANN

Die wohl bedeutsamste Erkenntnis, die die Hirnforscher mit Hilfe ihrer modernen bildgebenden Verfahren zu Tage gefördert haben, lautet: Unser Gehirn ist eine lebenslange Baustelle. Und das ist gut so. Denn so ist es uns auch möglich, bereits vorhandene gespeicherte „Daten“ über unsere Selbstwirksamkeit neu zu schreiben und zu programmieren. Wenn es einen Glauben gibt, der Berge versetzen kann, so ist es der Glaube an die eigene Kraft und die eigenen Fähigkeiten. Der Glaube, mit eigener Kraft schwierige oder unmöglich erscheinende Situationen bewältigen zu können, ist ein faszinierendes Phänomen.



Freitag, 27. November 2020, 19.00 Uhr

Referentin:
DDR.ⁱⁿ Silvia Dirnberger-Puchner, MAS
MEd

Beitrag: VVK: € 10,-
AK: € 15,-
Ort: Stadtsaal Ried

Anmeldung:
Bildungszentrum St. Franziskus,
Riedholzstraße 15a, 4910 Ried im
Innkreis, Tel. 07752/827 42,
franziskushaus@dioezese-linz.at

Workshop mit Andreas Knapp: Sucht neue Worte, das Wort zu verkünden

VON GOTT REDEN IN SÄKULARER ZEIT

Für viele Menschen klingt die religiöse Sprache fremd und unverständlich. Daher stehen Menschen, die mit der Verkündigung des Glaubens beauftragt sind, vor der Aufgabe, das Gottesgeheimnis wieder neu ins Wort zu bringen. Der Workshop will dazu anregen, sich auf die Suche nach einer angemessenen, zeitgemäßen und verstehbaren Gottesrede zu begeben. Nach Impulsen und Austauschrunden soll es in einer Textwerkstatt um eigene Versuche gehen, religiöse Erfahrungen in einer lyrischen Sprache zum Ausdruck zu bringen. In Anschluss an den Workshop (17.00 Uhr) Eucharistiefeier mit Andreas Knapp in unserer Kapelle.



© Gerhard Neuhold

Samstag, 27. Februar 2021
10.00 – 16.30 Uhr

Referent: Dr. Andreas Knapp,
Priester und Poet, Mitglied der „Kleinen
Brüder vom Evangelium“

Beitrag: € 40,-
inkl. Lesung am Abend

Anmeldung:
Bildungszentrum St. Franziskus,
Riedholzstraße 15a, 4910 Ried im
Innkreis, Tel. 07752/827 42,
franziskushaus@dioezese-linz.at

Lesung: Wortspiele für Gott

„MÖGE DIR MEIN DICHTEN GEFALLEN!“ (PS 104,34)

Im Anfang war das Wort. Die Schöpfung verdankt sich dem Wort Gottes. Um sich dem Geheimnis Gottes zu nähern, geht der Priester und Poet Andreas Knapp wort-schöpferisch vor. Begriffe und Sätze aus der religiösen Tradition, aus der Bibel und dem kirchlichen Leben beginnen neu zu klingen. Sprachspiele und originelle Wendungen lassen aufhorchen und erschließen religiöse Grundworte auf überraschende Weise. Andreas Knapp gilt als „wirmächtiger geistlicher Dichter des deutschen Sprachraums der Gegenwart“ (Prof. Dr. Georg Langenhorst).



© Gerhard Neuhold

Samstag, 27. Februar 2021
19.00 Uhr

Referent: Dr. Andreas Knapp,
Priester und Poet, Mitglied der „Kleinen
Brüder vom Evangelium“

Beitrag: VVK: € 8,-
AK: € 10,-

Anmeldung:
Bildungszentrum St. Franziskus,
Riedholzstraße 15a, 4910 Ried im
Innkreis, Tel. 07752/827 42,
franziskushaus@dioezese-linz.at

vaLeo – Zusatzqualifikation Motopädagogik

PSYCHOMOTORISCHE ENTWICKLUNGSBEGLEITUNG

Motopädagogik – auch psychomotorische Entwicklungsbegleitung genannt – ist ein Konzept, das sich mit der Bedeutung der Bewegung für die Entwicklung der Persönlichkeit beschäftigt. Im Laufe Ihrer Zusatzqualifikation Motopädagogik erfahren und erleben Sie die Bedeutung der Bewegung für die Persönlichkeitsentwicklung. Sie setzen sich in theoriegeleiteter Praxis mit der Frage auseinander, wie unterschiedliche Dialoggruppen durch gezielte Angebote unterstützt und begleitet werden können. Motopädagoginnen und Motopädagogen sind Menschen aus pädagogischen, therapeutischen oder sozialen Berufen, die der Bewegung einen großen Stellenwert in ihrer Arbeit einräumen. Sie verstehen sich als Entwicklungsbegleiter_innen über das Medium Bewegung.



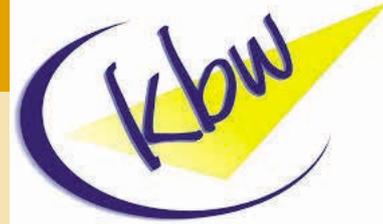
Anmeldung und Kosten:
Beitrag für die Gesamtreihe:
€ 1.940,-

Leitung:
jeweils zwei qualifizierte ReferentInnen
der vaLeo - psychomotorische Entwick-
lungsbegleitung GmbH
Abschluss:
Bildungszertifikat der vaLeo-Psycho-
motorischen Entwicklungsbegleitung
GmbH und damit die Möglichkeit, sich
als Motopädagogin bzw. Motopädago-
ge zu bezeichnen.

Anmeldung:
Bildungszentrum St. Franziskus,
Riedholzstraße 15a, 4910 Ried im
Innkreis, Tel. 07752/827 42,
franziskushaus@dioezese-linz.at

Modul I	
Körpererfahrung	26. – 30. März 2021
Modul II	
Materialerfahrung	02. – 06. Juni 2021
Modul III	
Sozialerfahrung	27. – 31. August 2021
Modul IV	
Praxiserfahrung	10. – 14. Oktober 2021

Auf dieser Seite finden Sie ausgewählte Veranstaltungen der KBW-Treffpunkte Bildung in den Bezirken Vöcklabruck und Gmunden. Weitere Angebote auf www.kbw-ooe.at.



NAHRUNGSMITTELUNVERTRÄGLICHKEITEN IM ALLTAG ERFOLGREICH MEISTERN

Fakten rund um Allergien und Unverträglichkeiten, die Entstehung von verschiedenen Intoleranzen, Tipps für den Alltag, rund um das Kochen und Essen bei Unverträglichkeiten, mögliche Nährstoffmängel, versteckte Gefahren und wie Ihr Wohlbefinden und Lebensqualität durch einfache Tricks gesteigert werden können.

Findet im Pfarrzentrum St. Stephanus in Ottnang statt.



Do, 24. September 2020
19:30 Uhr

Referentin:
Petra Eberharter, BSc MSc nutr. med., Diätologin, Ernährungsmedizinische Beratung und Therapie

Eintritt: € 7,- / € 10,- für Paare

IST DA MEIN OPA DRIN? Friedhofsbesuch mit Kindern

Für Kinder ist es wichtig, Erinnerungs- und Trauerkultur entwickeln zu können. Sie möchten genau wissen, was bei einem Begräbnis oder einer Urnenbeisetzung gefeiert wird. Kinder haben ihre eigene Jenseitsvorstellung und brauchen es, dass jemand mit ihnen über den Tod spricht – insbesondere dann, wenn nahestehende Menschen verstorben sind.

Findet im katholischen Pfarrsaal Vöcklabruck statt.



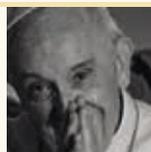
20. Oktober 2020, 19.30 Uhr

Referentin:
Mag.^a Verena Brunnbauer ist ehemalige Bestatterin, ausgebildete Trauerbegleiterin, Medien- und Kommunikationswissenschaftlerin, systemischer Coach, Freizeitpädagogin und Humorberaterin.

Papst Franziskus: Ein Mann seines Wortes FILMABEND

Ein Porträt von Jorge Mario Bergoglio, der seit 2013 als Papst Franziskus Oberhaupt der katholischen Kirche ist. Die Forderung nach Solidarität mit den Armen und nach einem respektvollen Umgang mit der Schöpfung sowie von Menschen, Nationen und Religionen miteinander – im Geist von Bergoglios „Namensgeber“ Franziskus von Assisi, dessen Vorbild zitiert wird.

Findet im katholischen Pfarrsaal Seewalchen statt.



Dienstag, 13. Oktober 2020,
19.30 Uhr

Ein Film von Wim Wenders.



Wir werden
Klimabündnis Pfarre



Treffpunkt Bildung Timelkam

Aktionstag Nachhaltig leben

Wir ersuchen um klimaschonende Anreise!

Montag 26.10.2020
Beginn 9.00h - 16.00h
Treffpunkt Pfarre Timelkam



Katholisches Bildungswerk, Alois Höfl, 0699-120 389 77



Wir werden
Klimabündnis Pfarre



Treffpunkt Bildung Timelkam

Vortrag Nachhaltig leben- regional versorgt- global gedacht!



Mag. Johannes Brandl,
SPES Haus

Wir ersuchen um klimaschonende Anreise!

Dienstag 13.10.2020
Beginn 19.30h
Treffpunkt Pfarre Timelkam

Kath. Bildungswerk, Alois Höfl, 0699-120 389 77

Vor der Krise – nach der Krise!

Der Referent analysiert die Auswirkungen der Corona-Krise aus sozial-ethischer Sicht und zeigt neue Möglichkeiten für die Wirtschaft auf.

Findet im katholischen Pfarrsaal Seewalchen statt.

KÜNSTLICHE INTELLIGENZ ALS NEUE RELIGION?

Die Tagung beschäftigt sich mit dem Thema künstliche Intelligenz auf verschiedenen Ebenen. Soziale und gesellschaftliche Aspekte werden vordergründig thematisiert. Es geht um die Abgrenzung der Stärken künstlicher im Vergleich zu menschlicher Intelligenz. Dabei spielen auch medizinische und technische Aspekte sowie die ethischen Herausforderungen eine große Rolle. Kann künstliche Intelligenz den Stellenwert einer Religion einnehmen und Ersatz für verlorengegangenen Glauben sein?

Findet im Ars Electronica Center, Linz statt.

Dienstag, 26. Jänner 2021,
19.30 Uhr

Referent: Dr. Markus Schlagnitweit
Hochschulseelsorger, Mitarbeiter in der Kath. Sozialakademie

11. März 2021, 17.00 bis 20.00 Uhr
Keynote-Speaker/ReferentInnen:

Mag. Gerfried Stocker, Künstlerischer Leiter des AEC
Prof. Dr. Michael Fuchs, Professor für praktische Philosophie/Ethik an der KU Linz
Michael Hirschbrich, Unternehmer im Bereich KI

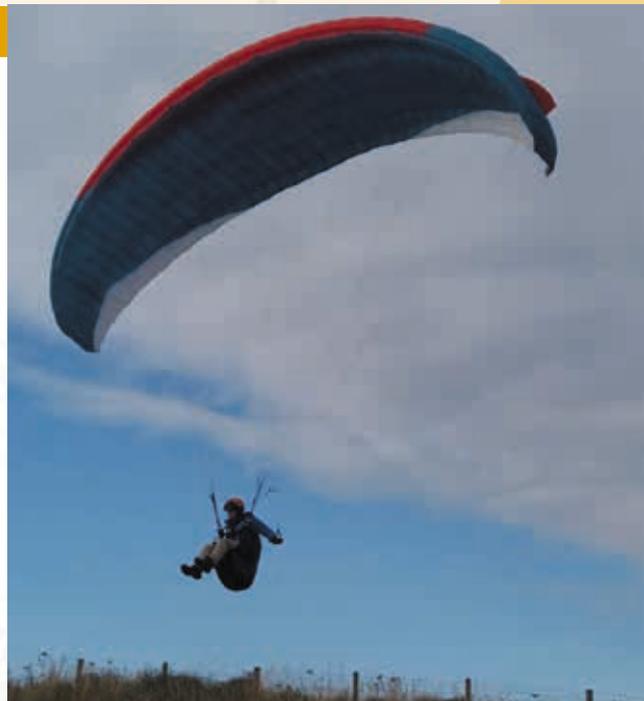
Mag. Dr. Irene Klissenbauer, Uni-
versitätsassistentin (Postdoc) an der
Uni Wien für Sozialethik
Moderation: **Ferdinand Kaineder**

Damit meine Seele ihre Flügel ausbreitet

LEHRGANG FÜR SPIRITUELLE SELBSTFÜRSORGE

Die eigene Selbstfürsorge zu aktivieren und die Selbstwirksamkeit stärken. Dabei eröffnen wir Wege, die uns aus der spirituellen Kraftquelle schöpfen lehren. Die unterschiedlichen heilsamen Zugänge fördern die Gesundheit und das persönliche Charisma.

Oft gelingt es zwar anderen mehr Lebensqualität zu ermöglichen, aber die eigene Gesundheit und Seele kommen dabei oft zu kurz. Wer nicht für sich selbst Sorge trägt, erschöpft sich leicht in der Sorge um die anderen und kann damit zur hilflosen HelferIn, zum hilflosen Helfer werden. Auch eigene Verwundungen sollten versorgt werden, um zu einer/m verwundeten Heiler/in werden zu können.



Referentin:

Mag.^a Angelika Gassner, Theologin, Trainerin für Stressmanagement und Burnout-Prävention, spirituelle Begleiterin, Autorin

Nähere Informationen auf Seite 26.

Anmeldung für die Veranstaltung/en:

Vortrag/Seminar/Workshop

Name, Adresse und Telefon-Nummer

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

bitte ausreichend frankieren

Bildungszentrum Maximilianhaus

Gmundner Straße 1b
4800 Attnang-Puchheim

Das nächste Programm erscheint im Februar 2021.

Anmeldung zu allen Veranstaltungen:
Bildungszentrum Maximilianhaus
Gmundner Straße 1 b
4800 Attnang-Puchheim

T 07674 665 50
M maximilianhaus@dioezese-linz.at
W <http://www.maximilianhaus.at>



MAXIMILIANUM
bilden - Maximilianhaus