

# BILDUNGS- PROGRAMM

*Frühling/Sommer 2026*

**Katholisches  
Bildungswerk 0Ö**

**BILDUNG,  
DIE ER-  
MÄCHTIGT!**



Foto: 1348379908, liravega, iStock.com

Foto: 1137329699, www.istockphoto.com

[www.katholischesbildungswerk.at](http://www.katholischesbildungswerk.at)



Katholische Kirche  
im Oberösterreich

# EDITORIAL



Melanie Wurzer

## LIEBE LESERINNEN UND LESER,

„Bildung ermächtigt“ – dieser Gedanke begleitet mich, seit ich die Leitung des Katholischen Bildungswerks übernommen habe. In einer Zeit, in der täuschend echte AI-generierte Bilder und Videos kursieren, in der Fake News unsere Wahrnehmung verzerren und in den Gesellschaften dieser Welt zunehmende Polarisierungen wahrnehmbar sind, ist Bildung wichtiger denn je. Sie schützt nicht nur vor Manipulation, sondern eröffnet auch Räume für Begegnung und Dialog.

Denn Bildung bedeutet weit mehr als das Aneignen von Wissen. Sie bedeutet auch, sich auszutauschen, andere Lebenswirklichkeiten kennenzulernen, Erfahrungswissen zu teilen und Herzensbildung zu erfahren. Bildung weitet den Horizont und stärkt Menschen – ganz im Sinne unseres Mottos „**Horizonte weiten – Menschen stärken**“.

Das Weiterbildungsprogramm, das Sie in Händen halten, bietet genau das: vielfältige Angebote und Impulse, die Sie in Ihrer Bildungsarbeit unterstützen sollen. Als Katholisches Bildungswerk verstehen wir Bildung im ursprünglichen Sinn des Wortes „katholisch“: allumfassend. Insofern finden Sie Angebote, die Körper, Geist und Seele betreffen und für Menschen jeden Alters sowie für alle Bildungswege und Abschlüsse zugänglich sind. Wir laden Sie ein, sich auf Neues einzulassen, Fragen zu stellen, Perspektiven zu wechseln und gemeinsam zu wachsen – ganz im Sinne des lebenslangen Lernens.

Wir freuen uns, Sie bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu können und mit Ihnen gemeinsam Horizonte zu erweitern.

Ihre  
Melanie Wurzer  
Leiterin des Katholischen Bildungswerks

**BILDUNG,  
DIE ER-  
MÄCHTIGT!**



**Katholisches  
Bildungswerk 0Ö**



# INHALTSVERZEICHNIS

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

## GESELLSCHAFT & POLITIK

Zukunftsforschung und Friedensarbeit in Salzburg erleben	17.01.2026	S 11
--	------------	------

## GESUNDHEIT

Hausmittel für Kinder	24.01.2026	S 12
Zeit für mich - die Kraft der Stille	29.01.2026	S 13
Bewegt im Sitzen	06.03.2026	S 13
Dein ATEM - deine innere Kraft	21.04.2026	S 14

## KREATIVITÄT

Lernen mit Bildern im Kopf	28.02.2026	S 15
Hand aufs Herz - Hände erzählen Geschichten	02.03.2026	S 16
Denk mal anders!	06.03.2026	S 16

## SEVERINAKADEMIE 2026

*Wissen und Glauben. Zur politischen Relevanz der Religion*

Termin: Do., 8.1.2026, 19 Uhr

Ort: Katholische Privat-Universität Linz, Bethlehemstraße 20, 4020 Linz

Referent: DDr. Martin Breul



Nähere Informationen und Anmeldung:

Forum St. Severin: [www.fss-linz.at](http://www.fss-linz.at),

Tel.: (0732) 24 40 11 45 73, E-Mail: [fss@dioezese-linz.at](mailto:fss@dioezese-linz.at)

Kooperation: Forum St. Severin, Katholisches Bildungswerk OÖ,

KA OÖ und Katholische Privat-Universität Linz

## PÄDAGOGIK

Sicher in die digitale Welt: Kinder kompetent begleiten	12.01.2026	S 17
SPIEGEL - Einführungstag 36	24.01.2026	S 18
Quatschivity	03.02.2026	S 18
Die 5 Sprachen der Liebe in Familien	05.02.2026	S 19
Neues Familienmitglied: Handy	09.02.2026	S 19
Übungen mit großen, kleinen und digitalen Würfeln	10.02.2026	S 20
Mit KI zum Herzensthema	24.02.2026	S 20
Life Kinetik	27.02.2026	S 20
Sicher in die digitale Welt	05.03.2026	S 21
Karwoche und Ostern in der SelbA Einheit	12.03.2026	S 21
Happy together	14.03.2026	S 21
SelbA Infoveranstaltung und Schnuppertraining	18.03.2026	S 22
Ostern in der Eltern-Kind-Gruppe und zu Hause	19.03.2026	S 22
Ostern in der Eltern-Kind-Gruppe und zu Hause	20.03.2026	S 22
Starke Kinder brauchen starke Vorbilder	08.04.2026	S 22
Mit Kindern den Wald entdecken	18.04.2026	S 23
Künstliche Intelligenz im Familienalltag	27.04.2026	S 23
SelbA-Trainer:innenausbildung 2026	29.04.2026	S 24
Erzählcafé ... weil Erzählen gut tut	12.05.2026	S 25
SelbA in betreuten Einrichtungen	29.05.2026	S 25
DENKSPAZIERGANG	30.05.2026	S 26
Integration im Fokus	Frühling 2026	S 26
SPIEGEL - Basislehrgang 78	Frühling 2026	S 27
SPIEGEL - Aufbaulehrgang	Herbst 2026	S 27

## SPIRITUALITÄT

Vernetzungstreffen - zeitgemäße spirituelle Formen - ONLINE	27.01.2026	S 28
Gott entdecken zwischen Wickeltisch, Jausendose und Hausübung	31.01.2026	S 28
Rituale feiern - Rituale selbst gestalten	26.02.2026	S 29
Vernetzungstreffen zeitgemäße spirituelle Formen	03.03.2026	S 29
Ein Tag im jüdischen Wien	12.03.2026	S 30
Behütete Wege - Pilger:innen kompetent begleiten	19.03.2026	S 30
Ausbildungslehrgang für Trauerbegleitung	20.03.2026	S 31
Pilgervesper	27.03.2026	S 32
Österliches Pilgern	28.03.2026	S 32

## DIGITALES

Smartphone-Stammtisch	19.01.2026	S 33
Smartphone-Stammtisch	19.01.2026	S 33
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	04.03.2026	S 34
Smartphone-Stammtisch	09.03.2026	S 34
Smartphone-Stammtisch	09.03.2026	S 34
PC und Internet für Anfänger:innen - Grundkurs	13.03.2026	S 35
Digital Spezial - Virtuelle Realität	13.03.2026	S 35
Digital Spezial - WhatsApp	20.03.2026	S 36
Digital Spezial - Hilfreiche Apps am Smartphone	20.03.2026	S 36
Mein digitales Erbe	23.03.2026	S 36
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	25.03.2026	S 37
Künstliche Intelligenz (KI )	07.04.2026	S 37
Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs	08.04.2026	S 37
PC und Internet für Fortgeschrittene	10.04.2026	S 38
Kreativ gestalten mit Canva - Ideen für Social Media und mehr	10.04.2026	S 38
Digitales Amt Österreich	20.04.2026	S 39
Smart und fit am Handy - Aufbaukurs	06.05.2026	S 39
Ein Bild sagt mehr als tausend Worte	08.05.2026	S 39
Digital Spezial - Praktische Apps am Smartphone	08.06.2026	S 40
Digital Spezial - KI (Künstliche Intelligenz) auf dem Smartphone	29.06.2026	S 40
SelbA-Digital-Angebote		S 40
Selbsteinschätzung für Einteilung in Smartphone-Kurse		S 41

Allgemeine Geschäftsbedingungen des Kath. Bildungswerkes OÖ	S 42
Unsere Preisgruppen	S 43
Buch & Segen - Ein Ort, der inspiriert	S 43
Projekt „Gedankenreise: Philosophieren mit Kindern“	S 44

## ANMELDUNG

E-Mail: [weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at](mailto:weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at)

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

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



# SPIEGEL-ELTERNBILDUNG

## MIT KINDERN WACHSEN

Die SPIEGEL-Elternbildung bietet in über 220 Treffpunkten Orte der Begegnung für Familien in Oberösterreich. Bei Elternbildungsveranstaltungen, Eltern-Kind-Gruppen, Babygruppen und gemeinsamen Aktivitäten können Kontakte geknüpft und Erfahrungen ausgetauscht werden.

Das hauptamtliche Team der Diözesanstelle und die Regionsbegleiterinnen schaffen Rahmenbedingungen, um die Treffpunkte vor Ort zu unterstützen und zu begleiten.



Möchtest auch du einen SPIEGEL-Treffpunkt gründen?  
Die SPIEGEL-Diözesanstelle und ihre Regionsbegleiterinnen vor Ort helfen gerne bei der Umsetzung!

**SPIEGEL**  
Kinder · Eltern · Bildung

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

# KBW-TREFFPUNKT BILDUNG

## ERWACHSENENBILDUNG IN GANZ OBERÖSTERREICH

Mit rund 200 Treffpunkten in ganz Oberösterreich sind wir Teil des Katholischen Bildungswerks OÖ. Unser Ziel: Bildung, die nahe bei den Menschen ist. Wir setzen uns für eine Erwachsenenbildung ein, die das Leben bereichert, den Austausch fördert und Gemeinschaft stärkt. Als hauptamtliches Team der Diözesanstelle möchten wir unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen in den Pfarrgemeinden bestmöglich begleiten und unterstützen - deshalb hier ein Überblick über unsere Angebote.



Die Bildungsimpulse bieten ein erlebnisorientiertes, abwechslungsreiches Programm an unterschiedlichen Orten, das sowohl fachliche Anregungen als auch Austausch ermöglicht. Sie sind als Dank für unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen gedacht und geben Impulse für die Bildungsarbeit vor Ort. **Nächster Termin: 2.10.2026 in Hagenberg, Thema: „Spiel“.**



### WhatsApp-Broadcast

Wir informieren Sie bis zu 4-mal im Monat via WhatsApp über unsere Bildungsangebote. Einfach eine Nachricht mit dem Kennwort „Bildung“ an 0676 / 87 76 32 09 senden - und Sie sind dabei!

### Quatschivity - Das Spiel zum Austausch

Quatschivity ist ein vom KBW-Treffpunkt Bildung entwickeltes Spiel zum Austausch und gegenseitigen Kennenlernen. Unser Gesprächsrunden-Team bietet gerne Spielrunden in Ihrer Pfarrgemeinde an - oder besuchen Sie unseren Spielenachmittag in Linz am 3.2.2026!

### NEWSLETTER

Bleiben Sie informiert mit unserem monatlichen Newsletter! Einfach hier anmelden:



### Jahrestagung 11. April 2026

Unsere Jahrestagung ist eine „Tankstelle“ und ein Dankeschön für alle ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen. Sie findet traditionell am Samstag nach Ostern im Bildungshaus Schloss Puchberg statt. Nächster Termin: 11.4.2026 - jetzt schon vormerken!



# SelbA – Selbständig & Aktiv

## SEIT 25 JAHREN GEMEINSAM AKTIV

SelbA steht seit der Gründung im Jahr 2000 für ein wissenschaftlich fundiertes Programm, das sich an Veränderungen angepasst hat, doch nach wie vor von den Grundpfeilern, der Verknüpfung der 3 Säulen getragen wird.

### Seit 25 Jahren am Puls der Zeit

Propagierte Vorteile für SeniorInnen bei der Gründung im Jahr 2000

- » Länger geistig, körperlich fit und jung sein
- » Länger selbstständig und unabhängig sein
- » Den Alltag auflockern
- » Neue Kontakte und Beziehungen knüpfen und pflegen
- » Humor, Fröhlichkeit und Lebendigkeit leben

Bewährtes Gruppen-Training seit 25 Jahren anhand der 3 Säulen

- » Gehirntraining
- » Bewegungstraining
- » Alltagskompetenztraining
- » Ein Trainingsprogramm für Menschen ab ca. 60 Jahre in wöchentlichen bis 14-tägigen Treffen



25 JAHRE  
GEMEINSAM  
AKTIV!



Fotos: SelbA



SelbA gibt es  
aktuell in über 170 Orten  
in ganz OÖ - sicher auch  
in ihrer Nähe!



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

# BIBLIOTHEKSFACHSTELLE

## BERATUNG UND SERVICE IN OBERÖSTERREICH

Die Bibliotheksfachstelle ist eine Service- und Beratungsstelle für öffentliche Bibliotheken in Oberösterreich und seit Herbst 2014 ein eigenständiges Geschäftsfeld des Katholischen Bildungswerks Oberösterreich. Sie bietet allen Bibliotheken unabhängig von der Trägerschaft Beratung und Service sowie Aus- und Fortbildung an.

Die öffentlichen Bibliotheken in Pfarren und Gemeinden sind Nahversorger für Bildung, Information, Unterhaltung und Kultur sowie Treffpunkte für Menschen und Orte der Integration in Oberösterreich. Sie veranstalten knapp 8000 Lesungen und Workshops pro Jahr, kooperieren mit anderen Bildungseinrichtungen und bieten mit über 2 Millionen Medien Informationen, Wissen und Unterhaltung.

An knapp 300 Standorten im Land mit annähernd 3.500 Bibliothekar:innen stehen sie allen Menschen unabhängig von Alter, Geschlecht, Religion, Bildung oder Herkunft mit ihren vielfältigen Angeboten zur Verfügung. Durch Aktionen wie „Die lange Nacht der BibliOÖtheken“ im April, die Lesepass-Initiative in den Sommerferien, „Österreich liest - Treffpunkt Bibliotheken“ im Oktober und der „Lesezauber im Advent“ werden die Bibliotheken und ihr Angebot vor den Vorhang geholt.

### Zahlreiche Angebote der Bibliotheksfachstelle unterstützen die Bibliotheken in ihrer Arbeit:

- » OPAC - Das Magazin für BibliOÖtheken. Online unter [www.dioezese-linz.at/biblio/opac-magazin](http://www.dioezese-linz.at/biblio/opac-magazin)
- » Newsletter: Anmeldung unter [www.dioezese-linz.at/biblio/newsletter-anmeldung](http://www.dioezese-linz.at/biblio/newsletter-anmeldung)
- » Kamishibai mit Bildkarten zum Ausleihen an 26 Stationen in ganz Oberösterreich
- » Medienpakte LUKA Leseeule zum Ausleihen
- » Medienpakte Bee-Bots zum Ausleihen
- » Medienkiste „Gedankenreise - Philosophieren mit Kindern“ zum Ausleihen
- » Media2go: Die Onleihe in OÖ
- » Aus- und Weiterbildung für Bibliothekar:innen
- » Bibliothekstagung
- » Regionstreffen



Fotos: Bibliotheksfachstelle



BIBLIOTHEKSFACHSTELLE  
DER DIOZÈSE LINZ



BIBLIOTHEKEN  
Erlesen und erleben

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

# SZENARIO – DAS THEATERABO

## NOCH SIND SZENARIO-THEATER-ABOS FÜR JUNG & ALT VERFÜGBAR!

Für alle, die sich gerne verzaubern lassen und in die Welt des Theaters eintauchen möchten, gibt es tolle Neuigkeiten: Noch sind alle 6 Szenario-Theater-Formate für die aktuelle Saison verfügbar.



Sie gehen gerne ins Theater? Gehen Sie mit Szenario ins Theater!

Scannen Sie den QR-Code & finden Sie die Abo-Details.



Szenario - das Theaterabo  
Kapuzinerstr. 84, 4020 Linz  
Tel.: (0732) 76 10-32 84  
E-Mail: [szenario@dioezese-linz.at](mailto:szenario@dioezese-linz.at)  
[www.szenario-ooe.at](http://www.szenario-ooe.at)

# SPIRITUELLE WEGBEGLEITER:INNEN

## EIN VIELFÄLTIGES NETZWERK MIT VIELEN MÖGLICHKEITEN

### » ERFAHRUNGEN MACHEN

Auf der Homepage [www.spirituelle-wegbegleiter.at](http://www.spirituelle-wegbegleiter.at) finden sich Termine für spirituelle Angebote, Zeiten der Stille und innerer Einkehr.

### » BEGLEITPERSONEN FINDEN

In den sechs unterschiedlichen Wirkfeldern von Meditation, Trauern, Fasten, Pilgern, Exerzitien und Geistlicher Begleitung stellen sich Menschen

mit Qualifikation u. Ausbildung zur Verfügung und können für Begleitung angefragt werden.

### » AUSBILDUNGSLEHRGÄNGE ABSOLVIEREN

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

### » ANGEBOTE SETZEN

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



Diözese Linz  
Team Spiritualität & Dialog  
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz  
Tel.: (0732) 76 10-31 53  
E-Mail: [spiritualitaet@dioezese-linz.at](mailto:spiritualitaet@dioezese-linz.at)

Foto: rawpixel



## GESELLSCHAFT UND POLITIK

### Zukunftsforschung und Friedensarbeit in Salzburg erleben

#### Exkursion Robert Jungk Bibliothek und Friedensbüro

Tauchen Sie ein in die Welt des renommierten Zukunftsforschers Robert Jungk und entdecken Sie Salzburg aus einer neuen Perspektive! Der Workshop beginnt mit einer Einführung in die Robert Jungk Bibliothek für Zukunftsfragen (JBZ), einem einzigartigen Ort für kritische und kreative Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Zukunftsfragen. Hier erfahren Sie mehr über die Visionen Jungks, die vielfältige Sammlung der Bibliothek und die Rolle der JBZ als Plattform für zukunftsorientiertes Denken und interdisziplinären Austausch.

Im Anschluss führt ein geführter Rundgang (ca. 90 Minuten) mit Stefan Wally und Johannes Haunschmid zu prägnanten Orten in Salzburg, an denen Robert Jungk gewirkt und Spuren hinterlassen hat.

Nach dem Mittagessen folgt ein Besuch beim Friedensbüro Salzburg. Dort erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in die vielfältige Arbeit des Friedensbüros und die Möglichkeit zur Reflexion über den Begriff des Friedens. Dabei wird aufgezeigt, wie Frieden als lebendiger Prozess verstanden und in der Gesellschaft aktiv gestaltet werden kann.

#### Tagesprogramm

(Eigene Anreise):

**9.30 bis 11.00 Uhr:** Robert Jungk Bibliothek  
**11.00 bis 12.30 Uhr:** Rundgang Salzburg

auf den Spuren von Robert Jungk

**Ca. 12.30 bis 14.30 Uhr:** Mittagspause

**14.30 bis 16.30 Uhr:** Friedensbüro Salzburg

**Kurs-Nr.:** **201755**

**Termin:** **Sa., 17.1.2026,**

**9.30 Uhr bis 16.30 Uhr**

**Orte:** **Robert Jungk Bibliothek,**

**Strubergasse 18/2,**

**5020 Salzburg**

**Friedensbüro Salzburg,**

**Lasserstraße 30/3,**

**5020 Salzburg**

**Kursbeitrag:** **PG 1: € 20,-**

**PG 2: € 40,-**

**PG 3: € 90,-**

**TN-Zahl:** **10 bis 16**

**Anmeldeschluss:** **8.1.2026**

**Infos:** Bitte geben Sie bei der Anmeldung bekannt, bei welchen Programm-punkten Sie dabei sind und ob wir für Sie einen Platz beim Mittag-essen reservieren sollen.

Foto: frei.JBZ



**Mag. Stefan Wally, MAS**  
*Politikwissenschaftler,  
Leiter Robert Jungk  
Bibliothek Salzburg*

Foto: Kay Müller



**Johannes  
Haunschmid, BA**  
*Wissenschaftlicher  
Mitarbeiter Robert  
Jungk Bibliothek  
Salzburg*

*Referent:in vom  
Friedensbüro Salzburg*



Foto: Angelov, 525583424 AdobeStock

## GESUNDHEIT

### Hausmittel für Kinder

Das Wissen um verschiedene Hausmittel stammt aus alten Zeiten. Sie leisteten schon immer gute Dienste bei der Bewältigung von Krankheiten. Allerdings wurden sie durch die Errungenschaften der modernen Medizin immer mehr an den Rand gedrängt.

Seit einigen Jahren ist das Interesse an natürlichen Behandlungsmethoden wieder stark gestiegen. Natürliche Hausmittel (Kräutertees, ätherische Öle, Wechselbäder, Wickel ...), die den Körper bei Krankheit unterstützen und den Heilungsverlauf begünstigen, werden vorgestellt.

Wie Hausmittel - vor allem bei Kindern - richtig angewandt werden, erfahren Sie in diesem Vortrag. Sie bekommen Antworten auf folgende Fragen: Was muss ich allgemein beachten? Welches (Kindes-)Alter - welche Dosierung? Was ist wichtig

bei der Hautpflege für mein Kind? Wie kann ich mein Kind beim Heranwachsen und Lernen unterstützen?

Kurs-Nr.:	<b>203312</b>
Termin:	<b>Sa., 24.1.2026,</b> 8.30 bis 12.30 Uhr
Ort:	<b>PGZ, Marktplatz 4,</b> 4204 Reichenau
Kursbeitrag:	<b>€ 4,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>16.1.2026</b>
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar.



**Karola Gangl**  
Dipl. Kinder- und Säuglingsschwester, Kräuterfachfrau, Kursleiterin für harmonische Baby- und Kindermassage

### ANMELDUNG

E-Mail: [weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at](mailto:weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at)

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

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



## Zeit für mich - die Kraft der Stille

### Meditative Winterwandertage mit Qigong

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

Die gemeinsamen Wanderungen finden im Schwei gen statt, um sich selbst und die Natur intensiver wahrnehmen zu können.

Übungen aus dem Qigong bringen die Lebensenergie ins Fließen und helfen dabei, Freude und Lebendigkeit zu empfinden. Diese Tage sind eine



Foto: Stauder



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



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

Auszeit vom Alltag mit dem Ziel, bei sich selbst anzukommen.

#### Gestaltung:

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

Kurs-Nr.: 201756

Termin: Do., 29.1.2026, 18 Uhr, bis So., 1.2.2026, 13 Uhr

Ort: Seminarzentrum Stift Schlägl, Schlägl 1, 4160 Aigen-Schlägl

Kursbeitrag: PG 1: € 60,-  
PG 2: € 110,-  
PG 3: € 220,-

TN-Zahl: 12 bis 16

Anmeldeschluss: 14.1.2026

Anmeldung: Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob wir für Sie ein Zimmer reservieren sollen und ob Sie Schneeschuhe benötigen.

Kooperation: Pädagogische Hochschule der Diözese Linz

## Bewegt im Sitzen

### Yoga kann jede:r

Sie möchten sich wohler fühlen, beweglicher werden oder einfach durchatmen? Bodenturnen ist aber nicht das Ihre oder nicht möglich? Entdecken Sie Chair-Yoga - eine sanfte Yogapraxis, die im Sitzen ausgeführt wird: für mehr Beweglichkeit und Energie, Kräftigung ohne Überforderung, schonend für die Gelenke.

Neben der eigenen Erfahrung steht auch die praktische Umsetzung im Mittelpunkt: Sie erhalten Anregungen, wie Sie einzelne Übungen, Atemtechniken und Entspannungsimpulse gezielt in Ihrer Arbeit mit Senior:innengruppen einsetzen können.

Keine Vorkenntnisse nötig, jeder im eigenen Tempo.



Klementina Rader  
Inside-Yoga-Lehrerin,  
Yin-Yoga-Lehrerin

Kurs-Nr.: 203215

Termin: Fr., 6.3.2026,  
15 bis 18 Uhr

Ort: Diözesanhaus,  
Kapuzinerstraße 84,  
4020 Linz

Kursbeitrag: PG 1: € 25,-  
PG 2: € 32,-  
PG 3: € 45,-

TN-Zahl: 8 bis 10

Anmeldeschluss: 24.2.2026

## Dein ATEM - deine innere Kraft

Atemworkshop inkl. Theorie

Durch Breathwork werden wir stressresistenter, aktivieren unser Immunsystem und finden die innere körperliche Stärke und Zugang zu unseren Gefühlen.

Atemarbeit kann aber noch viel mehr. Lassen Sie sich ein auf eine wundervolle Reise zu Ihnen und lassen Sie uns gemeinsam die Magie des Atems entdecken.

Bitte folgende Dinge mitnehmen:

- Yogamatte (falls vorhanden)
- Handtuch
- Decke und Polster fürs Atmen
- Trinkflasche mit Wasser oder Tee

Bitte vor dem Workshop nicht zu viel essen, damit die Atemsession für Sie angenehm ist und der Körper nicht mit der Verdauung beschäftigt ist. Es empfiehlt sich, sich nach dem Workshop nichts mehr vorzunehmen, um ausreichend Zeit für sich selbst zu haben.

**KONTRAINDIKATION BREATHWORK:**  
hoher Blutdruck, Epilepsie, Traumatherapie, Schwangerschaft ab 3. Monat, Einnahme Psychopharmaka, offene unausgeheilte Wunden im Torsobereich

Kurs-Nr.:	<b>203336</b>
Termin:	<b>Di., 21.4.2026,</b> 18 bis 20 Uhr
Ort:	<b>Dözesanhaus,</b> Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	<b>PG 1: € 17,-</b> <b>PG 2: € 20,-</b> <b>PG 3: € 25,-</b>
TN-Zahl:	<b>6 bis 25</b>
Anmeldeschluss:	<b>11.4.2026</b>



Mag. a Edith Aigner  
Dipl. Mentaltrainerin,  
Zertifizierter Atem-  
Eisbadecoach  
(Wimhof Fundamen-  
tals, Restorative  
Breathing)

## Re:source Glaube –

**Kraft zur Solidarität, Mut zur Gestaltung in Zeiten der Transformation**

**Globale Herausforderungen wie Klimakrise, soziale Ungleichheit, Flucht oder Krieg beschäftigen viele von uns.**

**Mitten in diesen Krisen stellt sich die Frage:**

- Welche Hoffnungsperspektiven und Kraftquellen bietet unser christlicher Glaube?
- Was kann Glaube/Spiritualität dazu beitragen, dass ich angesichts globaler Herausforderungen handlungsfähig bleiben kann?
- Wie kann die christliche Botschaft zum Beispiel bei Festen, Sakramenten in den aktuellen gesellschaftspolitischen Kontext übersetzt werden?

„Re:source Glaube“ ist ein monatliches, einstündiges Online-Format. Es richtet sich an haupt- und ehrenamtlich Engagierte in der Diözese Linz und Interessierte, die sich mit den gesellschaftspolitischen Herausforderungen unserer Zeit auseinandersetzen.

**Termine:** Donnerstag 15.1., 5.2., 5.3., 9.4. und 7.5.2026, jeweils 16.30 bis 17.30 Uhr

**Informationen und Rückfragen:** Fachbereich Gesellschaft & Soziales

Tel.: (0732) 76 10 – 32 52, E-Mail: gesellschaft\_soziales@dioezese-linz.at

Foto: pexels-asphotography-96622



Foto: 314829332 AdobeStock

## KREATIVITÄT

### Lernen mit Bildern im Kopf

#### Visualisieren mit Sketchnotes

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

Sie denken jetzt vielleicht: „Zeichnen, das kann ich nicht!“ Keine Sorge! Sketchnoting ist für alle geeignet, unabhängig von Ihrem zeichnerischen Können.

Sie werden an diesem Vormittag entdecken, was mithilfe von ein paar Strichen alles möglich ist, und werden Ihre Sketchnotes ab sofort in Ihren Bildungsangeboten zur Visualisierung nutzen können.

Neben den Basics aus Grundformen werden Sie Menschen in unterschiedlichen Situationen und abstrakte Begriffe entstehen lassen und auch einige hilfreiche Tipps zu Material, Farben und Schatten bekommen.

Was Sie dazu brauchen:

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

Kurs-Nr.:

**201507**

Termin:

**Sa., 28.2.2026,**  
9.00 bis 12.30 Uhr

Ort:

**online**

Kursbeitrag:

**PG 1: € 10,-**  
**PG 2: € 10,-**  
**PG 3: € 40,-**

TN-Zahl:

**8 bis 12**

Anmeldeschluss: **22.2.2026**

Kooperation: Akademie für Ehrenamtliche

Foto: Lackner



**Brigitte Lackner,**  
**MAS**  
*Dipl. Erwachsenenbildnerin,  
Visualisierungs-expertin, Beraterin  
und Coach*

**ONLINE**



Grafiken: Lackner



## Hand aufs Herz - Hände erzählen Geschichten

### Autobiografischer Schreibworkshop

Unsere Hände tragen Erinnerungen - an Arbeit, Zärtlichkeit, Verletzung, Fürsorge und Widerstand. Sie greifen, geben, halten fest und lassen los. In diesem autobiografischen Schreibworkshop wollen wir uns schreibend den Spuren nähern, die das Leben in unsere Hände geschrieben hat - und den Geschichten, die unsere Hände erzählen können. Ob Sie über die Hände Ihrer Großmutter schreiben wollen, über das erste Mal, dass Sie etwas mit eigenen Händen geschaffen haben, oder über einen Händedruck, der nie vergessen wurde - Ihre Geschichte ist willkommen.

Kurs-Nr.:	<b>203243</b>
Termin:	<b>Mo., 2.3.2026,</b> 17.30 bis 20.30 Uhr
Ort:	<b>online</b>
Kursbeitrag:	<b>PG 1 &amp; PG 2: € 25,-</b> <b>PG 3: € 35,-</b>
TN-Zahl:	<b>6 bis 12</b>
Anmeldeschluss:	<b>18.2.2026</b>
Kooperation &	<b>Dominikanerhaus Steyr</b>
Anmeldung:	<b>dominikanerhaus@dioezese-linz.at,</b> <b>(07252) 45 400</b>



**Astrid Gaisberger**  
Trainerin für  
Biografiearbeit,  
Schriftstellerin

**ONLINE**

## Denk mal anders!

### Ein Workshop für kreative Bildungsideen und unkonventionelle Lösungen - mit und ohne KI

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

Der Fokus liegt auf der Anwendung von Kreativitätstechniken, die Ihnen helfen, Ihre Denkmuster zu erweitern und neue Perspektiven zu gewinnen. Dabei holen wir auch die Künstliche Intelligenz mit an Bord und lernen, wie wir sie beim Finden von neuen Lösungen und Ideen gut nutzen können.

Wir arbeiten methodisch mit interessanten analogen und digitalen Methoden, um ein interaktives und praxisnahes Lernerlebnis zu bieten. Den Teilnehmer:innen wird empfohlen, auch ihr Notebook und/oder ihr Smartphone zum Training mitzunehmen.

**Zielgruppe:** Der Workshop richtet sich ausschließlich an ehrenamtliche Leiter:innen und Mitarbeiter:innen vom KBW-Treffpunkt Bildung und ist daher für diese Zielgruppe kostenfrei.

Kurs-Nr.:	<b>201151</b>
Termin:	<b>Fr., 6.3.2026,</b> 15.00 bis 19.30 Uhr
Ort:	<b>Pfarre Wels-St. Franziskus,</b> St. Franziskus Straße 1, 4600 Wels
Kursbeitrag:	<b>kostenfrei</b>
TN-Zahl:	<b>12 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>26.2.2026</b>



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

Foto: Arge nexus Gesbr

## SelbA Gruppe auch in Ihrer Nähe!

**Sie möchten fit und selbstständig bleiben?** Das SelbA Training ist offen für alle Menschen ab ca. 55 Jahren in Oberösterreich. In angenehmer Atmosphäre trainieren Sie gemeinsam mit Gleichgesinnten Gehirn, Körper und Alltagskompetenzen – und bleiben so geistig und körperlich aktiv.

SelbA steht für Bewegung, geistige Fitness und lebendigen Austausch. Probieren Sie es aus! Wir finden für Sie die passende Gruppe in Ihrer Nähe.

**Kontakt:** SelbA - Selbständig & Aktiv  
(0732) 76 10-32 13, [selba@dioezese-linz.at](mailto:selba@dioezese-linz.at),  
[www.selba-ooe.at](http://www.selba-ooe.at)





Foto: www.pixabay.com

## FAMILIEN, SENIOR:INNENBILDUNG UND PÄDAGOGIK

### Sicher in die digitale Welt: Kinder kompetent begleiten

SPIEGEL elternweb@home

**Mediennutzung ab 12 Jahren: Herausforderungen in der digitalen Kommunikation und Social Media**

Ich spreche über die Risiken sozialer Netzwerke, den Umgang mit Cybermobbing, unerwünschten Nachrichten und den Versand freizügiger Bilder. Zudem themisiere ich den Einfluss gewaltverherrlicher und pornografischer Inhalte, den bewussten Umgang mit persönlichen Bildern und die Auswirkungen von AI-generierten Inhalten.

Ergänzend dazu gehe ich auf folgende Themen ein:

- **Grundlagen und Risiken von Social Media und Online-Games:** Was sollten Eltern wissen und worauf müssen sie achten?
- **Schutzmechanismen und Privatsphäre-Einstellungen:** Wie können Eltern die Sicherheit ihrer Kinder gewährleisten?
- **Aktive Begleitung im digitalen Raum:** Wie Eltern ihre Kinder im Umgang mit Social Media unterstützen können.

Kurs-Nr.: 201599

Termin: Mo., 12.1.2026,  
19.30 bis 21.00 Uhr

Ort: online (benötigt wird ein PC mit einem Lautsprecher, Laptop oder Tablet und eine verlässliche Internetverbindung). Der Link zum Einstieg wird nach der Anmeldung per E-Mail zugeschickt.

Kursbeitrag: € 2,-  
Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.

TN-Zahl: 8 bis 15

Anmeldeschluss: 8.1.2026

Gutscheine: Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



Corina Zeller, MA  
Experte für digitale  
Kommunikation,  
Mutter von Zwillingen

ONLINE

PÄDAGOGIK

## SPIEGEL-Einführungstag

Liebe:r Eltern-Kind-Gruppenleiter:in!

In unseren SPIEGEL-Treffpunkten sind uns engagierte und gut ausgebildete Mitarbeiter:innen sehr wichtig. Daher sollte mindestens ein:e Mitarbeiter:in den Ausbildungslehrgang besucht haben. Damit auch alle anderen die Möglichkeit erhalten, die SPIEGEL-Philosophie und das Netzwerk kennenzulernen, veranstalten wir SPIEGEL-Ein-



Foto: SPIEGEL

Mitarbeiterinnen  
der SPIEGEL-  
Diözesanstelle

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

Kurs-Nr.: **203339**

Termin: **Sa., 24.1.2026,**

**9 bis 13 Uhr**

Ort: **Dorf.Wirt,  
Dorf Nr. 3.,  
4751 Dorf/Pram**

Kursbeitrag: **Der Einführungstag  
ist kostenfrei**

TN-Zahl: **12 bis 20**

Anmeldeschluss: **16.1.2026**

## Quatschivity

Spielenachmittag

Wir haben ein eigenes Brettspiel namens Quatschivity entwickelt. Hierbei werden Begriffe erklärt, gezeichnet oder pantomimisch dargestellt. Durch das Erraten der Begriffe kommt Ihr Team auf dem Spielfeld voran und hat die Chance, zu gewinnen. Zusätzlich wird zu jedem Begriff eine tiefgründige Frage gestellt, die zum persönlichen Austausch und gegenseitigen Kennenlernen anregt. Eine Zeit voller Spaß, Spannung und tiefgründiger Gespräche ist garantiert.

An diesem Nachmittag lernen Sie die Spielregeln kennen. Sie werden auf unterschiedliche Spielmethoden aufmerksam gemacht und können diese gleich ausprobieren.



*Daniela Fluch-  
Jehart, BA, MA  
Referentin Gesprächs-  
rundenteam*

Es besteht an diesem Nachmittag die Möglichkeit, Quatschivity gegen eine Spende mitzunehmen.

Kurs-Nr.: **203217**

Termin: **Di., 3.2.2026, 16 bis 18 Uhr**

Ort: **Stadtpfarrkirche Linz,  
Pfarrplatz 4, 4020 Linz**

Kursbeitrag: **kostenfrei  
exkl. Brettspiel Quatschivity**

TN-Zahl: **6 bis 16**

Anmeldeschluss: **27.1.2026**

Kooperation: **Unterstützt aus Mitteln des  
Anerkennungsfonds für freiwilliges  
Engagement des Bundesministe-  
riums für Soziales, Gesundheit,  
Pflege und Konsumentenschutz.**



Foto: Bibliothek Wallern

## Die 5 Sprachen der Liebe in Familien

Was brauchen Kinder (und Erwachsene), um sich wirklich geliebt zu fühlen? Oft sprechen wir verschiedene Sprachen der Liebe - ohne es zu merken.

An diesem Abend entdecken wir, wie das Modell der 5 Sprachen der Liebe nach Gary Chapman hilft, Beziehungen in der Familie zu stärken und den Alltag zu erleichtern.

### Inhalte des Abends:

- Einführung in die 5 Liebessprachen:  
Lob & Anerkennung, Zweisamkeit, Geschenke, Hilfsbereitschaft, Körperkontakt
- Wie erkennt man die Liebessprache seines Kindes oder Partners?
- Alltagsnahe Beispiele und praktische Tipps zur Anwendung
- Mehr Verständnis, Nähe und Leichtigkeit im Familienleben

Diese Veranstaltung richtet sich an Eltern - und an alle, die Beziehungen in der Familie liebevoller und verständnisvoller leben möchten. Lass dich inspirieren und finde heraus, welche Sprache der Liebe in deiner Familie gesprochen wird!

Kurs-Nr.:	<b>201629</b>
Termin:	<b>Do., 5.2.2026, 17 bis 20 Uhr</b>
Ort:	<b>SPIEGEL-Treffpunkt Pfarrhofgasse 2, 4611 Buchkirchen</b>
Kursbeitrag:	<b>€ 4,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>29.1.2026</b>
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



**Kerstin Bamminger**  
Psychologische Beraterin, Pädagogin, Supervisorin und dreifache Mutter

## Neues Familienmitglied: Handy

SPIEGEL elternweb@home

Ist es bei Ihnen auch bald so weit und Ihr Kind soll ein Handy bekommen? Sind Sie als Familie gut darauf vorbereitet? Wissen Sie und Ihr Kind über alle möglichen Tücken des Internets, mit denen es in Kontakt kommen kann, Bescheid? Hat Ihr Kind die nötigen Werkzeuge, um gesund damit umgehen zu können?

Beim Thema Internet gilt: Man kann sich nicht genug vorbereiten! Daher empfiehlt es sich, mindestens ein Jahr vor der Anschaffung eines Gerätes ausreichend Informationen zu sammeln und das notwendige Wissen beim Kind aufzubauen. Sollte es schon früher der Fall sein, ist jede Vorbereitung gut und wichtig.

Dieser Abend zeigt die unangenehmen Ecken des Internets auf. Sie erhalten zudem zahlreiche Tipps, wie man Kinder gut vorbereitet und begleitet, und erfahren, wo Sie zukünftig Informationen und Hilfe finden können.

Bei Interesse kann ein Folgetreffen in Präsenz organisiert werden.

Kurs-Nr.:	<b>201620</b>
Termin:	<b>Mo., 9.2.2026, 19.30 bis 21.00 Uhr</b>
Ort:	<b>online (benötigt wird ein PC mit einem Lautsprecher, Laptop oder Tablet und eine verlässliche Internetverbindung). Der Link zum Einstieg wird nach der Anmeldung per E-Mail zugeschickt.</b>
Kursbeitrag:	<b>€ 2,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 20</b>
Anmeldeschluss:	<b>5.2.2026</b>
Gutscheine:	Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar



**Patricia Groß-Bischof, BA**  
Medienpädagogin und zertifizierte Saferinternet.at-Trainerin

ONLINE

## Übungen mit großen, kleinen & digitalen Würfeln

Miteinander-Voneinander lernen

### Methoden- und Austauschworkshop

SelbA Trainer:innen sind hungrig nach praktisch anwendbaren Methoden, um den Eifer ihrer Teilnehmer:innen mit abwechslungsreichen Methoden zu stillen.

SelbA Trainer:innen verfügen selbst über einen reichen Erfahrungs- und Methodenschatz. Diesen Schatz zu teilen, bereichert andere und bringt auch einem selbst Freude.

In diesem Workshop wollen wir Gelegenheit zum Austausch geben über Lieblingsmethoden zum Schwerpunkt „Einsatz von Würfeln“. So schöpfen wir in dieser Vielfalt methodisch aus dem Vollen. Bitte eine - oder gerne auch mehrere - empfehlenswerte Übung(en) und Ideen zu diesem Thema mitbringen.

Die eingebrachten und dafür freigegebenen Übungen werden im Anschluss den Teilnehmer:innen in einer Methodensammlung zur Verfügung gestellt. Wir freuen uns auf einen bereichernden Austausch!

Methode: Moderierter Austausch  
Zielgruppe. SelbA Trainer:innen

Kurs-Nr.: **203332**

Termin: **Di., 10.2.2026,**  
16.30 bis 19.00 Uhr

Ort: **Diözesanhaus,**  
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz

Kursbeitrag: **€ 5,-**

TN-Zahl: **8 bis 15**

Anmeldeschluss: **29.1.2026**



**Astrid Gaisberger**  
Impulsgeberin und  
Moderatorin

## Mit KI zum Herzensthema

Ihr Erzählcafé individuell gestalten

Erstellen Sie mithilfe von KI einen individuellen Gesprächsleitfaden für Ihr nächstes Erzählcafé. Wählen Sie ein Thema, das Ihnen und Ihrer Gruppe am Herzen liegt, und formulieren Sie einen Einstiegstext sowie für Sie passende Impulsfragen. Sie lernen, wie Sie der KI einfache Anweisungen geben, um hilfreiche Inhalte und Gesprächsimpulse zu erhalten. So gewinnen Sie mehr Freiheit in der Themenwahl und können Ihre Gesprächsrunden gezielt und persönlich vorbereiten.

Bringen Sie Ihren Laptop mit - ich begleite Sie Schritt für Schritt in entspannter Atmosphäre.

Für die Teilnahme sind grundlegende Computerkenntnisse und ein eigener Laptop erforderlich.

Kurs-Nr.: **202561**

Termin: **Di., 24.2.2026,**  
14.00 bis 15.30 Uhr

Ort: **Diözesanhaus,**  
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz

Kursbeitrag: **PG 1: € 10,-**  
**PG 2: € 15,-**  
**PG 3: € 30,-**

TN-Zahl: **4 bis 8**

Anmeldeschluss: **17.2.2026**



**Mag. a Silvia Nagl**  
Leiterin Gesprächs-  
runden-Team

## Life Kinetik

Gehirnentfaltung mit Bewegung

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

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

mit Aktivierungsimpulsen, von denen Sie einige im Anschluss daheim weiterführen können (und damit Freund:innen begeistern).

Kurs-Nr.: **203338**

Termin: **Fr., 27.2.2026,**  
14.30 bis 18.00 Uhr

Ort: **Pfarrheim, Georg von Peuerbach-  
straße 19, 4722 Peuerbach**

Kursbeitrag: **PG 1 & PG 2: € 33,-**  
**PG 3: € 43,-**

TN-Zahl: **11 bis 20**

Anmeldeschluss: **17.2.2026**



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

## Sicher in die digitale Welt

Großeltern erwerben Medienkompetenz für den Alltag mit ihren Enkelkindern

Großeltern erleben, wie selbstverständlich Kinder heute mit digitalen Medien aufwachsen. Der Workshop zeigt, wie Sie Ihre Enkel im Umgang mit Smartphone, Tablet, Fernsehen und sozialen Medien sinnvoll begleiten können, auch wenn Sie selbst mit einer anderen Medienwelt aufgewachsen sind.

Ziel ist es, Verständnis zu schaffen, Sicherheit & Orientierung zu geben und Wege zu zeigen, wie Großeltern einen positiven Beitrag zur Medienerziehung leisten können.

Für die Teilnahme am Workshop sind keine digitalen Vorkenntnisse notwendig.

Kurs-Nr.:	<b>203253</b>
Termin:	<b>Do., 5.3.2026,</b> 15 bis 18 Uhr
Ort:	<b>Diözesanhaus, Großer Saal, Kapuzinerstr. 84, 4020 Linz</b>
Kursbeitrag:	<b>PG 1 bis PG 3: € 20,-</b>
TN-Zahl:	<b>8 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>26.2.2026</b>



**Corina Zeller, MA**  
Experte für digitale  
Kommunikation,  
Mutter von Zwillingen

## Karwoche und Ostern in der SelbA Einheit

Methoden- und Austauschworkshop: Miteinander-Voneinander lernen

SelbA Trainer:innen sind hungrig nach praktisch anwendbaren Methoden, um den Eifer ihrer Teilnehmer:innen mit abwechslungsreichen Methoden zu stillen.

SelbA Trainer:innen verfügen selbst über einen reichen Erfahrungs- und Methodenschatz. Diesen Schatz zu teilen, bereichert andere und bringt auch einem selbst Freude.

In diesem Workshop wollen wir Gelegenheit zum Austausch geben über Lieblingsmethoden zum Schwerpunkt „Karwoche und Ostern“. So schöpfen wir in dieser Vielfalt methodisch aus dem Vollen. Bitte eine - oder gerne auch mehrere - empfehlenswerte Übung(en) und Ideen zu diesem Thema mitbringen.

Die eingebrachten und dafür freigegebenen Übungen werden im Anschluss den Teilnehmer:innen in einer Methodensammlung zur Verfügung gestellt. Wir freuen uns auf einen bereichernden Austausch!

**Methode:** Moderierter Austausch  
**Zielgruppe:** SelbA Trainer:innen

Kurs-Nr.:	<b>203811</b>
Termin:	<b>Do., 12.3.2026,</b> 16.00 bis 18.30 Uhr
Ort:	<b>online</b>
Kursbeitrag:	<b>€ 5,-</b>
TN-Zahl:	<b>8 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>2.3.2026</b>



**Manuela Thaller**  
Impulsgeberin und  
Moderatorin:

ONLINE

## Happy together

Gemeinsam eine gute Teamkultur entwickeln

In Ihrem ehrenamtlichen Team steckt jede Menge Wissen, Erfahrung und Herzblut. Doch manchmal schleichen sich festgefahrene Abläufe oder kleine Missverständnisse ein - und die Stimmung leidet. Der Workshop „Happy together“ zeigt Ihnen, wie Sie mit Leichtigkeit, Humor und gegenseitigem Verständnis das Miteinander stärken und eine vertrauliche, wertschätzende Teamkultur entwickeln.

### Was erwartet Sie?

- Praktische Übungen, die Spaß machen und den Teamgeist stärken
- Methoden, um Erwartungen zu klären
- Raum für Ihre Erfahrungen und Fragen
- Rituale und kleine Alltagshelfer

**Zielgruppe:** Der Workshop richtet sich ausschließlich an ehrenamtliche Leiter:innen und Mitarbeiter:innen vom KBW-Treffpunkt Bildung und ist daher für diese Zielgruppe kostenfrei.

Kurs-Nr.:	<b>201758</b>
Termin:	<b>Sa., 14.3.2026,</b> 9 bis 13 Uhr
Ort:	<b>Bildungshaus Schloss Puchberg, Puchberg 1, 4600 Wels</b>
Kursbeitrag:	<b>kostenfrei</b>
TN-Zahl:	<b>8 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>5.3.2026</b>



**Mag. Evelyn  
Mallinger**  
Glücks- und Resilienz-  
trainerin

## SelbA Infoveranstaltung und Schnuppertraining

An diesem Nachmittag lernen Sie SelbA näher kennen.

- Geschichte von SelbA
- Basisausbildung für SelbA Trainer:innen
- 3-Säulen-Programm „Gehirn, Bewegung und Kompetenz“
- Weiterbildungsangebote u. v. m.

Sie erfahren, wie Sie ihren Geist und Körper fit halten können und dabei Spaß haben. Mit praktischen Übungen werden wir unser Gehirn trainieren und Schwung in den Alltag bringen.

Kurs-Nr.:	<b>203334</b>
Termin:	<b>Mi., 18.3.2026,</b> 14.30 bis 16.00 Uhr
Ort:	<b>Diözesanhaus, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz</b>
Kursbeitrag:	<b>kostenfrei</b>
TN-Zahl:	<b>6 bis 25</b>
Anmeldeschluss:	<b>9.3.2026</b>



**Manuela Thaller**  
Mitarbeiterin SelbA  
Diözesanstelle,  
SelbA Trainerin

## Ostern in der Eltern-Kind-Gruppe und zu Hause

SPIEGEL elternweb@home

Nach einer theoretischen Einführung zum Thema Ostern geht es im Vortrag um die praktische Umsetzung in der Gruppe und um Impulse, Rituale und die Vorbereitung des Festes, auch für zu Hause.

Gemeinsam werden wir unterschiedliche Spielformen wie Bewegungsspiele, Sprechreime, Mitmachlieder, Fingerspiele, Entspannungsübungen u.v.m. für alle Sinne praktisch erleben.

In Form von Fotos möchte ich Ihnen ein paar Ideen zu Stationen zum Selbsttun zeigen, passend zum gemeinsam Erspielten. Damit geben wir den Kindern die Möglichkeit, Gehörtes selbst auszuprobieren und zu vertiefen, um das Thema Ostern greifbarer zu machen.

Kurs-Nr.:	<b>203313</b>
Termin:	<b>Do., 19.3.2026,</b> 19.30 bis 21.00 Uhr
Kurs-Nr.:	<b>203314</b>
Termin:	<b>Fr., 20.3.2026,</b> 9.00 bis 10.30 Uhr
Ort:	<b>online</b>
Kursbeitrag:	<b>€ 2,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 20</b>
Anmeldeschluss:	<b>16.3.2026</b>
Gutscheine:	<b>Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar</b>



**Samya Panhauser**  
Eltern-Kind-Gruppenleiterin, Elternbildnerin, Lehrgangsbeauftragte für die Ausbildung zur EKI-Gruppenleitung

ONLINE

## Starke Kinder brauchen starke Vorbilder

SPIEGEL elternweb@home

### Bausteine in der Gewaltprävention

Im pädagogischen Alltag braucht es Wissen und Reflexion über Grenzverletzungen und Gewaltformen.

Ein respektvoller Umgang, ein Ausbalancieren von Nähe & Distanz und die Vorbildfunktion fordern uns täglich heraus. Es ist möglich, zugleich zugewandt und konsequent zu handeln.

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

Kurs-Nr.:	<b>203315</b>
Termin:	<b>Mi., 8.4.2026,</b> 19 bis 21 Uhr
Ort:	<b>online</b>
Kursbeitrag:	<b>€ 2,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 20</b>
Anmeldeschluss:	<b>3.4.2026</b>
Gutscheine:	<b>Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar</b>



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

ONLINE

## Mit Kindern den Wald entdecken

In diesem Workshop erfahren Eltern und Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen, wie sie gemeinsam mit ihren Kindern den Wald als Erlebnis-, Erholungs- und Spielraum nutzen können. Sie lernen den Wald als wertvolle Ressource kennen, schätzen und achten. Für die Kinder bietet der Wald einen Ort, an dem sie aktiv, frei und kreativ sein können, sie sammeln vielfältigste Erfahrungen und spüren ihre Kompetenzen.

Neben Hintergrundinformationen, warum Kinder im Wald spielen sollten und was dabei zu beachten ist, gibt es auch viele Ideen und Anregungen, die dazu einladen, selbst aktiv zu werden und den Wald mit allen Sinnen zu erkunden - ob als Familie, mit Freund:innen oder in der Eltern-Kind-Gruppe.

Der Workshop richtet sich ebenfalls an El-

tern-Kind-Gruppenleiter:innen, die überlegen, eine Eltern-Kind-Gruppe in der Natur anzubieten.

Kurs-Nr.:	<b>203369</b>
Termin:	<b>Sa., 18.4.2026,</b> 14 bis 18 Uhr
Ort:	<b>Waldstück in 4891 Pöndorf,</b> genauer Treffpunkt wird noch bekannt gegeben
Kursbeitrag:	<b>€ 4,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>10.4.2026</b>
Gutscheine:	<b>Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar</b>



**Mag. a Susanne Piermayr**  
Eltern-Kind-Gruppenleiterin,  
AHS-Lehrerin,  
SPIEGEL-Regionsbegleiterin

## Künstliche Intelligenz im Familienalltag

SPIEGEL elternweb@home

**Was man darüber wissen muss und wie sie sinnvoll eingesetzt werden kann**

Ein:e Leseanfänger:in will einen Text zu seinem:ihrem Lieblingsthema lesen, aber es findet sich kein passendes Buch. Das Kind liebt Dinosaurier und möchte gerne ein Memory mit ganz bestimmten Dinos? Statt ewig online zu recherchieren oder selbst kreativ zu werden: Nichts einfacher, als KI dafür zu nutzen und in wenigen Minuten fertige Inhalte zu erhalten.

Die sinnvolle Handhabung - vom Kleinkind bis zum Schulkind - ist nur ein Teil davon. Des Weiteren betrachten wir die notwendigen Fakten, um Kindern den sicheren Umgang mit Künstlicher Intelligenz beizubringen.

Neben dem Austausch von Informationen wird in der Gruppe auch besprochen, ob und welche Erfahrungen bereits bestehen. Vorerfahrungen sind für diesen Workshop nicht notwendig.

Kurs-Nr.:	<b>203333</b>
Termin:	<b>Mo., 27.4.2026,</b> 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort:	<b>online</b> (benötigt wird ein PC mit einem Lautsprecher, Laptop oder Tablet und eine verlässliche Internetverbindung). Der Link zum Einstieg wird nach der Anmeldung per E-Mail zugeschickt.
Kursbeitrag:	<b>€ 2,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 20</b>
Anmeldeschluss:	<b>23.4.2026</b>
Gutscheine:	<b>Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar</b>



**Patricia Groß-Bischof, BA**  
Medienpädagogin und zertifizierte Saferinternet.at-Trainerin

**ONLINE**

## ANMELDUNG

E-Mail: [weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at](mailto:weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at)

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

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



## SelbA-Trainer:innenausbildung

Bildung, Begegnung, Bewegung - für ein erfülltes Älterwerden

### Werden Sie SelbA Trainer:in!

Wenn Sie gerne mit älteren Menschen arbeiten und eine sinnvolle und bereichernde Tätigkeit suchen, dann ist die SelbA-Trainer:innen-Ausbildung genau das Richtige für Sie.

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

Das SelbA-Trainingsprogramm zeichnet sich durch die Kombination der drei Säulen aus:

- GEHIRNTRAINING
- BEWEGUNGSTRAINING
- KOMPETENZTRAINING

Darüber hinaus steht SelbA für Gemeinschaft und Teilhabe. Bei SelbA halten sich Teilnehmer:innen und auch SelbA-Trainer:innen mit anregenden, anspruchsvollen und lustvollen Übungen selbst fit. In der Ausbildung wirken Fachexpert:innen wie z. B. Dr. Marcus Täuber (Neurobiologe) und SelbA-Expert:innen zusammen, um das Training anhand der drei Säulen - Gehirn, Bewegung und Alltagskompetenz - in Theorie und Praxis zu vermitteln. Sie erwerben die Fähigkeit, Trainingseinheiten zu planen und zu leiten.

### Inhalte:

- Altersbilder/Geragogik
- Bewegung (Theorie und praktische Übungen)
- Gehirn (Theorie und praktische Übungen)
- Alltagskompetenz (Theorie und praktische Übungen)
- SelbA-Einheiten planen
- Kommunikation und Gruppenleitung



**Referent:innen:**  
**Fachexpert:innen**  
**Expertinnen der**  
**SelbA-Diözesanstelle**  
**Erfahrene SelbA-**  
**Trainerinnen**

Kurs-Nr.:	<b>203190</b>
Termine:	Einführungsabend (verpflichtend) <b>Mi., 29.4.2026,</b> 18.00 bis 20.30 Uhr 1. Modul: <b>Do., 21./Fr., 22.5.2026</b> 2. Modul: <b>Do., 18./Fr., 19.6.2026</b> + (online-Vortrag) <b>Di., 2.6.2026,</b> 16.30 bis 19.00 Uhr 3. Modul: <b>Do., 16./Fr., 17.7.2026</b> 4. Modul: <b>Do., 10./Fr., 11.9.2026</b> 5. Modul: <b>Do., 15./Fr., 16.10.2026</b> 6. Modul: <b>Do., 26./Fr., 27.11.2026</b> 7. Modul: <b>Do., 14./Fr., 15.1.2027</b>
	<b>Zusätzlich 1 Wahlpflichtfach:</b> SelbA in betreuten Einrichtungen ODER Denkspaziergang: Termine und Orte werden noch bekanntgegeben! <b>Abschluss:</b> Ausbildungsreflexion und Zertifikatsverleihung - Termin wird noch bekannt gegeben Änderungen vorbehalten!
Kurszeiten:	Modul 1: 1. Tag von 13.00 bis 18.30 Uhr 2. Tag von 9 bis 17 Uhr Modul 2 bis 7: 1. Tag von 9.00 bis 18.30 Uhr 2. Tag von 9 bis 13 Uhr
Orte:	Einführungsabend: <b>Diözesanhaus</b> Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz Alle Module: <b>Pfarrzentrum</b> <b>Aschach</b> , Pfarrgasse 1, 4082 Aschach an der Donau
Kursbeitrag:	<b>€ 1.090,-</b> inkl. Kursunterlagen zuzügl. Unterkunft und Verpflegung Teilzahlung auf drei Raten möglich Nach Durchführung von 30 SelbA- Trainingseinheiten kann eine Kurs- kostenrefundierung von € 200,- beantragt werden.
TN-Zahl:	<b>16 bis 20</b>
Anmeldeschluss:	<b>26.4.2026</b>
Gutscheine:	Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar
Info &	<b>SelbA-Diözesanstelle</b> -
Anmeldung:	(0732) 76 10-32 18, selba-ausbildung@ dioezese-linz.at

## Erzählcafé ... weil Erzählen guttut

### Einführung in die Methode Erzählcafé

**Erleben Sie einen besonderen Nachmittag voller Geschichten, Erinnerungen und inspirierender Begegnungen!**

Ein Erzählcafé bringt Menschen ins Gespräch - in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee tauschen wir Erinnerungen aus und entdecken Gemeinsamkeiten. An diesem Nachmittag dreht sich alles ums Reisen: Erlebnisse aus vergangenen Urlauben, besondere Begegnungen unterwegs und Lieblingsorte, die wir immer wieder besuchen würden. Neben dem gemeinsamen Erzählen erhalten Sie Tipps und Unterlagen zur Gestaltung und Moderation einer Gesprächsrunde. Diese Einführung eignet sich besonders für alle, die sich auf ein Eh-

renamt im Erzählcafé vorbereiten möchten. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich von den Geschichten anderer mitreißen - denn Erzählen verbindet!

Kurs-Nr.:	<b>201575</b>
Termin:	<b>Di., 12.5.2026,</b> 14 bis 16 Uhr
Ort:	<b>Stift Schlägl Seminarzentrum, Schlägl 1, 4160 Aigen-Schlägl</b>
Kursbeitrag:	<b>€ 15,-</b> inkl. Gesprächsunterlagen
TN-Zahl:	<b>6 bis 16</b>
Anmeldeschluss:	<b>05.5.2026</b>
Kooperation:	<b>Stift Schlägl Seminarzentrum</b>



**Lydia Neunhäuserer**  
Referentin Gesprächsrunden-Team

## SelbA in betreuten Einrichtungen

SelbA - Selbständig und Aktiv wird vermehrt auch in betreuten und betreibbaren Einrichtungen angefragt. Dort finden unsere Trainer:innen andere Rahmenbedingungen und Ressourcen vor, und das SelbA Training muss von Umfang und Inhalt her adaptiert und den Zielgruppen angepasst werden. In den kleinen SelbA Gruppen entsteht eine wertvolle Gemeinschaft, in der man voneinander lernt, sich gegenseitig unterstützt und gemeinsam Freude am Tun erlebt. Menschen, egal welchen Alters, werden abgeholt, wo sie sind; sie können sich einbringen und in begleiteter Atmosphäre weitere Schritte machen - um Neues zu lernen und/oder sich Vorhandenes bewusst zu machen und zu stärken. Im Workshop erleben Sie eine SelbA Einheit im Heim und welche Möglichkeiten des 3-Säu-

len-Trainings es hier gibt - mit vielen praktischen Übungen und Anleitungen.  
Methode: Workshop für SelbA Trainerinnen und Wahlpflichtmodul in der SelbA Trainer:innen Ausbildung

Kurs-Nr.:	<b>203244</b>
Termin:	<b>Fr., 29.5.2026,</b> 14 bis 18 Uhr
Ort:	<b>Bezirksalten- und Pflegeheim Haslach, Am Bach 17, 4170 Haslach an der Mühl</b>
Kursbeitrag:	<b>PG 1 &amp; PG 2: € 35,- PG 3: € 45,-</b>
TN-Zahl:	<b>14 bis 20</b>
Anmeldeschluss:	<b>19.5.2026</b>



**Petra Niederhuber**  
Fachsozialbetreuerin  
Altenarbeit,  
SelbA Trainerin,  
Validationsan-  
wenderin Level 1



## Denkspaziergang

### Gehirntraining kombiniert mit Bewegung im Freien

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

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

Das Skriptum enthält auch Anregungen für Denkspaziergänge in geschlossenen Räumen, falls das Wetter nicht mitspielt, sowie Materialien, Organisation, Wegstrecke usw.

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

Methode: Workshop für SelbA Trainerinnen und Wahlpflichtmodul in der SelbA Trainer:innen Ausbildung

Kurs-Nr.: **203226**

Termin: **Sa., 30.5.2026,**

9 bis 13 Uhr

Ort: **Pfarrheim, Lambacherstraße 25,**

4680 Haag am Hausruck

Kursbeitrag: **PG 1 & PG 2: € 35,-**

**PG 3: € 45,-**

TN-Zahl: **14 bis 20**

Anmeldeschluss: **20.5.2026**



**Martina Eder**  
Fachsozialbetreuerin  
Altenarbeit  
SelbA Trainerin,  
Referentin, Regionsbegleiterin

## Integration im Fokus

### Grundlagen verstehen - Praxis gestalten

Dieses Seminar richtet sich an pädagogische Assistentenkräfte, die ihre Kompetenzen im Bereich der Integration erweitern möchten. Im Mittelpunkt stehen die Herausforderungen sowie Chancen der Integrationsarbeit - praxisnah, alltagsbezogen und stärkend.

#### Inhalte:

- Kinder mit besonderen Bedürfnissen besser verstehen und unterstützen
- Beziehungsarbeit bewusst gestalten mit besonderem Fokus auf die Integration von Kindern mit besonderen Bedürfnissen

- Praxisfälle reflektieren und Lösungen finden
- Impulse und Methoden zur Bewältigung belastender Situationen im Beruf

Zielgruppe: Vertiefendes Seminar für pädagogische Assistentenkräfte

Kurs-Nr.: **203239**

Termin: **Frühling 2026**

Ort: **Bischöfliches Priesterseminar, Harrachstraße 7, 4020 Linz**

Kursbeitrag: **€ 95,-**

TN-Zahl: **12 bis 20**



**Nicole Guld, BEd**  
Fachberaterin  
für Integration,  
Caritas OÖ



Foto: Geralt, www.pixabay.com



Foto: SPIEGEL

## SPIEGEL-Basislehrgang 78

### Für Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen

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

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

Der Basislehrgang schließt mit einem Teilnahmezertifikat ab und berechtigt zum Le-

*Alle Informationen  
zur Ausbildung hier:*



ten eines SPIEGEL-Treffpunktes bzw. einer Eltern-Kind-Gruppe. Im Anschluss kann der Aufbaulehrgang für zertifizierte pädagogische Assistentenkräfte in oö. Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen absolviert werden.

**Kurs-Nr.:** 203260

**Termine:** **Start im Frühling 2026**

**Info:** Zwischen den Modulen sind Praxisgruppentreffen und Hospitationen sowie die Absolvierung eines Kindernotfallkurses vorgesehen.

**Ort:** wird noch bekannt gegeben

**Kursbeitrag:** PG 1: € 490,-

PG 2 & PG 3: € 690,-

**TN-Zahl:** 15 bis 20

**Anmeldeschluss:** 3.10.2025

**Gutscheine:** Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar

**Referent:innen:**  
(Elementar)  
Pädagoginnen,  
Elternbildnerinnen,  
Eltern-Kind-  
Gruppenleiterinnen

## SPIEGEL-Aufbaulehrgang 13

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

Nach Absolvierung aller Module und des Praktikums sind die Teilnehmer:innen Eltern-Kind-Gruppenleiter:innen und zertifizierte pädagogische

Assistenzkräfte in OÖ Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen.

Der Ausbildung wurde das Gütesiegel „Ausbildungslehrgänge für Elternbildner:innen“ vom Bundesministerium für Familien und Jugend verliehen.

*Alle Informationen  
zur Ausbildung hier:*



**Referent:innen:**  
Pädagoginnen,  
Erwachsenen-  
bildnerinnen,  
Kommunikations-  
beraterin,  
Psychologin,  
Lebens- und  
Sozialberaterin



**Kurs-Nr.:** 203262

**Termine:** **Start im Herbst 2026**

**Info:** Die Module finden jeweils freitags, von 15.30 bis 21.00 Uhr, und samstags, von 9.00 bis 17.30 Uhr, statt.

**Ort:** Bischöfliches Priesterseminar,  
Harrachstraße 7,  
4020 Linz

**Kursbeitrag:** PG 1: € 780,-  
PG 3: € 1190,-

**TN-Zahl:** 15 bis 20

**Gutscheine:** Diözesaner Bildungsgutschein einlösbar

**Kooperation:** Caritas OÖ



Foto: Viktor, 638637349, AdobeStock

## SPIRITUALITÄT

### Vernetzungstreffen

#### Zeitgemäße spirituelle Formen

Beim Vernetzungstreffen „Zeitgemäße Formen spiritueller Praxis“ treffen sich am Thema interessierte Menschen, die bereits neue, zeitgemäße Formen von Spiritualität anbieten oder in dieser Richtung in ihrer Pfarre Angebote setzen möchten.

Wir tauschen uns online über unsere Erfahrungen aus und geben einander Ideen weiter, um uns gegenseitig zu bereichern und auf unserem Weg zu stärken.

Das Vernetzungstreffen wird organisiert vom KBW-Treffpunkt Bildung, ist aber für alle in der

Diözese Linz hauptamtlich oder ehrenamtlich Tätigen offen, auch für alle Absolvent:innen des Lehrgangs Achtsamkeitspraxis.

Kurs-Nr.:	<b>203006</b>
Termin:	<b>Di., 27.1.2026,</b> 17 bis 19 Uhr
Ort:	<b>online</b>
Kursbeitrag:	<b>kostenfrei</b>
TN-Zahl:	<b>8 bis 12</b>
Anmeldeschluss:	<b>20.1.2026</b>



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

ONLINE

### Gott entdecken zwischen Wickeltisch, Jausendose und Hausübung

#### Christliche Werte und Rituale im Familien-Alltag

Zwischen Wickeltisch, Kindergartenjause, Hausübungen und Stress im Job bleibt oft nicht viel Zeit und Energie für den Gottesdienst. Und doch wollen wir unseren Kindern etwas von dem, woran wir glauben, mitgeben, unsere christlichen Werte vermitteln.

In diesem Workshop nähern wir uns gemeinsam dem an, was christliche Rituale im Familienalltag sein können, welche Werte uns wichtig sind und wie sie im (oft) hektischen Familienalltag Raum bekommen können.

Kurs-Nr.:	<b>201803</b>
Termin:	<b>Sa., 31.1.2026,</b> 9 bis 11 Uhr
Ort:	<b>Pfarrsaal, Kirchenplatz 2, 4501 Neuhofen an der Krems</b>
Kursbeitrag:	<b>€ 2,-</b> Für den zweiten Elternteil ist die Veranstaltung nach Vorweis der Familienkarte gratis.
TN-Zahl:	<b>8 bis 15</b>
Anmeldeschluss:	<b>23.1.2026</b>
Gutscheine:	<b>Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ einlösbar</b>



*Mag. a Anna Ljubas  
Theologin,  
Kindergarten- und  
Hortpädagogin*

## Rituale feiern - Rituale selbst gestalten

### Einblicke in die Kunst der Ritualgestaltung

Dieser Workshop bietet eine Mischung aus theoretischem Wissen und praktischer Erfahrung. Die Teilnehmenden werden die Grundlagen der Ritualgestaltung kennenlernen sowie die Möglichkeit haben, ein Ritual aktiv zu erleben und zu reflektieren. Durch die Entwicklung eines persönlichen Alltagsrituals können die gewonnenen Erkenntnisse direkt in den eigenen Alltag integriert werden.

#### Ziele des Seminars

*Für Menschen, die ...*

- ... Grundlagen der Ritualgestaltung verstehen wollen*
- ... die Verknüpfungen zum christlichen Kontext herstellen wollen*
- ... ein Ritual erleben und reflektieren wollen*
- ... ein persönliches Alltagsritual für sich mitnehmen wollen*

#### Inhalte

- Erfahrungsfelder der Teilnehmer:innen sichtbar machen
- Grundlagen der Ritualgestaltung
- Christlicher Kontext für Rituale
- Vorgehen zur Gestaltung christlicher Rituale
- Vertiefter Einblick in Alltagsrituale und thematische Rituale

- Checkliste zur Entwicklung von Alltagsritualen
- Ritual gemeinsam erleben: Hoffnungsvoll durch die dunkle Zeit des Jahres gehen
- Reflexion des erlebten Rituals und fachlicher Austausch dazu
- Entwicklung eines persönlichen Alltagsrituals
- Brücken in die Praxisfelder der Teilnehmer:innen

#### Zielgruppe

- Kirchlich engagierte Menschen (Haupt- und Ehrenamtliche), die am Thema Ritualgestaltung interessiert sind
- Ehrenamtliche im Kath. Bildungswerk OÖ
- Am Thema Ritualgestaltung Interessierte

Kurs-Nr.: **203623**

Termin: **Do., 26.2.2026, 18 Uhr, bis Sa., 28.2.2026, 16.30 Uhr**

Ort: **Gästehaus St. Florian,  
Stiftstraße 1, 4490 St. Florian**

Kursbeitrag: **PG 1: € 90,-  
PG 2: € 180,-  
PG 3: € 360,-**

TN-Zahl: **12 bis 15**

Anmeldeschluss: **9.2.2026**



**Johanna Neußl**  
Ritualgestalterin,  
Sozial- und Gestalt-  
pädagogin, Leiterin  
der Akademie für  
Ritualgestaltung  
Österreich



Foto: Gerd Neuhold

**Bruno Almer**  
Theologe,  
Organisationsberater,  
Leiter des Bereichs  
Seelsorge in der  
Diözese Graz-Seckau

## Vernetzungstreffen zeitgemäße spirituelle Formen

### Mystagogische Kirchenführung in der Stadtpfarrkirche Bad Hall

In den meisten Religionen und Kulturen gibt es heilige Orte. Sie wollen Menschen auf die göttliche Wirklichkeit, das Geheimnis Gottes einstimmen und zu ihr hinführen. Auch unsere christlichen Kirchen sind solche heiligen Orte.

Wir sind nicht die ersten, die sich in den heiligen Räumen versammeln - suchend nach Tiefe, hoffend auf Gottes Gegenwart. Kirche soll nicht als Museum erlebt werden, sondern als Orte des lebendigen Glaubens - den schon viele Generationen von Menschen vor uns erlebt und gelebt haben.

Kirchenführungen können auch vom Leben in einer Gemeinde erzählen, die in diesem Gebäude auf Gott hört, betet und feiert.

Mit dieser speziellen Ausrichtung der Kirchenführung (Mystagogie bedeutet Hinführung zum Geheimnis Gottes) soll dem Geheimnis Gottes nachgespürt werden.

Es werden u.a. folgende Aspekte angesprochen:

- Kirche ist nicht (nur) Museum, sondern v.a. „Halle Gottes“
- Bedeutung der „Kirchenschwelle“
- Kirchengebäude als Orientierungspunkt in einem Ort
- Kirchengebäude mit allen Sinnen erfassen (z.B. Hören der Kirchenglocken, Riechen von Weihrauch, Verkosten von Messwein)
- Kreuzwegbilder für Menschen von heute deuten (z.B. Simon von Zyrone als Helfenden)

Kurs-Nr.: **203366**

Termin: **Di., 3.3.2026,  
16 bis 18 Uhr**

Ort: **Treffpunkt vor dem Pfarrhof  
Bad Hall, Margarethenplatz 3,  
4540 Bad Hall**

Kursbeitrag: **PG 1: € 10,-  
PG 2: € 15,-  
PG 3: € 40,-**

TN-Zahl: **8 bis 15**

Anmeldeschluss: **23.2.2026**



**Christa Meuwissen**  
Seelsorgerin mit  
Schwerpunkt auf  
Innovation und Nach-  
gehender Seelsorge



**Andrea Reichart**  
Kirchenführerin,  
Mitglied im Seel-  
sorgeteam

## Ein Tag im jüdischen Wien

### Exkursion, Besichtigung und Begegnung

Wien ist das Zentrum jüdischen Lebens in Österreich und Mitteleuropa. Nach der letzten fast vollständigen Vernichtung durch den Nationalsozialismus - der dritten in ihrer langen Geschichte an der Donau - hat die kleine, aber selbstbewusste Gemeinschaft neue Institutionen geschaffen, die das geistige, religiöse und kulturelle Rückgrat des vielfältigen Gemeindelebens bilden.

Ein „Tag im jüdischen Wien“ gewährt Einblicke in Einrichtungen jüdischen Lebens heute, besucht historische Stätten und erinnert an die wechselvolle Geschichte der einstmalen drittgrößten Gemeinde Europas. Besonderes Augenmerk wird auf die spannungsreiche Beziehung zwischen Christen und Juden gelegt, die an historischen Stätten zeichenhaft erfahrbar ist.

Die Details zum Programm und Tagesablauf finden Sie auf unserer Homepage.

#### Wichtige Hinweise:

- Bitte Personalausweis oder Reisepass mitnehmen
- Männer benötigen eine Kopfbedeckung.
- Bitte ein Tagesticket der Wiener Linien besorgen

Kurs-Nr.: **201757**

Termin: **Do., 12.3.2026, 7 bis 21 Uhr**  
Abfahrt ab Attnang: 07.07 Uhr  
(Westbahn) Zustiegsmöglichkeit entlang der Westbahn  
Treffpunkt Wien Westbahnhof: 08.55 Uhr, Rückfahrt vom Westbahnhof 18.08 Uhr

Ort: **Wien**

Kursbeitrag: **PG 1: € 20,-  
PG 2: € 30,-  
PG 3: € 40,-**  
**Kursbeitrag inkl. Eintritte, exklusive Reisekosten, Tickets für Zug und öffentlichen Verkehr in Wien sind selbst zu besorgen.**

TN-Zahl: **10 bis 25**

Anmeldeschluss: **26.2.2026**  
Kooperation: **Koordinierungsausschuss für christlich-jüdische Zusammenarbeit, Pfarre Attersee und Pfarre Hausruck-Ager**



**Dr. Markus Himmelbauer**  
Theologe, Seelsorger in der Pfarre Attersee, Delegierter der Bischofskonferenz beim Nationalen Forum gegen Antisemitismus des Bundeskanzleramts



**Mag. Wilhelm Seufer-Wasserthal**  
Erwachsenenbildner, Pastoralvorstand der Pfarre Hausruck-Ager

## Behütete Wege - Pilger:innen kompetent begleiten

### Ausbildungslehrgang für Pilgerbegleiter:innen nach christlich spirituellen Grundlagen

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

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

Kurs-Nr.: **199478**

Termine: **Modul 1: Do., 19.3.2026, 14 Uhr bis Sa., 21.3.2026, 13 Uhr**  
**Modul 2: Do., 25.6.2026, 14 Uhr bis Sa., 27.6.2026, 13 Uhr**  
**Modul 3: Gemeinsames Pilgern Di., 22.9.2026, 17 Uhr bis Sa., 26.9.2026, 18 Uhr**  
**Modul 4: Fr., 6.11.2026, 14 Uhr bis Sa., 7.11.2026, 18 Uhr, bzw. freiwilliger Erste-Hilfe-Kurs bis So., 8.11.2026, 16 Uhr**  
**Modul 5: Fr., 22.1.2027, 14 Uhr bis Sa., 23.1.2027, 18 Uhr**

Orte:

**Bildungshaus Greisinghof, Mistlberg 20, 4284 Tragwein**

**Barmherzige**

**Schwestern Elmberg,**

**Fließerweg 5-7, 4040 Linz**

**Pension Klimesch,**

**Meinrad-Guggenbichler-Straße 13, 5310 Mondsee**

**Bildungshaus Greisinghof,**

**Mistlberg 20,**

**4284 Tragwein**

Kursbeitrag:

**€ 990,-**

in zwei Teilbeträgen

TN-Zahl: **16 bis 20**

Anmeldeschluss: **11.2.2026**

Kontakt: **Andrea Reisinger,**

**andrea.reisinger@dioezese-linz.at**

**0676 87 76 31 71**

Kooperation: **Netzwerk Spirituelle**

**Wegbegleiter:innen**



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

# Ausbildungslehrgang für Trauerbegleitung

Beistand geben. Hoffnung und Zuversicht schenken. Wandlung begleiten

Möchten Sie trauernde Menschen begleiten und ihnen in Wandlungsprozessen beistehen - auf dem Boden des christlichen Glaubens?

## Erfahrungshintergrund

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

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

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

Der Lehrgang Trauerbegleitung bietet Ihnen die Möglichkeit, sich dafür umfassend zu qualifizieren.

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

Mitarbeiter:innen in der Seelsorge, in Trauergruppen, im Bestattungswesen und in der Erwachsenenbildung.

## In sieben praxisnahen Modulen erhalten Sie:

- Raum für die Reflexion eigener Verlusterfahrungen
- Einblicke in Theorien und Modelle des Trauerprozesses
- Wissen zur kindlichen und jugendlichen Trauer
- Schulung in Gesprächsführung mit Trauernden
- Spirituelle Impulse zur Trauer aus christlicher Sicht
- Informationen zu komplexen Trauerverläufen
- Vielfältige Rituale, Symbole und Gebete zum Abschiednehmen

Kurs-Nr.: **20176**

Termine: Modul 1 - Eigenen Verlusterfahrungen Raum geben:

**Fr., 20.3.2026**, 17 bis 21 Uhr und  
**Sa., 21.3.2026**, 9 bis 17 Uhr

Modul 2 - Der Prozess der Trauer:

**Sa., 11.4.2026**, 9 bis 17 Uhr

Modul 3 - Trauer und Hoffnung:

**Sa., 30.5.2026**, 9 bis 17 Uhr

Modul 4 - Formen von Trauer:

**Sa., 13.6.2026**, 9 bis 17 Uhr

Modul 5 - Das Trauergespräch:

**Sa., 27.6.2026**, 9 bis 17 Uhr

Modul 6 - Kinder & Jugendliche in ihrer Trauer begleiten:

**Sa., 19.9.2026**, 9 bis 17 Uhr

Modul 7 - Abschied nehmen:

**Fr., 9.10.2026**, 17 bis 21 Uhr und

**Sa., 10.10.2026**, 9 bis 17 Uhr

Ort: Seminarzentrum Stift Schlägl,  
Schlägl 1, 4160 Aigen-Schlägl

Kursbeitrag: **€ 780,-**  
in zwei Teilbeträgen

TN-Zahl: **15 bis 20**

Anmeldeschluss: **10.2.2026**

Kontakt: Mag. Thomas Obermeir,  
thomas.obermeir@dioezese-linz.at  
0676 8776 3160

Info: Verpflegung und Nächtigung bitte  
im Stift Schlägl selbst organisieren  
und begleichen.

Tel.: (0728) 88 01 400, E-Mail:  
seminarzentrum@stift-schlaegl.at  
www.stift-schlaegl.at

Kooperation: Netzwerk Spirituelle  
Wegbegleiter:innen



**Mag. Thomas Obermeir**  
(Ausbildungsleitung),  
Referent für  
Spiritualität  
und andere  
Referent:innen

## Pilgervesper

Gesegnet auf all unseren Wegen

Die Pilgervesper versteht sich als Gemeinschaftsprojekt der spirituellen Wegbegleiter:innen der Diözese Linz und des Bildungshauses Schloss Puchberg, um Pilgerbegleiter:innen und



Foto: Diözese Linz



**Andrea Reisinger, BED**  
Referentin für  
Pilgerbegleitung,  
KBW-Treffpunkt  
Bildung



**Rektor Dr. Adi Trawöger**  
Rektor im Bildungs-  
haus Schloss Puch-  
berg, Bischofsvikar

Pilgerinteressierte am Beginn der „Pilgersaison“ zusammenzuführen, für ihren Aufbruch zu segnen und um miteinander zu feiern.

Nach der Vesper bietet sich die Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen auszutauschen, Pilgerangebote und Pilgerbegleiter:innen in der Diözese kennenzulernen und vielleicht Mitpilger:innen für den eigenen Pilgerweg zu finden.

Kurs-Nr.:	<b>201654</b>
Termin:	<b>Fr., 27.3.2026, 19 Uhr</b>
Ort:	<b>Bildungshaus Schloss Puchberg, Kapelle, Puchberg 1, 4600 Wels</b>
Kursbeitrag:	<b>kostenfrei</b>
Kooperation:	<b>Bildungshaus Schloss Puchberg und spirituelle Wegbegleiter:innen</b>

**Ausgebildete  
Pilgerbegleiter:innen**

## Österliches Pilgern

Pilgerangebote zwischen Palmsamstag und Pfingstmontag

Unter dem Motto „Österliches Pilgern“ gibt es auch heuer wieder zwischen Palmsamstag und Pfingstmontag verschiedene Pilgerangebote in unserer Diözese.

Sie sind für viele Menschen eine wertvolle Möglichkeit, die Osterbotschaft bewusst zu beGEHEN. In dieser Zeit werden Pilgerwanderungen von ausgebildeten Pilgerbegleiter:innen in der Diözese Linz angeboten.

Unter [www.dioezese-linz.at/pilgerbegleitung](http://www.dioezese-linz.at/pilgerbegleitung) finden Sie zeitgerecht die aktuellen Angebote.

Termine:	<b>Im Zeitraum 28.3.2026 bis 25.5.2026</b>
Ort:	<b>Verschiedene Orte Diözese Linz</b>
Kontakt:	<b>Andrea Reisinger andrea.reisinger@dioezese-linz.at 0676 87 76 31 71</b>



Foto: Diözese Linz



Foto: Reisinger



Foto: DarkWorkX, www.pixabay.com

## DIGITALES

### Smartphone-Stammtisch

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

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

Kurs-Nr.:	<b>201644</b>
Termin:	<b>Mo., 19.1.2026,</b> 9 bis 11 Uhr
Ort:	<b>Diözesanhaus,</b> Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	<b>€ 17,-</b>
TN-Zahl:	<b>7 bis 12</b>
Anmeldeschluss:	<b>9.1.2026</b>



**Josef Kaltenhuber**  
IT-Trainer & IT-Berater,  
SelbA-Digital-Trainer



### Smartphone-Stammtisch

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

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

Kurs-Nr.:	<b>201645</b>
Termin:	<b>Mo., 19.1.2026,</b> 13 bis 15 Uhr
Ort:	<b>Diözesanhaus,</b> Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	<b>€ 17,-</b>
TN-Zahl:	<b>7 bis 12</b>
Anmeldeschluss:	<b>9.1.2026</b>



**Josef Kaltenhuber**  
IT-Trainer & IT-Berater,  
SelbA-Digital-Trainer



## Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

### Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone?

Sie wollen es sicherer bedienen können?

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

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

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

Kurs-Nr.: **203356**

Termine: 3 zusammenhängende Termine

**Mi., 4.3.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr**

**Mi., 11.3.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr**

**Mi., 18.3.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr**

Ort: **Diözesanhaus,**  
Kapuzinerstraße 84,  
4020 Linz

Kursbeitrag: **€ 85,-**

TN-Zahl: **6 bis 9**

Anmeldeschluss: **19.2.2026**

Gutscheine: Diözesaner Bildungsgutschein  
einlösbar



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



## Smartphone-Stammtisch

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

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

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

Kurs-Nr.: **203358**

Termin: **Mo., 9.3.2026,**  
9 bis 11 Uhr

Ort: **Diözesanhaus,**  
Kapuzinerstraße 84,  
4020 Linz

Kursbeitrag: **€ 17,-**

TN-Zahl: **7 bis 12**

Anmeldeschluss: **26.2.2026**



**Josef Kaltenhuber**  
IT-Trainer & IT-Berater,  
SelbA-Digital-Trainer



## Smartphone-Stammtisch

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

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

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

Kurs-Nr.: **203360**

Termin: **Mo., 9.3.2026,**  
13 bis 15 Uhr

Ort: **Diözesanhaus,**  
Kapuzinerstraße 84,  
4020 Linz

Kursbeitrag: **€ 17,-**

TN-Zahl: **7 bis 12**

Anmeldeschluss: **26.2.2026**



**Josef Kaltenhuber**  
IT-Trainer & IT-Berater,  
SelbA-Digital-Trainer



## PC und Internet für Anfänger:innen: Grundkurs

Tauchen Sie in die Welt der digitalen Möglichkeiten ein

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

**Im Grundkurs beschäftigen wir uns mit:**

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

### Wichtiger Hinweis:

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

**Kurs-Nr.:** 203216

**Termine:** 3 zusammenhängende Termine

Fr., 13.3.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Fr., 20.3.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Fr., 27.3.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

**Ort:** Haus der Frau,

Volksgartenstraße 18,  
4020 Linz

**Kursbeitrag:** € 85,-

**TN-Zahl:** 6 bis 10

**Anmeldeschluss:** 4.3.2026

**Kooperation &** Haus der Frau, (0732) 66 70 26

**Anmeldung:** hdf@dioezese-linz.at



Bernhard Prokop  
SelbA-Digital-Trainer



## Digital Spezial

Virtuelle Realität - Entdecken und Erleben mit VR-Brillen

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der virtuellen Realität (VR)! In unserem Kurs lernen Sie, wie Sie mithilfe von VR-Brillen atemberaubende Orte entdecken und auf spannende Weise Ihre Koordination trainieren können. Ob Sie die Strände ferner Länder besuchen, durch historische Städte spazieren oder ganz einfach neue Spiele ausprobieren möchten - die Möglichkeiten sind grenzenlos. Der Kurs besteht aus einzelnen Gruppenaktivitäten, da nur eine begrenzte Anzahl an Brillen zur Verfügung steht.

**Kursinhalte:**

- Einführung in die Bedienung von VR-Brillen
- Virtuelle Reisen zu weltberühmten Sehenswürdigkeiten und Landschaften
- Spielerische Übungen zur Verbesserung von Koordination und Reaktion

Dieser Kurs erfordert keine Vorkenntnisse und ist ideal für alle, die neugierig auf neue Technologien sind und in eine völlig neue Dimension des Erlebens eintauchen möchten. Lassen Sie sich von der Technik begeistern und entdecken Sie die Welt - ganz bequem von zu Hause aus!

**Kurs-Nr.:** 203383

**Termin:** Fr., 13.3.2026,

9 bis 12 Uhr

**Ort:** Franziskushaus,

Riedholzstraße 15a,  
4090 Ried i. I.

4090 Ried i. I.

**Kursbeitrag:** € 29,-

**TN-Zahl:** 7 bis 8

**Anmeldeschluss:** 3.3.2026



Stefanie Gastberger  
SelbA-Digital-Trainer



## Digital Spezial

### WhatsApp - Tipps, Tricks und Neues

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

In diesem Workshop „für fortgeschrittene Senior:innen“ werden wir uns auf eine tiefgehende Erkundung der erweiterten Funktionen von WhatsApp begeben und Ihnen helfen, Ihre Kommunikation noch effizienter und unterhaltsamer zu gestalten.

Egal, ob Sie bereits routiniert im Umgang mit WhatsApp sind oder nach neuen Herausforderungen suchen - dieser Kurs bietet Ihnen die Möglich-

keit, Ihr Wissen zu erweitern und neue Fähigkeiten zu erlernen. Außerdem ist Zeit für Ihre persönlichen Fragen zum Thema Smartphone

Kurs-Nr.: **203225**

Termin: **Fr., 20.3.2026, 9 bis 12 Uhr**

Ort: **Dominikanerhaus Steyr,  
Grünmarkt 1, 4400 Steyr**

Kursbeitrag: **€ 29,-**

TN-Zahl: **7 bis 9**

Anmeldeschluss: **10.3.2026**

Kooperation & **Dominikanerhaus Steyr**

Anmeldung: **dominikanerhaus@dioezese-linz.at  
(07252) 45 400**



**Christopher  
Dickbauer**  
EDV-Trainer,  
SelbA-Digital-Trainer



## Digital Spezial

### Hilfreiche Apps am Smartphone

Entdecken Sie hilfreiche Apps für Reise (ÖBB, Maps, Hotelsuche, Kulturveranstaltungen, Bezahlung im Internet...) und wie man diese installiert. In entspannter Runde klären wir auch individuelle Fragen, tauschen Erfahrungen aus und lernen gemeinsam, wie das Smartphone den Alltag erleichtern kann.

Voraussetzungen: ein versierter Umgang mit dem Smartphone

Kurs-Nr.: **203361**

Termin: **Fr., 20.3.2026, 13 bis 16 Uhr**

Ort: **Dominikanerhaus Steyr,  
Grünmarkt 1, 4400 Steyr**

Kursbeitrag: **€ 29,-**

TN-Zahl: **7 bis 12**

Anmeldeschluss: **10.3.2026**

Kooperation & **Dominikanerhaus Steyr**

Anmeldung: **dominikanerhaus@dioezese-linz.at  
(07252) 45 400**



**Christopher  
Dickbauer**  
EDV-Trainer,  
SelbA-Digital-Trainer



## Mein digitales Erbe

Im Internet hinterlassen wir viele Spuren - Fotos, E-Mails, Online-Konten, Passwörter oder Abos. Doch was passiert damit, wenn wir einmal nicht mehr da sind?

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie rechtzeitig vorsorgen können. Sie lernen, wie Sie Ihre digitalen Zugänge sicher verwalten, was Angehörige wissen sollten und wie Sie wichtige Daten für Ihre Familie oder Freunde vorbereiten.

Der Kurs zeigt Schritt für Schritt, worauf Sie achten sollten - ganz ohne Fachbegriffe und mit vielen praktischen Beispielen.

Kurs-Nr.: **203362**

Termin: **Mo., 23.3.2026,  
13.30 bis 16.00 Uhr**

Ort: **Diözesanhaus,  
Kapuzinerstraße 84,  
4020 Linz**

Kursbeitrag: **€ 25,-**

TN-Zahl: **6 bis 10**

Anmeldeschluss: **12.3.2026**



**Bernhard Prokop**  
SelbA-Digital-Trainer



## Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

### Smartphone-Führerschein Teil 2

Sie können schon ganz gut mit dem Smartphone umgehen und haben Lust auf mehr?

Dann sind Sie im Aufbaukurs richtig.

Themen:

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

Nach Absolvierung von Grundlagen- und Aufbaukurs erhalten Sie den SelbA Smartphone-Führerschein.

Kurs-Nr.: 203357

Termine: 3 zusammenhängende Termine

Mi., 25.3.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Mi., 1.4.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Mi., 8.4.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Diözesanhaus,

Kapuzinerstraße 84,

4020 Linz

Kursbeitrag: € 85,-

TN-Zahl: 6 bis 9

Anmeldeschluss: 12.3.2026

Gutscheine: Diözesaner Bildungsgutschein

einlösbar



**Josef Kaltenhuber**  
IT-Trainer & IT-Berater,  
SelbA-Digital-Trainer



## Künstliche Intelligenz (KI)

Tauchen Sie in die Welt der Künstlichen Intelligenz ein und entdecken Sie, wie KI den Alltag erleichtern kann. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie KI-gestützte Werkzeuge für die Textbearbeitung, Bildgenerierung und Sprachassistenz nutzen, Informationen schneller finden und sicher im Internet agieren. Mit leicht verständlichen Erklärungen und praktischen Übungen gewinnen Sie mehr Sicherheit im Umgang mit KI und erfahren, wie Sie diese sinnvoll in Ihren Alltag integrieren können.

Ihr eigenes funktionstüchtiges Smartphone/Laptop, Ladekabel, Beschreibung und PIN-Code sind mitzubringen.

Kurs-Nr.: 203245

Termin: Di., 7.4.2026,  
9.00 bis 11.30 Uhr

Ort: Haus der Frau,  
Volksgartenstraße 18, 4020 Linz

Kursbeitrag: € 30,-

TN-Zahl: 6 bis 10

Anmeldeschluss: 26.3.2026

Kooperation & Haus der Frau, (0732) 66 70 26

Anmeldung: hdf@dioezese-linz.at



**Bernhard Prokop**  
SelbA-Digital-Trainer



## Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

### Smartphone-Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit kurzem ein Smartphone?

Sie wollen es sicherer bedienen können?

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

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

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

Kurs-Nr.: 203379

Termine: 3 zusammenhängende Termine

Mi., 8.4.2026, 13.30 bis 16.00 Uhr

Mi., 15.4.2026, 13.30 bis 16.00 Uhr

Mo., 20.4.2026, 13.30 bis 16.00 Uhr

Ort: Bildungszentrum

Franziskushaus,

Riedholzstraße 15a, 4910 Ried i.l.

Kursbeitrag: € 85,-

TN-Zahl: 6 bis 9

Anmeldeschluss: 30.3.2026

Gutscheine: Diözesaner Bildungsgutschein  
einlösbar



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



## PC und Internet für Fortgeschrittene

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

Im Fortgeschrittenenkurs lernen Sie:

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

Wichtige Hinweise: Wir arbeiten ausschließlich mit Geräten, die über Windows 10 oder höher

verfügen. Ein eigener funktionierender Laptop ist mitzubringen.

Besuch des Grundkurses ist von Vorteil!

Kurs-Nr.: **203218**

Termine: 3 zusammenhängende Termine

Fr., 10.4.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Fr., 17.4.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Fr., 24.4.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr

Ort: **Haus der Frau,**

Volksgartenstraße 18, 4020 Linz

Kursbeitrag: **€ 85,-**

TN-Zahl: **6 bis 10**

Anmeldeschluss: **26.3.2026**

Kooperation & **Haus der Frau, (0732) 66 70 26**

Anmeldung: **hdf@dioezese-linz.at**



**Bernhard Prokop**  
SelbA-Digital-Trainer



## Kreativ gestalten mit Canva - Ideen für Social Media und mehr

In diesem Workshop dreht sich alles um Canva - das vielseitige Online-Tool für kreative Gestaltung. Gemeinsam entdecken wir, wie Sie ansprechende Posts, Storys und Grafiken für Social Media gestalten können.

**Sie lernen, wie Sie:**

- Vorlagen in Canva anpassen und für eigene Zwecke nutzen,
- Schriften, Farben und Bilder gezielt einsetzen,
- Designs für Facebook, Instagram & Co. optimieren,
- und Ihre Entwürfe professionell präsentieren oder weiterverwenden können.

**Voraussetzungen:**

- Grundkenntnisse in Microsoft Word und Canva
- Canva-Zugang (kann im Workshop erstellt werden)

Bitte mitbringen: einen funktionsfähigen Laptop, installiertes Betriebssystem (Windows 11), installiertes Microsoft Word

Kurs-Nr.: **203335**

Termin: **Fr., 10.4.2026,**  
9 bis 12 Uhr

Ort: **Diözesanhaus,**  
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz

Kursbeitrag: **PG 1: € 33,-**

**PG 2: € 38,-**

**PG 3: € 45,-**

TN-Zahl: **6 bis 9**

Anmeldeschluss: **26.3.2026**



**Stefanie Gastberger**  
IT-Trainerin, Trainerin  
für digitale Alltags-  
kompetenzen



Fotos: www.pixabay.com



## Digitales Amt Österreich

### ID Austria

In diesem Kurs erleben Sie, wie einfach viele Behördenwege von zu Hause aus erledigt werden können. Mit der ID Austria können Sie sich sicher im Internet ausweisen und wichtige Dinge online erledigen - zum Beispiel Anfragen bei Ihrer Krankenkasse, Steuerangelegenheiten oder das Einreichen von Arztrechnungen.

Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie die ID Austria verwenden können. Dabei bleibt genügend Zeit, um Fragen zu stellen und die Funktionen selbst auszuprobieren.

#### Inhalte:

- Einführung in die App „ID Austria“
- Zugang zur Gesundheitskasse (z. B. ELGA, eCard-Informationen)

- Arztrechnungen und Dokumente online einreichen
- Sicherheit und Datenschutz



Bernhard Prokop  
SelbA-Digital-Trainer



Kurs-Nr.:	<b>203359</b>
Termin:	<b>Mo., 20.4.2026,</b> M., 13.30 bis 16.00 Uhr
Ort:	<b>Diözesanhaus,</b> Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Kursbeitrag:	<b>€ 25,-</b>
TN-Zahl:	<b>6 bis 10</b>
Anmeldeschluss:	<b>9.4.2026</b>

## Smart und fit am Handy - Aufbaukurs

### Smartphone-Führerschein Teil 2

Sie können schon ganz gut mit dem Smartphone umgehen und haben Lust auf mehr? Dann sind Sie im Aufbaukurs richtig.

#### Themen:

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

Nach Absolvierung von Grundlagen- und Aufbaukurs erhalten Sie den SelbA Smartphone-Führerschein.

Kurs-Nr.:	<b>203380</b>
Termine:	<b>3 zusammenhängende Termine</b> <b>Mi., 6.5.2026, 13.30 bis 16.00 Uhr</b> <b>Mi., 13.5.2026, 13.30 bis 16.00 Uhr</b> <b>Mi., 20.5.2026, 13.30 bis 16.00 Uhr</b>
Ort:	<b>Bildungszentrum</b> <b>Franziskushaus,</b> Riedholzstraße 15a, 4910 Ried i.I.
Kursbeitrag:	<b>€ 85,-</b>
TN-Zahl:	<b>6 bis 9</b>
Anmeldeschluss:	<b>27.4.2026</b>
Gutscheine:	<b>Diözesaner Bildungsgutschein</b> <b>einlösbar</b>



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



## Ein Bild sagt mehr als tausend Worte

### Ihr individuelles Fotobuch

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie ein Fotobuch mit Ihren schönsten Erinnerungen gestalten. Wir zeigen Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie Fotos hochladen, Layouts anpassen, Texte hinzufügen und Ihr Fotobuch professionell bestellen können. Grundkenntnisse am PC sind erforderlich. Egal ob Urlaubsbilder, Familienfotos oder besondere Anlässe - mit wenigen Klicks entsteht Ihr individuelles Fotobuch!

Ihr eigenes funktionstüchtiges Smartphone/Laptop, Ladekabel, Beschreibung und PIN-Code sind mitzubringen.

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

Kurs-Nr.:	<b>203224</b>
Termine:	<b>2 zusammenhängende Termine</b> <b>Fr., 8.5.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr</b> <b>Fr., 22.5.2026, 9.00 bis 11.30 Uhr</b>
Ort:	<b>Haus der Frau,</b> Volksgartenstraße 18, 4020 Linz
Kursbeitrag:	<b>€ 60,-</b>
TN-Zahl:	<b>6 bis 11</b>
Anmeldeschluss:	<b>29.4.2026</b>
Kooperation &	<b>Haus der Frau</b>
Anmeldung:	<b>hdf@dioezese-linz.at,</b> <b>(0732) 66 70 26</b>



Bernhard Prokop  
SelbA-Digital-Trainer



## Digital Spezial

### Praktische Apps am Smartphone

In unserem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihr Smartphone effizient nutzen können, um den Alltag zu erleichtern. Ob für Kommunikation, Organisation, Gesundheit, Reisen oder Unterhaltung - wir zeigen Ihnen eine Vielzahl von praktischen Apps (englische Kurzform für „Applications“ = Anwendungen), die Ihr Leben bereichern. Voraussetzung: Der Kurs richtet sich an Fortgeschrittene. Sie sollten grundsätzlich handyfit und mit Internet und E-Mail vertraut sein.

Kurs-Nr.:	<b>203381</b>
Termin:	<b>Mo., 8.6.2026,</b> 13.30 bis 16.00 Uhr
Ort:	<b>Bildungszentrum Franziskushaus,</b> Riedholzstraße 15a, 4910 Ried i.l.
Kursbeitrag:	<b>€ 25,-</b>
TN-Zahl:	<b>7 bis 9</b>
Anmeldeschluss:	<b>28.5.2026</b>



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



## Digital Spezial

### KI (Künstliche Intelligenz) auf dem Smartphone

Lernen Sie die Funktionen Ihres Smartphones kennen, in denen bereits KI „verbaut“ ist. Was können Assistenten wie ChatGPT, Copilot und Co. für mich erledigen. Voraussetzungen: ein versierter Umgang mit dem Smartphone

Kurs-Nr.:	<b>203382</b>
Termin:	<b>Mo., 29.6.2026,</b> 13.30 bis 16.00 Uhr
Ort:	<b>Bildungszentrum Franziskushaus,</b> Riedholzstraße 15a, 4910 Ried i.l.
Kursbeitrag:	<b>€ 25,-</b>
TN-Zahl:	<b>7 bis 12</b>
Anmeldeschluss:	<b>18.6.2026</b>



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



## SelbA-Digital-Angebote

Es besteht die Möglichkeit, zusätzlich zu den Angeboten, die im Weiterbildungsprogramm im Rahmen der SelbA-Akademie angeboten werden, Smartphone- und Computer-Kurse in die Region zu holen. Bei Interesse an Kursen als Einzelperson oder als Gruppe bitte um Kontaktaufnahme mit Astrid Gaisberger, (0732) 76 10-32 79 astrid.gaisberger@dioezese-linz.at, oder Jürgen Rath, (0732) 76 10-32 24, juergen.rath@dioezese-linz.at, die dann Kurse vor Ort organisieren.

Folgende Kurse können gebucht werden:

### Schnupperkurs Smartphone

Erste Schritte am Handy, Kennenlernen des Smartphone-Kursangebots

2 Stunden, kostenfrei

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

### Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs Smartphone

3 Module zu je 2,5 Stunden, Kursbeitrag: € 85,-, diözesaner Bildungsgutschein einlösbar

TN-Zahl: 6 bis 9

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

### Smart und fit am Handy - Aufbaukurs Smartphone

3 Module zu je 2,5 Stunden, Kursbeitrag: € 85,-, diözesaner Bildungsgutschein einlösbar

TN-Zahl: 6 bis 9

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

### Digital Spezial

Je nach Kurs 2 bis 3 Stunden, Kursbeitrag je nach Kurs € 22,- bis € 35,-

TN-Zahl: je nach Kurs 6 bis 12

Weiterbildungen für Fortgeschrittene zu speziellen Themen wie z.B. „Kulturgenuss online buchen“, „Das Internet sicher nutzen“, „Willhaben - Ein- und Verkauf im Internet“, „Praktische Apps“ und mehr.

### SelbA Training für Körper, Geist & Seele online

5 Termine zu je 1,25 Stunden, Kursbeitrag: € 30,-

TN-Zahl: 8 bis 10

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

# SELBSTEINSCHÄTZUNG FÜR EINTEILUNG IN SMARTPHONE-KURSE

## ICH KANN / KENNE

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

Wenn **keine** der Aussagen auf Sie zutrifft, empfehlen wir diesen Kurs:

Schnupperkurs Smartphone - erste Schritte am Smartphone, Kennenlernen unseres Angebots

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

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

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

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

## ANMELDUNG

E-Mail: [weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at](mailto:weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at)

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

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



# ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN DES KATH. BILDUNGSWERKES OÖ

## ANMELDUNG

Anmeldungen für Veranstaltungen können telefonisch und schriftlich beim Katholischen Bildungswerk erfolgen. Geben Sie gegebenenfalls auch Ihre Nächtigungswünsche bekannt. Anmeldeschluss ist, wenn nicht anders angegeben, zehn Tage vor Veranstaltungsbeginn. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Einlangens berücksichtigt und sind mit ihrer Registrierung verbindlich.

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

## DATENSCHUTZ

Wir weisen Sie ausdrücklich darauf hin, dass Ihre personenbezogenen Daten (Name, Anschrift, Tel.-Nr., Mobil-Nr. und E-Mail-Adresse) zum Zweck der Veranstaltungsorganisation elektronisch gespeichert und verarbeitet werden. Nach Beendigung der Veranstaltung bleiben Ihre personenbezogenen Daten zur Zusendung von Infomaterial – bis auf Widerruf – bei uns gespeichert.

Diese Zustimmung können Sie jederzeit per Mail: [weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at](mailto:weiterbildung.katholischesbildungswerk@dioezese-linz.at) oder per Tel.: (0732) 76 10-32 09 widerrufen. Es wird darauf hingewiesen, dass alle bis zum Widerruf vorgenommenen Verarbeitungen weiterhin rechtmäßig bleiben.

## TEILNEHMER:INNENBEITRÄGE

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

## TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

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

## FOTOS

Mit dem Akzeptieren der Allgemeinen Geschäftsbedingungen erklären Sie sich einverstanden, dass allfälliges Bild-, Ton- oder Filmmaterial, welches im Rahmen der oben angeführten Veranstaltungen von Ihnen aufgenommen wird, für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit in einem kirchlichen Themenkontext in unsere Mediendatenbank hochgeladen wird und zur Veröffentlichung, zB. in Printmedien, auf der diözesanen Website und/oder sozialen Medien, weitergegeben werden darf.

## BARRIEREFREIHEIT

Unsere Veranstaltungen sind offen für alle – Menschen mit Behinderung sind herzlich willkommen. Wir setzen uns aktiv für Barrierefreiheit ein und bemühen uns, individuelle Bedürfnisse zu berücksichtigen. Wenn Sie Unterstützung brauchen, sagen Sie uns bitte Bescheid.

## UNSERE PREISE

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

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

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

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



## BUCH & SEGEN – EIN ORT, DER INSPIRIERT

**Mit Buch & Segen entsteht ein Raum, der Menschen verbindet und Glauben lebendig macht.**

Ab dem 7. Jänner öffnen wir die Türen unseres neuen Standortes im Diözesanhaus Linz und laden Sie herzlich ein, diesen besonderen Ort kennenzulernen. Buch & Segen ist mehr als eine Buchhandlung – es ist ein Ort der Inspiration, des Austauschs und neuer Ideen, ein Ort, an dem Glaube und Bildung wachsen können – mit einem sorgfältig ausgewählten Sortiment, hoher Qualität und kompetenter Beratung.

Gerade für alle, die sich in der Erwachsenenbildung engagieren, bietet Buch & Segen Impulse, Materialien und Bücher, die Glauben lebendig machen und Menschen ins Gespräch bringen. Entdecken Sie Inhalte, die Herz und Verstand ansprechen, und Räume für Begegnung eröffnen.



Buch & Segen Buchhandels GmbH |  
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz  
Tel.: (0732) 7610 - 3813 |  
E-Mail: [shop@buchundsegen.at](mailto:shop@buchundsegen.at) |  
[www.buchundsegen.at](http://www.buchundsegen.at)

*Kommen  
Sie vorbei und  
lassen Sie sich  
inspirieren –  
wir freuen uns  
auf Sie!*

# GEDANKENREISE

## Philosophieren mit Kindern

Kinder besitzen eine angeborene Neugierde und sind wahre Expert:innen im Staunen. Das Projekt der Bibliotheksfachstelle knüpft an diese natürliche Fähigkeit an und kultiviert das Fragenstellen, statt fertige Antworten zu präsentieren.

In einem inspirierenden Rahmen lernen Kinder, ihre Gedanken auszudrücken und unterschiedliche Sichtweisen zu entdecken. Im Mittelpunkt steht ein gemeinsamer Dialog, geprägt von gegenseitigem Respekt und Wertschätzung. Philosophieren kann dabei einen wichtigen Beitrag zur Wertebildung leisten.

Für die Gestaltung einer philosophischen Vorlesestunde stellt die Bibliotheksfachstelle eine Medienkiste mit ausgewählten Bilderbüchern sowie ein Handout zum Verleih bereit. Die Geschichten enthalten philosophische Impulse, die nach dem Vorlesen mithilfe von Fragen und kreativen Ideen aus dem Handout in einer Gesprächsrunde mit Kindern ab fünf Jahren vertieft werden können.

**Leonora Leitl:**  
**Gute Frage, sagt die Buchstabensuppe.**  
Innsbruck: Tyrolia, 2024.  
ISBN: 978-3-7022-4228-2



Nähere Infos!



Grafik: Bibliotheksfachstelle/Leonora Leitl



### KBW aktuell – 2025/06

#### IMPRESSUM

Medieninhaberin: Diözese Linz, Herrenstraße 19, 4020 Linz  
Herausgeber: Katholisches Bildungswerk OÖ, Mag. a Melanie Wurzer BA,  
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz, Redaktion: Mag. a (FH) Andrea Pirngruber  
Titelfoto: 1137329699, conceptualmotion, www.istockphoto.com  
Österreich, UID: ATU 59278089  
Offenlegung gem. § 25 Mediengesetz: www.dioezese-linz.at/offenlegung

Österreichische Post AG MZ 02Z031352M

Diözese Linz, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz

**Katholisches  
Bildungswerk OÖ**

Kapuzinerstraße 84  
4020 Linz

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

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