

Bildung & Begegnung

FRANZISKUSHAUS

©Foto: KI generiert Keramikschaale

28. März bis 2. April

Pilgerreise mit Bildern
Auf den Spuren Sieger Köders

Lehrgangstarts:

ab 07. 03. Gewaltfreie Kommunikation
ab 25. 03. Touch for Health
ab 31.03. Sensorische Integration im Dialog
ab 24. 04. kym® Kybernetische Methode
ab 07. 04. Cranio Sacrale Körperarbeit uvm.

28. März

Vom ersten bis zum letzten Atemzug
Lesung: Ellen Matzdorf S.11

**klar
wirksam
tragfähig**



Kornelia Zauner
Bildungshausleiterin

UNSER TEAM



Carolin Pumberger
Päd. Mitarbeiterin



Edith Aschenberger
Päd. Mitarbeiterin



Doris Rossak
Sekretärin



Marianne Etzlinger
Sekretärin



Iris Maria Kaser
Sekretärin



Suzan Awolola
Wirtschaftsmitarbeiterin



Wolfgang Zahrer
Haustechniker



Petra Gollhammer
Wirtschaftsmitarbeiterin

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



TIPP

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

Diözese Linz/Franziskushaus

Verwendungszweck: Spende für Kursprogramm
IBAN: AT32 5400 0000 0165 6362

BIC: OBLAAT2L



DANKE



BILDUNGSZENTRUM
**FRANZISKUS
HAUS** BILDUNG &
BEGEGNUNG

Newsletter abonnieren!
informierend. inspirierend. erfrischend.
Das Franziskushaus informiert jetzt auch per Newsletter.
Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!



NEU!!

Liebe Freund:innen des Franziskushauses!

Herzlich willkommen zur neuen Ausgabe unseres Bildungsprogramms!

Mit großer Freude und Zuversicht präsentieren wir Ihnen auch in diesem Jahr ein vielseitiges Angebot, das Orientierung geben, Mut machen und Räume für Entwicklung eröffnen möchte. Bildung verstehen wir dabei nicht nur als Wissensvermittlung, sondern als Einladung zur Begegnung – mit neuen Gedanken, mit anderen Menschen und mit sich selbst.

Gerade in Zeiten, die von Wandel, Unsicherheiten und offenen Fragen geprägt sind, möchten wir mit unserem Programm ein Zeichen der Hoffnung setzen. Wir glauben an die Kraft des gemeinsamen Lernens, an das Verbindende im Dialog und an die Zuversicht, dass Veränderung auch Chancen in sich trägt. Unsere Veranstaltungen sollen ermutigen, stärken und Perspektiven eröffnen – für ein gutes Leben heute und morgen.

Mit Freude blicken wir auch auf die Zusammenarbeit innerhalb der Bildungshäuser der Diözese Linz. Gemeinsam unterwegs zu sein, Erfahrungen zu teilen und Kräfte zu bündeln, eröffnet neue Möglichkeiten und stärkt unsere Bildungsarbeit nachhaltig. Dieses Miteinander verstehen wir als wertvolle Ressource – getragen von Vertrauen, gemeinsamer Vision und dem Wunsch, Menschen bestmöglich zu begleiten.

Auch im Team gibt es Bewegung, die wir mit Offenheit und Zuversicht begleiten.

Besonders herzlich begrüßen wir unsere neue Mitarbeiterin Iris Kaser, die unser Haus künftig mit ihrem Engagement, ihren Ideen und ihrer Persönlichkeit bereichern wird.

Liebe Iris, schön, dass du da bist – wir freuen uns sehr auf die gemeinsame Zusammenarbeit und den Weg, der vor uns liegt.

Gleichzeitig heißt es für uns, Abschied zu nehmen.

Angelika Fischer verlässt unser Team und schlägt einen neuen beruflichen Weg ein. Für ihren Einsatz, ihre Verbundenheit und ihr Wirken sagen wir von Herzen Danke.

Liebe Angelika, wir wünschen dir für deinen weiteren Weg alles Gute, viel Zuversicht, Freude und erfüllende neue Erfahrungen. Mögen dich Mut und Vertrauen begleiten.

Mit Blick in die Zukunft dürfen wir auch baulich hoffnungsvoll sein: Unsere Nächtigungsmöglichkeiten im Bildungshaus bleiben das gesamte Jahr 2026 über bestehen. Zugleich sehen wir einem geplanten Umbau im Jahr 2027 mit Vorfreude entgegen – als Chance, unser Haus weiterzuentwickeln und noch besser auf kommende Bedürfnisse auszurichten. Veränderung verstehen wir dabei als Schritt nach vorne, getragen von Vertrauen und dem Wunsch, Bewährtes mit Neuem zu verbinden.

So blicken wir hoffnungsvoll nach vorne und laden Sie ein, Teil unseres Bildungsjahres zu sein. Mögen Sie in diesem Programm Inspiration finden, neue Impulse entdecken und gestärkt aus Begegnungen hervorgehen. In diesem Sinne: auf ein Jahr voller Zuversicht, lebendiger Bildung und guter Begegnungen!

Mit herzlichen Grüßen

Kornelia Zauner, Leiterin des Franziskushauses

Inhaltsübersicht

Spiritualität	06
Themenschwerpunkt „Menschsein“	11
Natur	12
Kultur/Gesellschaft	14
Pädagogik	17
Kreativität	21
Lebensorientierung	26
Gesundheit	28
Kommunikation	33
Kalendarium	35

Institutionen im Franziskushaus



**Katholische Jugend
Regionalbüro**



Pfarre
Ried im Innkreis

Das Büro der katholischen Jugend Ried i. I. befindet sich im 1. Stock des Franziskushauses. Gerne bin ich für eure Anliegen erreichbar und bin bemüht, dass ich euch in den diversen Bereichen der Jugendarbeit unterstütze.

Ansprechperson für:

- Jugendliche und junge Erwachsene
- Ehrenamtliche in den Pfarrgemeinden
- Schulen und Religionslehrer

Hier geht's
zur
WhatsApp
Community

Fragen rund um:

- o Jugendtreffen und -projekte
- o Firmung
- o Ministrantenarbeit
- o Jungschar
- o Glauben und Spiritualität



Melde dich gerne, wenn du Fragen oder eine geniale Idee hast oder Interesse an Projekten und Aktivitäten der katholischen Jugendarbeit.

Evelyn Gnigler: 0676 8776 6250, evelyn.gnigler@dioezese-linz.at

Caritas

Oberösterreich

RegionalCaritas der Diözese Linz

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

Koordination Netzwerk Wohnungssicherung Innviertel

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

Caritas Sozialberatung

Günther Fischinger, 0676/8776 2313

Caritas für Kinder und Jugendliche

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

Beratung für pflegende Angehörige

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

Termine sind in allen Stellen nach Vereinbarung möglich!



BEZIEHUNGLEBEN.AT

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

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

Telefonische Terminvereinbarung:
0732/773676

Erstgespräch auch ohne Anmeldung:
jeden 2. und 4. Montag von 15:00 bis 17:00 Uhr

Diakonie

**Zentrum
Spattstraße**

Frühe Hilfen

entlasten Mütter, organisieren Unterstützung und lotsen zu den passenden Angeboten.

Netzwerkmanagerin Daniela Rebhan, MA
0676/84 99 01 201 daniela.rebhan@spattstrasse.at

Heilpädagogische Frühförderung

für Kinder mit Behinderungen oder Entwicklungsverzögerungen.

Teamkoordinatorin Birgit Hanl, BA
0676/512 12 27 birgit.hanl@spattstrasse.at

Mobiles Familiencoaching

Zögern Sie nicht, wenn es zuhause nicht rund läuft und nehmen Sie Kontakt auf.

Marisa Zerza
0800/700 734 familiencoaching@spattstrasse.at



Anmeldebedingungen

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

Programmänderungen

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

Stornobedingungen

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

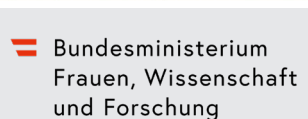
Unterbringung und Aufenthalt

Es besteht die Möglichkeit, im Bildungshaus zu speisen und bis Ende 2026 auch noch zu nächtigen. Tätigen Sie die Anmeldung dazu ehestmöglich.

Datenschutz

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

Partner, Förderer und Unterstützer



Förderungsmöglichkeiten

Kirchlicher Bildungsgutschein



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

Elternbildungsgutscheine vom Familienreferat des Landes OÖ.



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

Amt der OÖ Landesregierung

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



Bildungskonto des Landes OÖ.

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

Nähere Auskünfte unter:
Amt der OÖ Landesregierung
Direktion Bildung
und Gesellschaft
Bahnhofplatz 1, 4020 Linz
Tel. 0732/7720-14900
bildungskonto@ooe.gv.at

Symbolerklärung

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



Spiritualität



Gottesdienste ab Fr. 26.02.26 in der Franziskushauskapelle

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

Abschlussgottesdienst mit Grillfest Do. 02.07.26 18:00h **Wir feiern Gottesdienst in unserer Kapelle!**

immer freitags um 9:00 Uhr

Freitagsgottesdienste:

Zeit: 09:00 - 10:00 Uhr

„365“ Gottesdienste

Zeit: mittwochs 19:00 Uhr

Ort: Kapelle des Sonnengesangs im Franziskushaus

Herzlich willkommen!



Kreuzweg-Andacht und Kurzinfo zur geplanten Reise

Auf den Spuren Sieger Köders in Schwabenland

Sieger Köder (1925-2015), Maler und Pfarrer hat drei eindrucksvolle Kreuzwege gestaltet. Zu Beginn der Fastenzeit 2026 beginnen wir diesen Abend mit einer Kreuzweg-Meditation.

Im Anschluss an diesen spirituellen Einstieg werden Person und sonstige Werke des Malerpfarrers vorgestellt und dann noch Hinweise auf die geplante Sieger-Köder-Fahrt in der Karwoche 2026 gegeben.

Die Teilnahme an diesem Abend ist mit und ohne Interesse an der Sieger-Köder-Fahrt möglich.

Mi. 25. 02. 26

Zeit: 19:00 Uhr

Leitung:

Mag. Josef Schwabeneder

Kosten: freiwillige Spende

Anmeldung erbeten



Kraftquelle Singen

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

Fr. 27. 02. 26

Zeit: 15:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Sigrid Obermüller

Kosten: € 45,- inkl. kleiner Jause

Anmeldung bis 25.2. erforderlich



Übers Wasser gehen - Bibelkurs

Vertrauen lernen

Inmitten von Krisen wie Pandemien, Klimawandel und Kriegen suchen viele nach Orientierung. Der Linzer Bibelkurs lädt ein, Vertrauen neu zu entdecken – inspiriert von biblischen Geschichten über Angst, Mut und Glauben. An vier Abenden stehen Texte des Neuen Testaments im Zentrum: Petrus auf dem Wasser, die Jünger im Sturm, Paulus im Schiffbruch und der Brief an die Philipper. Sie zeigen: Vertrauen wächst im Gehen – und wir gehen nie allein. Der Kurs verbindet biblische Erzählungen mit heutigen Lebensfragen und lädt zum Austausch ein.

Fr. 27. 02. 26

Fr. 06. 03. 26

Fr. 13. 03. 26

Fr. 20. 03. 26

Zeit: Fr je 10:00 - 12:00 Uhr

Leiterin: Christine Gruber-Reichinger, Bibelwerk Linz

Kosten: € 48,- Reihe

Anmeldung bis 20.2. erforderlich



Chorsingabend - Chorliteratur für das Kirchenjahr

Leichte & mittelschwere Chorwerke für die Kirchenchorpraxis

Die Fachstelle Kirchenmusik stellt leichte und mittelschwere Chorwerke für die Kirchenchorpraxis vor.

Ein Teil der Chorliteratur beinhaltet u.a. auch das Thema Ostern und Pfingsten. Die Noten werden miteinander ausprobiert und hilfreiche Tipps zu ihrer Einstudierung gegeben, sowie die Einsatzmöglichkeiten im Gottesdienst besprochen.

Do. 05. 03. 26

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Leitung:

Fachstelle Kirchenmusik

Kosten: € 10,-

Anmeldung erforderlich



Musicalfahrt nach Wien

„Godspell“ & Heurigenbesuch

Basierend auf dem Matthäus-Evangelium bringt das Stück zentrale Gleichnisse Jesu auf kreative, musikalisch vielfältige Weise auf die Bühne. Im Zentrum stehen zeitlose Werte: Freundlichkeit, Toleranz und Liebe. Mit großer Begeisterung und ehrenamtlichem Engagement bringt die Pfarre Franz von Sales dieses besondere Musical auf die Bühne. Die Aufführung ist Teil unseres Bildungsprogramms und lädt zur Auseinandersetzung mit Glauben, Gemeinschaft und gesellschaftlichen Werten ein.

Die Spenden kommen der Finanzierung einer Photovoltaik-Anlage sowie sozialen Projekten zugute.

So. 08. 03. 26

Abfahrt: 11:30 Uhr

Vorstellung: 18:00 Uhr

Ankunft Ried: ca 24:00 Uhr

Ort: Kirche Glanzing

Kosten: € 110,-

inkl. Busfahrt und Eintritt, vor dem Musical machen wir einen Heurigenbesuch

Restplätze verfügbar!



Taizé Gebet

Ruhe - Zeit - Da Sein - meditative Gesänge aus Taizé

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

Dieser Gebetsabend ist für jede und jeden Interessierte:n gedacht und geeignet, auch wenn es noch keine Vorkenntnisse in Meditation und Gebet gibt.

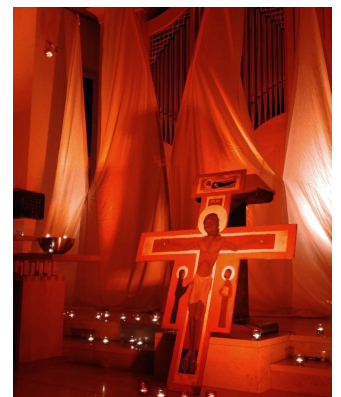
Fr. 13. 03. 26

Zeit: 19:30 Uhr

Ort: Kapelle des Sonnengesangs im Franziskushaus

Kosten: freiwillige Spende

Herzlich willkommen!



Wenn Zwei oder Drei....

Das Vaterunser neu erleben

Erfahre das „Vater unser“ auf eine ganz neue Weise: Mit dem Körper, in Bewegung, mit Musik oder in Stille. Ein Versuch sich den Worten, der Struktur und dem Dahinter zu nähern. Dieses Gebet begleitet uns seit über 2000 Jahren – entdecke es mit Körper, Geist und Seele, allein und in der Gruppe, mit Raum für Reflexion und Austausch.

Alles was Sie für diese Abende brauchen ist Offenheit!

Fr. 13. 03. 26 Fr. 27. 03. 26
Fr. 20. 03. 26

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr**Leitung:** Christoph Wiesner**Kosten:**

Einzelabend: € 15.-

3 Abende: € 40.-

Herzlich willkommen!

**„Geerdet und gehimmelt“**

Meditative Impulse zum Thema Frieden und Zufriedenheit

„Frieden“ ist in aller Munde. Ist „Frieden“ auch in aller Taten?
„Die größte Freud‘ ist doch die Zufriedenheit!“ W. Busch

Vertiefungsabende mit meditativen und achtsamen Impulsen, Stilleübungen, leichtem kreativen Ausdruck, Austausch.

Der eigenen Seelenbewegung nachspüren.

Was kommt in mir zum Klingen?

Suchen und Finden.

Fr. 20. 03. 26 (Friede)
Fr. 12. 06. 26 (Zufriedenheit)

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr**Leitung:** Maria Elisabeth Malli**Kosten:** € 33,- je Abend

Anmeldung erforderlich

**Heilsames Singen**

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

Mo. 23. 03. 26
Mo. 18. 05. 26

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

Anmeldung erforderlich

**Sonnenaufgangswanderung am Ostermontag**

Auf der Suche nach dem Göttlichen in unserem Leben

Zu früh morgendlicher Stunde werden wir uns am Ostermontag gemeinsam aufmachen und uns wie damals die Jünger:innen und Jünger auf den Weg nach Emmaus machen.

Einige Stationen werden uns Richtung Renetsham führen, wo wir mit Blick auf Ried im Sonnenaufgang gemeinsam Mahl feiern werden. Gehzeit etwa 1h je Richtung.

Mo. 06. 04. 26**Zeit:** 5:30 - ca. 8:30 Uhr**Leitung:** Helene Gesswagner,
Kornelia Zauner**Treffpunkt:** Franziskushaus**Kosten:** keine

Herzlich willkommen



Eine Pfarre - 19 Pfarrteilgemeinden

Pfarrgründungsfest der neuen Pfarre Ried im Innkreis

Der Gottesdienst wird in Konzelebration aller Priester der neuen Pfarre, zusammen mit den Diakonen und hauptamtlichen Seelsorgerinnen und Seelsorgern gefeiert.

Alle, die an einer Sternwallfahrt zum Gottesdienst kommen möchten, haben an folgenden vier Plätzen die Möglichkeit, um 9.00 Uhr gemeinsam zum Gottesdienst zu pilgern:

- vom Konvikt/Landesmusikschule
- von der Kapuzinerkirche
- vom Parkplatz beim Stadtfriedhof
- vom Messegelände

Einfach singen: Wie im Himmel

Singabend für Stimmfaltung und Lebensfreude

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

Tanzabend

Schritt für Schritt ein Stück Lebensfreude!

Die Natur ist im Entfalten und Erblühen und die länger werdenden Tage lassen für viele von uns auch die Lebensgeister wieder stärker werden ...

Es stehen an diesem Abend einfache und beschwingte Tänze im Mittelpunkt, die uns einladen, abzuschalten und aufzutanken. Vielleicht kann auf diese Weise Schritt für Schritt wieder etwas mehr Lebensfreude spürbar werden!

Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur die Freude an Musik, an Tänzern und dem gemeinsamen Erleben.

Traktor Wandern

Zeit für Dich

Raus aus dem Alltag und hinein in die Ruhe der Innviertler Landschaft: Diese besondere Traktorwanderung lädt dazu ein, das Tempo zu verlangsamen und bewusst innezuhalten. Sanftes Wandern, kurze Fahrten mit Max und seinem Steyr-Traktor „Rudi“ und ausgewählte Pausen eröffnen Raum zum Durchatmen und Ankommen im Moment. Begleitende Impulse aus der salesianischen Spiritualität schenken Anregungen zur Reflexion und laden ein, den Blick nach innen zu richten – achtsam, stärkend und ohne Leistungsdruck. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zur gemeinsamen Einkehr beim Wirt z'Wimpling.

So. 12. 04. 26

Zeit: 9:00 Uhr

Ort: ehem. Stadtpfarrkirche

Leitung: alle Priester der neuen Pfarre mit Diakonen und hauptamtlichen Seelsorger:innen



**Pfarre
Ried im Innkreis**

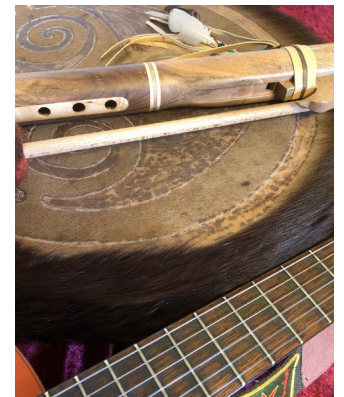
Mo. 20. 04. 26

Mo. 15. 06. 26

Zeit: je 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Sigrid Obermüller

Kosten: je € 18,-



Anmeldung erforderlich

Di. 28. 04. 26

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Veronika Santer

Kosten: € 15,-



Anmeldung erforderlich

Sa. 09. 05. 26

Zeit: 9:00 - 13:00 Uhr

Leitung:

Max Freyer mit Traktor Rudi und Kornelia Zauner

Kosten: € 65,-



Anmeldung erforderlich

Wasserpilgern – Begegnung, Staunen, Bedenken

Von Bad Goisern bis Obertraun

Von der katholischen Pfarrkirche Bad Goisern folgen wir dem Wasserpilgerweg nach Steeg am Hallstättersee und werden von wunderbaren Ausblicken auf die Berge begleitet. Dem Ostuferweg entlang des Hallstättersees erreichen wir mit Impulsen und Liedern umrahmt, gemütlich am Nachmittag die Katholische Kirche Obertraun.

Als Abschluss besteht die Möglichkeit in der Pizzeria in Obertraun einzukehren.

Gehzeit: 5 Stunden, 18 km - Schwierigkeitsgrad: leicht

Fr. 24. 04. 26

Leitung: Manuela Brunthaler

Kosten: € 20,- zuzügl. selbständige Anreise (Zug von Ried i. L. nach Bad Goisern 7:10 Uhr, Ankunft in Bad Goisern 9:24 Uhr, Pilgerbegleiterin steigt in Gmunden zu)

Anmeldung erforderlich



Gemeinsam & Einsam

Der Weg des Buches

Der Weg des Buches ist ein Themenweg, der von Nord nach Süd durch Österreich führt.

Die 1. Etappe: Gemeinsam fahren wir mit dem Zug nach Passau. Dort startet die interessante Stadt- Waldwanderung durch den Neuburger Wald zur Quelle in Heiligenbrunn und über Jägerwirth nach Vorderschloß und Ortenburg.

Länge der Etappe: 28 km / 680 hm

Diese Veranstaltung wird gemeinsam mit dem Krankenhaus Ried veranstaltet.

Do. 18. 06. 26

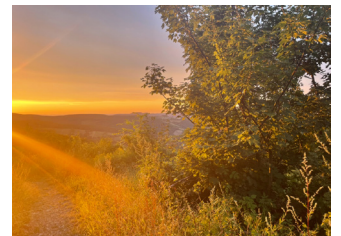
Zeit: 7:00 - ca.19:00 Uhr

Leitung:

Karl Geßwagner und Kornelia Zauner

Kosten: € 20,- zuzügl. Zugfahrt

Anmeldung bis 5.6. erforderlich



Motorradwallfahrt 2026

Unterwegs im Namen des Herrn

Start in der Kapelle 2. Stock mit kurzem spirituellen Impuls und Streckenbesprechung, anschließend gemeinsame Abfahrt

Heuer machen wir uns bei der traditionellen Motorrad-Ausfahrt auf die Reise Richtung Großraming. Die Strecke führt uns Richtung Lambach – Kirchdorf/Krems – Grünburg – Losenstein - zur Brunnbachkirche. Mittags kehren wir gemeinsam ein und anschließend feiern wir eine Messe mit P. Jakob in der Filialkirche Brunnbach bei Großraming inkl. Motorradsegnung. Danach machen wir uns wieder auf den Weg nach Hause.

Fahrzeit je Strecke (mit Pause) ca. 4 Std

So. 21. 06. 26

Zeit: So. 8.45 bis 19:00 Uhr

Leitung: Christian Bachmair, Wiesinger Anneliese, P. Jakob (Lambach),

Kosten: € 20,-

Anmeldung bis 10.6.



bruchstückhaft G A N Z in Gott

Salesianische Tage mit Gemeinschaftselementen

Der heilige Franz von Sales gilt als „Heiliger der frohen Gottesliebe“. Seine Spiritualität ist lebensnah, menschenfreundlich und von einem hoffnungsvollen Blick auf die Welt geprägt. Bei den Salesianischen Tagen im Kloster geht jede und jeder den eigenen persönlichen Weg. Begleitet werden die Teilnehmenden durch tägliche Gespräche mit einer festen Ansprechperson, Zeiten des Gebets und der Stille, inspirierende Impulse sowie durch achtsame Begegnungen in der Gruppe und mit den Schwestern. Das Angebot eignet sich besonders für Menschen, die erstmals Exerzitien erleben möchten.

So. 09. 08. 26 -

Sa. 15. 08. 26

Ort: Kloster der Schwestern Oblatinnen des Hl. Franz von Sales in Linz – OÖ

Leitung: Team von Priestern, Ordensleuten und Laien der salesianischen Familie

Kosten: € 150,- Kursgebühr 65.- EZ Vollpension/Tag

Anmeldung bis 30.4.

In Zusammenarbeit mit den Oblaten des Hl. Franz von Sales:



„Menschsein“

Lesung: Vom ersten bis zum letzten Atemzug

Selbstbestimmung und Zutrauen am Anfang und am Ende

Ellen Matzdorf ist Hebamme und Bestatterin – wohl die Einzige in Deutschland, die Menschen zugleich am Anfang und am Ende des Lebens begleitet. Für sie ähneln sich Geburt und Tod: beides unausweichliche, intime und zugleich universelle Erfahrungen voller Kraft und Verletzlichkeit. Sie setzt sich für Selbstbestimmung und Vertrauen ein. In ihrem Buch erzählt sie von ihrem Weg und von berührenden Momenten des Ankommens und Abschiednehmens – voller Mut, Zuversicht und Dankbarkeit.

Sa. 28. 03. 26

Zeit: 10:30 - 12:30 Uhr

Leitung:

Ellen Matzdorf, Autorin, Hebamme & Bestatterin

Kosten: € 18,-

Anmeldung erforderlich



Diplomlehrgang: Gewaltfreie Kommunikation

nach M.B. Rosenberg

Auch in schwierigen Situationen konstruktiv agieren. Eine Ausbildung über zwei Jahre, die die Sprache des Miteinander in den individuellen Alltag verankert.

Möglicherweise ist es nicht leicht, sich in Zeiten des Umbruchs für zwei Jahre zu binden, gleichzeitig macht es sich 100% bezahlt und hilft resilient und souverän zu sein. Die Kombination von Seminartagen, in denen sehr erfahrene (über 20 Jahre) Trainer neue Impulse geben, alltagspraktische Übungen begleiten & Fragen klären und den Peergruppentreffen, wo in Kleingruppen an konkreten Aufgaben geübt wird, bringt in großen Schritten voran. Eine Ausbildung über zwei Jahre, die wahrlich lebensverändernd sein können. 22 Seminartage plus Supervision. Bestehend aus Basis, Vertiefung, Intensivtraining und Integration. Quereinstieg bei Vertiefung möglich.

Lehrgangsstart mit Basistraining:

1. - Sa, 07. - So, 08. 03. 26
2. - Sa, 11. - So, 12. 04. 26
3. - Sa, 02. - So, 03. 05. 26

4 Vertiefungstage:

- 1.- Sa, 30. 05. 26,
2. - Sa, 27. 06. 26,
3. - Sa, 03. 10. 26,
4. - Sa, 07. 11. 26

10 Jahresintensivtrainingsamstage 2027: ab Sa, 30. 01. 27

Integrationsmodul 2028: Sa, 26. - So 27. 02. 28

ab Sa. 07. 03. 26

Leitung: Nicola und Thomas

Abler, www.friedisch.at

Kosten: € 2.970,-

Bildungskonto förderfähig

Frühbucher: bis 28. Feb. 26:
€ 2.870,00

Quereinsteiger:

ab 1. Vertiefung: € 2.430,00

Mehr Info unter:

[https://www.friedisch.at/
events/diplomlehrgang-alltagspractitioner-2026-2028](https://www.friedisch.at/events/diplomlehrgang-alltagspractitioner-2026-2028)

Informationsabend - ONLINE

Termin: 24. 02. 26

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr

Kosten: € 15,-

Anmeldung erforderlich



Natur

Mein SelbstversorgerInnen-Garten – BASICS

Für alle Greenhorns oder Leicht-Fortgeschrittene

Der Kurs behandelt Grundlagen der Selbstversorgung und des biologischen Gärtnerns. Inhalte sind Planung, Bodenbearbeitung, Kompostierung und Düngung sowie Saatgut, Aussaat, Mischkultur und Fruchtfolge. 1. Kurstag: Warum Selbstversorgung? 2. Kurstag: Alles über Saatgut, Aussaat und Pflanztipps, sowie Mischkultur und Fruchtfolge. 3. Kurstag: Pflanzengesundheit. 4. Kurstag: Warum „alte“ Sorten bevorzugen? 5. Kurstag: Ernten - Lagern - Verarbeiten.

ab Di. 03. 03. 26
(5 Dienstage)

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Leitung: Mag. Claudia Ortner

Kosten: € 95,- (Gesamtreihe),
€ 21,- (Einzeltermin)

Auch einzeln buchbar!

Anmeldung erforderlich



Kochen mit Gänseblümchen, Giersch und Co

Nach einer kurzen Vorstellung wertvoller, heimischer Wildkräuter, ihrer Eigenschaften und Wirkstoffe bereiten wir gemeinsam ein leckeres Menü zu und verspeisen dies genussvoll. Bitte bringen sie kleine Dosen oder Gläser für eventuelle Reste mit.

Di. 14. 04. 26

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Mag. Claudia Ortner

Kosten: € 45,-
(exkl. Materialkosten € 5,-)

Anmeldung erforderlich



Frühlingswildkräuter & Essbares von Bäumen entdecken

In diesem Kurs erkunden wir die frische Vielfalt der Frühlingswildkräuter, die auf Wiesen und an Wegesrändern direkt vor unserer Haustür wachsen. Außerdem entdecken wir Essbares von Bäumen und lernen, was uns die Natur im Frühling dort schenkt. Sie lernen wichtige heimische Wildkräuter kennen, ihre Erkennungsmerkmale sowie mögliche Verwechslungsgefahren. Darüber hinaus erhalten Sie praktische Tipps zum achtsamen Sammeln und zu Möglichkeiten der Verarbeitung im Alltag. Gemeinsam bereiten wir kleine Kostproben zu und verkosten diese.

Fr. 17. 04. 26

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Anna Fosodeder

Kosten: € 35,-
(inkl. Materialkosten)

Anmeldung erforderlich



Botanisches Latein für Gärtner:innen und Pflanzenfreunde

Botanisches „Latein“ ist ein praktisches Hilfsmittel für all jene, die viel mit Pflanzen zu tun haben. Es erleichtert die Kommunikation mit anderen Gärtnern und man weiß z.B. aufgrund des wissenschaftlichen Namens exakt, von welcher Pflanze sein Gegenüber spricht, was bei Trivialnamen = volkstümlichen Namen oft nicht 100 Prozentig sicher ist. Außerdem können uns Namensteile Auskunft über Eigenschaften, Aussehen oder Herkunft von Pflanzen geben.

Di. 05. 05. 26

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Leitung: Mag. Claudia Ortner

Kosten: € 19,-

Anmeldung erforderlich



Mutterkraut, Venusblut und Weibernessel Frauenkräuter in Theorie und Praxis

Lernen sie wertvolle Frauenkräuter, die bereits unsere AhnInnen in grauer Vorzeit nutzten, für alle Lebensphasen und Probleme kennen. Anschließend erzeugen wir gemeinsam im Praxisteil wertvolle Produkte für Wohlbefinden, ihr Frauenwohl bzw. den Genuss vor Ort.

Di. 02. 06. 26

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr

Leitung: Mag. Claudia Ortner

Kosten: € 32,-
(exkl. Materialkosten € 25,-)

Anmeldung erforderlich



Bleiben wir in Kontakt!

Jetzt zum Newsletter anmelden.



Einfach QR-Code scannen und anmelden.
informierend. inspirierend. erfrischend.

Kultur & Gesellschaft

#politisch sein als (kirchlicher) Bildungsauftrag

Was heißt es, politisch zu sein – im kirchlichen Bildungsauftrag und im Alltag? Der Expert*innentalk setzt Impulse für eine politische Bildung, die verbindet statt spaltet: Sie stärkt Demokratie, fördert kritisches Denken und ermutigt zur Teilhabe. Als kirchlicher Beitrag eröffnet sie Dialogräume, gibt Orientierung und befähigt zur Verantwortung. Teil des Projekts #politisch.sein des Forums katholischer Erwachsenenbildung Österreich. Infos: www.forumkeb.at/politisch.sein

Mo. 23. 02. 26

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr
Referent:innen: Regina Petrik, Markus Schlagnitweit, Andreas Weiß
Kosten: Kostenlos
Anmeldung: www.virgil.at
Auch ONLINE möglich!

Anmeldung www.virgil.at

FORUM
Katholischer
Erwachsenenbildung



SPIEGELSCHRIFT DES LEBENS: STAUNEN

Gedanken zu einem reichen Leben

Dieser lebendige und ansprechende Abend nimmt gleichzeitig mit auf die Reise. Der Künstler Johann L (Johann Lengauer) besucht mit Ihnen unter anderem den Berg Athos, erklimmt den Olymp und begegnet dem Orakel von Delphi. Auch seine Einsichten und Erkenntnisse teilt er mit Ihnen und regt dadurch dazu an, die Geisteshaltung des Staunens auch im Alltäglichen wieder zu entdecken. Eines seiner Bildwerke dient dabei als symbolisch anschaulicher roter Faden durch die gedankliche Wanderschaft.

Fr. 06. 03. 26

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Johann Lengauer
Gitarre und Gesang: Bora Seol
Kosten: VVK € 18,- AK € 20,-

Anmeldung erforderlich

SPIEGELSCHRIFT des LEBENS
ΣΠΙΓΕΙΣΧΡΙΣΤΙΛ 999 ΛΕΒΕΙΣ
Eine künstlerische Vortragsreise



Reise: Pilgern mit Bildern

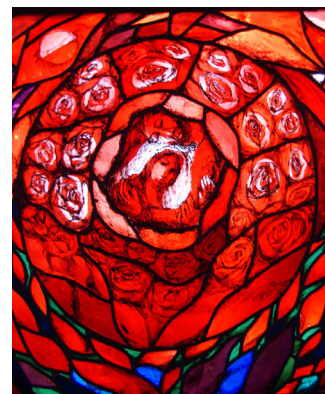
Auf den Spuren Sieger Köders ins Schwabenland

Auf dieser Reise werden wir seine teils sehr bekannten Werke an jenen Orten bestaunen können, für die sie entworfen wurden. Die Reise geht mit dem Bus über München, Ulm und Bad Urach nach Ellwangen. In und rund um Ellwangen gibt es zahlreiche Werke des Künstlers zu sehen. Mit Führungen, biblischen Meditationen und Liturgien werden die darin enthaltenen Botschaften erschlossen. Dazwischen kommt in kleinen Wanderungen auch die Schönheit der Landschaft nicht zu kurz.

Sa. 28. 03. 26 bis
Do. 02. 04. 26

Leitung: Mag. Josef Schwabeneder
Kosten: € 700,- inkl. Nächtigung, Frühstück, Busreise, Führungen

Anmeldung erforderlich



Lesung: Endloser Winter // Das Herz ist anderer Meinung

Queere Romane über die Kraft zu einem neuen Leben

Die Autorinnen Susanne Kuffner und Isabel Seimann lesen aus „Die schreibenden Frauen“ aus ihren queeren Romanen und geben persönliche Einblicke. Kuffners „Endloser Winter“ erzählt die berührende Geschichte des schwulen Musikers Mike, der unerwidert liebt und zwischen Freundschaft, Angst und Sehnsucht steht. Seimanns „Das Herz ist anderer Meinung“ schildert ein leises Coming-out voller Zweifel, Zärtlichkeit und Mut – ein Roman über Identität und Wahrhaftigkeit.

Fr. 10. 04. 26

Zeit: 19:00 Uhr

Autorinnen: Susanne Kuffner, Isabel Seimann

Kosten: € 10,-

Anmeldung erforderlich



Historischer Stadtrundgang

mit Annemarie Fetz

Wollen Sie mehr über die Geschichte der Stadt Ried und die berühmte Bildhauerfamilie Schwanthaler erfahren? Dann laden wir Sie herzlich zu einem Rundgang durch die schönen Gassen und Plätze der Stadt ein. Weiters werden wir den Figurensaal und den Rathausaal besuchen. Treffpunkt: Volkskundehaus, Kirchenplatz 13

Sa. 11. 04. 26

Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr

Leitung: Annemarie Fetz

Kosten: € 14,-, inkl. Eintritt
Museum

Anmeldung erforderlich



Exkursion zur Moschee des Vereins Bashkimi in Linz

Zu Gast in der Moschee – Glaube verstehen, Vielfalt erleben

Im Rahmen der Exkursion besuchen wir die Moschee des albanisch-islamischen Sport- und Kulturvereins „Bashkimi“, um Einblicke in islamisches Glaubensleben, religiöse Praxis und kulturelle Vielfalt zu erhalten. Imam Menderez Alili führt durch die Moschee, erklärt zentrale Elemente und vermittelt Grundlagen des Islam dialogorientiert. Raum für Fragen, Austausch und Reflexion über Gemeinsamkeiten und Unterschiede religiöser Weltanschauungen ist gegeben.

Fr. 17. 04. 26

Zeit: Treffpunkt Bahnhof Ried: 12:45 Uhr (Abfahrt 13:01); Ankunft: ca. 19:00 Uhr

Führung: Imam Menderez Alili

Kosten: € 25,- inkl. Eintritt und Führung, exkl. Reisekosten

Anmeldung erforderlich



Exkursion ins Parlament: Kunstführung

Parlamentarische Arbeit, Architektur und Naschmarkt

Entdecken Sie das Parlamentsgebäude von der Monarchie bis zur Sanierung. Die Führung gibt Einblicke in parlamentarische Arbeit, Architektur und zentrale Räume wie Nationalrat, Bundesrat und Historischen Sitzungssaal. Eine Kunstführung ergänzt den Rundgang mit Installationen und zeitgenössischer Kunst. Zuvor besuchen wir den Wiener Naschmarkt, samstags inklusive Flohmarkt mit rund 400 Aussteller*innen.

Sa. 25. 04. 26

Zeit: : Treffpunkt 07:45 Uhr, Bahnhof Ried i. I.

Begleitung: Carolin Pumberger

Kosten: € 25,- inkl. Eintritt und Führung, exkl. Reisekosten

Anmeldung erforderlich



Ried von oben

Kirchturmführung

Vorbei am Turmuhrwerk und dem Glockenstuhl erreicht man nach zehn Geschoßen und 185 Stufen die Türmerstube mit der Turmgalerie. Ein überwältigender Blick auf die Stadt Ried und ihre Umgebung erwartet Sie.

Treffpunkt: ehem. Stadtpfarrkirche Ried im Innkreis, Westseite

Di. 05. 05. 26**Zeit:** 18:00 - 19:00 Uhr**Leitung:** Dr.ⁱⁿ Sieglinde Frohmann und Team**Kosten:** € 15,-, max. 10 Personen

Anmeldung erforderlich



Foto: ©Innviertler Volkskundehaus

Heitere Lesung zum Muttertag

mit Musik von „Iawent amoi 3 Gsang“

Die beiden Innviertler Dichterinnen Maria Anna Andetsberger und Gaby Grausgruber werden uns zum Muttertag mit originellen Texten und Gedichten zum Muttertag verzaubern. Stimmungsvoll musikalisch umrahmt wird die heitere Lesung von „Iawent amoi 3 Gsang“ aus Pramet. „Wir alle sind und bleiben in unseren Herzen Mütter. Dieser Abend wird von uns mit viel Liebe und Humor gestaltet“, so Gaby Grausgruber.

Do. 07. 05. 26**Zeit:** 19:00 - 21:00 Uhr**Leitung:**

Gaby Grausgruber, Maria Andetsberger

Kosten: € 10,-

Herzlich willkommen!

**Befreiungsfahrt nach Mauthausen**

Schwerpunkt: Täter:innen

Seit 2019 organisiert der Verein M.u.T. eine Busfahrt zur jährlichen Befreiungsfeier nach Mauthausen. Der diesjährige Schwerpunkt lautet: Täterinnen und Täter. Die Gruppe nimmt dort an der Feier in Form eines gemeinsamen Einmarsches zum Sarkophag mit vielen Tausenden Besucher*innen aus der ganzen Welt teil. Es besteht auch die Möglichkeit zur Teilnahme am ökumenischen Gottesdienst. Die Befreiungsfeier wird moderiert von Konstanze Breitebner und Mercedes Eicherer. Eine Kooperationsveranstaltung von M.U.T Innviertel und ÖGB.

So. 10. 05. 26**Zeit:** 09:00 Uhr, Treffpunkt Volksfestparkplatz - Einfahrt Ost (Brucknerstraße)**Leitung:** Hans Reischauer**Anmeldung:** Tel: 0676 7026054 oder E-Mail: Ullir@gmx.at

Anmeldung bis 06. 05. 26



Foto: © MKOE-Alissar-Najjar

Frieden lernen: Gedenken und Erinnern

Führung im Lern- und Gedenkort Charlotte Taitl Haus

Der Ort erinnert an das Leben von Charlotte Taitl. Ihre Geschichte steht stellvertretend für 196 NS-Opfer im Bezirk Ried. Sie wohnte mit ihrem Mann und ihrer Tochter Gertrude im Haus am Roßmarkt Nr. 29, bis sie schließlich denunziert, verhaftet und am 16. Oktober 1944 in Auschwitz ermordet wurde. Die Führung vermittelt Ausgrenzung, Verfolgung und lokale Verantwortung im Nationalsozialismus. Sie fördert historisches Bewusstsein, Empathie und die Auseinandersetzung mit Erinnerungskultur und Zivilcourage heute.

Di. 12. 05. 26**Zeit:** 17:00 - 18:30 Uhr**Leitung:** Dr.ⁱⁿ Sieglinde Frohmann und Team**Kosten:** € 7,- (inkl. Eintritt), mind. 15 Personen

Anmeldung erforderlich



Foto: ©Innviertler Volkskundehaus

Pädagogik

Vortrag 1: Die 7 Sicherheiten, die (nicht nur) Kinder brauchen

Warum ist Lernen manchmal so schwierig? Warum bin ich in der Schule/Alltag/Beruf überfordert? Warum habe ich wenig Selbstvertrauen? In unserem Vortrag über die Evolutionspädagogik® erfährst du einen neuen Weg, um eine positive Entwicklung rasch und gezielt zu aktivieren.

Vortrag 2: Die ersten Jahre sind entscheidend

Ein Vortrag für (werdende) Eltern)

Wie prägt uns unsere Geburt? Was sind die 7 Evolutionsstufen? Wie wichtig ist das freie Spiel? Was machen die digitalen Medien mit uns? Diese und noch viele weitere Fragen werden an diesem Abend aus Sicht der Evolutionspädagogik® beantwortet.

Workshop: Kinder besser verstehen – leichter lernen mit Evolutionspädagogik®

Warum fällt manchen Kindern das Lernen so schwer? Trotz Übung kämpfen sie mit Lesen, Rechnen, Konzentration oder Prüfungen. In diesem Workshop zeigen wir, wie Erkenntnisse aus der Hirnforschung helfen, Lernblockaden frühzeitig zu erkennen und gezielt zu lösen. Der Workshop bietet verständliche Erklärungen, praxisnahe Beispiele und sofort umsetzbare Tipps für Schule und Zuhause. Durch Evolutionspädagogik® lernen Kinder konzentrierter, motivierter und entspannter – oft mit deutlich besseren Lernergebnissen.

Follow Up – das hochsensitive Kind

Vom Wissen zur Haltung: Hochsensitive Kinder begleiten!

Hochsensitive Kinder brauchen mehr als Wissen – sie brauchen einfühlsame, klare Erwachsene. Wer ihre feine Wahrnehmung ernst nimmt, Grenzen achtet und Gefühle begleitet, gibt Sicherheit und stärkt ihr Selbstvertrauen. Im Vertiefungsworkshop reflektieren wir bisher Gelerntes, klären offene Fragen und üben, das Wissen gezielt im Alltag umzusetzen. Für Teilnehmende der bisherigen Workshopreihen

Mo. 23. 03. 26 Vortrag 1 Mi. 22. 04. 26 Vortrag 2

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Leitung: Eva Gattringer, Katrin Schönauer - Evolutionspädagoginnen®

Kosten: je Vortrag
€ 12.- VVK / € 15.- AK

Herzlich willkommen!



ÖÖ ELTERN
BILDUNGS
GUTSCHEIN

Mi. 01. 04. 26

Zeit: 16:00 - 20:00 Uhr

Leitung: Isabella Gruber, BEd, Evolutionspädagogin®

Kosten: € 100,- inkl. Skript

Anmeldung erforderlich



ÖÖ ELTERN
BILDUNGS
GUTSCHEIN

Di. 14. 04. 26

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr

Leitung: DSA Monika Gumpoltsberger

Kosten: € 4,-

Anmeldung erforderlich



ÖÖ ELTERN
BILDUNGS
GUTSCHEIN

Reize regulieren und reduzieren**Di. 25. 03. 26**

Jedes Kind hat eine individuelle Reiztoleranz und reagiert unterschiedlich. Hochsensitive Kinder mit tiefer Reizverarbeitung sind besonders von Reizüberflutung betroffen. An diesem Abend werden Möglichkeiten vorgestellt, Reizüberflutung zu vermeiden und sich rasch davon zu erholen.

Di. 16. 06. 26**Im Spannungsfeld von Hochsensibilität und Diagnosen**

Hochsensitive Kinder werden aufgrund ihrer Wesenszüge manchmal mit anderen Entwicklungsstörungen wie ADS/ADHS, autistischen Verhaltensweisen, sensorischer Integrationsstörung oder Hochbegabung verwechselt. Dieser Schwerpunktabend zeigt die zentralen Unterscheidungsmerkmale.

Das HSK in unterschiedlichen Altersstufen**Di. 22. 09. 26**

Das hochsensitive Kind als Kleinkind, im Vorschulalter, in der Pflichtschule und als Teenager hat spezielle Eigenheiten und Bedürfnisse. Es geht darum, wie das hochsensitive Kind als Individuum im jeweiligen Entwicklungsstadium gut verstanden, begleitet und gestärkt werden kann.

Nein sagen und gesunde Grenzen setzen**Di. 09. 12. 26**

„Nein sagen“ und gesunde Grenzen zu setzen ist bei hochsensitiven Kindern besonders wichtig. Ohne klare Grenzen geraten sie schneller in Überforderung oder passen sich zu stark an. Die wichtigsten Anhaltspunkte sowie altersgerechte Übungen werden diesen Abend begleiten.

Zappelphilipp, Angsthase, Bettnässer, Wahrnehmungsstörung

„Sensorische Integration nach Ulla Kiesling“®: Lehrgang

Ulla Kiesling entwickelte in Deutschland in Zusammenarbeit mit der renommierten Kinderneurologin Dr. Inge Flehmig ihren eigenen therapeutischen Ansatz für Kinder mit Entwicklungsbesonderheiten. Die „Sensorische Integration im Dialog“ nach Ulla Kiesling® versteht sensorische Integration als Zusammenspiel aller Sinne und als ganzheitliche Sicht auf die kindliche Entwicklung, nicht als bloße Technik. In ihren lebendigen und praxisnahen Seminaren vermittelt sie ein komplexes Fachgebiet verständlich, mit vielen Beispielen und Selbsterfahrungen. Inhalte sind u. a. die Früherkennung von Wahrnehmungsstörungen, das Verstehen von Zusammenhängen, praktische Umsetzung und die Bedeutung des Dialogs.

Das 5 Tages-Seminar ist nach Rücksprache einzeln buchbar und wird für den Gesamtlehrgang 2026 angerechnet! Fragen Sie im Büro nach dem Lehrgangsfolder!

Block: 5 Tages- EF Seminar

Di. 31.03. - Sa, 04.04.26

Block: BW Entwicklung

Do. 30.04. - Fr, 01.05.26

Block: Shiatsu

S., 02.05. - So, 03.05.26

Block: Sprachentwicklung

Sa. 20.06. - So, 21.06.26

Block: Psychomotorik

Fr. 28.08. - So, 30.08.26

Block: kybernet. Methode

Fr. 18.09.26

Block: Kindergarten u. Schule

Sa. 19.09. - So, 20.09.26

Block: Feldenkrais/Vertiefung

Mi. 28.10. - Sa, 31.10.26

Block: Elternarbeit

Fr. 11.12. - So, 13.12.26

Block: 4 Tage Abschluss

Do. 07.01. - So, 10.01.27

4 Abende ab Di. 25. 03. 26**Zeit: jeweils 18:30 - 21:30 Uhr****Leitung:** DSA Monika Gumpoltsberger**Kosten:** € 4,- je Workshop (Elternpaare mit Familienkarte bezahlen nur einmal)

Anmeldung erforderlich

**ab Di. 31. 03. 26**

Leitung: Ulla Kiesling, Hamburg und ein Team aus Professionalisten und Praktikern
Kosten: € 650,- 5 Tage (1. Block)
€ 3100,- Gesamtlehrgang
Förderungen über Ö-cert und Bildungskonto sind möglich!

Einführungsmodul ist auch für Eltern offen!

Einzelmodule sind buchbar!

Zeit: 10:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Ulla Kiesling, Hamburg und ein Team aus Professionalisten und Praktikern
Kosten: €130,- je Tag
Halbpreis für Wiederholer:innen

Anmeldung erforderlich



kym® im Schulalter

Kybernetische Methode nach Hariolf Dreher®

Modul 1:

Grundlagen und Rechendidaktik - Rechenschwäche vorbeugen und abhelfen

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

Modul 2:

Vorbeugung und Abhilfe bei Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten

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

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

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

kym® im Kindergarten und der Vorschule - Lehrgang

Kybernetische Methode nach Hariolf Dreher®

Das Seminar „Kybernetische Methode“ (kym®) für Kindergarten und Vorschule vermittelt spielerische Ansätze zur Förderung von Wahrnehmung, Sprache und mathematischen Grundkompetenzen.

Durch gezielte Spiele werden die Tast- und Bewegungswahrnehmung geschult sowie die Orientierung im Raum sprachlich gefestigt.

Die Fingerbewusstheit wird mit dem Zahlbegriff verknüpft, um das Verständnis von Mengen und Ordnungszahlen zu fördern und Lernschwierigkeiten im arithmetischen Erstunterricht vorzubeugen. Die phonologische und artikulatorische Bewusstheit wird mithilfe der Kindergartenfibel 1 und den Kartenspielen Reime-Fuchs und Laute-Fuchs gestärkt – eine zentrale Voraussetzung für den Schriftspracherwerb.

Besonders für Kinder mit nicht-deutscher Muttersprache erleichtern die kym®-Mundbilder die Aussprache und erweitern ihr Wortgedächtnis.

Reime und Lieder unterstützen die Koordination von Mund und Hand und bereiten auf eine alphabetische Schreibstrategie vor.

Weitere Informationen gibt es unter www.kindergartenfibel.de und www.kybernetische-methode.de.

ab Fr. 24. 04. 26



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

Kosten: € 1.398,- (Modul 1+2)

Modul 1:

Fr. 24. 04.- So. 26. 04. 26

Fr. 08. 05.- So. 09. 05. 26

Wiederholung Übung Vertiefung:

Sa. 26.09. 26, 09:00 – 16:30

Modul 2:

Fr. 29. 05.- So. 31. 05. 26

Fr. 12. 06.- So. 14. 06. 26

Wiederholung Übung Vertiefung:

So, 27. 09. 26, 09:00 – 17:00



Anmeldung erforderlich



ab Sa. 19. 09. 26



Zeit: Sa. 9.00 - So, 16.30 Uhr

Leitung: Karin Frye-Hausberger

Kosten: € 650,-

Modul 1:

Sa. 19. 09.- So. 20. 09. 26

Modul 2:

Sa. 10. 10.- So. 11. 10. 26

WÜV Tag: Sa. 14. 11. 26



Anmeldung erforderlich



Lehrgang: Evolutionspädagogik® nach Ludwig Koneberg nach Ludwig Koneberg ab Fr. 24. 04. 26

Die Evolutionspädagogik® nach Ludwig Koneberg vermittelt praxisnahe Methoden, um Lern- und Verhaltensblockaden zu erkennen und spielerisch zu lösen. Ziel ist es, Kinder und Jugendliche im Kindergarten, in der Schule, zu Hause oder auch in anderen sozialen Berufen so zu begleiten, dass Lernen leichter fällt und Potenziale sich entfalten können.

Die Grundausbildung umfasst 5 Module, in denen sie Schritt für Schritt die Grundlagen, Methoden und praktischen Anwendungsmöglichkeiten kennenlernen.

So kannst du das Gelernte direkt in deinen Berufs- oder Familienalltag integrieren – ob als Pädagog:in, Elementarpädagog:in, Elternteil oder Fachkraft im sozialen Bereich.

Nach der Grundausbildung haben sie die Möglichkeit, dein Wissen in 4 weiteren Modulen zu vertiefen und sie noch stärker zu spezialisieren. Damit vertiefen sie ihr Fachwissen, entwickeln sich weiter und eröffnen sich neue Perspektiven in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien.

Ausbildungszeiten:

Freitag: 14:00 bis 19:00 Uhr

Samstag: 08:00 bis 18:30 Uhr

Sonntag: 08:00 bis 12:30 Uhr

Ausbildungsstandort Mettmach/ www.isabellagruber.at

Leitung: Isabella Gruber, BEd, Evolutionspädagogin®

Ort: Mettmach

Kosten:

Grundausbildung (5 Module):
€ 4.150,00 (Förderung über
ÖÖ Bildungskonto möglich)

Modul 1:

24.04 - 26.04.26

Modul 2:

15.05 - 17.05.26

Modul 3:

19.06 - 21.06.26

Modul 4: 1

0.07 - 12.07.26

Modul 5:

07.08 - 09.08.26



evoped

Anmeldung erforderlich

Erziehung - so ein Theater! „Grenzen machen Kinder stark“ Theaterpädagogisches Seminar für Eltern Di. 09. 06. 26

Grenzen zu setzen gehört zu den wichtigsten und zugleich schwierigsten Aufgaben in der Erziehung. Wie bleibe ich konsequent und reagiere dennoch liebevoll? Wie sehe ich die Bedürfnisse meines Kindes, ohne meine eigenen zu übergehen? In unserem theaterpädagogischen Seminar arbeiten wir spielerisch und praxisnah mit Szenen und Übungen, reflektieren liebevolle Klarheit und geben Impulse für den Familienalltag.

Für Eltern von Kindern zw. 3 und 13 Jahren. Keine Vorkenntnisse nötig - nur Neugier und Offenheit.

Zeit: 19:00 - 21:30 Uhr

Leitung: Christine Wally-Biebl, psychologische Beratung und Theaterpädagogin

Kosten: € 4,- Elternbildungsgutscheine einlösbar

SchEz
Schul- und Erziehungszentrum



ÖÖ ELTERN
BILDUNGSGUTSCHEIN

Anmeldung erforderlich

Raum zum Verweilen, Beten, Meditieren in der Sonnengesangskapelle im Franziskushaus

Die Kapelle des Sonnengesangs im Bildungszentrum wurde 1993 nach Entwürfen von Udo Wid mit dem Architekturbüro Kürmayr gestaltet. Der helle, hohe Raum lädt zum Verweilen, Beten und Meditieren ein. Der „Gang des Sonnengesangs“, grün bewachsen, verbindet sakralen Raum und Natur. Werke von Elisabeth Wimmer-Röck, darunter ein Bildzyklus und Stoffkreuze, prägen die Ausstattung. **Wir laden Sie ein, nutzen Sie bei einem Besuch im Franziskushaus diesen Ort der Stille und Inspiration zum Kraftschöpfen und Auftanken.**



Kreativität

Friedensreich Hundertwasser -

Hundertwassers fantastische Welten textil interpretiert

„Wenn einer allein träumt, ist es nur ein Traum. Wenn viele gemeinsam träumen, ist das der Anfang einer neuen Wirklichkeit“ (Hundertwasser). In diesem Workshop gestalten wir gemeinsam textile Bilder aus bunten Stoffen unterschiedlicher Texturen. Durch Schichten und Nähen mit der Nähmaschine entstehen fröhliche Kunstwerke. Wir arbeiten mit Baumwollstoffen, setzen uns mit Motivbildern und Upcycling auseinander und erleben Nähen als offenen, kreativen und meditativen Prozess. Es entstehen individuelle Werke, inspiriert von Hundertwasser, anderen Künstler*innen oder eigenen Entwürfen.

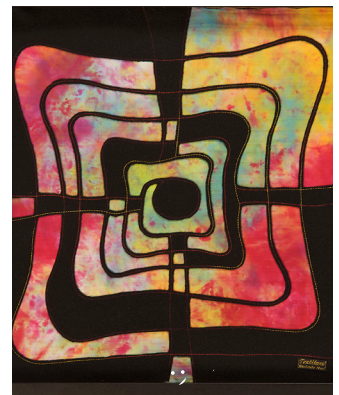
Sa. 28. 02. 26

Zeit: 10:00 - 18:00 Uhr

Leitung: Gerlinde Merl

Kosten: € 125,- (excl. kleiner Materialbeitrag)

Herzlich Willkommen



Schreibwerkstatt

Die Welt zur Sprache bringen

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

PS: Nehmen Sie auch ruhig alle Schreibängste mit!

ab Mo. 02. 03. 26

jeden 1. Montag

Zeit: 19:00 - 21:30 Uhr

Leitung: Mag.^a Judith Rachbauer, Theresa Batori

Kosten: € 10,- Einzelkurs

Anmeldung erforderlich



Reise durch die Welt des Zeichnens

Realistisches Zeichnen 2

In diesem Kurs begeben wir uns auf eine unterhaltsame und interaktive Reise durch die Welt des Zeichnens. Schritt für Schritt widmen wir uns unterschiedlichen Schwerpunkten. Dadurch gewinnen Sie mehr Selbstvertrauen in Ihre Fähigkeiten, vertiefen ihre künstlerische Wahrnehmung und sehen infolgedessen die Welt mit frischem Blick. An fünf Abenden tauchen wir in folgende Themen ein: 1. Stilleben, 2. Architektur/Stadt/Raum, 3. Hand, 4. Gesicht – Halbprofil, 5. Figurzeichnung.

ab Di. 03. 03. 26

(5 Termine, wöchentlich)

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr

Leitung: Aneta Kordala

Kosten: Reihe: € 180,-
Einzelabend: € 42,-

Anmeldung erforderlich



Mit Ton ins Tun kommen

Abendworkshop

An zwei Abenden gestalten Sie Ihre eigenen Keramikstücke. Am ersten Termin formen Sie frei mit Ton, nutzen Gipsschüsseln, probieren Muster und Stempel aus. Am zweiten Abend glasieren wir die gestalteten Werke und geben ihnen ihr Finish. Nach dem Brand sind sie spülmaschinenfest und frostsicher – bereit für Alltag, Balkon oder Garten.

Mo. 16. 03. 26 und

Di. 07. 04. 26

Zeit: 19:00 - 21:30 Uhr

Leitung: Raphaela Lippl,
tonhaus

Kosten: € 120,- (zzgl. € 10,-
Material pro Kilo Ton)



Anmeldung erforderlich

Filzen

Österreichisches Filzen

Wir filzen mit der Nadel. Es können kleine Osterhasen in verschiedenen Variationen, aber auch andere österliche Kostbarkeiten entstehen. Nehmen Sie gerne kleine Gefäße oder gesammelte Schätze (Äste, kleine Wurzeln,..) mit, um diese Werke ganz persönlich zu gestalten. Die Schafwolle wird zur Verfügung gestellt und im Kurs extra verrechnet.

Mitzubringen sind bitte:

Schere, Nähnadel, feste Nähseide.

Mi. 18. 03. 26

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Roswitha Dietrich

Kosten: € 55,- (zzgl. ver-
brauchtes Material bar vor
Ort)



Anmeldung erforderlich

Drahtkörbeflechten

Zwei Bindetechniken für individuelle Werkstücke

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

Sa. 21. 03. 26

Zeit: 09:00 - 16:00 Uhr

Leitung: Sylvia Graf

Kosten: € 55,- (zzgl. ver-
brauchtes Material ab € 10,-
in bar vor Ort)



Anmeldung erforderlich

Edle Armbänder knüpfen

Schmuckdesign Workshop

In diesem Kurs fertigen Sie Ihr individuelles Armband mit einer besonderen Knüpfttechnik, die Spaß macht und wunderschöne Ergebnisse liefert. Verleihen Sie Ihrem Schmuckstück eine persönliche Note: Ob edle Silberelemente, feine Zuchtperlen oder funkelnde Glas- und Steinperlen - Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Das Material kann von der Kursleiterin bezogen werden.

Mi. 25.03. 26

Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr

Leitung: Klaudia Klinger

Kosten: € 35,- inkl. ein Arm-
band, zzgl. Extras bar vor Ort
zahlbar



Anmeldung erforderlich

Zwirnknöpfe wickeln

für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Altes Handwerk neu belebt. Den Zwirnknopf gibt es in vielen verschiedenen Farben und Mustern. Egal ob als Kette, als Ohring oder auf einer Tasche, der Zwirnknopf findet vielerlei Verwendung. Bei diesem Kurs fertigt jede:r Teilnehmende ihr/sein eigenes Werkstück. Anfänger:innen wickeln sich eine eigene Zwirnkopfkette, Fortgeschrittene schaffen einen Armreifen oder einen Taschenknopf in diesem Workshop. Mitzubringen sind: Schere, stumpfe Sticknadeln, Nähclips (wenn vorhanden) und viel Kreativität!

Fr. 27. 03. 26

Zeit: 14:00 - 16:30 Uhr

Leitung: Romana Mairinger

Kosten: € 65,- inkl. Materialkosten

Anmeldung erforderlich



Die Magie vom „Freien Erzählen“

Mit eigenen Geschichten Menschen verzaubern

Ein Workshop voller Leichtigkeit und Inspiration und mit wertvollen Erfahrungswerten einer Geschichtenerzählerin, der die Lust und Freude am FREIEN ERZÄHLEN wecken möchte.

Für GeschichtenliebhaberInnen, Pädagog:innen, Eltern, Großeltern, Menschen, die mit Kindern, Senioren... arbeiten, und Jeden, der Lust hat, den eigenen Erzählstil zu entdecken, um damit andere Menschen zu erreichen, vielleicht sogar zu verzaubern und dabei möglicherweise sich selbst zu verzaubern...

Fr. 27. 03. 26

Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Sabrina Mader

Kosten: € 55,-

Anmeldung erforderlich



Töpferworkshop

Komm ins Tun

In diesem Tagesworkshop geht es ums freie Formen spielerische Kennenlernen des Naturmaterials. Auch das Einformen von Ton in Gipsschüsseln wird möglich sein. Wir gestalten, probieren Muster, arbeiten mit Stempeln und farbigem Tonschlicker (Engobe). Nach dem Schrühbrand bekommen die Stücke im Glasurbrand bei 1220 Grad ihr Finish – spülmaschinentauglich und frostsicher. Zwischendurch gibt's eine entspannte Mittagspause zum Durchatmen und Austauschen.

Di. 14. 04. 26

Zeit: 09:00 - 14:00 Uhr

Leitung: Raphaela Lippl,
Tonhaus

Kosten: € 120,-
(plus € 10,- / Kilogramm Ton)

Anmeldung erforderlich



Ikebana: Die japanische Kunst des Blumensteckens

Für Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene

Ikebana hat seine Ursprünge im Japan des 7. Jahrhunderts und verwirklicht die Idee, die Schönheit und Harmonie der Natur in den Raum zu bringen. Die Kunst, frische Blumen und Zweige zur schönsten Gestalt zu arrangieren, ist immer lebendig geblieben. Blumen zu spüren, zu riechen, ihre Farben zu betrachten und in harmonische Formen zu bringen, ist das Ziel dieses Kurses. Ikebana mit seinem meditativen Charakter bietet die Gelegenheit, für einige Stunden zur Ruhe zu kommen, sensibler für Natur und Umwelt zu werden.

Sa. 18. 04. 26

Zeit: 09:30 - 15:30 Uhr

Leitung: Sissy Födinger-Wieder,
Assistenzprofessorin der
IKENOBO-Academy of Floral
Art, Kyoto Arrangements

Kosten: € 48,- + € 15,- Blu-
menkosten für
2 Arrangements

Anmeldung erforderlich



Enkaustik und Aquarell mit Brusho

Zwei Malmedien

Eine einmalige Gelegenheit an einem Tag zwei Malmedien auszuprobieren. Enkaustik: Mittels eines Maleisens wird Wachsfarbe geschmolzen und diese sodann auf Papier aufgetragen. Die Farben können mit verschiedenen Hilfsmitteln bearbeitet werden, wodurch sich wunderschöne Effekte ergeben.

Aquarell mit Brusho: Brusho-Farbpulver beeindruckt visuell unendlich. Kunstwerke werden mit einem Minimum an Aufwand erstellt und es macht Spaß mit den Farben zu spielen.

Sa. 25. 04. 26

Zeit: 09:30 - 15:30 Uhr

Leitung: Dagmar Mayr

Kosten: € 63,-
(exkl. Kursmittelbeitrag € 16,-)

Anmeldung erforderlich



Filzen

Frühlingsfilzen

In Nadelfilztechnik, filzen wir Figuren, Tiere und Blüten in verschiedenen Darstellungen.

Gerne können eigene Wünsche und Ideen verwirklicht werden. Wolle und Filznadeln werden von mir bereitgestellt und im Kurs extra verrechnet.

Mitzubringen sind bitte:

Schere, Nähadel, feste Nähseide.

Di. 28. 04. 26

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Roswitha Dietrich

Kosten: € 55,-
(zzgl. verbrauchtes Material bar vor Ort)

Anmeldung erforderlich



Ausstellung: The Beauty Will Save Us

Aneta Kordala

In meinen Bildern erforsche ich die Spannungsfelder zwischen Abstraktion und Figuration, organischen und geometrischen Formen sowie Präzision und Spontanität. Menschen und Pflanzen erscheinen meist nur angedeutet, selten realistisch. Mich reizt, wie ihr Zusammenspiel neue Ausdrucksräume öffnet, zum Nachdenken anregt und Assoziationen weckt. Die Offenheit der Formen schafft Raum für eigene Deutungen und einen stillen Dialog über Atmosphären und Ebenen.

Fr. 08. 05. 26

Zeit: 19:30 Uhr

Leitung: Aneta Kordala

Kosten: freiwillige Spende
Ausstellungszeitraum von
Mai – September 2026

Anmeldung erforderlich



Filzen

Sommerliches Filzen

Wir filzen mit der Nadel sommerliche Arrangements. Gerne können Tassen, Holzscheiben, Schneckenhäuser,... mitgebracht werden.

Die Wolle wird zur Verfügung gestellt und im Kurs extra verrechnet. Gerne kann aber auch eigenes Material verwendet werden.

Mitzubringen sind bitte:

Schere, Nähadel, feste Nähseide.

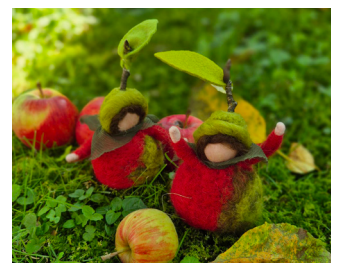
Mi. 10. 06. 26

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Roswitha Dietrich

Kosten: € 55,-
(zzgl. verbrauchtes Material bar vor Ort)

Anmeldung erforderlich



Kreativer Ferienstart für Groß & Klein

Die Ferien beginnen – und zwar bunt, fantasievoll und voller Gestaltungslust! Unsere Workshopreihe lädt Kinder ab 6 Jahren, gerne auch gemeinsam mit einer erwachsenen Begleitperson - zu einem kreativen Ferienstart ein. Zusammen entdecken wir verschiedene Materialien, probieren Neues aus und lassen einzigartige Kunstwerke entstehen. Ob wild, verspielt oder ganz verträumt – hier ist Platz für alle Ideen!

Wir laden zu diesen Workshops bewusst auch erwachsene Begleitpersonen ein. So entstehen nicht nur Kunstwerke, sondern auch gemeinsame Erlebnisse und Ferienmomente.



Schmuckwerkstatt – Coole Accessoires selbst gemacht

Perlen, Bänder, Farben und Formen ohne Ende! In der Schmuckwerkstatt gestalten Kinder und Erwachsene ihre eigenen Armbänder – als Freundschaftsband, Glücksbringer oder einfach als stylisches Ferien-Accessoire. Feinmotorik trifft Fantasie und am Ende geht jede*r mit einem ganz persönlichen Schmuckstück nach Hause.

Mo. 13. 07. 26

Zeit: 08:30 - 12:00 Uhr
Leitung: Klaudia Klinger
Kosten: € 30,-
 (exkl. Materialkosten
 ca. € 10,- inkl. gesundem
 Pausensnack)

Anmeldung erforderlich



Tonwerkstatt – Formen, fühlen, gestalten

Hier wird geknetet, gerollt, gedrückt und geformt! Aus Ton entstehen kleine Figuren, Schalen, Tiere oder Fantasiewesen. Die Arbeit mit dem natürlichen Material spricht alle Sinne an und macht einfach Spaß – ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit viel Raum zum Ausprobieren.

Di. 14. 07. 26

Zeit: 08:30 - 12:00 Uhr
Leitung: Raphaela Lippl
Kosten: € 30,-
 (exkl. Materialkosten
 ca. € 10,- inkl. gesundem
 Pausensnack)

Anmeldung erforderlich



Druckwerkstatt – Piratendruck:

Experimente mit Gel-Druckplatten

In dieser Ferienwerkstatt entdecken Kinder spielerisch die kreative Welt des Druckens. Mit der Gel-Druckplatte (Gelli Print), Farben, Schablonen und spannenden Materialien entstehen überraschende, einzigartige Kunstwerke. Frei experimentieren, Spuren hinterlassen und eigene „Kunstschatze“ drucken – mit viel Fantasie und Freude am Ausprobieren.

Mi. 15. 07. 26

Zeit: 08:30 - 12:00 Uhr
Leitung: Aneta Kordala
Kosten: € 30,-
 (exkl. Materialkosten
 ca. € 10,- inkl. gesundem
 Pausensnack)

Anmeldung erforderlich



Lebensorientierung

Ehevorbereitungskurs

Ehe.wir.heiraten.aktiv

ab Sa. 07. 03.

28. 03. 30. 05. 05. 09.

11. 04. 20. 06. 26. 09.

18. 04. 04. 07. 17. 10.

09. 05. 22. 08. 14. 11.

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

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

Anmeldung erforderlich



MEINBEITRAG
BILDUNGS
GUTSCHEIN

STILLE IN MIR

Gedankenfasten: Einführung in das achtsame Schweigen

Eine Zeit des Schweigens beruhigt den Geist und schenkt tiefe Entspannung. In der Stille wenden wir uns nach innen, lassen Gedanken zur Ruhe kommen und öffnen Raum für Bewusstsein und innere Bilder. Diese 1,5 Tage beinhalten aktive, Geh- und Sitzmeditationen, Bodyscan, Atemübungen, thematische Introspektion sowie kurze Impulse. Die Meditationsphasen wechseln zwischen Sitzen, Liegen und achtsamer Bewegung; auch die gemeinsamen Mahlzeiten sind Teil der Übungspraxis.

Fr. 06. 03. 26

Sa. 07.03. 26

Zeit: Fr.: 17:00 - 21:00 Uhr
Sa.: 08:00 - 17:00 Uhr
Leitung: Elisabeth Danner
Kosten: € 149,- (excl. Verpflegung und Nächtigung)

www.lisidanner.at

Anmeldung erforderlich



LEBENSENERGIE IM FLUSS

Wahrnehmen - Anerkennen - Belassen

Basis- und Vertiefungsseminar nach der Lehre von Gaston S. Pierre. In diesem Kurs treten wir in Kontakt mit unserer eigenen Lebensenergie und erfahren einfache, wirkungsvolle Anwendungen zur Stärkung und Zentrierung. Die Übungen sind sofort im Familien- und Freundeskreis anwendbar, sowie mit anderen Methoden integrierbar. Keine Voraussetzungen erforderlich. Nach der Lehre von Gaston S. Pierre (ehemals Metamorphische Methode)

Fr. 20. 03. 26

Sa. 20. 06. 26

(Wiederholungsseminar extra zu buchen)

Zeit: 15:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Ursula Waldl
Kosten: € 160,- / Termin
(Wiederholer:innen € 140.-)

Anmeldung erforderlich



Schreibend zu mehr Lebensfreude und Resilienz

Journaling

Herausfordernde Zeiten bringen uns oft an unsere Grenzen, ziehen wertvolle Kraft und Energie. Lernen Sie im Workshop, wie Sie das Schreiben für sich nutzen können – entlastend, klärend, wohltuend. Mit Stift und Papier raus aus dem Gedankenkarussell, hinein in stärkende Erinnerungen, Lichtblicke und Ideen. Sie sammeln erste Erfahrungen im Journaling – einer modernen Form des Tagebuchs, mit dem Ziel, die mentale Gesundheit und Lebensfreude zu stärken. Dabei sind keine Vorkenntnisse nötig, jede:r schreibt für sich.

Wenn Wahrnehmung zur Stärke wird - bewußt empfindsam leben!

Der Workshop vermittelt fundiertes Basiswissen über Hochsensitivität und fördert gesellschaftliches Bewusstsein. Er zeigt die besonderen Ressourcen und Bedürfnisse hochsensitiver Menschen auf – für ein harmonisches Miteinander mit Toleranz, Empathie und Verständnis. Neben wissenschaftlichen Grundlagen gibt es praktische Tipps, Übungen und Raum für persönlichen Austausch.

Seminarreihe

in Cranio-Sacraler Körperarbeit

In dieser Seminarreihe werden Sie in praxisorientierter Weise in die, mit sanfter und leichter Berührung arbeitende Methode der Cranio-Sacralen Therapie eingeführt.

Diese aus der Osteopathie entstandene manuelle Körperbehandlung hilft den Einfluss von Stress zu lindern, stärkt die körpereigene Abwehr und unterstützt Ihren Weg zu Wohlbefinden und Gesundheit.

Sie werden einfache aber tiefgreifend Techniken aus der Cranio-Sacralen Therapie gezeigt bekommen und erleben, wie diese die Selbstheilungskräfte anregen können. Ein solides Verständnis, was Cranio-Sacrale Therapie ist, wie sie sich entwickelt hat und warum sie effektiv ist sind weitere Themen dieses Workshops. Nach dem Motto „Lernen durch Entdecken-Erfahren“ werden Sie u.a. lernen:

- Wahrnehmen des Rhythmus des Cranio-Sacralen Systems
- Durchführen von bewährten Basistechniken an sich selbst und Ihren Lieben.
- Erkennen Ihrer Rolle für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden.

Diese Seminarreihe ist sowohl für interessierte Laien, aber auch für Heil- und Pflegeberufe konzipiert.

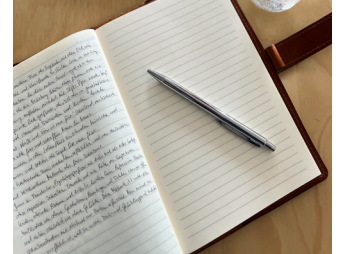
Fr. 20. 03. 26

Zeit: 15:00 - 18:00 Uhr

Leitung: Lisa Fuchs, Schreibcoach mit Fokus Journaling & biografisches Schreiben, Trainerin für Achtsamkeit & Resilienz

Kosten: € 55,-

Anmeldung erforderlich



Di. 05. 05. 26

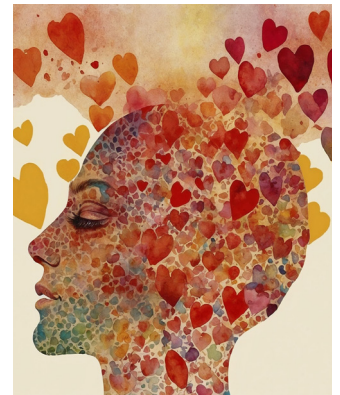
Zeit: 18:30 - 21:30 Uhr

Leitung: Monika Gumpoltsberger

Kosten: € 28,-



Anmeldung erforderlich



ab Di. 07. 04. 26

Zeit:

Di, 07. 04. 26

Di, 21. 04. 26

Di, 05. 05. 26

Di, 19. 05. 26

Zeit: Fr. 14:00 - Sa. 17:00 Uhr

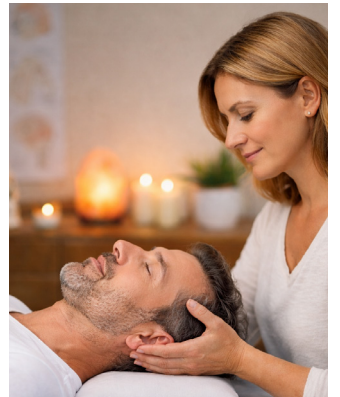
Leitung: Markus Hatheier, Osteopath und langjähriger Cranio-Sacral Therapeut.

Kosten: € 400,-

Buchempfehlung:

„Auf den inneren Arzt hören“
von Dr. John Upledger

Anmeldung erforderlich



Gesundheit

Wirbelsäulengymnastik

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

ab Di. 03. 03. 26 1. Kurs
ab Di. 07. 04. 26 2. Kurs
jeweils 5 Dienstage

Zeit: je 09:00 - 10:00 Uhr
Leitung: Linda Leitner,
Physiotherapeutin
Kosten: € 68,- je Kurs

Anmeldung erforderlich



Fit mit Yoga, Pilates & Co

Fit in und durch das Frühjahr

Lassen Sie sich durch unterschiedliche Elemente aus Yoga, Pilates, Meridiandehnungen und Entspannungstechniken bewegen und entspannen.

Aktivieren Sie damit Ihren Stoffwechsel, lösen Sie körperliche Verspannungen, erweitern Sie Ihre Bewegungsfreiheit und verbessern Sie damit auch wesentlich Ihr ganzheitliches Wohlbefinden. Für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

ab Mo. 02. 03. 26 - 1. Kurs
ab Mo. 27. 04. 26 - 2. Kurs
jeweils 6 Montage

Zeit: je 18:00 - 19:00 Uhr
Leitung: Gabriele Gadermaier
Kosten: € 89,- je Kurs

Anmeldung erforderlich



Line Dance mit Herz für Anfänger:innen

- tanzen, lachen, merken!

Herzlich willkommen zu unserem Line Dance Kurs, der mehr ist als nur Bewegung: Hier tanzen wir mit Freude, stärken unser Wohlbefinden - und ganz nebenbei auch unser Gedächtnis!

Beim Line Dance tanzen wir in Reihen - ganz ohne Partner - zu fröhlicher Musik aus Country, Pop & Co. Schritt für Schritt erlernen wir kleine Choreografien, die nicht nur die Beine, sondern auch das Gehirn in Schwung bringen. Denn Tanzen aktiviert beide Gehirnhälften, fördert die Merkfähigkeit und Konzentration. Bei uns zählt nicht das Können, sondern das Mitmachen und die gute Laune.

ab Mo. 02. 03. 26
10 Montage

Zeit: je 16:30 - 17:30 Uhr
Leitung: Miranda Groot,
Trainerin für Line Dance
Kosten: € 100,-

Anmeldung erforderlich



Line Dance mit Herz - tanzen, lachen, merken!

Kurs für leicht Fortgeschrittene und Fortgeschrittene

Herzlich willkommen zu unserem Line Dance Kurs, der mehr ist als nur Bewegung: Hier tanzen wir mit Freude, stärken unser Wohlbefinden - und ganz nebenbei auch unser Gedächtnis!

Kurs für leicht Fortgeschrittene:

Dieses Angebot richtet sich an jene, die bereits einen Anfängerkurs absolviert haben und die gelernten Schrittfolgen üben, vertiefen und ergänzen möchten.

Kurs für Fortgeschrittene: Dieses Angebot richtet sich an geübte Tänzerinnen und Tänzer!

ab Mo. 02. 03. 26

jeweils 10 Abende

Zeit: leicht Fortgeschrittene:

17:30 - 19:00 Uhr

Fortgeschrittene: 19:15 -

20:45 Uhr

Leitung: Miranda Groot,

Trainerin für Line Dance

Kosten: € 110,- (10 Termine)

Anmeldung erforderlich



Klangreise

Die Welt der Frequenzen und Schwingungen

Lassen Sie sich von Klängen tragen - in eine tiefe Entspannung, innere Balance und neue Klarheit. Während dieser Klangreise entfalten die Frequenzen eine beruhigende und zugleich transformierende Wirkung auf energetischer, mentaler und spiritueller Ebene.

Ein geschützter Raum zum Loslassen, Auftanken und zum Ankommen ganz bei sich selbst.

Mo.02. 03. 26

Mo.16. 03. 26

Mo.13. 04. 26

Mo.27. 04. 26

Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Leitung: Carola Gietl

Kosten: € 15,- Einzeltermin,

Reihe: € 60,-

Anmeldung erforderlich



Über die Bewegung zur Ruhe

Tai Ji -Zen

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

März: weich und rund € 60,- | 4er Block

April: Stille im Zwischenraum. € 45,- | 3er Block

Mai: Entspannung - in die Weite € 45,- | 3er Block

Juni: Absichtslos € 45,- | 3er Block

ab Di. 03. 03. 26 (4x)

ab Di. 07. 04. 26 (3x)

ab Di. 05. 05. 26 (3x)

ab Di. 02. 06. 26 (3x)

Zeit: je 18:45 - 20:00 Uhr

Leitung: Christoph Wiesner

Kosten: € 17,- je Abend

Anmeldung erforderlich



Faszientraining Kompaktkurs

Gesundheit und Wohlbefinden stärken

Erleben Sie voller Bewegung und Entspannung! Physiotherapeutin Petra Rechberger teilt ihre bewährten Trainingstipps rund um das Thema Faszientraining. In diesem Kompaktkurs lernen Sie, wie Sie durch gezielte Übungen Ihre Faszien mobilisieren, Ihre Muskulatur stärken, sich effektiv dehnen und hartnäckige Verspannungen lösen können. Egal, ob Sie Anfänger sind oder bereits über Trainingserfahrung verfügen - dieser Kurs bietet für alle wertvolle Impulse und praktische Übungen, die Sie sofort in Ihren Alltag integrieren können.

Mi. 04. 03. 26 Fuß und Knie

Mi. 18. 03. 26 Wirbelsäule

Mi. 08. 04. 26 Hals & Schulter

Zeit: jeweils 19:15 - 20:45 Uhr

Leitung: Petra Rechberger,

Physiotherapeutin

Kosten: je € 20,-

Anmeldung erforderlich



Entlasten, Ausgleichen, Aufblühen

Heilsame Säure-Basen-Kur mit professioneller Begleitung

Durch basisches heilsames Essen und mentales Zieltraining: Entschlacken, bewusster Essen, dein Wunschgewicht erreichen. Die 3-wöchige Heilentschlackungskur durch Säure-Basen-Balance, ist ein Jungbrunnen für Körper, Geist und Seele. (1Treffen pro Woche). Kombiniert mit mentalem zielorientiertem Training aus der Hypnose. Du erhältst eine eigene Kursmappe mit Informationen zur basischen Ernährung, Rezepten, Kostproben. Auf Wunsch, um länger dran zu bleiben, ist im Anschluss an das Seminar persönliche Begleitung möglich. Einzeln oder in Kleingruppen.

Fr. 13. 03. 26

Fr. 20. 03. 26

Fr. 27. 03. 26

Zeit: je 9:00 - 11:00 Uhr

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

Kosten: € 95,- zzgl. € 30,- Materialbeitrag (Kursmappe, Kostproben + Getränke)

Anmeldung erforderlich



Herz Qigong und herzöffnende Übungen

für Wohlbefinden und innere Balance

Sanfte, achtsame Bewegungen öffnen Energieleitbahnen und harmonisieren den Energiefluss. Körper, Atmung und innere Haltung finden in ein stimmiges Gleichgewicht. Mit bewegten und stillen Qi-Gong-Übungen nähern wir uns innerer Freude und Frieden. ANMO-Selbstmassage vertieft die Wirkung durch ausgewählte Reflexzonenmassage. Im Mittelpunkt steht das Herz – offen für uns und alle fühlenden Wesen.

Do. 19. 03. 26

Do. 26.03.26

Do. 02.04.26

Do. 09.04.26

Zeit: 18:30 - 20:15 Uhr

Leitung: Susanne Lugmaier, Lehrerin der österr. QIGONG Gesellschaft

Kosten: € 133,- (4 Termine)

Anmeldung erforderlich



FOKUS und PRÄSENZ - der Bogen als kraftvolles Werkzeug

Workshop für Frauen

In diesem Workshop lernst du über das intuitive Bogenschießen, wie dich diese wertvolle Körpererfahrung der Präsenz und Aufrichtung auch im Leben stärken kann. Bringe Körper, Geist und Seele in Einklang, raus aus dem Kopf, rein in den Körper! Sehr bewusst und individuell wirst du an diesem Nachmittag begleitet, wie dich diese Bewegungsform in deinem Leben ganz persönlich stärken kann. Neben einer Einführung in die Grundtechnik des intuitiven Bogenschießens erwartest dich eine anregende Zeit in der Natur und eine großartige Zeit mit dir selbst.

21. 03. 26

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Sabrina Mader

Kosten: € 80,- + € 10,- Leih-ausrüstung

Anmeldung erforderlich



Offene Beambreath® Atemsession

Mit bewusster Atmung zu innerer Freiheit gelangen

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

Mi. 25. 03. 26

Mi. 27. 05. 26

Zeit: je 19:00 - 20:15 Uhr

Leitung: Mag^a Katharina Thalhammer

Kosten: € 26,- pro Abend

Anmeldung erforderlich

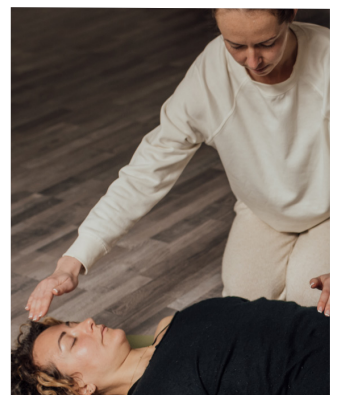


Foto: ©freepik

Lehrgang: Touch for Health

Chiropraktik, Akupressur und Kinesiologie

Erlernen Sie für sich und Ihre Familie oder Ihre Patienten die ganzheitliche Methode „Touch for Health“: Diese ist eine Synthese überlieferter östlicher Heilkunst und verbindet Erkenntnisse der Chiropraktik, Akupressur und Kinesiologie. Durch verschiedene Muskeltests werden Energieblockaden ausfindig gemacht und mittels Akupressur und Reflexpunkte gelöst. Der Kurs dient somit zur Steigerung der körpereigenen Energien und damit zur Erhöhung des allgemeinen Wohlbefindens, wobei die drei Ebenen - Körper, Emotionen und Ernährung - näher betrachtet werden. Besonders unterstützend wirkt Touch for Health bei:

Stress	Schmerzen	Chronischen Problemen
Verletzungen	Allergien	Seelischen Problemen

Der Schwerpunkt liegt auf der praxisbezogenen Umsetzung der gelernten Inhalte. Deshalb gibt es nur so viel Theorie wie notwendig, aber so viel Praxis wie möglich. Der Lehrgang wird in vier Modulen angeboten, wobei die Module auch einzeln besucht werden können. Allerdings setzt die Teilnahme am jeweils nächsten Modul die Absolvierung des vorhergehenden voraus. Für alle Kurse erhalten Sie ein Zertifikat des „**International Kinesiology College (IKC)**“.

Innere Balance in herausfordernden Zeiten

Ganz schön stressig - was hilft dagegen?

Fühlen Sie sich oft gestresst und ständig unter Druck? In diesem Workshop lernen Sie, wie bewusste Atmung, NSDR/Yoga Nidra, sanfte Bewegung und gezielte Entspannungsübungen zu mehr Ruhe führen. Entdecken Sie Ihre persönliche Methode zur Entspannung, stärken Sie Ihre innere Haltung und gewinnen Sie mehr Gelassenheit im Alltag.

Beckenbodentraining

Stark aus der Mitte

Praxisnahes Beckenboden- und Ganzkörpertraining zur Prophylaxe sowie zur Verbesserung von Statik und Haltung. Anatomie und Physiologie werden verständlich erklärt und direkt in die Übungen integriert. Der Fokus liegt auf alltagstauglichen, leicht umsetzbaren Übungen mit hohem Praxisbezug.

Training in gemütlichem Gewand für mehr Wohlbefinden und Körperbewusstsein.

Infoabend:

Mi. 25. 03.26

Zeit: Mi. 19:00 -20:30 Uhr

Modul I

Fr. 24. 04. 26 -

Sa. 25. 04. 26

Modul 2

Fr. 08. 05. 26 -

Sa. 09. 05. 26

Modul 3

Fr. 12. 06. 26 -

Sa. 13. 06. 26

Modul 4

Fr. 03. 07. 26 -

Sa. 04. 07. 26

Zeit: Fr. 14:00 - Sa. 17:00 Uhr

Leitung: Michael Fritzenwanger, Touch for Health Instructor

Kosten:

€ 420,- je Wochenende

Anmeldung erforderlich



Do. 19. 03. 26

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Leitung: Claudia Brunner

Kosten: € 15,-

Anmeldung erforderlich



ab Mi. 15. 04. 26 (6x)

Zeit: 10:00 Uhr

Leitung:

Waltraud Hansbauer & Marlene Schneebauer

Kosten: kostenlos

Ort: Primärversorgungszentrum Ried/Neuhofen, Braunauerstraße 1, 4910 Ried

Anmeldung Franziskushaus



Foto: ©freepik

Klang im Alltag als fundierte Präventionsressource

Selbstregulation & Verbindung mit Klangschalen

Der Workshop richtet sich an Erwachsene, Eltern & Pädagog:innen und vermittelt einen achtsamen, alltagstauglichen Umgang mit Klangschalen zur Selbstfürsorge und Nervensystem-Regulation. **Basiskurs:** (1) Selbsterfahrung, Stressabbau, sichere Anwendung ohne Vorkenntnisse. (2) Klang für Beziehung, Familie & Übergänge – Beziehungen unterstützen, Übergänge begleiten und Nähe und Entspannung fördern; **Vertiefung:** Präsenz, innere Haltung, feine Wahrnehmung, bewusste Klangräume. Keine Ausbildung, sondern intensive Selbsterfahrung mit klaren Grenzen.

Sa. 09. 05. 26 Basis Teil 1
Fr. 29. 05. 26 Basis Teil 2
Sa. 20. 06. 26 Vertiefung

Zeit: jeweils 15:00 - 19:00 Uhr
Leitung: Carola Gietl, Holistic Health u. Klangschalenthérapeutin
Kosten: € 150,- (Basis 1+2); Vertiefungskurs € 70,-

Anmeldung erforderlich



Bewegung neu erleben - Feldenkrais® entdecken

Informationsabend

Wie bewege ich mich im Alltag – und warum fühlt sich manches leicht, anderes mühsam an? Die Feldenkrais®-Methode hilft, Bewegungs- und Wahrnehmungsgewohnheiten bewusst zu erforschen. Sanfte, achtsame Bewegungen können Spannungen lösen, Schmerzen lindern und neue Leichtigkeit bringen – ohne Leistungsdruck. Was ist Feldenkrais? Wer war Dr. Mosche Feldenkrais? Wie wirkt die Methode? Welchen Nutzen kann ich daraus ziehen? Mit ersten praktischen Erfahrungen zum Kennenlernen und spüren - auch für Fortgeschrittene.

Mi. 24. 06. 26

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Leitung: Michael Kuhn, Feldenkrais® Praxis
Kosten: € 15,- (kostenlos bei Teilnahme am Tagesworkshop)

Anmeldung erforderlich



Bewegung neu erleben - Feldenkrais® entdecken

Vertiefung: Im Alltag angenehmer, freier und klarer bewegen

Mehr Zeit für Vertiefung, Zusammenhänge und eigenes Erleben. Raum für Fragen, individuelle Erfahrungen und nachhaltige Impulse für Bewegung und Alltag. Wir werden verschiedene Bewegungssequenzen erforschen und einen „bewegten“ Tag erleben. Besonderes Angebot: Wer am Samstag am Tagesworkshop teilnimmt, kann den Infoabend am Mittwoch kostenlos besuchen. Für alle die neugierig sind, ihren Körper besser zu verstehen – und Bewegung neu zu entdecken

Sa. 27. 06. 26

Zeit: 09:00 - 16:00 Uhr
Leitung: Michael Kuhn, Feldenkrais® Praxis
Kosten: € 130,-



Anmeldung erforderlich



Tanzlabor 60+

Experimentierraum für Tanz und künstlerischen Ausdruck

Sind Sie über 60 Jahre und neugierig auf zeitgenössischen, kreativen Tanz? In diesem 3-tägigen Workshop werden wir über verschiedene spielerische Übungen und angeleitete Improvisationsaufgaben Bewegung und Tanz auf verschiedenste Weise erforschen und unseren eigenen Tanz dabei kreativ weiterentwickeln. Gemeinsam und individuell experimentieren wir mit Raumwahrnehmung, Bewegungstexturen und Bewegungsimpulsen und treten dabei tänzerisch in Verbindung – mit uns selbst und mit anderen.

Mi. 12. 08. 26
Do. 13. 08. 26
Fr. 14. 08. 26

Zeit: 09:00 - 11:30 Uhr
Leitung: Claudia Auzinger, Tanzpädagogin
Kosten: € 80,- (3 Vormittage)

Anmeldung erforderlich



Kommunikation

Digital Spezial

Virtuelle Realität - Entdecken und Erleben mit VR-Brillen

Tauchen Sie in die Welt der virtuellen Realität ein! In diesem Kurs entdecken Sie mit VR-Brillen beeindruckende Orte, reisen zu berühmten Sehenswürdigkeiten und trainieren spielerisch Koordination und Reaktion. In Gruppen probieren Sie verschiedene Anwendungen aus – Vorkenntnisse sind nicht nötig. Ideal für alle, die neugierig auf neue Technik sind und bequem von zu Hause aus neue Welten erleben möchten.

Fr. 13. 03. 26

Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr

Leitung: Stefanie Gastberger,
SelbA Digital-Trainerin

Kosten: € 29,-

Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09

Anmeldung bis 3.3.26 erforderlich



Foto: ©freepik

Ciao! Bella Italia

Italienisch für Reise & Urlaub

Ciao Italia! In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Redewendungen für Ihren Urlaub: Begrüßen, Bestellen, Fragen stellen und kleine Gespräche führen – einfach, praktisch und ohne Grammatikstress. Ideal für Reise, Restaurant, Hotel und Alltagsituationen. So fühlen Sie sich sicherer, kommen leichter ins Gespräch und genießen la dolce vita auf Italienisch!

Do. 05. 03.
Do. 19. 03.

Do. 12. 03.
Do. 26. 03.

Zeit: 17:00 - 18:00

Leitung: Christine Gotthalseder

Kosten: € 60,-

Anmeldung erforderlich



I LOVE ITALY

Foto: ©freepik

Smart und fit am Handy - Grundlagenkurs

Smartphone Führerschein Teil 1

Sie haben erst seit Kurzem ein Smartphone und möchten es sicherer und besser bedienen können? In diesem Kurs zeigen unsere Trainer:innen in einfacher, verständlicher Sprache die Grundlagen zur Nutzung Ihres Smartphones – von den wichtigsten Einstellungen, Telefon, Kontakten und SMS über das Aufnehmen und Wiederfinden von Fotos bis hin zu Internet, WLAN, Google-Konto und Apps. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit Ladegerät, Ihre E-Mail-Adresse, Ihren Google-Account mit Passwort sowie das Passwort Ihrer SIM-Karte mit.

Mi. 08. 04. 26

Mi. 15. 04. 26

Mi. 20. 04. 26

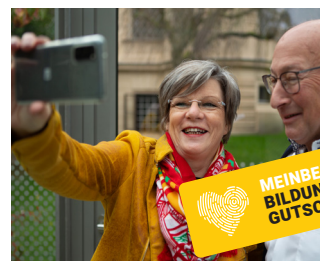
Zeit: 13:30 - 16:00 Uhr

Leitung: SelbA Digital-Trainerin,
EDV-Trainerin

Kosten: € 85,-

Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09

Anmeldung bis 30.3.26



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 werden sein: Unterwegs im Internet, hilfreiche Apps installieren und löschen, Benutzung von Google Maps, WhatsApp und Signal, Sicherheit im Internet gewinnen und ihre Oberfläche verwalten.

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

ab Mo. 06. 05. 26

3 Montage

Zeit: 13:30 - 16:00 Uhr

Leitung: EDV-Trainerin, SelbA-Digital-Trainerin

Kosten: € 85,-

Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09

Anmeldung bis 25. 04. 26



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.

Mo. 08. 06. 26

Zeit: 13:30 - 16:00 Uhr

Leitung: EDV-Trainerin, SelbA-Digital-Trainerin

Kosten: € 25,-

Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09

Anmeldung bis 27.10. erforderlich

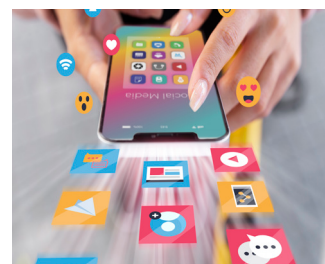


Foto: ©freepik

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

Mo. 29. 06. 26

Zeit: 13:30 - 16:00 Uhr

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

Kosten: € 25,-

Anmeldung unter:
(0732) 76 10-32 09

Anmeldung bis 27.10. erforderlich



Foto: ©freepik

Gewaltfreie Kommunikation nach M.R. Rosenberg

Basistraining (6 Tage)

Sie möchten in schwierigen Gesprächen - ob beruflich oder privat - klarer und gelassener reagieren, besser gehört werden und andere erreichen – ohne sich zurückzuziehen oder anzugreifen? m Basistraining lernen Sie, Beobachtungen von Bewertungen zu trennen, Verantwortung für eigene Gefühle und Bedürfnisse zu übernehmen, Wut und Schmerz anzuerkennen, die Anliegen aller ernst zu nehmen und Ihre Werte durch klare Bitten statt Forderungen zu vertreten. Dieses Modul ist für den Alltagspractitioner anrechenbar - ein Einstieg in den Lehrgang ist möglich.

ab Sa. 07.- So. 08. 03. 26

(3x Sa-So)

Zeit: Sa. 08:30 - So. 13:00 Uhr

Leitung:
Nicola Abler-Rainalter und
Thomas Abler,

Kosten: € 760,- (6 Tage);
€ 1.410,- pro Paar

Anmeldung erforderlich



FEBRUAR 2026				Seite
Di	24.02.	18:30	GFK Schnuppertermin online	11
Mi	25.02.	19:00	Kreuzwegandacht Sieger Köder	06
Fr	27.02.	10:00	Bibelkurs 1. Termin	07
Fr	27.02.	15:00	Kraftquelle Singen	06
Sa	28.02.	10:00	Textilkunst Friedensreich und Hundertwasser	21
M Ä R Z 2026				Seite
Fr	13.03.	19:30	Taize Gebet	07
ab Mo	02.03.	16:30	Linedance Anfänger	28
ab Mo	02.03.	17:30	Linedance für leicht Fortgeschrittene	29
ab Mo	02.03.	19:15	Linedance Fortgeschrittene	29
ab Mo	02.03.	18:00	Fit ins Frühjahr	28
Mo	02.03.	18:00	Klangreise	29
Mo	02.03.	19:00	Schreibwerkstatt	21
ab Di	03.03.	09:00	Wirbelsäulengymnastik	28
ab Di	03.03.	18:45	Tai Chi - weich und rund (4x)	29
Di	03.03.	18:30	Realistisches Zeichnen - Stilleben	21
Di	03.03.	19:30	Mein Selbstversorgergarten - Warum Selbstversorgung?	12
Mi	04.03.	19:15	Kompaktkurs Faszieintraining - Füße und Knie	29
Do	05.03.	17:00	Italienischkurs für Reise und Urlaub	33
Do	05.03.	19:30	Chorsingabend	07
Fr	06.03.	10:00	Bibelkurs 2. Termin	07
ab Fr	06.03.	17:00	Stille in mir - Einführung in das achtsame Schweigen	26
Fr	06.03.	19:00	Spiegelschrift des Lebens - Staunen	14
ab Sa	07.03.	08:30	Lehgangsstart: Gewaltfreie Kommunikation - Basistraining	11
Sa	07.03.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
So	08.03.	11:30	Musicalfahrt nach Wien „Godspell“	07
Di	10.03.	19:30	Mein Selbstversorgergarten - Alles übers Saatgut	12
Di	10.03.	18:30	Realistisches Zeichnen - Architektur Stadt Raum	21
Fr	13.03.	09:00	SelbA Digital Spezial	33
Fr	13.03.	10:00	Bibelkurs 3. Termin	07
ab Fr	13.03.	09:00	Säure-Basenkur	30
Fr	13.03.	19:00	Vater unser neu erleben - wenn zwei oder drei	08
Mo	16.03.	19:00	Töpfern am Abend	22
Mo	16.03.	18:00	Klangreise	29
Di	17.03.	18:30	Realistisches Zeichnen - Hand	21
Di	17.03.	19:30	Mein Selbstversorgergarten - Pflanzengesundheit	12
Mi	18.03.	19:15	Kompaktkurs Faszieintraining - Wirbelsäule	29
Mi	18.03.	18:00	Österliches Filzen	22
ab Do	19.03.	18:30	Herzöffnende Übungen	30
Do	19.03.	19:00	Innere Balance in herausfordernden Zeiten	31

Fr	20.03.	10:00	Bibelkurs 4. Termin	07
Fr	20.03.	15:00	Lebensenergie im Fluss	26
Fr	20.03.	15:00	Schreibend zu mehr Lebensfreude	27
Fr	20.03.	18:00	Geerdet und gehimmelt - Meditative Impulse zum Frieden	08
Fr	20.03.	19:00	Das Vaterunser neu erleben - wenn zwei oder drei	08
Sa	21.03.	09:00	Drahtkörbe flechten	22
Sa	21.03.	14:00	Fokus und Präsenz - Bogenschießen für Frauen	30
Mo	23.03.	19:00	Heilsames Singen	08
Mo	23.03.	19:00	Vortrag: Die sieben Sicherheiten die nicht nur Kinder brauchen	17
Di	24.03.	18:30	Realistisches Zeichnen - Gesicht	21
Di	24.03.	19:30	Mein Selbstversorgergarten - Alte Sorten/Pflanzenkunde	12
Mi	25.03.	18:30	Das hochsensitive Kind - Reize regulieren	18
Mi	25.03.	18:30	Schmuckwerkstatt - Edle Armbänderknüpfen	22
Mi	25.03.	19:00	Offene Beambreath Atemsession	30
Mi	25.03.	19:00	Infoabend Touch for Health	31
Do	26.03.	18:30	Herzqigong - herzöffnende Übungen	30
Fr	27.03.	14:00	Zwirnknöpfe wickeln für Anfänger und Fortgeschrittene	23
Fr	27.03.	17:00	Die Magie vom „Freien Erzählen“	23
Fr	27.03.	19:00	Das Vaterunser neu erleben - wenn zwei oder drei	08
Sa	28.03.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
Sa	28.03.	10:30	Vom ersten bis zum letzten Atemzug, Vortrag Ellen Matzdorf	11
ab Sa	28.03.	08:00	Pilgerreise ins Schwabenland -Auf den Spuren von Sieger Köder	14
ab Di	31.03.	09:00	Lehrgangsstart: Sensorische Integration im Dialog nach Ulla Kiesling	18
Di	31.03.	19:30	Mein Selbstversorgergarten - ernten/lagern/verarbeiten	12
Di	31.03.	18:30	Realistisches Zeichnen - Figurenzeichnung	21
A P R I L 2 0 2 6				Seite
Mi	01.04.	16:00	Workshop: Kinder besser verstehen, leichter lernen	17
Mo	06.04.	05:30	Sonnenaufgangswanderung	08
ab Di	07.04.	09:00	Wirbelsäulengymnastik	28
ab Di	07.04.	18:45	Tai Chi - Stille im Zwischenraum	29
Di	07.04.	17:00	Seminarreihenstart: Cranio Sacrale Körperarbeit	27
Di	07.04.	19:00	Töpfern am Abend	22
Mi	08.04.	19:15	Kompaktraining Faszien - Hals und Schulter	29
Mi	08.04.	13:30	SelbA Grundlagenkurs Smart und fit am Handy	33
Fr	10.04.	14:00	Lehrgangsstart Touch for Health	31
Fr	10.04.	19:00	Schreibende Frauen - Endloser Winter	15
Sa	11.04.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
Sa	11.04.	14:00	Historischer Stadtrundgang	15
Mo	13.04.	18:00	Klangreise	29
So	12.04.	09:00	Pfarrgründungsfest in der Stadtpfarrkirche	09

Mo	13.04.	19:00	Schreibwerkstatt	21
Di	14.04.	09:00	Töpfern am Vormittag	23
Di	14.04.	18:00	Kochen mit Gänseblümchen Girsch und Co	12
Di	14.04.	18:30	Follow up Hochsensitives Kind	17
Mi	15.04.	10:00	Beckenbodengymnastik im Gesundheitszentrum Ried/Neuhofen	31
Fr	17.04.	12:45	Exkursion zur Moschee Linz	15
Fr	17.04.	14:00	Essbarer Wald, Frühlingwildkräuter	12
Sa	18.04.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
Sa	18.04.	09:30	Ikebana	23
Mo	20.04.	19:00	Einfach Singen	09
Mi	22.04.	19:00	Vortrag: Die ersten Jahre sind entscheidend	17
ab Fr	24.04.	14:00	Lehrgangsstart: Kybernetische Methode für Schule und Einzelförderung	19
Fr	24.04.	07:00	Wasserpilgern Bad Goisern bis Obertraun	10
ab Fr	24.04.	14:00	Lehrgangsstart: Evolutionspädagogik	20
Sa	25.04.	07:45	Exkursion Parlament Wien	15
Sa	25.04.	09:30	Aquarell und Enkaustik mit Brusho	24
ab Mo	27.04.	18:00	Fit durch das Frühjahr	28
Mo	27.04.	18:00	Klangreise	29
Di	28.04.	18:00	Frühlingsfilzen	24
Di	28.04.	19:00	Tanzabend mit Veronika Santer	09
M A I 2026				Seite
Fr	08.05.	19:30	Ausstellungseröffnung von Aneta Kordala	24
Mo	04.05.	19:00	Schreibwerkstatt	21
Di	05.05.	18:00	Kirchturmführung - Ried von oben	16
Di	05.05.	18:30	Hochsensible Erwachsene - Wenn Wahrnehmung zur Stärke wird.	27
Di	05.05.	19:30	Botanisches Latein für Gärtner:innen	13
ab Di	05.05.	18:45	Tai Chi - Entspannung in die Weite	29
Mi	06.05.	13:30	Smart und Fit am Handy Aufbaukurs	34
Do	07.05.	19:00	Heitere Lesung zum Muttertag	16
Sa	09.05.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
Sa	09.05.	09:00	Traktor Wandern mit salesianischen Impulsen - Zeit für Dich	09
Sa	09.05.	15:00	Klang im Alltag Basisteil 1	32
So	10.05.	09:00	Befreiungsfahrt Mauthausen	16
Di	12.05.	17:30	Führung Charlotte Taitl Haus	16
Mo	18.05.	19:00	Heilsames Singen	08
Mi	27.05.	19:00	Offene Beambreath Atemsession	30
Fr	29.05.	15:00	Klang im Alltag Basisteil 2	32
Sa	30.05.	09:00	Gewaltfreie Kommunikation - Modul Vertiefungstage	11
Sa	30.05.	09:00	Ehevorbereitung	26

JUNI 2026				Seite
Mo	01.06.	19:00	Schreibwerkstatt	21
Di	02.06.	18:30	Mutterkraut, Venusblut und Weibernessel	13
ab Di	02.06.	18:45	Tai Chi - absichtslos	29
Mo	08.06.	13:30	SelbA Praktische Apps am Smartphone	34
Di	09.06.	19:00	Erziehung so ein Theater - Grenzen machen Kinder stark	20
Mi	10.06.	18:00	Sommerliches Filzen	24
Fr	12.06.	18:00	Geerdet und gehimmelt - Meditative Impulse zum Thema Zufriedenheit	08
Mo	15.06.	19:00	Einfach Singen	09
Di	16.06.	18:30	Hochsensitives Kind - Spannungsfeld Hochsensibilität und Diagnosen	18
Do	18.06.	07:00	Pilgern am Weg des Buches	10
Sa	20.06.	09:00	Ehevorbereitung	26
Sa	20.06.	15:00	Lebensenergie im Fluss	26
Sa	20.06.	15:00	Klang im Alltag: Vertiefung	32
So	21.06.	08:45	Motorradwallfahrt nach Großraming	10
Mi	24.06.	19:00	Feldenkrais Infoabend	32
Sa	27.06.	09:00	Feldenkrais Tagesworkshop	32
Mo	29.06.	13:30	SelbA Digital Spezial zum Thema Künstliche Intelligenz	34
JULI - SEPTEMBER 2026				Seite
Do	02.07.	18:00	Abschlussgottesdienst mit Grillfest	06
Sa	04.07.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
Mo	06.07.	19:00	Schreibwerkstatt	21
Mo	13.07.	08:30	Kreativer Ferienstart: Schmuckwerkstatt - Coole Accessoires	25
Di	14.07.	08:30	Kreativer Ferienstart: Tonwerkstatt	25
Mi	15.07.	08:30	Kreativer Ferienstart: Piratendruckwerkstatt	25
ab Mi	12.08.	09:00	3-tägiges Tanzlabor 60+	32
Sa	22.08.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
Sa	05.09.	09:00	Ehevorbereitungskurs	26
ab Sa	19.09.	14:00	Lehrgangsstart: Kybernetische Methode im Kindergarten u. Vorschule	19
Di	22.09.	18:30	Hochsensitives Kind in unterschiedlichen Altersstufen	18



STATIK • KONSTRUKTION



Willkommen im Team der Ehrenamtlichen - mach mit!
Freier Eintritt oder Ermäßigungen bei Vorträgen und Kursen!
Mehr Infos: franziskushaus@dioezese-linz.at

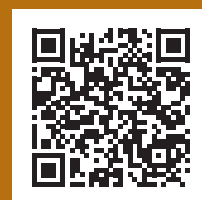
Ausgabe Nr.1/2026, März 2026 - August 2026
Österreichische Post AG/ Sponsoring.Post . SP02Z031830S, Pb.b.,
Erscheinungsort Ried/I., Benachrichtigungspostamt, Verlagspostamt,
4910 Ried/I. Franziskushaus, Riedholzstr. 15a, 4910 Ried

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

Wir freuen uns auf Ihr Kommen

Sie suchen ein Seminarhaus?

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



www.franziskushaus.at