

# Bildungsanzeiger

März bis Juni 2008

## SEMINARE SPIRITUALITÄT BEGEGNUNG

### **Tiefe Ruhe**

Maria Zeisler & Gottfried Jaufenthaler

21

### **Aktiv\_TANZ\_Woche für Senioren**

Maria Goldmann-Kaindl

05

### **Was uns der Papst sagen wollte**

Prof. Dr. P. Karl Wallner

06

### **Immer Krach im Kinderzimmer**

Mag.<sup>a</sup> Elisabeth Klein

14

### **Tatort Jerusalem**

Reg. Rat Prof. Dr. Mag. Karl R. Essmann

06

### **Enneagramm unserer Beziehungen**

Neidhardt & Kunze-Neidhardt

14

[www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)

**März 2008**

01.03.	> Heilfastenwoche mit geistl. Begleitung: Stummer und Team	S. 19
01.03.	> Christ ist erstanden – Chorsätze für die Liturgie der Osternacht: Seminar Gasser	S. 09
03.03.	> Pubertät – Elternschule Modul 4: Seminarreihe Grübl-Schöbwwender	S. 15
04.03.	> Kreistanz-Schnupperabend: Rassner	S. 18
05.03.	> Herodes der Große und seine Familie: Vortragsreihe Fleischmann Teil 2	S. 06
05.03.	> Mit Kindern Ostern entgegen: Seminar Auer, Ecker	S. 15
06.03.	> Was hab ich davon, dass Jesus gestorben ist: Vortrag Renner	S. 05
06.03.	> Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen: Seminarreihe Pflock	S. 04
08.03.	> Vom Teamgeist zum Teamwork: Seminar Bauer	S. 10
08.03.	> Geistlicher Nachmittag: Koller	S. 06
11.03.	> Bibelmeditation: Stummer	S. 06
11.03.	> Imago – Ein neuer Weg zu erfüllter Liebe: Vortrag Jäggle	S. 17
12.03.	> Die Erziehung Jesu nach jüdischer Tradition: Vortragsreihe Fleischmann Teil 3	S. 06
13.03.	> Tatort Jerusalem: Vortrag Essmann	S. 06
14.03.	> Sesshin in der Karwoche: Obermayer	S. 07
26.03.	> Lachyoga: Schnupperabend Alex	S. 20
28.03.	> Inneres Kind: Seminar Eicher	S. 12
28.03.	> Intervallkurs Seniorenpastoral: Startwochenende Langer & Team	S. 04
29.03.	> Moderieren leicht gemacht: Seminar Weißgärber, Urbanek	S. 10
29.03.	> Immer Krach im Kinderzimmer: Seminar Klein	S. 14

**April 2008**

01.04.	> Kreis- und Gruppentänze: laufende Gruppe Rassner	S. 18
02.04.	> Bibelwerkstatt – Bibelabend mit Bibl. Figuren: Schiffel	S. 07
03.04.	> Planen – Veranstalten – Leiten: Grundkurs Erwachsenenbildung Petrasch	S. 11
04.04.	> Werktag Biblische Figuren: Waltersdorfer	S. 18
05.04.	> Burnout kreativ bekämpfen: Seminar Bauer	S. 13
07.04.	> Feldenkrais pur!: laufende Gruppe Schrammel	S. 19
08.04.	> Lachen ist die beste Medizin: Lachyoga-Gruppe Alex	S. 20
12.04.	> In der Mitte des Lebens: Seminar Schiefer	S. 05
12.04.	> Inspiration und Neubeginn – Frühling und Sommer: Seminar Voigt	S. 20
15.04.	> Mein Kind – ein Volksschulkind: Elternschule Modul 3 Grübl-Schöbwwender	S. 15
15.04.	> Bibelmeditation: Stummer	S. 06
15.04.	> Du verstehst mich nicht – oder doch? Seminar Bauer	S. 13
15.04.	> Was uns der Papst sagen wollte: Vortrag Wallner	S. 06
18.04.	> Soviel Liebe wie du brauchst: Imago-Paarworkshop Jäggle	S. 17
23.04.	> Tanz der Hormone: Vortrag Miedler	S. 20
25.04.	> Eine biblische Figur nimmt Gestalt an: Hiob – Bibelwerkwochenende Schiffel	S. 07
26.04.	> Soviel Aufmerksamkeit wie du brauchst – Seminar Jäggle	S. 10
29.04.	> Wer erfolgreich sein will, muss auch scheitern können – Empowermenttag Klima, Maurer	S. 11

**Mai 2008**

05.05.	> Elterncoaching: Grübl-Schöbwwender	S. 15
07.05.	> Den Alltag mit Kindern leichter bewältigen: Followup Elternschule Modul 2 – Grübl-Schöbwwender	S. 16
13.05.	> Bibelmeditation: Stummer	S. 06
16.05.	> Tiefe Ruhe für Erwachsene: Abendseminar Jaufenthaler, Zeisler	S. 21
17.05.	> Musikbaukasten: Vormittagsseminar Jaufenthaler, Zeisler	S. 12
17.05.	> Tiefe Ruhe für Kinder: Nachmittagsseminar Jaufenthaler, Zeisler	S. 12
17.05.	> Mit dem ganzen Körper laufen: Tagesseminar Schrammel	S. 21
29.05.	> Vom Schatten ins Licht: Einführungsvortrag Miedler	S. 13

**Juni 2008**

07.06.	> Betrifft Frau und Mutter: Tagesseminar Grübl-Schöbwwender	S. 16
07.06.	> Sinnlich – besinnlich – Sinn für mich: Schmitz-Kronaus, Tieber	S. 08
07.06.	> Vom Schatten ins Licht – Tagesseminar Miedler	S. 13
10.06.	> Bibelmeditation: Stummer	S. 06
20.06.	> Enneagramm live: Wechselwirkungen: Neidhart, Kunze-Neidhardt	S. 14
28.06.	> Aktiv_TANZ_Woche für Senioren: Goldmann-Kaindl	S. 05

## Liebe Leserin! Lieber Leser!

Die Diözesanleitung hat entschieden, das Bildungszentrum und die Einrichtungen des Vikariates unter dem Wienerwald in die Wiener Neustädter Propstei zu übersiedeln.

### Entspricht nicht mehr den Anforderungen

Notwendig wurden die Überlegungen zur Zukunft des Bildungshauses, weil die derzeit gemieteten Gebäude- teile im Neukloster – das dem Stift Heiligenkreuz gehört – technisch und ästhetisch nicht mehr den Anforderungen der Zeit entsprechen. Die Diözese stand vor der Wahl, entweder erhebliche wirtschaftliche Mittel in eine an sich überkommene Bausubstanz zu investieren oder in zentralster Lage, unmittelbar beim Dom, ein neues Bildungszentrum in der ohnehin vor einer Renovierung stehenden Dompropstei einzurichten. Die Propstei mit ihrem Pfarrgemeinderat, Bischofsvikar P. Amadeus Hörschläger mit seinen MitarbeiterInnen im Vikariat Unter dem Wienerwald, die Geschäftsführung der Erwachsenenbildung sowie das Bauamt der Erzdiözese beginnen nun die Detailplanung für eine neue, zeitgemäße Bildungseinrichtung und Begegnungsstätte im Haus am Wiener Neustädter Domplatz.

### Übersiedlung in zwei Jahren

Voraussichtlich ab Herbst 2009 werden die wichtigsten Einrichtungen des Vikariates und das Bildungshaus zum Dom übersiedeln. Für den Bildungsbetrieb stehen uns dann den heutigen Anforderungen entsprechende Seminarräume mit guter Ausstattung und eine moderne Infrastruktur zur Verfügung. Im neuen Zentrum gibt es aber keine eigene Küche und keine Gästezimmer. Dafür wird es Kooperationen mit Betrieben in Wiener Neustadt und in der Nähe liegenden Klöstern und Seminarhotels geben. So ist es möglich auch nach der Übersiedlung unseren bisherigen Bildungsbetrieb in vollem Umfang aufrecht zu erhalten.

Diese Entscheidung ist also nicht ein End- sondern ein Wendepunkt in der Geschichte der Erwachsenenbildung des Vikariates unter dem Wienerwald. Natürlich stellt sie auch eine Herausforderung dar, der sich das Team des Bildungshauses stellen muss und wird.

### Sponsoring durch die Sparkasse

Wir freuen uns, dass ab sofort die Sparkasse Wiener Neustadt unseren Schwerpunkt „Lebenskunst für Fortgeschrittene“ als Sponsor unterstützt. Vielen Dank dafür!

An dieser Stelle möchten wir auch allen danken, die den Zahlschein, der der letzten Ausgabe beigelegt war, genutzt haben um unsere Arbeit mit einem Druckkostenbeitrag zu unterstützen.

### Aktuelles Programm

In dieser Ausgabe des Bildungsanzeigers finden sie besonders viele Angebote für „Pfarrgemeinderäte und MitarbeiterInnen“, die wir im Rahmen unserer Mitträgerschaft in der „PGR-Akademie“ unserer Diözese erstellt haben. Hinweisen möchte ich auf den Vortrag von P. Karl Wallner am 15. April über die Botschaft des Papstes in den Reden, die er bei seinem Besuch in Wien gehalten hat. Besonders herzlich lade ich auch zur „Aktiv\_TANZ\_ Woche für Senioren“, die im Juni im Kloster Kirchberg stattfinden wird, ein.

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Fastenzeit und ein gesegnetes Osterfest und hoffe, Sie bald bei einer unserer Veranstaltungen begrüßen zu dürfen!



Mag. Peter Maurer, Päd. Referent



Mag. Peter Maurer  
Päd. Referent

## LEBENSKUNST FÜR FORTGESCHRITTENE

### ... und plötzlich ist alles anders

#### Gesprächsmöglichkeit für trauernde Menschen

Sie haben einen nahen Angehörigen, einen Freund verloren? Alles in Ihnen lehnt sich auf? Immer wieder kommen Wellen der Trauer, der Verzweiflung, der Wut – oft plötzlich und unerwartet? Sie fragen sich: Ist das noch normal?

#### TERMIN:

jeden 2. Mittwoch im Monat | 18 bis 19.30 Uhr

(ausnahmsweise 20. Februar, dann regulär 12. März, 9. April, 10. Mai, 11. Juni und 10. September 2008) oder nach Vereinbarung

#### INFORMATION UND ANMELDUNG:

0664 / 842 76 34 oder ipfundner@caritas-wien.at

EINE KOOPERATIONSVERANSTALTUNG DER KONTAKTSTELLE FÜR TRAUERENDE DER CARITAS DER ED WIEN UND DEM BILDUNGSHAUS ST. BERNHARD.



#### REFERENTIN:

Mag.<sup>a</sup> Ines Pfundner  
Kontaktstelle für Trauernde/  
Caritas der ED Wien, langjährige  
Erfahrung in der Hospizarbeit



LEITUNG:

Ingeborg Scheffler und Ingrid Klein



LEITUNG:

Michaela Pflock

Erwachsenenbildnerin und

Biodanzlehrerin

Mehr Info: <http://www.praxis-abl.at>

INFO UND ANMELDUNG:

Fachbereich Seniorenpastoral

01 / 515 52 3355 oder

seniorenpastoral@edw.or.at

REFERENTINNEN:

Dr. Elisabeth Doenicke-Wakonig

Palliativärztin

Peter Stipl

Psychotherapeut

DGKS Barbara Gobold

Kordinatorin

Mobiles Hospiz Caritas,

langjährige Hospizerfahrung

Ulrike Tondl

Kordinatorin Mobiles Hospiz,

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

## „So kommt man schön langsam ins ältere Fach“

Gelassen älter werden

TERMIN:

Montag 25. Februar 2008 | 8.30 bis 12 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG: € 10,-

EINE KOOPERATIONSVERANSTALTUNG DER KATHOLISCHEN FRAUENBEWEGUNG DES VIKARIATES UNTER DEM WIENERWALD UND DEM BILDUNGS- HAUS ST. BERNHARD.

## Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen

Leben heißt eigentlich erleben – laufende Gruppe

Das Leben bietet uns eine Fülle von Chancen, uns als einzigartiges Wesen mit ganz persönlicher Geschichte und Entwicklung zu erleben.

Ausgehend von unseren Bedürfnissen und der Begegnung mit dem ‚inneren Kind‘, über das Erleben von Ressourcen, Visionen und Zielen, dem Entdecken ureigener Kreativität und Lebensfreude bis hin zu unserem Vertrauen, unserer Liebe und Hingabe wird unser gemeinsamer Weg in der Gruppe führen.

METHODEN:

Bewegung / Biodanza, bewusster Atem, Meditationen, kreative Elemente, Gespräch und Austausch.

TERMINE:

Donnerstag 6., 13. und 27. März, 3., 10., 17. und 24. April, 8. Mai 2008 jeweils von 19 bis 21.30 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG: € 80,- für alle 8 Abende

## Intervallkurs Seniorenpastoral

Zukunft Alter

Der Anteil der älteren Menschen in unserer Gesellschaft steigt. Die Lebensphase ‚Alter‘ wird länger und differenzierter, ihre Gestaltung bringt neue Herausforderungen. Damit ändern sich auch die Anforderungen an eine angemessene seelsorgliche Begleitung alternder Menschen. Altenarbeit und Altenseelsorge müssen sich daher weiterentwickeln und qualifizieren. Dieser Kurs bietet eine Einführung in gerontologisches Wissen sowie praxisorientierte Überlegungen. Eingeladen sind insbesondere MitarbeiterInnen, die diesen Bereich neu übernommen haben.

TEILNAHMEBEITRAG: € 120,- für alle Termine

EINE VERANSTALTUNG DES FACHBEREICHES SENIOREN PASTORAL MIT UNTERSTÜTZUNG DES BILDUNGS HAUSES ST. BERNHARD.

TERMINE:

Einführungswochenende

im Bildungshaus St. Bernhard:

Freitag 28. März | 15 Uhr

bis Samstag 29. März 2008 | 18 Uhr,

Abschlusswochenende

Freitag 30. Mai 2008 | 15 Uhr bis

Samstag 31. Mai 2008 | 18 Uhr

im Kloster d. Hartmannschwestern in Kirchberg / Wechsel,

8 Freitage von 14 bis 18 Uhr

in der Donaacitykirche:

4., 11., 18. und 25. April, 2., 9., 16. und 23. 5. 2008

## Grundkurs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

in Bruck / Leitha

Dieser Kurs entspricht den Standards des Landesverbandes Hospiz NÖ für die Basisausbildung ehrenamtlicher MitarbeiterInnen im Hospizbereich.

Kursinhalte:

- Auseinandersetzung mit den Themen Sterben, Tod und Trauer
- Selbsterfahrung in der Gruppe
- Eigene Psychohygiene
- Gespräche am Krankenbett

- Begleitung von Sterbenden und Trauernden
- Psychosozialer Bereich von Krankheit, Tod und Trauer
- Ethische Grenzfragen, wie z.B. aktive und passive Sterbehilfe
- Religion und Spiritualität
- Medizinische und pflegerische Aspekte, z.B. Schmerztherapie, einfache Pflegemaßnahmen
- Patientenverfügung, Willenserklärung
- Simonthon-Methode

**Für wen ist dieser Kurs gedacht:**

- Für Personen, die sich aus unterschiedlichen Gründen mit dem Thema Sterben, Tod und Trauer intensiver auseinandersetzen wollen
- Für MitarbeiterInnen in helfenden Berufen
- Für Angehörige von Schwerkranken
- Für Menschen, die als HospizhelferInnen ehrenamtlich arbeiten möchten

Von der Teilnahme an diesem Seminar wird grundsätzlich abgeraten, wenn InteressentInnen sich noch in Trauer um einen Angehörigen oder Nahestehenden

befinden. Trauer braucht Zeit und sollte nicht mit neuen Aktivitäten überdeckt werden.

**TERMINE:**

**jeweils Samstag von 9 bis 18 Uhr am 12. 4., 26. 4., 7. 6., 20. 9., 4. 10., 18. 10. und 8. 11. 2008**

**VERANSTALTUNGSORT:**

Pfarrzentrum Hauptplatz 5, 2460 Bruck/Leitha

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 320,- für alle 8 Samstage

**In der Mitte des Lebens | Tagesseminar**

Die Zeit um die Lebensmitte ist mit Veränderungen verbunden. Diese Wendezeit fordert die Auseinandersetzung mit uns selbst heraus. In diesem Seminar wollen wir uns Zeit für uns selbst gönnen, uns selbst näher kommen und neue Kraft für den Alltag schöpfen. Wir wollen die eigenen Bedürfnisse, Werte und Sehnsüchte wahrnehmen und Ressourcen sichtbar machen. Diese Selbstkenntnis eröffnet neue Perspektiven und trägt zu einem authentischen, erfüllten Leben bei.

**Methoden:**

Impulse, verschiedene Texte, Gedankenaustausch in Kleingruppen, einfache kreative Übungen

**TERMIN:**

**Samstag 12. April 2008 | 9 bis 17 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 58,- inklusive Mittagessen

**Aktiv\_TANZ\_Woche für Senioren 2008 | mit Maria Goldmann-Kaindl**

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit durch Tanzen, Reden, Lachen, Spielen, Wandern und vieles mehr sich der Freude am Leben wieder bewusst zu werden. Ziel ist es auch sich seiner Fähigkeiten und Talente bewusst zu werden und Humor und Freude zu leben.

Die Veranstaltung findet im Kloster der Dominikanerinnen in Kirchberg am Wechsel statt: <http://www.kloster-kirchberg.at/>.

**TERMIN:**

**Samstag 28. Juni 2008 | 11 Uhr bis Freitag 4. Juli 2008 | 13 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:**

Kloster der Dominikanerinnen, 2880 Kirchberg am Wechsel, Markt 2

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 150,- plus Aufenthaltskosten

**Das Programm:**

- Vormittags wird von 9 – 12 Uhr Tanzen und Gedächtnistraining angeboten.
- An den Nachmittagen besteht die Möglichkeit an Ausflügen, gemeinsamen Besichtigungen und Spaziergängen teilzunehmen oder eigenständig diese Zeit zu gestalten.
- Das Abendprogramm wird den Wünschen der TeilnehmerInnen und den Wetterverhältnissen angepasst.

THEOLOGIE & GESELLSCHAFT

**Was habe ich heute davon, dass Jesus vor 2000 Jahren gestorben und auferstanden ist?**

Vortrag von Dr. Stephan Renner

- Tod und Auferstehung Jesu sollen theologisch und biblisch erschlossen werden.
- In einem weiteren Schritt soll versucht werden das Erlösungsgeschehen Jesu im Alltag des heutigen Menschen zu erahnen.

**TERMIN:**

**Donnerstag 6. März 2008 | 19 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 8,-



**INFO UND ANMELDUNG:**

Bildungshaus St. Bernhard, 02622 / 29 131, [bildungshaus@st-bernhard.at](mailto:bildungshaus@st-bernhard.at) oder online: [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)



**LEITUNG:**

**Herta Schiefer**

Dipl. Erwachsenenbildnerin und LIMA-Trainerin



**LEITUNG:**

**DSA Maria Goldmann-Kaindl**

Lebens- und Sozialberaterin, LIMA-Trainerin und Seniorentanzleiterin



**REFERENT:**

**Dr. Stephan Renner**

Theologe und Religionspädagoge



REFERENT:  
**Dr. Kornelius Fleischmann**  
Hochschul-Professor em. für  
Hebräisch und Judaistik

## Biografisches um die Gestalt Jesu

Vortragsreihe mit Hochschulprof. Dr. Kornelius Fleischmann

**1. Abend:** Johannes der Täufer, seine Herkunft und seine Jünger

**Mittwoch 27. Februar | 19.30 Uhr**

**2. Abend:** Herodes der Große und seine Familie

**Mittwoch 5. März 2008 | 19.30**

**3. Abend:** Die Erziehung Jesu nach der jüdischen Tradition seiner Zeit

**Mittwoch 12. März 2008 | 19.30**

TEILNAHMEBEITRAG:

€ 8,- pro Abend, € 21,- für alle 3 Abende



REFERENT:  
**Reg. Rat Prof. Mag. Dr. Karl-R. Essmann**

## Tatort Jerusalem

Die letzten 24 Stunden im Leben Jesu

Von keinem Tag aus dem Leben Jesu wissen wir mehr als von seinem letzten. Aber auch kein einziger ist so umstritten. Was geschah tatsächlich in diesen letzten Stunden? Was kann man darüber, historisch halbwegs gesichert, sagen? Was gibt es dafür an Belegen? Wer ist wirklich schuld am Tode Jesu? Nur die Juden allein oder doch auch die Römer, oder vielleicht Pontius Pilatus allein?

Diesen und ähnlichen Fragen weiß sich der Referent verpflichtet.

TERMIN:

**Donnerstag 13. März 2008 | 19 Uhr**

TEILNAHMEBEITRAG: € 10,-



REFERENT:  
**Prof. Dr. P. Karl Wallner**  
Rektor der Päpstlichen  
Philosophisch-Theologischen  
Hochschule Heiligenkreuz

## Was uns der Papst sagen wollte

Vortrag mit P. Karl Wallner

Papst Benedikt XVI. ist bei seinem Pastoralbesuch im Sept. 2007 in Österreich dadurch aufgefallen, dass er gar nicht wie ein „Panzerkardinal“ und „Großinquisitor“ gesprochen hat, sondern mit der Sensibilität eines leidenschaftlichen Professors. Der Papst argumentiert aus einer großen theologischen Tiefe heraus und verweist immer wieder

auf die Fundamente des Glaubens. Seine Österreich-Reden sind ein kostbarer Schatz, den es zu bergen gilt.

TERMIN:

**Dienstag 15. April 2008 | 19 Uhr**

TEILNAHMEBEITRAG: € 8,-

## SPIRITUALITÄT



LEITUNG:  
**Prälat Johann Koller**  
Referent für Erwachsenenkatechese  
und Gemeindeerneuerung

## Geistliche Nachmittage zu den Evangelien

der kommenden Sonntage – nicht nur Geschichten, sie geschehen heute

TERMINE:

**Samstag 8. März, 12. April, 3. Mai  
und 7. Juni 2008, jeweils 15.30 bis 21.30 Uhr**

Bildungshaus St. Bernhard, Neuklostergasse 1,  
2700 Wr. Neustadt

TEILNAHMEBEITRAG:

€ 12,- bis € 15,- Euro nach Selbsteinschätzung



LEITUNG:  
**Gertrude Stummer**  
Erwachsenenbildnerin

## Bibelmeditationen

Mit Gertrude Stummer in der Kapelle des Bildungshauses

TERMINE:

**Dienstag 11. März 2008 | 9 – 11.30 Uhr**  
„Die Heilung eines Blinden bei Jericho“ (Mk 10, 16 – 52)

**Dienstag 15. April 2008 | 9 – 11.30 Uhr**  
„Der Herr hält mich fest in der Hand“ (PS 37,42 13)

**Dienstag 13. Mai 2008 | 9 – 11.30 Uhr**  
„Der Geist aus der Höhe“ (Jes. 32,15 – 18 10)

**Dienstag 10. Juni 2008 | 9 – 11.30 Uhr**  
„An das Gute im anderen glauben“ (Lk. 19 1–10)

TEILNAHMEBEITRAG: € 7,- pro Termin

## Sesshin in der Karwoche

Zen-Meditation für Geübte

### ANMELDUNG UND AUSKUNFT

bei Pfr. Obermayer

Tel. & Fax 01 / 545 85 86

E-Mail: zen@gmx.at oder karlobermayer@gmx.at

### TERMIN:

**Freitag 14. März 2008 | 18 Uhr  
bis Donnerstag 20. März 2008 | 9 Uhr**



LEITUNG:

**Pfr. Karl Obermayer**

## Wöchentliches Zazen

im Bildungshaus St. Bernhard

Mit Else Macho, die in direktem Kontakt mit Karl Obermayer und dem Zendo in Wien, 5. Bezirk, steht. Die Übungsabende werden im Sinne von Pfr. Obermayer geführt, der Zen nach der Methode des Soto-Zen lehrt. Kommen und Gehen ist möglich um 19.05, 19.55 und 20.15 Uhr. An schulfreien Tagen entfällt das Zazen.

Wer irgendwo eine Einführung besucht hat, kann teilnehmen. Keine Anmeldung erforderlich.

Die Übungsabende sind nicht für Anfänger gedacht!

### NÄHERE INFORMATIONEN (auch über die Kosten):

Tel. 01 / 350 60 78 oder elisabeth.macho@chello.at

### TERMIN:

**jeden Dienstag außer an schulfreien Tagen**

Bildungshaus St. Bernhard, Neuklostergasse 1,  
2700 Wr. Neustadt

## Bibelwerkstatt – Weg der Erkenntnis. Die Emmausjünger.

Bibelabend zu Lk 24,13 – 35 mit Biblischen Figuren

### Kurselemente:

- bibeltheologische Auseinandersetzung
- gemeinsames Erarbeiten der Aussage und Bedeutung des Textes mit Hilfe der Biblischen Figuren
- Erstellen der Szene mit Biblischen Figuren

### NÄHERE INFORMATIONEN

zu den Biblischen Figuren finden Sie unter

<http://www.pfarreamschoepfwerk.at.tf>

### TERMIN:

**Mi 2. April 2008 | 19 bis 21 Uhr**

TEILNAHMEBEITRAG: € 8,-



LEITUNG:

**Mag.<sup>a</sup> Eva Schiffel**

Theologin, ausgebildet in der Schweiz zur Kursleiterin für Biblische Figuren

## Eine biblische Figur nimmt Gestalt an: HIOBS Botschaft – Der Mensch im Leid

Bibel-Werk-Wochenende mit Biblischen Figuren

Viele biblische Figuren aus dem AT und NT können uns Vorbilder und Lebenshilfen sein. An einem Wochenende wollen wir uns inhaltlich und handwerklich mit einer biblischen Figur beschäftigen, sie lebendig werden lassen.

### Inhaltlich:

- Wer ist Hiob? Demütiger Dulder oder anklagender Rebell?
- Wie geht Hiob mit Leid um?
- Wie gehe ich mit Leid um?
- Gibt es eine Antwort Gottes auf die Erfahrung des Leides?

### Handwerklich:

- Erarbeiten einer Figur (Hiob) nach der Methode Schwarzenberger Bibelfiguren
- Erstellen von Szenen mit Biblischen Figuren

Manuelles und inhaltliches Arbeiten wechseln einander ab!

### TERMIN:

**Freitag 25. April 2008 | 16 Uhr  
Sonntag 27. April 2008 | 13 Uhr**

### VERANSTALTUNGSORT:

Kloster der Dominikanerinnen, Markt 2, 2880 Kirchberg am Wechsel

### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 75,- Teilnahmebeitrag

€ 25,- Materialkosten plus Aufenthaltskosten



**LEITUNG:****Gabriele Tieber**

Erwachsenenbildnerin, Sozialpädagogin

**Mag.ª Maria-Luise****Schmitz-Kronaus**

Theologin und Meditationsleiterin

## Sinnlich – besinnlich – Sinn für mich

### Ein Seminar mit Meditation und Tanz

Wir alle brauchen Zeiten des Verweilens, in denen wir zur Ruhe kommen und uns auf uns selber besinnen können. Dieses Seminar lädt ein, aus dem Alltagsgeschehen auszutreten und bewusst den Blick auf sich selbst und das eigene Leben zu richten. Mit Hilfe von Tanz und Körperübungen werden wir unsere Wahrnehmung auf die eigene Mitte lenken. Meditation und persönliche Be-SINN-ungszeiten helfen uns, unsere Sinne zu schärfen. So werden

wir auf anregende Weise erforschen, wie nahe sinnliches Erleben und sinnerfülltes Tun sind.

**TERMIN:****Samstag 7. Juni 2008 | 9 bis 18 Uhr****TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 65,- inkl. Mittagessen

## PGR / MITARBEITERINNEN

## Termine des Vikariates Unter dem Wienerwald

**Wieder beginnen ...****Trennung, Scheidung – neue Ehe**

Fachtag für Mitglieder des Pfarrgemeinderates und des Fachausschusses Ehe und Familie

**TERMIN: Dienstag, 26. Februar 2008 | 19 Uhr****ORT:**

Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wiener Neustadt, Neuklostergasse 1

**BEGLEITUNG:**

DSA Maria Goldmann-Kaindl und  
P Mag. Michael Lidy CSSR

**VERANSTALTER:**

Familienwerk der ED Wien, Bildungshaus St. Bernhard, Vikariat Unter dem Wienerwald

**ANMELDUNG:**

Vikariat Süd, Neuklostergasse 1, 2700 Wr Neustadt  
Tel. 02622/29 131-41, Fax:-40,  
E-Mail: vikariat.sued@edw.or.at

**Studientag: „Das Gespräch an der Haustür“**

Bei der Caritas-Haussammlung unterwegs zu den Menschen

**TERMIN: Freitag, 18. April 2008 | 16 – 21 Uhr****ORT:**

Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wiener Neustadt, Neuklostergasse 1

**BEGLEITUNG:**

Christian Huisbauer, Koordinator der NÖ Haussammlung

**VERANSTALTER:**

Pfarr-Caritas d ED Wien und Vikariat Süd

**ANMELDUNG:**

bis Montag, 14. April 2008, Tel. 0664/526 81 12 oder  
per E-Mail: chuisbauer@caritas-wien.at

### Was muss ein PGR über Pfarrverwaltung wissen?

(Fachtag für PGR und speziell dem Finanz-Ausschuss)

Der Pfarrgemeinderat ist für die pfarrliche Vermögensverwaltung verantwortlich. Sie erhalten an diesem Fachtag von den entsprechenden diözesanen Dienststellen Informationen zu: Pfarrfinanzen (Finanzkammer), Pfarrliche Bauvorhaben (Bauamt), Energie als Kostenfaktor, (Wirtschaftsstelle), Anstellungen in der Pfarre (Personalreferat)

**TERMIN: Freitag 29. Februar 2008 | 18 – 21 Uhr****ORT:**

Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wiener Neustadt, Neuklostergasse 1

**REFERENTEN:**

Mitarbeiter der entspr. Dienststellen der ED Wien

**ANMELDUNG:**

Vikariat Süd, Neuklostergasse 1, 2700 Wr Neustadt  
Tel. 02622/29131-41, Fax:-40  
E-Mail: vikariat.sued@edw.or.at

**Einführungsabende:**

**„Öffentlichkeitsarbeit in der Pfarre“**

Engagiert, aber ohne Plan? Ein Abend mit Grundlageninformationen für Pfarrliche ÖffentlichkeitsarbeiterInnen.

**TERMIN: Freitag, 4. April 2008 | 18 – 21 Uhr**

**ORT:**

Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wr Neustadt, Neuklostergasse 1

**REFERENT:**

Andreas Gutenbrunner, ED Wien Öffentlichkeitsarbeit & Kommunikation

**VERANSTALTER:**

Erzdiözese Wien Öffentlichkeitsarbeit, Vikariat Süd und Bildungshaus St. Bernhard

**ANMELDUNG:**

Erzdiözese Wien Öffentlichkeitsarbeit, Tel. 01/51 552-3593, E-Mail: oeff.arbeit@edw.or.at  
Anmeldeschluss eine Woche vor dem Kurstermin  
TeilnehmerInnenzahl begrenzt!

**Liturgienammtisch für Wortgottesdienstleiter und Diakone**

**TERMIN: (REGION SÜD)**

**Montag, 5. Mai 2008 | 18.30 Uhr**

**ORT:** Bildungshaus St. Bernhard

**TERMIN: (REGION WEST)**

**Dienstag, 3. Juni 2008 | 18.30 Uhr**

**ORT:** Pfarrheim Gumpoldskirchen

**TERMIN: (REGION OST)**

**Donnerstag, 5. Juni 2008 | 18.30 Uhr**

**ORT:** Pfarrheim Bruck/Leitha

**REFERENTEN:**

Lucia Studeny, Diakon Mag. Rudolf Stummer

**ANMELDUNG:**

Vikariat Süd, Neuklostergasse 1, 2700 Wr Neustadt  
Tel. 02622/29131-41, Fax: -40  
E-Mail: vikariat.sued@edw.or.at

**AUSBILDUNGSKURSE:**

**Kommunionhelfergrundkurs**

**TERMIN: Samstag, 8. März 2008 | 9 – 17 Uhr**

**ORT:**

Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wiener Neustadt, Neuklostergasse 1

**REFERENTEN:**

Dechant und Pfarrer Mag. Josef Kantusch und Diakon Dr. Stefan Krummel

**Krankenkommunionhelferkurs**

**TERMIN: Samstag, 3. Mai 2008 | 9 – 17 Uhr**

**ORT:**

Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wiener Neustadt, Neuklostergasse 1

**REFERENTEN:**

Mag. Sigbert Neubauer und Dr. Günther Jungmeister

**ANMELDUNG:**

Nur mit entsprechendem Anmeldeformular (zu finden auf: [www.themakirche.at](http://www.themakirche.at)) an das Vikariat Süd, Neuklostergasse 1, 2700 Wr Neustadt  
Tel. 02622/29131-41, Fax:-40

**Christ ist erstanden**

Chorsätze für die Liturgie der Osternacht und die Sonntage der Osterzeit. Eingeladen sind alle ChorleiterInnen und ChorsängerInnen sowie alle SängerInnen, die sich für Kirchenmusik begeistern können. Die Kosten trägt das Referat für Kirchenmusik.

**TERMIN:**

**Samstag, 1. März 2008 | 14 bis 18 Uhr**



**LEITUNG:**

**Herbert Gasser**

Kirchenmusikreferent für das Vikariat Süd



REFERENTIN:

**Mag.ª Elisabeth Bauer**  
Lebensberaterin, Pädagogin  
<http://www.elisabethbauer.at>

## Vom Teamgeist zum Teamwork

Konstruktive und effiziente Arbeit im Team

### Ziel und Inhalt:

Motivieren Sie Ihre „MitreiterInnen“, gerne und aktiv am Geschehen in Ihrer Pfarrgemeinde mitzugestalten und mitzuarbeiten, indem Sie Übungen zu Teamgeist und Teamwork selbst erleben und dann auch erfolgreich anwenden können. Bringen Sie mit Teamstärkungsübungen das (neue) Rad in Schwung, halten Sie es mit einfachen aber effektiven Mitteln, wie Kenntnissen über Moderation und Gruppenleitung am Laufen und begegnen Sie möglichen Problemen in der Zusammenarbeit mit Wissen über Teamgeist- fördernde oder -störende Verhaltensweisen und Übungen zur Kommunikationsverbesserung.

### Methode:

Soviel Praxis wie möglich und soviel Theorie wie nötig!

- Übungen zur Teambildung und Teamstärkung
- Kooperative Spiele
- Kreative Kommunikationsübungen
- Techniken zur Konfliktbearbeitung und -lösung

### TERMIN:

**Samstag 8. März 2008 | 9 bis 17 Uhr**

### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 60,- inkl. Mittagessen

IN KOOPERATION MIT DER PGR-AKADEMIE DER ERZDIOEZE WIEN.



LEITUNG:

**Dr. Erwin Weißgärber**

## Moderieren leicht gemacht

„Ein Meeting ist etwas, wo viele hinein gehen und wenig herauskommt“. Haben Sie das auch schon mal erlebt? Wie kann man in einer Diskussion unterschiedliche Meinungen berücksichtigen, alle Ideen der Gruppe aufgreifen, die Zeit einhalten und das Ziel erreichen?

Mit einigen leicht erlernbaren Techniken und Fähigkeiten sowie mit etwas Kommunikationsgeschick werden Sie aus Ihren Besprechungen mehr herausholen. Wir zeigen Ihnen in diesem Seminar wie: wir öffnen unseren Methodenkoffer für Sie und lassen Sie mit viel Spaß und Aktivität selbst ausprobieren, welches Werkzeug Ihnen gut in der Hand liegt.

Dr. Erwin Weißgärber, Studium der Psychologie, selbstständiger Trainer und Unternehmensberater mit den Schwerpunkten Kommunikation, Führung, Team, Personalauswahl und Kreativität

Mag. Andrea Urbanek, Studium der Psychologie, selbstständige Trainerin und Unternehmensberaterin mit den Schwerpunkten Kommunikation, Vermittlung psychologischen Basiswissens und Personalentwicklung

### TERMIN:

**Samstag 29. März 2008 | 9 bis 17 Uhr**

### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 85,- inkl. Mittagessen

EINE KOOPERATION MIT DER PGR-AKADEMIE DER ERZDIOEZE WIEN.



LEITUNG:

**Mag.ª Andrea Urbanek**



REFERENT:

**Mag. Erwin Jäggle**  
Psychotherapeut und  
Imago-Paar-Therapeut,  
Mehr Info: [www.myimago.at](http://www.myimago.at)

## Soviel Aufmerksamkeit wie du brauchst!

Kommunikation auf der Basis der Imago-Theorie

Aufmerksamkeit ist die Grundlage einer „sicheren“ Kommunikation. Anderen gegenüber aufmerksam zu sein, aber auch sich selbst die notwendige Aufmerksamkeit zu verschaffen ist gerade im kirchlichen und sozialen Bereich das „Um und Auf“ menschlicher Begegnung.

Im Seminar wird auf Grundlage der Imago-Beziehungstheorie vermittelt, was uns im Wege stehen kann, die notwendige Aufmerksamkeit zu geben und zu erhalten.

Es werden erprobte Möglichkeiten aufgezeigt und geübt, dem Gesprächspartner das Gefühl zu vermitteln, dass ihm wirklich zugehört wird.

### TERMIN:

**Samstag, 26. April 2008 | 9 bis 17 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 60,- inkl. Mittagessen

## Planen – Veranstalten – Leiten

### Grundkurs für PGR-Mitarbeiter im Fachbereich Erwachsenenbildung / Verkündigung

ist ein 4-teiliger Grundkurs zur pfarrlichen Erwachsenenbildung. Er richtet sich an alle Mitarbeiter/Innen in der pfarrlichen Bildungsarbeit, besonders an die neuen Pfarrgemeinderäte, die sich für diesen Bereich interessieren und engagieren wollen:

**1 Teil: Grundlagen der Katholischen Erwachsenenbildung:** Grundprinzipien der Katholischen Erwachsenenbildung (Menschenbild, pädagogische Ansätze), Das Leitbild des Katholischen Bildungswerkes Wien, Erwachsenenbildung als wichtiges pastorales Anliegen, als Dienst an der Gesellschaft, als ‚kulturelle Diakonie‘; Themen, Inhalte und Schwerpunkte; der Stellenwert der Erwachsenenbildung im Leben der Pfarre...

**2 Teil: Programmplanung:**

Wie entsteht ein Programm? Methoden der Programmplanung. Zielgruppen, Bedürfnisse und Bedarf erheben, Qualität im Programm

**3 Teil: Methoden in der Bildungsarbeit:**

Es muss nicht immer nur ein Vortrag sein. Kennen lernen verschiedener Methoden und Veranstaltungsformen.

Einführung in Kommunikation und Gesprächsführung, Gesprächs- und Diskussionsleitung, Grundregeln der Moderation, Veranstaltungen eröffnen und schließen, praktisches Üben

**4 Teil: Werbung:**

Service des Kath. Bildungswerkes, Werbung und Öffentlichkeitsarbeit für pfarrliche Bildungsveranstaltungen, Umgang und Kooperation mit Medien, Ideen und Möglichkeiten für die Finanzierung von Veranstaltungen, Angebote und Unterstützung durch die diözesane Servicestelle des Katholischen Bildungswerkes.

**TERMINE:**

**3., 10., 17. und 24. April 2008,  
jeweils Donnerstag von 18 bis 21 Uhr**

KOSTEN TRÄGT DAS KATH. BILDUNGSWERK



**LEITUNG:**

**Mag. Hubert Petrasch**

Leiter des Kath. Bildungswerkes

**INFO UND ANMELDUNG:**

01 / 51 552 DW 3323 oder

E-Mail: office@bildungswerk.at

## Wer erfolgreich sein will, muss auch scheitern können

### Empowerment-Tag für hauptamtliche SeelsorgerInnen

Die Jungschargruppen florieren; die Pfarrwallfahrt war ein tiefes Erlebnis; die Kirchenrenovierung ist geschafft; das Wochenende mit den Firmlingen war echt toll, der Glaubenskurs ist gut über die Bühne gegangen... Zum Glück geht vieles gut. Zum Glück gelingt uns einiges. Zum Glück gibt es Menschen, die uns mögen, unterstützen und fördern.

Was aber, wenn es anders kommt. Trotz Engagement bleiben die Kinder bei der Jungscharg weg; bei der Pfarrwallfahrt gab es nur miese Stimmung; die Kirchenrenovierung entwickelt sich mehr und mehr zum Fiasko; Das Firmlingswochenende war ein einziger K(r)ampf; für den Glaubenskurs gab es trotz intensiver Vorbereitung und Werbung nur zwei, drei Interessenten... Manchmal geht es leider auch so. Und oft steht beides nebeneinander: Gewinn und Verlust, Höhepunkte und Niederlagen, Gelingen und Scheitern. Thema des „Empowerment-Tages“ wird diesmal sein: Wie kann ich mit Niederlagen und Scheitern umgehen, sie gut verarbeiten, neue Lösungen angehen und was kann ich daraus lernen?

Der „Empowerment-Tag“, der für hauptamtliche SeelsorgerInnen angeboten wird, versteht sich als eine Mischung aus spirituellen und Psychologischen Inputs und bietet Raum für Selbstreflexion und Austausch unter den TeilnehmerInnen.

**EINGELADEN SIND:**

Priester, Diakone, JugendleiterInnen und PastoralassistentInnen.

**TERMIN:**

**Dienstag, 29. April 2008 | 9 bis 16.30 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 19,- inkl. Mittagessen

DIE VERANSTALTUNG WIRD VOM VIKARIAT UNTER DEM WIENERWALD FINANZIELL UNTERSTÜTZT.



**LEITUNG:**

**Pfarrer Mag. Gottfried Klima**

Exerzitienleiter und Geistl. Assistent des Bildungshauses



**LEITUNG:**

**Mag. Peter Maurer**

Studium der Pädagogik und Psychologie, Supervisor & Coach – ÖVS

**REFERENTEN:**

**Maria Zeisler &  
Gottfried Jaufenthaler**

Musikpädagoginnen, Künstler, Autoren  
(Mehr Infos auf Seite 21)

## Musikbaukasten – Musikwerkstatt: Die lustvolle Variante des Musizierens

Seminar mit Maria Zeisler & Gottfried Jaufenthaler

Musik ist für uns alle da! Was passiert, wenn Kinder beginnen, einen ‚Klangurwald‘ zu verändern oder am Boden mit Holzbausteinen(!) komponieren... Kommen Sie zu diesem Workshop und erleben all das selbst!

Detailprogramm:  
Tel. 02622/29131 oder [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)

**Zielgruppen:**

VolksschullehrerInnen, SonderpädagogInnen, KindergärtnerInnen, HorterzieherInnen, MusikpädagogInnen, Musik interessierte Eltern, . . .

Es sind für diesen Workshop keine musikalischen Vorkenntnisse notwendig!

**TERMIN:**

**Samstag 17. Mai 2008 | 9 Uhr bis 12.30 Uhr**

## TIEFE RUHE FÜR KINDER: Tauchgänge in die Stille – damit es uns gut geht.

Ein vierstündiges Seminar mit Maria Zeisler und Gottfried Jaufenthaler

Jeder weiß, dass man im entspannten Zustand aufnahmefähiger ist – ‚Tiefe Ruhe‘ ist ein Paket von musikalischen Spielen und Stilleübungen, die in den Alltag mit Kindern hineingestreut werden können. Sie helfen dabei, in teilweise weniger als 10 Minuten, die Konzentration zu schärfen, Aufmerksamkeit zu bündeln, ein Ventil zu schaffen und gleichzeitig zu entspannen. Im Workshop erfahren Sie selbst, wie Rhythmus, Musik und schließlich die Stille wirken, wie gut es tut, vieles abzuladen und dann einzutauchen in entspannende Ruhe. Es sind dabei keine besonderen musikalischen Vorkenntnisse erforderlich!

**Inhalte:**

- Erst einmal geht es darum, den TeilnehmerInnen selbst Ruhe zu schenken.
- Wie man Kindern Stilleerlebnisse ‚portioniert‘ und spielerisch vermitteln kann, das ist primärer Inhalt

dieses Seminars. Einfachstes Rhythmusmusizieren und Bewegen zu Musik werden als Ausdrucksmittel und gleichzeitig als Wegbegleiter in die Stille erlebt.

**Zielgruppen:**

VolksschullehrerInnen, SonderpädagogInnen, KindergärtnerInnen, HorterzieherInnen, MusikpädagogInnen, Musik interessierte Eltern, . . .

Es sind für diesen Workshop keine musikalischen Vorkenntnisse notwendig!

**TERMIN:**

**Samstag 17. Mai 2008 | 13.30 Uhr bis 17.30**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 30,- für 1 Seminar  
€ 50,- für beide Seminare

**LEITUNG:**

**Mag.ª Andrea Eicher**  
Psychotherapeutin

u. Mutter; Studium der  
Pädagogik, Psychologie und  
Heilpädagogik in Wien

## PERSÖNLICHKEITSBILDUNG

### ‚Inneres Kind‘ – willkommen hier

Ein Wochenend-Seminar mit Andrea Eicher

Ein Wochenend-Workshop für alle, die ihrem inneren Kind ein paar Schritte entgegenkommen möchten. Durch das Kennenlernen und Annehmen unseres inneren Kindes wird es möglich, Kindheitserlebnisse und daraus resultierende Überzeugungen und Verhaltensmuster offen zu legen und das heutige Leben bewusster zu gestalten. Neu-Begegnung mit unserem inneren Kind als Beginn einer liebevolleren Beziehung zu uns selbst und zu anderen.

**TERMIN:**

**Freitag 28. März 2008 | 18 Uhr  
bis Samstag 29. März 2008 | 16 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 88,- plus Aufenthaltskosten

## Burnout kreativ bekämpfen

Ausbrennen mit Spaß stoppen

Die Statistik spricht Bände – immer mehr Menschen leiden an Burnout und bei viel zu vielen wird diese so ernste Krankheit erst viel zu spät (bis zu 6 Jahren) erkannt. Noch immer werden in unserer Gesellschaft an Burnout Erkrankte als ‚verrückte, nicht ernst zu nehmende und eigentlich hypochondrische Menschen, die sich nur zusammenreißen müssten abgeurteilt, was die Situation erkrankter Personen extrem verschärft und sie oft noch tiefer in den Abgrund reißt. ABER: dieser Krankheit kann – besonders im Anfangsstadium – schon sich trauen, z.B.: gegen ‚weibliche Rollenbilder“ und ‚männliches Selbstverständnis“ zuzugeben, dass es ihnen nicht gut geht und sich trauen, Hilfe anzunehmen!

Detailprogramm:  
Tel. 02622/29131 oder [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)

### Mitzubringen sind:

Bequeme Kleidung, flache Schuhe/Hausschuhe, warme Socken, Ev. Matte und/oder Decke oder Badetuch

### TERMIN:

**Samstag 5. April 2008 | 10 Uhr**  
**bis Sonntag 6. April 2008 | 16 Uhr**

### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 100,- plus Aufenthaltskosten



### REFERENTIN:

**Mag.<sup>a</sup> Elisabeth Bauer**  
Studium Sport und Psychologie,  
Leiterin des Brain & Body –  
Power – Institutes:  
<http://www.elisabethbauer.at>

## Du verstehst mich nicht – oder doch?

Reden und lachen statt streiten!

Alles Leben ist Kommunikation!

Deshalb ist es unabdingbar für das positive Gelingen von Zusammenleben, dass Frau und Mann sich der Wichtigkeit, Dynamik und Unterschiedlichkeit unserer nonverbalen und verbalen Signale bewusst sind. Viele Konflikte können vermieden oder besser gelöst werden, wenn entsprechende ‚Werkzeuge“ zur Verfügung stehen.

### Ziel:

- Erhöhen Sie Ihre persönliche Kommunikationsfähigkeit
- Nützen Sie Ihre kommunikativen Stärken als Frau oder Mann
- Erweitern Sie den Rahmen Ihrer individuellen Umsetzungsmöglichkeiten
- Verbessern Sie Ihre Konfliktlösungskompetenz

### Methoden:

- Spüren Sie die Auswirkung der unterschiedlichen Varianten von Kommunikation
- Üben Sie genaues Zuhören und Argumentieren
- Geben und nehmen Sie konstruktive Kritik
- Senden Sie ‚Ich-Botschaften“ und drücken Sie sich klar und deutlich aus
- Streiten ohne Verlierer aber mit Lösung
- Gemeinsam Lachen als Lebenselixier

**INGELADEN SIND:** (auch) Paare

### TERMINE:

**Dienstag 15. und Mittwoch 16. April 2008**  
**jeweils von 17 – 21 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 60,- für beide Termine

## Vom Schatten ins Licht – Vortrag

Von der Diagnose Krebs zu neuer Lebensfreude.

### Einführungsvortrag:

Die Autorin Manuela Miedler spricht über ihr Buch ‚Vom Schatten ins Licht. Von der Diagnose Krebs zu neuer Lebensfreude‘. Dieser Vortrag dient auch zur Vorinformation für den Workshop-Tag.

### TERMIN (VORTRAG):

**Donnerstag 29. Mai 2008 | 19 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 8,-

### TERMIN (WORKSHOP):

**Samstag 7. Juni 2008 | 9 bis 17 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 85,- inkl. Mittagessen

### Workshop:

Schicksalhaft ist die Diagnose Krebs. Manuela Miedler, die selbst an Krebs erkrankt war, zeigt Menschen, die an Krebs erkrankt sind und deren Angehörigen und Helfern einen Weg zurück zu ihrem Urvertrauen und einen effizienten Umgang mit den schulmedizinischen Ressourcen. Aus verständlicher emotionaler Enge und Angst öffnet sie geschickt geistige Freiräume und schafft es, das Heilgebliebene wieder ins Blickfeld zu rücken und damit auch sichtbar zu machen.



### REFERENTIN:

**Manuela Miedler**  
Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflegeberufe, Autorin, war 2002 selbst an Krebs erkrankt. Mehr Info: <http://www.sonnenseiten-miedler.at>



**LEITUNG:**  
**Karin Kunze-Neidhardt**  
syst. Supervisorin und  
Organisationsberaterin



**Hans Neidhardt**  
Diplompsychologe,  
Psychotherapeut, Supervisor  
Mehr Info:  
<http://www.hans-neidhardt.de>

## Enneagramm live: Wechselwirkungen

Das Enneagramm als Landkarte menschlicher Beziehungsgestaltung.

Das Enneagramm ist ein sehr altes und lange nur mündlich überliefertes Modell. Es geht davon aus, dass wir die Welt aus unterschiedlichen Blickwinkeln betrachten, die aus frühkindlichen Erfahrungen und daraus resultierenden Grundüberzeugungen entstanden sind. Aus diesen unbewussten Grundüberzeugungen heraus haben wir – als eine Art Bewältigungs- oder Überlebensstrategie – unseren ganz persönlichen Stil zu denken, zu fühlen und zu handeln entwickelt, den man auch als Persönlichkeitsstruktur oder Charaktermuster bezeichnen kann. Das Enneagramm („ennea“ heißt im Griechischen neun und „gramma“ soviel wie Bild, Figur) beschreibt mit außerordentlicher Präzision neun solcher Charaktermuster.

Es wird so zu einem Spiegel, in dem wir relativ konstante, zentrale Aspekte psychischer Strukturen erkennen können – bei uns selbst und bei Menschen, mit denen wir in Beziehung sind.

Berührungspunkte mit anderen Menschen zeigen die Unterschiede zwischen uns auf. Wenn wir davon ausgehen, dass die Blickwinkel, aus denen Beziehungspartner eine Situation betrachten, völlig verschieden sein können, wird verständlich, dass auch die jeweiligen Reaktionen auf ein und dieselbe Situation oft ganz unterschiedlich ausfallen. Jemand wird wütend, wo ein anderer nur mit den Schul-

tern zuckt und wieder jemand anders in Tränen ausbricht. Jedes Charaktermuster, das im Enneagramm beschrieben wird, hat ein bestimmtes Selbstbild, aus dem sich eine ganz bestimmte Art der Kontaktaufnahme verbunden mit einem jeweils individuellen Beziehungsangebot ergibt.

Im Seminar werden wir uns unter diesem Blickwinkel dem Enneagramm-Modell und den darin beschriebenen neun Charaktermustern nähern. Arbeit in innerer Achtsamkeit, Imaginationsübungen und Gruppengespräche werden verschiedene Zugänge zum Thema ermöglichen. Das Seminar ist auch für Teilnehmer/innen ohne Vorerfahrung geeignet.

Empfehlenswert ist die vorherige Lektüre von Gallen/Neidhardt: Das Enneagramm unserer Beziehungen, Rowohlt 1994

### TERMIN:

**Freitag 20. Juni 2008 | 14 Uhr  
bis Sonntag 22. Juni 2008 | 13 Uhr**

### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 210,- Seminarbeitrag plus Aufenthaltskosten

## ELTERNBILDUNG



**LEITUNG:**  
**Mag. Elisabeth Klein**  
Studium der Soziologie und Fächerkombination Pädagogik, Philosophie, Kriminologie und Frauenforschung.  
Erwachsenenbildnerin im Bereich Persönlichkeitsentwicklung i.A., verheiratet, Mutter von drei Kindern 8, 6 und 3 Jahre alt.

## Immer Krach im Kinderzimmer

Über den Umgang mit Geschwisterrivalität – Tagesseminar

Wo Menschen zusammenleben sind Konflikte unvermeidbar. Häufiger Streit unter Geschwistern kann aber für die ganze Familie belastend und zermürend sein. Oft sind Eltern in solchen Situationen ratlos, wütend oder fühlen sich ohnmächtig, wenn kein Tag vergeht, an dem sich ihre Kinder nicht in den Haaren liegen.

In diesem Seminar sollen Wege vorgestellt werden, Geschwistern in Streitsituationen zu helfen und dabei die Nerven der Eltern zu schonen. Positive Aspekte kindlicher Konflikte werden aufgezeigt und Übungen zur Verbesserung der Familienatmosphäre vorgestellt. Auch der Zusammenhang zwischen Geschwisterpositionen und Geschwisterrivalität wird beleuchtet.

### Ziele des Seminars:

- Streitsituationen als Chance für Persönlichkeitsentwicklung erkennen zu können
- Anleitungen für Eltern bei Geschwisterstreit zu erarbeiten
- Übungen zur Verbesserung der Familienatmosphäre zu erproben

### Arbeitsweise:

Impulsreferate, Plakatarbeiten, Einzelarbeit, Gruppenarbeit, Diskussion im Plenum, kreatives Gestalten, gruppendynamische Übungen.

Das Seminar richtet sich an Eltern mit Kindern (zwei und mehr), deren Leben durch Geschwisterstreit belastet ist.

### TERMIN:

**Samstag 29. März 2008 | 9 bis 16 Uhr**

### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 48,- inklusive Mittagessen

## DAS LEBEN FEIERN – Mit Kindern Ostern entgegen gehen

Ostern als das Fest des Lebens – was bedeutet dieses Fest für uns Erwachsene? Wie können wir mit unseren Kindern der Osterfreude in unserem Leben, in der Natur in den biblischen Erzählungen und den kirchlichen Festen nachspüren? Ein Abend für Eltern mit Kindergarten- und Volksschulkindern

**TERMIN:**

**Mittwoch 5. März 2008 | 19 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG: € 10,-**

**REFERENTINNEN:** Beatrix Auer, Melanie Ecker



**REFERENTINNEN:**

**Beatrix Auer**

theologische Ausbildung,  
Erwachsenenbildnerin, 3 Söhne

**Melanie Ecker**

Dipl. Religionspädagogin,  
Dipl. Erwachsenenbildnerin,  
2 Töchter

## Pubertät – ein spannender Lebensabschnitt für alle Beteiligten NÖ Elternschule – Modul 4

Die Pubertät ist für die Heranwachsenden eine Zeit des Übergangs vom Kindes- ins Erwachsenenalter, eine Zeit des Aufbruchs und der neuen Chancen. Vielfältige geistig-seelisch-körperliche Entwicklungsaufgaben werden bewältigt. Die Zeit der Pubertät kann eine Zeit der Krisen und Konflikte, aber auch eine Zeit, in der alle Beteiligten viel voneinander lernen können, sein.

- Entwicklungspsychologische Grundlagen der Pubertät bzw. Adoleszenz (körperliche, kognitive, emotionale und soziale Entwicklung, Risiken).
- Fragen nach den besonderen Interessen und Fähigkeiten des Heranwachsenden- und damit verbunden der Berufs- bzw. Schullaufbahn.
- Wie gehe ich als Elternteil mit der Pubertät, mit der Entwicklung meines Kindes zum Erwachsenen, um?
- Ablösung und Loslassen. Meine neue Freiheit – Aufbruch und Chance.

- Eltern als Reibebaum, Grenzen setzen, Sorgen hinsichtlich Alkohol- und Drogenmissbrauch.
- Welche Bewältigungsstrategien gibt es, um mit den Belastungen dieser Phase gelassener umgehen zu können?

**Zielgruppe:**

Eltern von Kindern im Alter von 10 bis 17 Jahren

**Arbeitsweise:**

Impulsreferate, Gruppen- und Einzelarbeit, Brainstorming, kreatives Gestalten, Reflexion, Erfahrungsaustausch, Diskussion, Literaturhinweise.

**TERMINE:**

**Montag 3., 10. und 31. März 2008,  
jeweils 19 bis 21 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG: € 30,- für alle 3 Abende**



**LEITUNG:**

**Mag.<sup>a</sup> phil.**

**Gerlinde Gröbl-Schöbwendner**

Erziehungswissenschaftlerin,  
Lebens- und Sozialberaterin  
([www.lebensbegleitung.at](http://www.lebensbegleitung.at))

## Mein Kind – ein Volksschulkind

Die Entwicklung des Kindes vom sechsten bis zum zehnten Lebensjahr (NÖ Elternschule Modul 3)

Inhalt dieser Seminarreihe sind die Schulreife, die geistig/seelische Entwicklung des Volksschulkindes und die bewusste Gestaltung des Miteinanders in der Familie, Schule und außerhalb.

Zu dieser Seminarreihe sind Eltern, Stief- und Großeltern mit Kindern im Alter von 6 bis 10 Jahren eingeladen.

**Arbeitsweise:**

Impulsreferate, Gruppenarbeit, Einzelarbeit, Brainstorming, kreatives Gestalten, Reflexion, Erfahrungsaus-

tausch, Diskussion, Literaturhinweise. Nach den Seminarenheiten sind Einzelgespräche mit der Referentin möglich.

Begrenzte TeilnehmerInnenanzahl: 16

**TERMINE:**

**Dienstag, 15., 22. und 29. April 2008  
jeweils von 19 – 21 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG: € 30,- für alle 3 Termine**



gefördert vom Land NÖ

## Elterncoachinggruppe

Ressourcenplattform für Eltern mit Mag.<sup>a</sup> Gerlinde Gröbl-Schöbwendner

Von der Geburt eines Kindes bis zur Volljährigkeit sind es viele Jahre. Leben mit einem Kind, mit Kindern, sie bis zum Erwachsenenalter zu begleiten, ist eine schön-

ne, einmalige und lohnenswerte, oft aber auch herausfordernde Aufgabe. Kaum den Windeln entwachsen, getrotzt und in die Schule gekommen, sind die ersten

Anzeichen der Pubertät zu sehen. Eltern-Sein bedeutet, sich immer wieder auf Neues einstellen zu müssen, mit den Kindern zu wachsen, ohne dabei selbst auf der Strecke zu bleiben.

Gleichzeitig ist das Alltags- und Erwerbsleben mit vielfältigen Aufgaben und Belastungen zu bewältigen und trotz der Mutter- und Vaterrolle ist der Blick auf die eigene persönliche Weiterentwicklung nicht zu vergessen.

**Ziele und Inhalte dieses Angebotes sind:**

- Entlastung des Erziehungsalltags
- Aneignung von neuen Handlungs- und Bewältigungsstrategien
- Stärkung der Problemlösungskompetenz
- Verbesserung des familiären Zusammenlebens
- Vorbereitung und Ermöglichung von Perspektivenwechsel und Veränderung
- Förderung der Lebensfreude bei sich und den Kindern
- Plattform für Erfahrungsaustausch
- Reflexion der eigenen Stärken als Mutter, als Vater
- Weiterentwicklung des persönlichen Erziehungsstils
- Eigene Ressourcen erkennen, erweitern und austauschen

Die Gruppe wirkt unterstützend, ermutigend und durch die Verbundenheit untereinander als Hilfestellung. Innerhalb der Gruppe kann von den Erfahrungen und Ressourcen der Anderen profitiert werden. Verschiedenartigkeiten werden herausgearbeitet und Konfliktlösung geübt.

**Eingeladen sind:**

Eltern, Stief- und Großeltern von Kindern im Alter von 0 bis 18 Jahren.

**Arbeitsweise:**

Monatliches Treffen, Bearbeitung von Fragen betreffend Erziehung, Familie und Alltag. Einzel- u. Gruppenarbeit, Brainstorming, Reflexion, Erfahrungsaustausch, Diskussion, Rollenspiel.

**DIE NÄCHSTEN TERMINE:**

**5. Mai und 9. Juni 2008**

**jeweils von 19 bis 21 Uhr.**

**Die Gruppe wird ab Herbst fortgesetzt.**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 20,- für beide Abende



**LEITUNG:**  
**Mag.<sup>a</sup> phil.**

**Gerlinde Gröbl-Schöbwwender**  
Erziehungswissenschaftlerin,  
Lebens- und Sozialberaterin,  
Dipl. Erwachsenenbildnerin  
Mehr Info:  
<http://www.lebensbegleitung.at>

**Den Alltag mit Kleinkindern leichter bewältigen – Teil 2**

**Aufbauseminar für Modul 2 der NÖ Elternschule**

Diese Seminarreihe ist eine Fortführung der bereits stattgefundenen Seminarreihen vom Mai und September 2007 sowie vom Jänner 2008.

Detailprogramm:  
Tel. 02622/29131 oder [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)

**Eingeladen sind:**

TeilnehmerInnen der Seminarreihen Mai 2007, September 2007 und Jänner 2008, aber auch Eltern, Stief- und Großeltern von Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren, die

bereits über grundlegende Kenntnisse der Entwicklungspsychologie verfügen.

Stillende Mütter mit Baby sind herzlich willkommen!

**TERMIN:**

**Mittwoch, 7., 14. und Dienstag, 20. Mai 2008**

**jeweils von 19 bis 21 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 30,- für alle 3 Abende

DIE VERANSTALTUNG WIRD GEFÖRDERT VOM LAND NIEDERÖSTERREICH

**Betrifft: Frau und Mutter –**

**ein Tag zu den vielfältigen Aufgaben und Rollen von Frauen mit Gerlinde Gröbl-Schöbwwender**

Mutter – Hausfrau – Berufstätige – Putzfrau – Karrierefrau – Seelenrösterin – Wäschefrau – Nachhilfelehrer – Coach – Geliebte – Kundin – Ehefrau – Steuerzahlerin – Erzieherin – Tochter – Freundin – Ratgeberin – Konsumentin – Begleitdame – Familienmanagerin – Ehrenamtliche – Sportlerin – Enkelin – Haus- bzw. Wohnungsmeisterin – Schwiegertochter – Gesprächspartnerin – Köchin, ...

Vielfältigste Rollen – manchmal alle in einer Person vereint. Das kann zu Belastungen und zu einer Zerreißprobe führen.

Dieser Tag soll Gelegenheit bieten, sich mit den unterschiedlichen Rollen, den damit verbundenen Erwartungen an sich selbst und von Seiten anderer und den daraus resultierenden Belastungen auseinander zu setzen.

- Bestandsaufnahme von verschiedenen, gelebten Rollen
- Eigene Bedürfnisse wahrnehmen
- Prioritätensetzung
- Neue Bewältigungsstrategien erarbeiten
- Verabschiedung von alten, nicht mehr sinnvollen und nötigen Rollen
- Ausblick in die Zukunft



gefördert vom Land NÖ

Eine Bewältigungsstrategie – Humor – und damit verbundene Übungen werden vorgestellt. Es soll auch Zeit sein für Erholung und sich verwöhnen lassen – das Mittag- und Abendessen sind inkludiert, der Garten ist für Sie bereit!

**Arbeitsweise:** Gruppenarbeit, Einzelarbeit, Brainstorming, Reflexion, Erfahrungsaustausch, Diskussion, Rollenspiel, kreatives Gestalten (Papier, Stoff, Ton, Malen u. dergl.), diverse (Entspannungs-) Übungen.

Im Preis von € 70,- sind das Mittag- und das Abendessen sowie die Materialkosten inkludiert.

Eingeladen sind Frauen mit Kindern im Alter von 0 bis 18 Jahren. Begrenzte TeilnehmerInnenanzahl: 16

**TERMIN:**

**Samstag 7. Juni 2008 | 9 bis 18 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 70,- inkl. 2 Mahlzeiten & Material



**LEITUNG:**

**Mag.<sup>a</sup> phil.**

**Gerlinde Gröbl-Schöbender**

Erziehungswissenschaftlerin,

Lebens- und Sozialberaterin,

Dipl. Erwachsenenbildnerin

Mehr Info:

<http://www.lebensbegleitung.at>

BEZIEHUNG

## Wochenende für Brautpaare

Eheseminar intensiv

**TERMIN:**

**Samstag 1. März 2008 | 9 Uhr bis**

**Sonntag 2. März 2008 | 17 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 60,- pro Paar exklusive Quartier und Verpflegung

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM FACHBEREICH EHEVORBEREITUNG DER ERZDIOZESE WIEN

## Eheseminar

Ganztägiges Eheseminar

**TERMINE:**

**Sonntag, 2. März, 13. April, 4. Mai, 15. Juni**

**und 7. September, jeweils 9 – 17 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 40,- pro Paar exklusive Mittagessen

**LEITUNG:** Ehepaar Schimpf oder Meixner

## Imago – Ein neuer Weg zu erfüllter Liebe

Einführungsvortrag

Der Vortrag gibt einen Überblick über die Theorie und einen Einblick in die Praxis der Imago-Beziehungsarbeit und ist auch als Einführung für den Imago-Workshop, der vom 18. bis 20. April 2008 in unserem Haus stattfinden wird, gedacht. Eine Live-Demonstration soll den Abend abrunden.

**TERMIN:**

**Dienstag 11. März 2008 | 19 bis 21 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 8,-



**REFERENT:**

**Mag. Erwin Jäggle**

Psychotherapeut und

Imago-Paar-Therapeut,

Mehr Info: [www.myimago.at](http://www.myimago.at)

## Soviel Liebe wie du brauchst

Imago-Paarworkshop

Das Seminar wird als Imago-Paar-Workshop gestaltet und bietet einen ausgewogenen Mix an Informationen über Beziehung, Selbsterfahrung und Arbeit mit dem Partner. Themen werden u.a. sein: Warum habe ich gerade diesen Partner gewählt? Welche unbewussten Kräfte steuern meine Beziehung oder was treibt mich/uns immer

wieder in die gleichen Konflikte? Wie können wir untereinander Liebe und Anerkennung so austauschen, dass es ankommt und innerlich berührt? Wie kann ich mit Wut, Ärger und Frustrationen konstruktiv umgehen und wie die eigenen Wünsche und Bedürfnisse so vermitteln, dass der Partner bzw. die Partnerin diese auch erfüllen kann?

Die Paare arbeiten in angenehmer und sicherer Atmosphäre alleine und mit dem Partner. Die Paarintimität bleibt dabei gewahrt, denn es wird nicht verlangt, irgendetwas aus der Paararbeit in der Gruppe mitzuteilen, es sei denn, auf eigenen Wunsch während der Feedbacks.

**TERMIN:**

**Freitag 18. April 2008 | 15 Uhr bis Sonntag 20. April 2008 | 18 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 180,- pro Paar inkl. Buch plus Aufenthaltskosten

## KULTUR &amp; KREATIVITÄT

**LEITUNG:**

**Krista-Gilda Rassner**  
Tanzausbildung bei  
Adrian Gut, Leiterin von  
Meditations- und  
Entspannungsgruppen

**Kreis- und Gruppentänze – meditativ, rockig, traditionell**

Kreis- und Gruppentänze sind an kein Alter, Geschlecht oder Religion gebunden. Sie bringen Menschen jeden Alters zusammen und ermöglichen eine Gemeinschaftserfahrung, die begeistert und zur bleibenden Erinnerung wird. Der Einzelne findet sich wieder in bewegter Gemeinschaft.

Die einfachen Schrittfolgen sind für jeden leicht zu erlernen. Man braucht keinerlei Erfahrung, nur Spaß an der Bewegung und vielleicht Neugierde einmal etwas Neues auszuprobieren.

**Mitzubringen sind:**

bequeme Kleidung und ev. leichte Schuhe.

**Schnupperabend:**

**TERMIN: Dienstag, 4. März 2008 | 19 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG: € 8,-**

**Laufende Gruppe:****TERMINE:**

**Dienstag, 1. April, 15. April, 29. April, 13. Mai, 27. Mai, 10. und 24. Juni 2008, jeweils von 19 bis 21 Uhr (insgesamt 7 Termine)**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 65,- für alle 7 Abende

**LEITUNG:**

**Elisabeth Waltersdorfer**  
Kursleiterin Biblische Figuren,  
Handweberin, Heiligenkreuz am  
Waasen (Stmk)

**Werkzeuge ‚Biblische Figuren‘**

Die Biblischen Figuren tragen ein Geheimnis, das sich für alle, die sie schaffen oder mit ihnen umgehen enthüllt: Sie berühren, fordern heraus, spiegeln uns Lebenssituationen, erinnern uns an längst vergessene Geglaubtes, rühren uns an in unserer Seele, lassen uns (biblische) Zusammenhänge besser verstehen. Zum Einsatz kommen können die Figuren z.B. im persönlichen Gebrauch zu Hause (auch als Weihnachtskrippe), im Religionsunterricht, in der Behindertenarbeit, bei Kindergottesdiensten, in Bibelkreisen, in der Erwachsenenbildung.

**Mitzubringen:**

- Nähzeug und Stecknadeln,
- kleine, gut geschliffene Schere,
- Stoffschere,
- Pritt Klebestift oder Uhu stic,
- Schreibzeug,
- nach Möglichkeit eine Nähmaschine (es sollten mindestens 5 TeilnehmerInnen eine Nähmaschine mitbringen), Verlängerungskabel
- Reinfaserstoffe (Baumwolle, Leinen, Wolle), uni oder gestreift (nicht kariert oder gemustert), naturfärbig

(beige, braun, grau...), nicht zu dick, können auch bereits getragene Stoffe sein

- Korb oder Schachtel zum Heimtransport der Figuren (Passende Stoffe und Klebestifte gibt es auch bei der Kursleiterin)

**Kurselemente:**

- selbständiges Erarbeiten der Figuren unter Anleitung, Handhabung der Figuren und Bibelarbeit

**Es ist unbedingt notwendig, am ganzen Kurs teilzunehmen!**

Die Materialkosten werden im Kurs kassiert.

Es werden ca. 2–3 Figuren erarbeitet.

**TERMIN:**

**Freitag, 4. April 2008 | 16 Uhr bis  
Sonntag, 6. April 2008 | 16 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 85,- plus Aufenthaltskosten

€ 25,- Material pro Figur

€ 8,- für Baby-Figur

## Folklore

LEITUNG: Maria Hausleitner

TEILNAHMEBEITRAG:

Kneipp-Mitglieder: € 2,80

Nicht-Mitglieder: € 3,40

TERMIN:

jeden Donnerstag | 17.30 – 19 Uhr

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM KNEIPP-AKTIV-CLUB WR. NEUSTADT

## Tanz mit – Tanz dich fit!

Seniorentanz

TERMIN:

jeden Mittwoch | 15 – 16.30 Uhr

Bildungshaus, St. Bernhard

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM KNEIPP-AKTIV-CLUB WR. NEUSTADT

## UMWELT & GESUNDHEIT

## „Tu deinem Leib Gutes, damit die Seele Lust hat darin zu wohnen“ (Teresa von Avila)

Heilfastenwoche mit geistlicher Begleitung

Heilfastenwoche mit geistlicher Begleitung „Heilwerden“ durch Fasten, leiblich und geistig. Es ist eine Einladung an mich, meine Bedürfnisse wieder zu entdecken und unterscheiden zu lernen, was mein Leib und meine Seele wirklich brauchen. Im Fasten erlebe ich mich mit Leib und Seele neu.

Wir fasten nach der Methode des Fastenarztes Dr. Buchinger und der Hl. Hildegard v. Bingen: keine feste Nahrung, aber Tees, Wasser und Fastensuppen.

Es begleiten uns eine Gymnastiklehrerin für die täglichen Körperübungen und ein Arzt.

Auch um unserer Seele etwas Gutes zu tun, verbinden wir unser leibliches Fasten mit Bibelgesprächen, Meditationen und geistlichen Impulsen. Außerdem gibt es die Möglichkeit für Gespräche mit unserem geistlichen Begleiter.

TERMIN:

Samstag 1. März 2008 | 9 Uhr bis

Samstag 8. März 2008 | 9 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG:

€ 550,- inklusive Nächtigung u. Verpflegung

## Feldenkrais pur!

Laufende Gruppe im Bildungshaus St. Bernhard.

An diesen 8 Abenden wollen wir uns aufbauend auf bisherige Erfahrungen mit weiteren einfachen und grundlegenden Bewegungslektionen der Feldenkrais-Methode auseinandersetzen.

Angeleitet durch die sanfte und spielerische Vorgehensweise der Feldenkrais-Methode können wir so, in einem bewussten und sehr effizienten Lernprozess, unsere körperlichen und geistigen Bewegungsspielräume gezielt erweitern.

Eine neue und funktionalere Art der Bewegung stellt sich ein. Oft lassen Verspannungen und Schmerzen dadurch

plötzlich nach und der Weg zu verbesserter Körperhaltung, raschem Stressabbau und mehr Wohlbefinden wird frei. Bitte warme Socken, bequeme Kleidung und evt. eine weiche Decke mitnehmen.

TERMINE:

Donnerstag 17., 24. April, 8., 15. Mai, 29. Mai, 5., 12. und 19. Juni jeweils von 19 bis 20.15 Uhr (insgesamt 8 Termine)

TEILNAHMEBEITRAG: € 65,- für alle 8 Abende



LEITUNG:

Eva Pirringer

LEITUNG:

Gertrude Stummer

Dr. med. Günther Jungmeister

Mag. Gottfried Klima

Eva Culk



LEITUNG:

DI Franz Schrammel

Dipl. Feldenkraislehrer



**LEITUNG:**  
**Willma Alex**  
Zertifizierte Lach-Atem-  
Yoga-Trainerin

## Lachen ist die beste Medizin

Was der Volksmund schon lange wusste, bestätigen neue Hirn- und Stressforschungen: Lachen ist gesund für Körper, Geist und Seele!

Lachen ohne Grund ist ein Heiterkeitstraining für Menschen jeden Alters für das keinerlei Vorkenntnisse oder spezielle körperliche Kondition erforderlich sind. Gefragt ist vielmehr die Bereitschaft im Kreis Gleichgesinnter zu lachen, sich bewegen und entspannen zu wollen, die uns im Alltag auferlegte Etikette und unseren Perfektionsdrang los zu lassen.

Die Lach & Atem Yoga Übungen provozieren zuerst ein „künstliches“ Lachen, welches in der Gruppendynamik bald in wirkliches Lachen übergeht und sich zu herrlichen Lachanfällen steigern kann. Die Übungen sind eine Stimulation für das gesamte Atemsystem, den Kreislauf, für viele Muskeln und die Verdauungsorgane sowie für unser Immunsystem. Beim Lachen setzt das Gehirn Endorphine (Glücks- und Belohnungshormone) frei, während Stresshormone reduziert werden. Lachen

und Lächeln hat eine hohe soziale Komponente im Alltag, es verbindet uns mit anderen Menschen, macht sympathisch, erleichtert die Kommunikation. Es ist ansteckend und energetisierend, hebt die Laune, baut Stress und Spannungen ab, lenkt von Schmerzen und Sorgen ab. Das Lachen, welches uns in der täglichen Hektik so oft vergeht, können wir wieder lernen!

Bitte bequeme Kleidung, Schuhe oder Socken, Decke und Getränk mitbringen.

### Schnupperabend:

**TERMIN: Dienstag, 26. März 2008 | 19.30 Uhr**  
**TEILNAHMEBEITRAG: € 8,-**

### Vormittagsgruppe:

#### TERMINE:

**Dienstag, 8., 15. 4., 22. 4., 29. April**  
**und 6. Mai 2008 jeweils von 9.30 bis 11 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG: € 45,- für alle 5 Termine**



**LEITUNG:**  
**Mag.ª Diana Voigt**  
Ökopsychologin,  
Tiefenökologin  
[www.naturundseele.at](http://www.naturundseele.at)

## Die Jahreszeiten der Menschlichen Seele

In diesen beiden Veranstaltungen werden wir lernen, die Qualitäten und Lehren der Jahreszeiten im persönlichen Alltag und auch in unserem Verhältnis zur Mitwelt zu nutzen.

Übungen, Gespräche, Hinausgehen und Meditation werden uns dabei unterstützen.

### 1. Teil – Die Seele des Frühlings und des Sommers:

Wie kann ich mir die Qualitäten des Frühlings erschließen, wie meine Visionen und meine Unbegrenztheit leben, ohne „abzuheben“? Wie Erstarrtes endgültig auftauern und schmelzen lassen?

Wie können wir das „sorglose unschuldige Kind des Sommers“ leben, das Geschenk unseres Körpers annehmen, aber nicht in die Fallen der Gier und des Egoismus fallen? Die Jahreszeiten können uns die Antwort geben.

#### TERMIN:

**Sonntag, 12. April 2008 | 9 bis 17 Uhr**

Fortsetzung: 18. Oktober 2008: Die Seele des Herbsts und Winters. Die Termine können auch einzeln besucht werden.

#### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 60,- inklusive Mittagessen pro Termin



**REFERENTIN:**  
**Manuela Miedler**  
Dipl. Gesundheits- und  
Krankenschwester, Lehrerin  
für Gesundheits- und Kranken-  
pflegeberufe, Autorin.

## Tanz der Hormone –

### Hitzewallungen, Schlaflosigkeit, Depressionen oder die besten Jahre im Leben einer Frau

Die Wechsel-Jahre kommen nicht aus heiterem Himmel, bereits einige Jahre vor der letzten Menstruation beginnt sich der Körper auf den ‚Wechsel‘ vorzubereiten. Wechseljahre sind keine Krankheit sondern eine Chance für eine Neuorientierung.

#### Inhalte:

- Die Lebensmitte als eine wichtige von vielen Veränderungsphasen in unserem Leben
- Standortbestimmung: Rückblick – Ausblick
- Die zweite Lebenshälfte als Chance, bisher ungelebte Aspekte zu leben und zu verwirklichen
- künstliche Hormone – ja oder nein?

- Zeichen und körperliche Symptome als Wegweiser für die eigene Entwicklung entschlüsseln und verstehen.

#### TERMIN:

**Mittwoch, 23. April 2008 | 19 bis 21 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG: € 8,-**

#### ZUR REFERENTIN:

Durch eine Krebserkrankung war sie bereits mit 37 Jahren in den ‚Wechseljahren‘. Mit Hilfe der Psychologin und Autorin Julia Onken lernte sie die Zeichen des ‚Wechsels‘ zu erkennen. Mehr Info: <http://www.sonnenseiten-miedler.at>

## Tiefe Ruhe – Tauchgänge in die Stille

Ein Abend für Erwachsene mit Maria Zeisler & Gottfried Jaufenthaler

„... damit es mir gut geht!“

Den Tiroler Musikpädagogen Gottfried Jaufenthaler / Maria Zeisler und dem Wiener Musiker Christian Kolonovits gelang mit „Tiefe Ruhe“ ein viel versprechendes CD Projekt: „Tauchgänge in die Stille“ sollen Menschen die Gelegenheit geben, über das Hören auf Rhythmus, Musik und Naturklänge einzutauchen in eine tiefe Entspannung. Ziel ist es, den Menschen in ihrem Alltag die Gelegenheit zu geben, innerhalb einer Viertelstunde von ihrem Stresspegel auf Null herunterzukommen, um dann ausgeglichener, mit mehr Kraft und Motivation den Alltag wieder angehen zu können.

### Inhalte:

- Einschwingen mit Trommelsession von Maria und Gottfried
- Kurzer Tauchgang mit Naturgeräuschen
- Atemübung mit Anspannen und Entspannen
- Live Tauchgang (Rhythmussession mit allen TeilnehmerInnen)
- Klanggeschenk

(Klangexperiment mit allen TeilnehmerInnen)

- 15-minütiger Tauchgang (Originalversion aus CD 2)
- Schlussgedanken / Ausklang

### ZU DEN REFERENTEN:

- Maria Zeisler und Gottfried Jaufenthaler sind Künstler, Autoren, Musikpädagogen
- Lehrtätigkeit an der Musikschule Innsbruck
- Ihre musikalische Arbeit mit Kindern und Erwachsenen (unter anderem in Brasilien) sowie die jahrelange, intensive Erfahrung mit Entspannungs- und Konzentrationstechniken aus dem indisch-asiatischen Raum ließen das Projekt ‚Tiefe Ruhe‘ in Zusammenarbeit mit dem bekannten Musiker Christian Kolonovits entstehen
- Workshop- und Seminartätigkeit im In- und Ausland

### TERMIN:

**Freitag, 16. Mai 2008 | 19 bis 21 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 20,-



### REFERENTEN:

**Maria Zeisler & Gottfried Jaufenthaler**

## Mit dem ganzen Körper laufen

Durch die Feldenkrais-Methode neue Wege des Laufens entdecken

Die Feldenkrais-Methode ermöglicht es eingeschliffene, den harmonischen Bewegungsablauf störende Bewegungsmuster selbst zu erkennen und erschließt dadurch die Möglichkeit eine neue Art des Laufens zu entdecken. Unsere Bewegungsabläufe beim Gehen und Laufen gewinnen dadurch an Anmut, Kraft und Präzision. Mühe-loses, lustvolles und effizientes Laufen stellt sich ein.

Bitte warme Socken, bequeme Kleidung, Schuhe zum Laufen und evt. eine weiche Decke mitnehmen.

### TERMIN:

**Samstag, 17. Mai 2008 | 10 bis 16 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 65,- inkl. Mittagessen



### LEITUNG:

**DI Franz Schrammel**  
Dipl. Feldenkraislehrer

## Yoga für Anfänger

In diesem Hatha-Yoga-Basiskurs werden die Grundhaltungen in Koordination von Atem und Bewegung vermittelt. Es werden u.a. der Sonnengruß und tibetische Übungen in rückschonender Weise erarbeitet. Die Sensibilität für den eigenen Körper wird verbessert. Wir erfahren die Selbstverantwortlichkeit für das Wohlbefin-

den von Körper, Geist und Seele. Durch den Abbau von Spannungen und Nervosität kann eine Besserung der Gesamtverfassung erreicht werden.

### TERMIN:

**jeden Montag | 18 – 19.30 Uhr**



### LEITUNG:

**Johanna Wendel**  
Dipl. Yoga- und  
Wirbelsäulenlehrerin  
Anmeldung und Info:  
0676/538 52 00

## Yoga für Fortgeschrittene

### TERMIN:

**jeden Montag | 19.30 – 21 Uhr**

Dieser Kurs dient zur Vertiefung des Basiskurses.

## Partner-Shiatsu

### TERMIN:

**20. April 2008 | 10 bis 17 Uhr**

## Osteoporoseturnen

in Zusammenarbeit mit dem Kneipp-Aktiv-Club  
Wr. Neustadt

LEITUNG: Albertine Köppl  
TERMINE GRUPPE 1:  
jeden Mittwoch | 10 – 11 Uhr

LEITUNG: Lydia Grill  
TERMINE GRUPPE 2:  
jeden Montag | 15 – 16 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG:  
Kneipp-Mitglieder: € 2,60 | Nicht-Mitglieder: € 3,20



LEITUNG:  
Getraud Wohlfart

## Wirbelsäulengymnastik

TEILNAHMEBEITRAG:  
Kneipp-Mitglieder: € 2,80  
Nicht-Mitglieder: € 3,40

TERMIN:  
jeden Mittwoch und Freitag | 9 – 10 Uhr  
(außer an schulfreien Tagen)

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM KNEIPP-AKTIV-CLUB WR. NEUSTADT

## Taiji Quan & Qigong

Taiji Quan ist eine alte meditative Bewegungskunst aus China; Qigong ist eine Methode zur Pflege und Kultivierung von Körper und Geist

TERMINE:  
für Anfänger:  
jeden Dienstag, jeweils 9.30 – 11 Uhr  
für Fortgeschrittene:  
jeden Dienstag, jeweils 9 – 10.30  
oder jeden Mittwoch, 18.45 – 20.45

LEITUNG:  
Christine Ortner  
Information und Anmeldung:  
Tel. 02622/78274 oder  
0676/3554304

## GOTTESDIENSTE

**Hl. Messe mit rhythmischen Liedern**  
gestaltet von der Cursillo-Bewegung in der  
Kapelle des Bildungshauses

TERMINE:  
Freitag 7. März, 4. April, 2. Mai und 6. Juni  
2008 jeweils um 18.30 Uhr

**Gebetskreis der Christlichen Lehrer  
und Erzieher NÖ**

TERMINE:  
Jeden 3. Montag im Monat von 19 bis 21 Uhr  
in der Kapelle des Bildungshauses  
Montag, 18. Februar, 10. März, 21. April,  
19. Mai und 19. Juni 2008 jeweils 19 bis 21 Uhr



**Skyline**  
Messe für Jugendliche in der Kapelle  
des Bildungshauses

TERMINE:  
Mittwoch 12. März, 16. April, 21. Mai und  
18. Juni 2008 jeweils um 19 Uhr

## BERATUNG

**Anonyme Selbsthilfegruppe:  
Angst und Depression (ASAD)**

Helfen Sie sich selbst im gemeinsamen vertraulichen Gespräch mit anderen Betroffenen.

TERMINE:  
jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat  
von 18.30 bis 20.30 Uhr

AUSKUNFT:  
Manfred, T.: 0699/11 09 91 68, E-Mail: asad@aon.at

**Anonyme Alkoholiker**  
AA-Meeting jeden Dienstag 19.30 Uhr  
im Bildungshaus St. Bernhard, Neuklostergasse 1,  
2700 Wr. Neustadt im 1. Stock, Seminarraum 2.



**Ehe-, Familien- und Lebensberatung**

Beratung unterstützt Einzelpersonen, Paare und Familien Lösungen für die jeweiligen Probleme zu finden. Die Beratungen sind anonym, vertraulich.

**UNSERE BERATUNGSZEITEN:**

**Montag, 17 – 19 Uhr**  
**Mittwoch, 9 – 11 Uhr**  
**Donnerstag, 16 – 18 Uhr**

Terminvereinbarungen bitte während dieser Öffnungszeiten unter Tel.: 0 26 22/291 31-18 oder 0676/927 99 74

VORSCHAU

**Wiener Neustädter Singtage**

Leitung Kurt Herbst

**Termin: 21. bis 24. August 2008**

**Zärtlichkeit im Alter**

Vortrag Dr. Wunibald Müller

**Termin: 27. Oktober 2008**

**Islam – Chance oder Gefahr für Europa**

Vortrag Reg. Rat Prof. Dr. Mag. Karl Essmann

**Termin: 9. Oktober 2008**

**Kirche in einer säkularisierten Gesellschaft**

Vortrag Weihbischof DDr. Helmut Krätzl

**Termin: 29. Oktober 2008**

BLICK ZUM NACHBARN

**Getanztes Ostermysterium**

im Kloster der Dominikanerinnen,  
 Markt 2, 2880 Kirchberg / Wechsel  
[www.kloster-kirchberg.at](http://www.kloster-kirchberg.at)

**Termin: 11. bis 13. April 2008**

**Eine Kirche die Zukunft hat**

Weihbischof DDr. Helmut Krätzl  
 spricht in der Propsteipfarre,  
 Domplatz 1, 2700 Wr. Neustadt über sein neues Buch

**Termin: 13. März 2008, 19 Uhr**

**VERANSTALTER:**

Kath. Bildungswerk und Kath. Frauenbewegung

**Nachhaltigkeit & Lebensstil**  
 Zweijähriger Diplomgrundlehrgang  
 August 2008 – Juni 2010

**Gruppenprozessbegleitung & Erwachsenenbildung**  
 Einjähriger Aufbaulehrgang mit TrainerInnen-Diplom  
 August 2008 – Juni 2009

**Kursorte:**  
**Wr. Neustadt, St. Pölten**

*Informationen und Beratung:*  
 Christine Bischur, Mag. Wolfgang Tüchler  
 T 01 3170510-16, -18  
 abi@weiterwissen.at  
[www.ausbildungsinstitut.at](http://www.ausbildungsinstitut.at)

**Ausbildungsinstitut**  
 für Erwachsenenbildung

[weiterwissen.at](http://weiterwissen.at)

**ANMELDEBEDINGUNGEN:**

Wenn nicht anders angegeben ist zu all unseren Veranstaltungen eine Anmeldung (telefonisch: 0 26 22/291 31, per Fax: 0 26 22/291 31-40, per E-Mail: [bildungshaus@st-bernhard.at](mailto:bildungshaus@st-bernhard.at), über unser Online-Anmeldesystem auf [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at) oder per Post) bis spätestens eine Woche vorher unbedingt erforderlich. Unsere Bürozeiten sind: Montag bis Freitag: 8.00 – 11.30 und 12.30 – 16.00. Ihre schriftliche oder telefonische Anmeldung betrachten wir als verbindlich. Um Kosten zu sparen, schicken wir nicht zu allen Veranstaltungen Anmeldebestätigungen. Falls die Veranstaltung abgesagt wird, melden wir uns, daher bitte Adresse und Telefonnummer bei der Anmeldung bekanntgeben. Bei manchen Seminaren senden wir Ihnen vor Beginn der Veranstaltung einen Zahlschein zu. Erst mit der Einzahlung innerhalb der angegebenen Frist ist Ihre Anmeldung dann fix.

**STORNOBEDINGUNGEN:**

Bis zum Anmeldeschluss ist ein Rücktritt ohne Kostenanfall möglich. Bei Abmeldungen ab einer Woche vor Seminarbeginn müssen wir 50 % des Teilnahmebeitrags, bei Abmeldung zwei Tage vor Seminarbeginn bzw. bei Nichterscheinen den gesamten Teilnahmebeitrag verrechnen oder Sie nennen eine Ersatzperson. Bei Absage des Kurses von unserer Seite erhalten Sie den vollen Betrag zurück.

**OFFENLEGUNG GEMÄSS §25 MEDIENGESETZ:**

Medieninhaber: Erzdiözese Wien, Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wr. Neustadt, Neuklosterg. 1, Unternehmensgegenstand: Erwachsenenbildung, Grundlegende Richtung des Bildungsanzeigers: Information über Veranstaltungen des Bildungshauses St. Bernhard

**REDAKTIONSSCHLUSS**  
 für die Ausgabe Juli bis Oktober 2008

ist der 2. Mai 2008

**Einrichtungen  
der Erwachsenenbildung  
der Erzdiözese Wien:**

**Theologische Kurse**  
[www.theologischekurse.at](http://www.theologischekurse.at)

**Kath. Bildungswerk**  
[www.bildungswerk.at](http://www.bildungswerk.at)

**Kirchliches Bibliothekswerk**  
[www.kibi.at](http://www.kibi.at)

**Studien- und Beratungsstelle  
für Kinder- und Jugendliteratur**  
[www.stube.at](http://www.stube.at)

**Literarische Kurse**  
[www.literarischekurse.at](http://www.literarischekurse.at)

**Anima – Bildungsinitiative für Frauen**  
[www.anima.or.at](http://www.anima.or.at)

**Bildungshaus Schloss Großrußbach**  
[www.bildungshaus.cc](http://www.bildungshaus.cc)

**Bildungshaus St. Bernhard**  
[www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)

**WW** **weiterwissen.at**  
Forum Katholischer Erwachsenenbildung



**Vorsorgen in jedem Alter**

Ob Zusatzpension, Absicherung oder  
Pflegevorsorge. Wir haben für Sie die  
beste Lösung.

**SPARKASSE**  
In jeder Beziehung zählen die Menschen.

**AUFENTHALTSKOSTEN 2008**

VOLLPENSION:

<b>Doppelzimmer</b>	€ 35,40
<b>Einzelzimmer</b>	€ 42,70
<b>Einzelzimmer mit gem. Bad</b>	€ 39,05
<b>Frühstück:</b>	€ 5,30
<b>Mittagessen:</b>	€ 8,30
<b>Abendessen:</b>	€ 5,80

**Nr. 21 | März – Juni 2008**

Erscheinungsort: 2700 Wr. Neustadt

Weiteres Aufgabepostamt:

3390 Melk: P.b.b.

„Österr. Post AG/Sponsoring.Post“

Vertragsnummer: GZ 02Z032029

DVR 0029874 (111)

**IMPRESSUM:**

**Alleininhaber, Herausgeber, Redaktion, Layout:** Bildungshaus St. Bernhard, 2700 Wr. Neustadt, Neuklostergasse 1, Tel. 0 26 22/291 31, Telefax 0 26 22/291 31-40, E-Mail: [bildungshaus@st-bernhard.at](mailto:bildungshaus@st-bernhard.at), [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at) • **Druck und Gestaltung:** gugler cross media, [www.gugler.at](http://www.gugler.at)



Gedruckt nach der Richtlinie „Schadstoffarme Druckerzeugnisse“ des Österreichischen Umweltzeichens. [gugler cross media](http://guglercrossmedia.com), Melk; UZW 609; [www.gugler.at](http://www.gugler.at)

**greenprint\***  
klimaneutral gedruckt.

CO<sub>2</sub>-neutralisiert – Gold-Standard-Projekt „Strom aus Biomasse“ in Karnataka, Indien