

# Bildungsanzeiger

März bis Juni 2011

SEMINARE  
SPIRITUALITÄT  
BEGEGNUNG

**Gottesbilder – Kirchenbilder**

Vortrag von Weihbischof Krätzl

5

**eltern.reloaded**

„Eltern-Batterien“ aufladen  
mit Brigitte Lackner

12

**Wie kommt das Böse  
in mein Leben?**

Vortrag mit Karl R. Essmann

5

**Dem BURNOUT und  
der DEPRESSION entkommen**

ein Betroffener erzählt, mit Gerd Huber

10

**Stressmanagement  
by Enneagramm**

Seminar mit Agnes Plöckl & Peter Maurer

10

**Zu sich kommen.**

Naturerfahrung mit Andreas Schelakovsky

17

[WWW.ST-BERNHARD.AT](http://WWW.ST-BERNHARD.AT)



St. Bernhard\_CARD



**Peter Maurer**  
Bildungsmanagement & PR

#### Öffnungszeiten Kurssekretariat:

Dienstag bis Freitag  
(außer an Feiertagen)  
von 10.00 bis 12.00 und  
13.00 bis 16.00 Uhr.  
Tel. 02622 / 29 131

## Nutzen Sie unsere St. Bernhard\_CARD!

Mit der St. Bernhard\_CARD zahlen Sie bei unseren Veranstaltungen immer den günstigeren St. Bernhard\_CARD Preis, der extra ausgewiesen wird. Die Karte kann im Sekretariat (Tel. 02622 / 29 131 – st.bernhard@edw.or.at) bestellt werden.

Sie kostet € 8,- und gilt ab dem Tag der Ausstellung ein Jahr. Nach zwei bis drei Veranstaltungen profitieren Sie voll von den Ermäßigungen.

## Holen Sie sich 50 bis 80% des Kursbeitrages zurück!

Niederösterreicher/innen, die im Bildungszentrum St. Bernhard eine Veranstaltung absolvieren die mehr als € 70,- kostet, können über die **Niederösterreichische Bildungsförderung** sich **50-80% der Kurskosten zurückholen**. Voraussetzung ist ein unselbstständiges Arbeitsverhältnis und

dass der Kurs als berufliche Weiterbildung argumentiert werden kann.

Mehr Info bei Peter Maurer 02622 / 29 131 DW 17 oder [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)

## Umbauarbeiten in der Propstei begonnen!

Liebe Leserin, lieber Leser!

Die Renovierungs- und Umbauarbeiten in der Dompropstei haben begonnen. Aus heutiger Sicht wird die Übersiedlung des Bildungszentrums an den neuen Standort im Sommer 2012 erfolgen. Mehr Bilder von der Baustelle finden Sie auf unserer Homepage [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at).



Bereits fertig „umgebaut“ wurde unser Förderverein bei der außerordentlichen Hauptversammlung im November letzten Jahres. Die Statuten und der Vereinsname wurden geändert, die Vereinsziele neu ausgerichtet. Alle Informationen dazu finden Sie auf Seite 3.

Ich lade Sie herzlich ein, dem Verein beizutreten – und die Vorteile einer Vereinsmitgliedschaft zu nutzen.

*Peter Maurer*

Mag. Peter Maurer

## Neue Trauerbegleiter/innen für das Südvikariat!

Am Samstag, den 15. Jänner 2011, überreichten Mag. Rainald Tippow von der Pfarrcaritas und Dir. Erwin Boff den 15 Absolvent/innen des „Lehrganges für Trauerbegleitung“ ihre Zertifikate.

Dieser Kurs richtet sich speziell an Mitarbeiter/innen in Pfarren. Er wurde erstmals im Vikariat Unter dem Wienerwald als Kooperation mit der Kontaktstelle für Trauer der Pfarrcaritas der Erzdiözese Wien und dem Bildungszentrum St. Bernhard abgehalten.

Unter der bewährten Leitung von Poli Zach-Sofaly, Mag. Josef Zach und Mag.a Ines Pfundner konnten die Teilnehmer/innen an fünf Wochenenden ihre Kompetenzen für die Begleitung Trauernder weiter entwickeln. Kursinhalte waren die Auseinandersetzung mit eigenen Verlusterlebnissen, psychologische Theorien und Techniken für die Begleitung Trauernder sowie das Üben an konkreten Praxisbeispielen.

Auf dem Bild von links, in der ersten Reihe sitzend: Edith Nyklos, Poli Zach-Sofaly, Ines Pfundner, Sr. Magdalena, dahinter



Elfriede Kovarik, Christa Wehrl, Irene Beisteiner, Tamara Schärf, Elisabeth Ringhofer, Klara Hartl, ganz hinten: Hannelore Riegler, Josef Zach, Ernestine Pichler, Andrea Knobloch, Erwin Boff, Sabine Filz, Ernst Beisteiner, Gabi Tucek und Manuela Klee. Nicht am Bild: Barbara Masching, Helga Müllner und Christine Reindl.

## Unterstützen Sie unsere Ziele und nützen Sie die Vorteile einer Mitgliedschaft!

Ziel des Vereins ist die Förderung und Bewerbung von Bildungsveranstaltungen im Bildungszentrum St. Bernhard insbesondere zu folgenden Themenkreisen:

- Christliche Spiritualität
- Theologie & Gesellschaft
- Fragen des Zusammenlebens verschiedener Weltanschauungen und Religionen

Wir wollen mit gezielten Werbemaßnahmen die Besucherzahl speziell bei Bildungsveranstaltungen zu diesen Themen steigern. Damit soll mehr Menschen nahe gebracht werden, was wir als Kirche für ein gelingendes Leben beitragen können. Außerdem möchten wir aktiv das gelungene Zusammenleben von Menschen, die sich unterschiedlicher Weltanschauungen, Konfessionen und Religionen verbunden wissen, fördern.

Der **Mitgliedsbeitrag** beträgt € 15,- pro Kalenderjahr.

Dafür erhalten Sie die **St. Bernhard\_CARD** im Wert von € 8,- plus einen **Bildungsgutschein** von € 25,-!

Wer eine St. Bernhard\_CARD besitzt, die länger als bis 31. März 2011 gilt, zahlt bei einem Beitritt zum Verein für das Jahr 2011 nur einen verminderten Mitgliedsbeitrag von € 7,-.

Mit der St. Bernhard\_CARD zahlen Sie bei den Veranstaltungen des Bildungszentrums St. Bernhard den extra ausgewiesenen vergünstigten St. Bernhard\_CARD-Tarif. Der Bildungsgutschein ist auf einmal einzulösen.

Mitglieder können einzelne Personen ab dem vollendeten 15. Lebensjahr, Vereinigungen, Organisationen, Institutionen und Firmen sein. Die Mitglieder haben Sitz und Stimme in der Hauptversammlung und besitzen aktives und passives Wahlrecht.

Alle Informationen zum Verein sowie die Vereinsstatuten finden Sie auch auf der Homepage des Bildungszentrums [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at). Für Fragen steht Peter Maurer unter Tel. 0664 610 13 58 oder 02622 29131-17 zur Verfügung.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie mittels dem untenstehendem Anmeldeformular unserem Förderverein beitreten und diese speziellen Bildungsziele unterstützen würden!

*Otto Wolkerstorfer*

Otto Wolkerstorfer  
Obmann



© Stephanie-Hofschlaeger\_pixelto.de



..... bitte hier abtrennen und über einen auf der Rückseite angegebenen Weg senden .....

## Beitrittserklärung

Name: .....

Adresse: .....

Tel.: ..... E-Mail: .....

Ich erkläre meinen Beitritt zum „Verein zur Förderung des Bildungszentrums St. Bernhard“ – ZVR 608 334 578.

Datum: ..... Unterschrift: .....



LEITUNG:

**Mag.a Ines Pfundner**  
Kontaktstelle für Trauernde /  
Caritas der ED Wien

## ... 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?“

Gesprächsmöglichkeit für trauernde Menschen mit Mag.a Ines Pfundner, Kontaktstelle für Trauernde / Caritas der ED Wien.

**TERMINE:** jeden 2. Mittwoch im Monat, 9. März, 13. April, 11. Mai und 8. Juni 2011 | 18.00 bis 19.30 oder nach Vereinbarung

**INFORMATION UND ANMELDUNG:**

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

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHME GRATIS!**



**Dr. Marianne Putz**  
Ärztin für Allgemeinmedizin  
und akadem. Expertin für  
Palliative Care

## Lebenstanz, Trauertanz - Griechische Volkstänze

### Offene Tanzrunde im Bildungszentrum St. Bernhard

Bewusst setzen wir unsere Schritte im Kreis, geführt von den Klängen berührender Musik.

Vielfältige Gefühle wie Freude, Trauer, Melancholie, Aufbruch, Zweifel, Unsicherheit, Ausgelassenheit erhalten, gut aufgehoben im Kreis der Tänzerinnen und Tänzer, Raum und lassen Entwicklung zu.

**TERMINE:**

11. März, 8. April, 6. Mai und 17. Juni 2011 | jeweils

Freitag 19.00 bis 20.30 Uhr

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 8,- pro Abend, mit St.Bernhard\_CARD € 5,-



LEITUNG:

**Mag.a Selma Baumgartner-Ram**  
Germanistin, Schreibpädagogin,  
Psychagogin

## „Die Weisheit führt uns zur Kindheit zurück“ (B. Pascal)

### Eintägige Schreibwerkstatt zum Thema KINDHEITSMUSTER

An diesem „Schreibtag“ werden wir uns mit Kindheitsthemen befassen. Unterschiedliche Schreibimpulse und Beispiele aus der Literatur werden uns zu interessanten persönlichen Texten anregen. Es wird abwechselnd geschrieben, vorgelesen und diskutiert.

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, wohl aber das Interesse an guter Literatur, Freude am eigenen Schreiben und lustvolles Eintauchen in unsere eigene Kindheitswelt. Unbe-

achtete und längst vergessene Szenen dürfen auftauchen, werden sprachlich festgemacht (Kurzprosa, Lyrik, Dialoge) und in unser ganz privates „Album“ gestellt.

**TERMIN:** Samstag, 26. März 2011 | 10.00 bis 19.00 Uhr

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 85,-, mit St.Bernhard\_CARD € 80,-

## Formular für den Beitritt zum „Verein zur Unterstützung des Bildungszentrums St. Bernhard“

Bitte das umseitige Formular ausfüllen und dann in einem Briefumschlag mit der Post senden an:

**Bildungszentrum St. Bernhard**  
z.H. Martha Frühstück  
Neuklostergasse 1  
2700 Wiener Neustadt

oder faxen an 026622-29131-41  
oder einscannen und per E-Mail an [st.bernhard@edw.or.at](mailto:st.bernhard@edw.or.at)  
oder einfach während der Bürozeiten im Sekretariat abgeben!

Danke für Ihr Interesse!

CHRISTLICHE SPIRITUALITÄT  
THEOLOGIE & GESELLSCHAFT  
FRAGEN DES ZUSAMMENLEBENS  
VERSCHIEDENER WELTANSCHAUUNGEN  
UND RELIGIONEN

## Kultur des Älterwerdens

### Orientierungstag für den Übergang in die „nachberufliche Zukunft“

Das Leben bleibt bis zuletzt ein Abenteuer - so auch der bevorstehende Pensionsantritt. Die bewusste Reflexion und Gestaltung dieser einschneidenden Lebensphase kann wesentlich dazu beitragen, mit Freude und Gelassenheit in eine glückliche und erfüllte Zukunft zu gehen. An diesem Tag haben Sie die Möglichkeit, über Ihre neue Lebensphase nachzudenken und erste Schritte für die bewusste Gestaltung der nachberuflichen Lebensphase zu entwickeln:

- Wo werde ich leben?
- Mit wem werde ich leben?
- Wovon werde ich leben?
- Wofür werde ich leben?

Einzel- und Gruppenphasen wechseln sich ab, der Tag wird mit einer Segensfeier abgeschlossen.

**TERMIN:** Dienstag, 12. April 2011 | 9.00 bis 16.00 Uhr

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 20,-, mit St.Bernhard\_CARD € 15,-

Eine Kooperationsveranstaltung des Fachbereiches Seniorenpastoral und des Bildungszentrums St. Bernhard mit Unterstützung des Vikariates Unter dem Wienerwald, alle Erzdiözese Wien.



**LEITUNG:**

**Diakon Mag. Karl Langer**  
Theologe, Geragoge

**Mag. Peter Maurer**  
Studium der Pädagogik und Psychologie, Dipl. Erwachsenenbildner  
- wba

## Jetzt kommt man schön langsam ins ältere Fach

### Rückschau statt Rückzug

Erinnerung als Kraftquelle für die Zukunft.

**TERMIN:** Montag 14. März 2011 | 08.30 bis 12.00 Uhr

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard



**LEITUNG:**

**Ingrid Klein & Ingeborg Scheffler**

## THEOLOGIE UND GESELLSCHAFT

## ... und suchen dein Angesicht: Gottesbilder – Kirchenbilder

### Vortrag und Buchpräsentation

Der zürnende und eifersüchtige Gott? Oder der barmherzige Gott und Vater? Die Bibel erzählt vielschichtig von diesem Gott: In drei Teilen interpretiert Weihbischof DDr. Helmut Krätzl die Gottesbilder der Bibel für unsere Zeit.

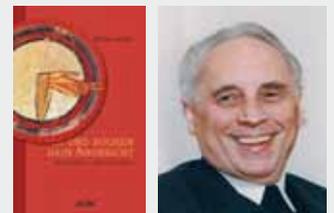
Dieses Buch enthält biblische Auslegungen sowie brisante Schlussfolgerungen aus dem Zusammenhang von Gottesbildern und dem Bild, das die Kirche im Lauf der Geschichte von sich gegeben hat.

Der Bogen reicht dabei von den berührenden Gottesbildern im Alten Testament über jene, die verstörend wirken, bis hin zum Gott und Vater Jesu Christi.

**TERMIN:** Donnerstag, 10. März 2011 | 19.00 Uhr

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 8,-, mit St.Bernhard\_CARD € 5,-



**REFERENT:**

**Weihbischof DDr. Helmut Krätzl**

## Wie kommt das Böse in mein Leben?

### Vortrag

Das Böse hat auch heute, wie zu fast allen Zeiten, Hochkonjunktur. Es gehört zum Drama der menschlichen Freiheit und ist gleichzeitig ihr größter Preis. Böses wird gefürchtet, gehasst, bekämpft, aber gleichzeitig auch fasziniert betrachtet und getan. Es scheint zum menschlichen Dasein zu gehören, wie eben auch das Gute.

Aber was hat Gott damit zu tun, der ja mit allem zu tun hat? Oder ist das Böse ausschließlich Menschenwerk? Was sagt dazu die Psychologie? Welche biblischen Antworten hat darauf die Theologie? Oder ist da auch wieder die „Eva-Schuld“?

Der Referent will sich um ehrliche Antworten einzelner Wissenschaften bemühen.

**TERMIN:** Mittwoch, 06. April 2011 | 19.00 Uhr

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**KARTENPREIS:** € 10,-, mit St.Bernhard\_CARD € 7,-

**Für diesen Vortrag benötigen Sie Eintrittskarten die Sie im Sekretariat erhalten.**



**REFERENT:**

**Prof. Dr. Karl R. Essmann**  
Theologe und Religionspädagoge

## REFERENTIN:

**Anita Dinhobl**

vielen noch als Sekretärin der Katholischen Jugend im Vikariat Süd bekannt, ist päd. Mitarbeiterin des SOS Kinderdorfes Pinkafeld

**Äthiopien – Mein Volontariat in Addis Abeba**

Bilder und Eindrücke von meiner Arbeit als pädagogische Betreuerin und dem Leben am Horn von Afrika.

Bis August 2010 habe ich ein Jahr lang über den Verein „Jugend eine Welt“ freiwillig im Armenviertel Mekanissa am Rande von Addis Abeba gearbeitet und gelebt. In einem Straßenkinderpräventionsprojekt der Salesianer Don Boscos in dem Kinder und Jugendliche ihre Grundversorgung, eine sinnvolle Schulausbildung und Ganztagesbetreuung bekommen, durfte ich diese jungen Menschen begleiten - als Lehrerin, Erzieherin, Krankenschwester, Zuhörerin und Freundin.

In meinem Vortrag möchte ich meine Erlebnisse, Eindrücke und Bilder mit Ihnen teilen!

**TERMIN: Donnerstag, 24. März 2011 | 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT: Bildungszentrum St. Bernhard**

**TEILNAHMEBEITRAG: Freie Spende für das Projekt erbeten!**



## NEUSTÄDTER ZUKUNFTSDIALOG



## REFERENT:

**Christian Felber**

Buchautor, Lektor an der Wirtschaftsuniversität Wien

**1) Gemeinwohl-Ökonomie**

Vortrag mit Buchautor Christian Felber

Die „Gemeinwohl-Ökonomie“ ist eine wirtschaftliche Alternative zu Kommunismus und Kapitalismus. Ein Kreis von Unternehmer/innen hat dieses Modell gemeinsam mit Felber entwickelt: „Gemeinwohl-Wirtschaft“ ist eine Form der Marktwirtschaft: Die Ziele des (privaten) unternehmerischen Strebens sollen jedoch von Gewinnstreben & Konkurrenz auf Gemeinwohlstreben & Kooperation „umgepolt“ werden.

Eine Veranstaltung des Welthauses der Kath. Aktion der Erzdiözese Wien in Kooperation mit %-attac Wiener Neustadt und Bildungszentrum St. Bernhard.

**TERMIN: Montag, 16. Mai 2011 | 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT: Bildungszentrum St. Bernhard**

**TEILNAHMEBEITRAG: Freie Spende erbeten**

**2) Solidarisch und nachhaltig wirtschaften**

Praxis-Tag

**ab 8.30 Uhr:** Frühstück,

**9.30 Uhr:** Einstiegsdiskussion,

**10.15 Uhr:** Workshops, Informationsrunden mit Vertreter/innen aus der Praxis (Tauschkreise, Ethische Geldanlage, Frauen in der Wirtschaft, Alternative Unternehmer/innen, Tiefenökologie – Arbeit die wieder verbindet, lokale Initiativen, ...),

**12.15 Uhr:** Interessierte vernetzen sich, Startschuss für „Neustädter Zukunfts-Initiativen“

**13.00 Uhr:** Möglichkeit zum Mittagessen

Eine Veranstaltungsreihe von Welthaus – Katholische Aktion, %-attac-Regionalgruppe Wr. Neustadt, Kath. Bildungswerk und Bildungszentrum St. Bernhard.

**TERMIN: Samstag, 28. Mai 2011 | 9.00 bis 13.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT: Bildungszentrum St. Bernhard**

**TEILNAHMEBEITRAG: Teilnahme am Praxistag gratis,**

Frühstück € 5,-

## Glaube und Zweifel, Streit und Versöhnung

Bibelseminar über die Väter- und Müttergeschichten aus dem Buch Genesis

Die Erzählungen über die Stammeltern des Volkes Israel - Abraham und Sara, Isaak und Rebekka, Jakob, Lea und Rachel, Josef und seine Brüder - sind keine betulichen, frommen Geschichten. Nein, sie schöpfen aus dem vollen Leben mit seinen Höhen und Tiefen, mit Glauben und Zweifel, mit Konflikt und Versöhnung. Was uns diese uralten, über Jahrhunderte hindurch geformten Erzählungen auch heute noch sagen können, dem soll an den vier Abenden des Seminars nachgegangen werden.

**TERMINE: Mittwoch 13. und 27. April sowie 11. und 25. Mai 2011 | jeweils 19.00 bis 21.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 25,- für alle 4 Abende, mit St.Bernhard\_CARD € 20,-



**LEITUNG:**

**Pfarrer, Mag. Gottfried Klima**  
Theologe und Geistlicher Assistent  
des Bildungszentrums

Diese Veranstaltung wird vom Verein zur Förderung des Bildungszentrums St. Bernhard finanziell unterstützt!

## Gibt die Bibel Kraft zum Leben?

Vortrag

Als Menschen gelangen wir immer wieder an Knotenpunkte, die uns schwierige Lebensentscheidungen abverlangen. An ausgewählten Bibelstellen wird im Vortrag sichtbar gemacht, dass wir in der Heiligen Schrift Antworten auf existentielle Lebensfragen und Stärkung für die Bewältigung von Krisen finden können.

**TERMIN: Mittwoch, 18. Mai 2011 | 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 8,-, mit St.Bernhard\_CARD € 5,-

Diese Veranstaltung wird vom Verein zur Förderung des Bildungszentrums St. Bernhard finanziell unterstützt!



**REFERENT:**

**Dr. Stephan Renner**  
Theologe und Religionspädagoge,  
Professor an der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien

## Wöchentliches Zazen

im Bildungszentrum St. Bernhard

mit Elisabeth 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.

Wer irgendeine Einführung besucht hat, kann teilnehmen, keine Anmeldung erforderlich.

**TERMINE: jeden Dienstag außer an schulfreien Tagen**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 10,- pro Monat



**LEITUNG:**

**Elisabeth Macho**

## Einführungstag in die Zen-Meditation

im Bildungszentrum St. Bernhard

mit Elisabeth Macho, für alle, die noch keine Einführung besucht haben und an den Übungsabenden teilnehmen wollen.

**TERMIN: Samstag, 12. März 2011 | 10.00 bis 17.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 15,-, mit St.Bernhard\_CARD € 10,-



**LEITUNG:**  
**Prof.in Mag.a Beatrix Trinks**  
Ausbildung in Sakralem Tanz,  
Theologin

## Sakrale Ausdrucksformen für den Religionsunterricht

### Liturgie und Gemeindegarbeit

In diesem Workshop werden Haltungen, Gesten und Gebärden als Ausdrucksform des Glaubens erarbeitet. Der sakrale Tanz wird als eigenständige Erschließung von Glaubensinhalten kennengelernt. Es werden didaktische Überlegungen zum Einsatz von Tanz und bewegten Ritualen im Religionsunterricht angestellt.

**TERMIN: Mittwoch, 23. März 2011 | 15.30 bis 17.45 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 18,-, mit St.Bernhard\_CARD € 15,-



Eine Kooperation  
mit der KPH Wien/Krems



**REFERENTIN/TRAINERIN:**  
**Doris Otte**  
zertifizierte Validationslehrerin

## Einführung in die Validation

### Über die Kommunikation mit desorientierten (dementen) Menschen

Validation ist eine Kommunikationsmethode für den einfühlsamen Umgang mit desorientierten Menschen, die an einer spät einsetzenden Demenz vom Alzheimer-Typ erkrankt sind. Diese Methode wurde von Naomi Feil, einer amerikanischen Sozialarbeiterin entwickelt und hat folgende Ziele:

- desorientierte Menschen in ihrem Verhalten und ihren Bedürfnissen besser zu verstehen;
- das Selbstwertgefühl von desorientierten Menschen zu erhöhen und beim Aufarbeiten von lebensgeschichtlichen Erfahrungen zu begleiten, sowie das Abgleiten in die Phase des Vegetierens hintanzuhalten;
- die Beziehung zwischen Pflegenden und Betreuten positiv zu fördern, sodass eine möglichst stressarme Atmosphäre entsteht.

#### ZIELGRUPPE:

Als Weiterbildung und Vertiefung für alle Teilnehmer/innen des Grundkurses Besuchsdienste „Ich besuche dich!“, sowie für alle ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter/innen im Pflegedienst, im Kranken- und Gesundheitsdienst, der Kranken- und Pflegeheimseelsorge, bei Menschen mit Behinderung, im Geriatrischen Dienst oder im Hospizwesen, weiters für pflegende Angehörige oder für Mitarbeiter/innen in der Seniorenarbeit.

#### ZIELE DES SEMINARS:

Zunächst werden wir uns in diesem Kurs mit dem theoretischen Hintergrund der Methode Validation auseinandersetzen. Daran anschließend geht es jedoch um die praktische Anwendung von Validation anhand von Beispielen und gemeinsamen Übungen. Methodisch arbeiten wir mit Rollenspiel, Gruppenarbeit, Film, etc.

Da der Kurs in 2 Teilen abgehalten wird, die einen zeitlichen Abstand von 7-9 Wochen haben, besteht die Möglichkeit mit der Trainerin bestimmte Vorgangs- und Verhaltensweisen zu besprechen, sie einzuüben, sie dann in der Praxis umzusetzen um im zweiten Kursteil Ergebnisse, Erfahrungen oder Veränderungen zu präsentieren. Daher ist der Kurs vor allem für Personen gedacht, die aktuelle Betreuungsfälle haben, die sie mit der Trainerin besprechen wollen.

#### Detailbeschreibung:

Tel. 02622-29131 oder [www.st-bernhard.at/veranstaltungen/veranstaltung/8674/](http://www.st-bernhard.at/veranstaltungen/veranstaltung/8674/)

**TERMINE: Samstag, 26. März und 14. Mai 2011**

**| jeweils 9.00 bis 13.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 45,- für beide Vormittage

## Caritas

Eine Kooperation von Pfarr-Caritas  
der Erzdiözese Wien und  
Bildungszentrum St. Bernhard.



**LEITUNG:**  
**Herbert Gasser**  
Kirchenmusikreferent für das  
Vikariat Süd

## „Atme in uns, Heiliger Geist!“

### Musik im Firmgottesdienst

Singnachmittag für Firmhelfer/innen, Singgruppen, Jugend - Erwachsenenchor und Chorleiter/innen

- Neue Geistliche Lieder aus „Du wirst ein Segen sein“, DAVID u.a.
- Lieder und Arrangements aus „Ich singe dir mein Lied“ u.a.
- Schwungvolle Chorsätze aus „Dein Geist weht, wo er will“

#### INFORMATION UND ANMELDUNG:

Herbert Gasser, Kirchenmusikreferent für das Vikariat Unter dem Wienerwald, Mobil: 0699/17 19 11 19, Dienstag, 8.45 bis 14.00 Uhr: 01/51 552 3641, Email: [hgasser\\_kimu@hotmail.com](mailto:hgasser_kimu@hotmail.com)  
Eine Kooperation des Referates für Kirchenmusik der Erzdiözese Wien und dem Bildungszentrum St. Bernhard.

**TERMIN: Samstag, 02. April 2011 | 14.00 bis 17.30 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

## Glaubensgespräche

### im Besuchsdienst

Im Besuchsdienst spielen Glaube und Fragen zum Thema „Kirche“ manchmal eine wichtige Rolle. Zum einen begegnet man dabei Vertretern oder Vertreterinnen der Kirche, bei denen man Freude oder Frust über die Kirche abladen kann. Zum anderen stehen gerade ältere, kranke oder einsame Menschen vor zentralen Sinn-, und damit Glaubensfragen, über Leid, Tod und was ist danach, Schuld oder der Reflexion der eigenen Lebensgeschichte.

#### INHALTE

Im ersten Teil des Seminars Glaubensgespräch setzen wir uns mit dem eigenen Glauben und mit der Frage auseinander, *wie/wann/wo/mit wem* wir darüber reden können.

Im zweiten Teil werden Themen angesprochen, die im Besuchsdienst aufkommen können. Das können Lieblingsthemen oder Themen sein, die uns an unsere Grenze bringen, wie vielleicht z.B. Angriffe auf die Kirche, über den Tod oder das Leid, ...

Der dritte Teil wird dem konkreten Gespräch im Besuchsdienst gewidmet sein. Sie können zum Beispiel, verschiedenen Situationen einüben, oder bekommen Hilfestellungen, wie Sie mit schwierigen Gesprächen umgehen.

#### ZIELE:

- Auseinandersetzung mit eigenen Glaubensthemen
- Auseinandersetzung mit der eigenen Glaubenssprache
- Auseinandersetzung und Hilfestellung im Umgang mit Themen wie Leid, Schuld, Trauer, Lebensfreude, Kirche, ...
- Sicherheit über meine Rolle im Glaubensgespräch mit anderen erlangen
- Kenntnis der eigenen Grenzen und Umgang damit

Detailbeschreibung:

Tel. 02622-29131 oder [www.st-bernhard.at/veranstaltungen/veranstaltung/8673/](http://www.st-bernhard.at/veranstaltungen/veranstaltung/8673/)

#### TERMIN:

**Samstag 12. März 2011 | 9.00 bis 18.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 45,-

## Kinder-Bibel-Gottesdienst

### Der Workshop-Nachmittag für Jungschar- und Ministrant/innen-Gruppen-Leiter/innen, Pastoralassistent/innen, Religionslehrer/innen.

Ein Nachmittag mit neuen Ideen und Tipps für die Gestaltung von Kindergottesdiensten, die Arbeit mit Kindern rund um die Bibel und weiteren religiösen Themen sowie Möglichkeit zum Austausch mit anderen Menschen, die in diesem Bereich tätig sind.

Eine Kooperationsveranstaltung des Fachbereiches Kinderseelsorge/Katholische Jungschar und des Bildungszentrums St. Bernhard.

**TERMIN: Samstag, 09. April 2011 | 14.00 bis 18.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 6,- inklusive Jause

## Bibliolog

### Bibel wird lebendig

In diesem Seminar erfahren die Teilnehmer/innen eine theoretische Einführung in diese Form der Bibelarbeit, deren Methode in Österreich noch nicht weit verbreitet ist. Bibliolog ist verwurzelt in der jüdischen Tradition des Midrasch und ermöglicht Menschen, in biblische Rollen oder Gegenstände einzusteigen und Bibelgeschichten lebendig werden zu lassen.

**TERMIN: Montag, 23. Mai 2011 | 15.30 bis 17.45 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 18,-, mit St.Bernhard\_CARD € 15,-



Eine Kooperation  
mit der KPH Wien/Krems



REFERENTIN/TRAINERIN:

**Susanne Schuster**

Dipl. Pastoralassistentin,  
Geistliche Begleiterin und  
Exerzitenleiterin

## Caritas

Eine Kooperation von Pfarr-Caritas  
der Erzdiözese Wien und  
Bildungszentrum St. Bernhard.



REFERENTIN:

**Monika Fürhapter**

Katholische Jungschar Wien  
und Team



REFERENTIN:

**Dipl.Päd.in Maria Nonnis**



## Dem BURNOUT und der DEPRESSION entkommen – Leben gefunden!

Vortrag und Buchpräsentation von Gerd Huber



Ein Betroffener spricht und schreibt über seine Erfahrungen mit Burnout und Depressionen.

Für diesen Vortrag benötigen Sie Eintrittskarten. Diese sind in der Buchhandlung Thalia.at Wiener Neustadt, Hauptplatz 5 und im Bildungszentrum St. Bernhard erhältlich.

Eine Kooperationsveranstaltung von Thalia.at Wiener Neustadt und dem Bildungszentrum St. Bernhard.

**TERMIN: Donnerstag, 3. März 2011 | 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 8,-, mit St. Bernhard\_CARD € 5,-



REFERENT:

**Mag. Peter Maurer**

Supervisor & Coach ÖVS,  
Enneagramm-Trainer ÖAE



[www.enneagramm.eu](http://www.enneagramm.eu)  
[www.enneagramm-wien.at](http://www.enneagramm-wien.at)

## Mich selbst und andere besser verstehen

Das Persönlichkeitsmodell des Enneagramms

Das Enneagramm beschreibt die Stärken, Schwächen und Entwicklungspotenziale von neun unterschiedlichen Charaktermustern. Es hilft, sich selbst und andere besser zu verstehen und zeigt Wege für die persönliche und spirituelle Entwicklung auf.

Die Grundzüge dieser Typologie finden sich schon ca. 300 n. Chr. beim Wüstenvater Ponticus Evagrius. Oscar Ichazo brachte das Enneagramm in den 1970er-Jahren nach Amerika, der Chilenische Psychiater Claudio Naranyo entwickelte es weiter. Der Ansatz erwies sich als so effektiv, dass er seit den 1980er-Jahren auch in Europa von vielen Psycholog/innen, Berater/innen

und Exerzitienleiter/innen aufgenommen und in ihre konkrete Arbeit integriert worden ist.

Im Vortrag wird in dieses Persönlichkeitsmodell und seine vielseitige Anwendbarkeit eingeführt.

**TERMIN: Freitag, 06. Mai 2011 | 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 8,-, mit St. Bernhard\_CARD € 5,-

## Stressmanagement by Enneagramm

Individuelle Strategien für den Umgang mit Belastung und Stress

Stressmanagement gelingt dann nachhaltig, wenn ich weiß, was mich stresst und warum es mich stresst. Das Persönlichkeitsmodell des Enneagramms eröffnet Zugänge zur Individualität unserer Wahrnehmung und lässt Unterschiede im Erleben Stress auslösender Situationen deutlich werden. Es ist ein Werkzeug, mit dem der eigenen Persönlichkeit entsprechende und effektive Strategien für den Umgang mit Belastung und Stress entwickelt werden können.

**ZIELE DES SEMINARS:**

- den eigenen Umgang mit Belastung und Stress analysieren und reflektieren (auf der Basis des Modells von Jörg Fengler)
- bisherige Bewältigungsmuster benennen und hinterfragen
- eine individuelle Kurzzeitstrategie zur raschen Bewältigung von akuter Belastung und Stress entwickeln
- auf der Basis des Enneagramms ein Bewusstsein für den persönlichen Aufmerksamkeitsfokus und die daraus resultierenden automatisierten Bewältigungsmuster entwickeln

Allen Interessent/innen, die keine Vorkenntnisse zum Enneagramm haben, wird die Teilnahme am Vortrag „Mich selbst und andere besser verstehen – das Enneagramm als Persönlichkeitsmodell“ am Abend vor dem Seminartag empfohlen. Die Teilnahme am Vortrag ist für Seminarteilnehmer/innen kostenlos.

**TERMIN: Samstag, 07. Mai 2011 | 9.00 bis 17.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 80,-, mit St. Bernhard\_CARD € 72,-



Holen Sie sich den Kursbeitrag mit der **NÖ Bildungsförderung** zurück!  
Mehr Info Seite 2.

Mit Unterstützung des Ökumenischen Arbeitskreises Enneagramm Deutschland.



REFERENTINNEN:

**Mag.a Agnes Plöckl**

Enneagrammtrainerin ÖAE,  
Enneagrammausbildung bei Karin und Hans Neidhardt, Studium der Sonderpädagogik in Kombination mit Psychologie

und

**Mag. Peter Maurer**

Supervisor & Coach -ÖVS,  
Enneagramm-Trainer ÖAE

## Magic-Life im Kinderzimmer

- oder die Magie der vorbereiteten Umgebung

### HILF MIR, ES SELBST ZU TUN!

An Hand von konkreten Beispielen zum Ausprobieren erfahren Sie in diesem aus 3 Abenden bestehenden Seminar:

- wie eine vorbereitete Umgebung im Sinne der Pädagogik von Maria Montessori aussehen kann
- wie Sie Ihr Kind im lustvollen und selbstständigen Spiel begleiten und fördern können
- wie Sie die Grundideen der Montessoripädagogik zu Hause anwenden können

### EINGELADEN SIND:

Eltern, Großeltern und alle, die an der Entwicklung von Kindern im Kindergartenalter interessiert sind.

**TERMINE: Dienstag, 22. März, 29. März und 5. April 2011 | jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 25,- für alle 3 Termine,  
€ 20,- mit St.Bernhard\_CARD



### REFERENTIN:

**Brigitte David**

Kindergartenpädagogin, Montessori Ausbildung bei Claus-Dieter Kaul, Bewegungsbaustelle nach Klaus Miedzinski, Elternbildnerin

## Sehnsucht nach Bullerbü

- oder wie viel Freiheit braucht mein Kind?

Die Welt der Astrid Lindgren in „Wir Kinder von Bullerbü“ gibt es nicht mehr und doch sehnen wir Erwachsene uns manchmal danach. Ist es Kindheit, wenn wir alle Freizeitaktivitäten unserer Kinder vorbestimmen? Musikschule, Vereine, Ballett, usw. In der Zeit, in der Kinder selbst bestimmen können was sie tun, bekommen sie noch Spielkonsolen, Computerspiele oder das Fernsehen angeboten. Zur Schule werden sie geführt, nachmittags um die Häuser streichen ist nicht erlaubt!

- Wie schaffen wir Erwachsene es unseren Kindern mehr Freiheit zu geben?
- Wie kommen wir zu mehr Gelassenheit im Umgang mit unseren Kindern?
- In diesem Workshop versuchen wir, gemeinsame Lösungsmöglichkeiten zu erarbeiten.

Eingeladen sind alle, die mit Kindern unmittelbar leben oder zu tun haben: Mütter, Väter, Großeltern, Eltern-Kind-Gruppenleiter/innen, Tagesmütter/väter, Kindergartenpädagog/inn/en und alle, die sich angesprochen fühlen.

**TERMIN: Samstag, 30. April 2011 | 10.00 bis 16.30 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 30,-, mit St.Bernhard\_CARD € 25,-



Eine Kooperationsveranstaltung des Katholischen Bildungswerks Wien und dem Bildungszentrum St. Bernhard.



### LEITUNG:

**Heidi Effenberger**

Dipl. Erwachsenenbildnerin mit Schwerpunkt Nachhaltigkeit und Lebensstil, ausgebildete Eltern-Kind-Gruppenleiterin, Montessoripädagogin



## Oma, Opa, passt ihr heute auf mich auf?

Spezialseminar für Großeltern, die ihre Enkelkinder betreuen

Haben Sie als Großmutter und Großvater auch die schöne, aber auch verantwortungsvolle Aufgabe, hin und wieder auf Ihr Enkelkind aufzupassen?

Rückwirkend mit 1. Jänner 2009 sind Kinderbetreuungsleistungen von Großeltern, aber auch Nachbarn und Bekannte, die nicht im gleichen Haushalt leben, steuerlich absetzbar. Voraussetzung dafür ist, dass die Betreuungsperson eine Weiterbildung im Ausmaß von 8 UE absolviert. **Das Seminar entspricht der vom Finanzministerium geforderten Qualifikation.** Alle Großeltern die an diesem Seminar teilnehmen, erfüllen damit die verlangten Kriterien.

### INHALTE:

Erziehungsstile einst und jetzt, Beziehung Eltern-Kind, Familienbeziehungen, Familienformen, Meine Rolle als Großmutter/ Großvater – meine Rolle als KinderbetreuerIn, Vereinbarungen mit Eltern und Enkelkindern treffen, Grenzen setzen, Großeltern als religiöse Miterzieher.

### INFO UND ANMELDUNG:

anmeldung@bildungswerk.at – Tel. 01/ 51 552 - 3102

**TERMINE: Donnerstag, 3. und 10. Mai 2011**

**| jeweils 15.00 bis 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:**

€ 40,-, mit St.Bernhard\_CARD € 37,-

€ 70,- pro Paar, mit St.Bernhard\_CARD € 65,-



Eine Kooperationsveranstaltung des Katholischen Bildungswerks Wien und dem Bildungszentrum St. Bernhard.



### LEITUNG:

**Beatrix Auer, M. Ed.**

Dipl. Erwachsenenbildnerin, Geragogin, Mutter von drei Söhnen





REFERENTIN:

**Brigitte Lackner**

Dipl.Trainerin und Erwachsenenbildnerin mit Schwerpunkt Elternbildung, Elterncoach, dipl. Lebens- und Sozialberaterin, dipl. Montessoripädagogin  
- <http://www.brigittelackner.at>



## eltern.reloaded

– voneinander lernen, aneinander wachsen, füreinander da sein, miteinander in Kontakt

4teilige Seminarreihe für Eltern, die ihre ‚Eltern-Batterien‘ aufladen möchten

Mütter und Väter fühlen sich – trotz vieler schöner und berührender Momente mit ihren Kindern – manchmal ausgelaugt, leer gelaufen und verunsichert. Sie suchen in Fernsehen, Literatur und Internet nach Rezepten und Tipps für ein erfolgreich gestaltetes Familienleben. Dabei bleibt das eigene Bauchgefühl oft auf der Strecke, weil die Kraft auf die eigene ‚innere Stimme‘ zu hören nicht mehr reicht.

Wir laden Sie ein, unter kompetenter Begleitung und in einer Gruppe von Eltern die eigenen ‚Batterien‘ wieder aufzuladen, um Leichtigkeit und Freude in Ihr Leben und den Alltag mit Ihren Kindern zu bringen. Das Gespräch und der Austausch mit anderen Eltern stehen im Mittelpunkt. Sie haben die Möglichkeit sich die Informationen zu holen, die Sie im Moment gerade brauchen und konkrete Schritte für Ihr eigenes Erziehungsverhalten zu planen.

Jeder der 4 Vormittage steht unter einem allgemeinen Thema, das den Rahmen vorgibt und Impulse setzt. Die Einheiten bauen aber aufeinander auf, daher kann eltern.reloaded nur als Serie gebucht werden.



**TERMINE: Samstag 19. März, 09. April, 07. Mai und 18. Juni 2011 | jeweils 10.00 bis 12.30 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 50,-, mit St.Bernhard\_CARD € 45,-



Eine Kooperationsveranstaltung des Katholischen Bildungswerks Wien und dem Bildungszentrum St. Bernhard.

REFERENTIN:

Dipl.Päd.in Maria Divisch

## Der Himmel ist in dir!

Theologisieren und Philosophieren mit Kindern

Am Thema „Himmel“ erfolgt eine Einführung in Kindertheologie und Kinderphilosophie. Teilnehmer/innen lernen verschiedene Methoden kennen Kinder anzuregen, lustvoll nachzudenken und ihre metakognitiven Fähigkeiten zu erweitern. Es werden konkrete Anwendungsmöglichkeiten und Unterrichtsbeispiele für die Praxis vorgestellt. Ausgewählte Fachliteratur wird vorgestellt.

**TERMIN: Mittwoch, 11. Mai 2011 | 15.30 bis 17.45 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 18,-, mit St.Bernhard\_CARD € 15,-



Eine Kooperationsveranstaltung des Katholischen Bildungswerks Wien und dem Bildungszentrum St. Bernhard.

## BEZIEHUNG

### Wirkungsvolle Kommunikation in Ehevorbereitung und -pastoral

Eine Einführung in die Imago-Beziehungsarbeit

Dieser Abend ist besonders konzipiert für Menschen, die haupt- oder ehrenamtlich in der Ehevorbereitung tätig sind und/oder sich in ihren Pfarren für Familien engagieren.

Manche Impulse können Sie gleich mit nach Hause nehmen, anwenden und weitergeben, andere brauchen mehr Zeit und Vertiefung. Der sogenannte „Imago Dialog“ ist nicht nur eine effektive Kommunikationsmethode, die alle Gespräche vertieft, auch jene mit unseren Kindern, Freund/innen oder Kolleg/innen, ... Er ist darüberhinaus ein fundierter Weg zu einer

erfüllten, tragfähigen und glücklichen Partnerschaft.

Wir vermitteln Ihnen einen kurzen Überblick über die Theorie - konkrete Anwendungsbeispiele werden den Abend auflockern und einen Praxisbezug spürbar machen.

**TERMIN: Dienstag, 15. März 2011 | 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** freie Spende erbeten



REFERENT/INNEN:

**Mag. Erwin Jäggle**

Paartherapeut, zertifizierter Imago Paar- und Singles-Workshopleiter  
[www.myimago.at](http://www.myimago.at)

**Margit Schröer**

Pastoralassistentin, Lebensberaterin, Imago Facilitator  
[www.ichundwir.at/margit](http://www.ichundwir.at/margit)

## Soviel Liebe wie du brauchst

### Imago-Paar Workshop

Beziehungen bedürfen der Pflege um dauerhaft Quelle von Freude und persönlichem Wachstum sein zu können. Dieses Wochenende ist ideal für Paare

- die sich gerade gefunden haben und diese Beziehung ausbauen wollen.
- die ihre gute Beziehung zu einer ganz besonderen machen wollen.
- die aus dem „So-dahin-leben“ raus und neuen Schwung in ihre Beziehung bringen wollen.

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 1. April 2011 | 15.00 Uhr bis**

**Sonntag 3. April 2011 | 18.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 180,- pro Paar inkl. Buch, mit St.Bernhard\_CARD € 172,-

## Schuldig?

### Vortrag

Wenn eine Beziehung zerbricht, ist das schmerzhaft. Als Kirche stehen wir im Verdacht, dass wir uns darüber freuen, wenn es Menschen nach einem Scheitern schlecht geht. Umgekehrt ist es tatsächlich so, dass sich die Betroffenen schuldig fühlen: Habe ich alles unternommen, was in meiner Macht stand, um die Beziehung zu retten? Welche Fehler habe ich gemacht? Wie kann ich versöhnt weiterleben? Vor diesem Hintergrund

soll ein menschlich barmherziger, nichts unter den Teppich kehrender und somit bereichernder Zugang zu Scheitern und Neuanfangen gefunden werden.

**TERMIN: Dienstag, 10. Mai 2011 | 19.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** Eintritt frei!

## Marriage Encounter – Monatstreffen

### im Bildungszentrum St. Bernhard

Zu den Monatstreffen sind alle, die an einem ME-Wochenende teilgenommen haben, herzlich eingeladen. Die Treffen dienen der Selbstbegegnung, Vertiefung der Beziehung sowie dem lebendigen Austausch und der Begegnung innerhalb der ME-Gemeinschaft.

**TERMIN: Mittwoch, 16. März 2011 | 19.30 bis 22.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

## Eheseminare

### Ein Samstag im Bildungszentrum St. Bernhard

**TERMINE: Sonntag 7. Mai, 21. Mai und 18. Juni 2011 | jeweils von 9.00 bis 17 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 40,- pro Paar



REFERENT:

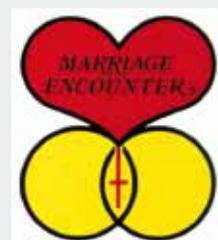
**Mag. Erwin Jäggle**  
Psychotherapeut und  
Imago-Paartherapeut,  
[www.myimago.at](http://www.myimago.at)

REFERENT:

**Dr. Rainald Tippow / WIGE**



Eine Kooperationsveran-  
staltung von WIGE /  
Plattform für Geschiedene  
und Wiederverheiratete  
Erzdiözese Wien, Bildungs-  
zentrum St. Bernhard und dem Referat für Ehe &  
Familie der Diözese Eisenstadt.  
[www.beziehungsweb.at/wige](http://www.beziehungsweb.at/wige)





LEITUNG:

**Thomas Chamalidis**

Geboren 1969, 3 Kinder, Tanzlehrer für griechischen Volkstanz, Jurist, Tätigkeit als Tanzlehrer seit 1989, Organisation und Leitung von Studien- Wander- und Tanzreisen nach Griechenland, Seminar-/Kurstätigkeit im In- und Ausland.

REFERENT:

**Dr. Martin Weinberger**

## Frühlingstänze aus Griechenland

Tanzwochenende mit Thomas Chamalidis

Freude, Toleranz, Begeisterung, innere Bewegung und Erlebnisse drücken die alten griechischen Frühlingstänze aus, die heute noch in Griechenland mit viel Liebe und Stolz gepflegt und getanzt werden. Diese Tänze halfen dem Menschen, das Gleichgewicht wieder zu finden: das negative Leben, das Leben im Stress zum Positiven verwandeln. Wir lernen dabei tanzend, dass das griechische Wort für Frühling („Anixi“) Öffnung bedeutet; Öffnung nicht nur der Blüten, aber auch der Menschen, die mit Freude, Kraft, Optimismus und Energie „Ja“ zum Leben sagen!

TANZ IST DIE BESTE QUELLE DER ENERGIE!

**TERMIN: Samstag, 28. Mai 2011 | 10.00 Uhr bis**

**Sonntag, 29. Mai 2011 | 14.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 95,-, mit St.Bernhard\_CARD € 87,- Nächtigung zum Sonderpreis im nahegelegenen Hotel Zentral (Zimmer mit Frühstück € 32,-), Buchung erfolgt über das Bildungszentrum.

## Erfahre dich selbst, lebe deine Kraft

Herzensbildung

Die Teilnehmer/innen können sich mit Hilfe kunsttherapeutischer Methoden mit eigenen und fremden, beruflichen und persönlichen Kernanliegen auseinandersetzen. Gemeinsam wollen wir theoretisch und praktisch den „Geniusfragen“ nachgehen. Zentrales Anliegen dieses Workshops ist die Klärung von Werten.

**TERMIN: Mittwoch, 6. April 2011 | 15.30 bis 18.30 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 18,-, mit St.Bernhard\_CARD € 15,-



Eine Kooperation  
mit der KPH Wien/Krems

## Einladung zum „Treffpunkt: Tanz“

– die etwas andere Art zu tanzen.

Gesellige Tänze aus dem In- und Ausland.

**Tanzen ab der Lebensmitte!**

Partnerunabhängig! – Einstieg jederzeit möglich.

mit Tanzleiterin Eva Piringer

**TERMINE: jeden Mittwoch | 15.00 bis 16.30 Uhr**

## Folklore Gruppentänze

Gemeinschaft, liebevolle Rücksichtnahme, Freude an Musik und Bewegung, sowie sein Gedächtnis trainieren, machen das Tanzen zu einem Erlebnis.

mit Tanzleiterin Maria Hausleitner

**TERMINE: jeden Donnerstag | 17.30 bis 19.00 Uhr**

## Brot und Ähren - Gemeinsam teilen wir das Brot

Tagesseminar

An diesem Tag wollen wir Kraft tanken und Erholung finden. Kontakt mit der Erde aufnehmen, die Samenkörner zwischen unseren Fingern spüren, beim Säen an die Ernte denken. Den Brotteig von unseren Händen formen lassen.

Stille und haben Spaß unsere Sinne zu erfahren. Lassen der Phantasie Raum und Zeit beim Geschichten erfinden. Ein Tag voll Lust, Spaß und Freude erwartet uns.

**TERMIN: Samstag, 12. März 2011 | 9.00 bis 16.30 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 45,-, mit St.Bernhard\_CARD € 40,-



REFERENTIN:

**Margit Adorjan**

Dipl. Erwachsenenbildnerin – ABI

## rockig - traditionell - meditativ

### KREISTANZLEHERGANG – Eine Ausbildung, die bewegt!

Sie haben es schon selbst erlebt: Bewegung, Tanz und Entspannung beeinflussen unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Der Kreistanz bietet durch seine zahlreichen Ausdrucksformen eine ideale Möglichkeit für eine berufliche oder private Anwendung.

Kreis- und Gruppentänze sind weder an Alter, Geschlecht noch an eine Religion gebunden. Sie ermöglichen eine Gemeinschaftserfahrung, die begeistert und zur bleibenden Erinnerung wird. Sich einlassen auf die tragende Kraft der Mitte und die Begegnung in der Gemeinschaft ist das Ziel des Kreistanzes.

Die unterschiedliche Musik, die uns begleitet, reicht von der Worldmusic über alte Rock ,n' Roll Songs bis hin zu Werken klassischer Musik. So vielfältig wie die Musik, so gestalten sich auch die Tänze und die dadurch angesprochenen Gefühls- und Empfindungsebenen des Menschen: Kräftige, rockige Gruppentänze in Verbindung mit modernen Tänzen des ,Circle Dances' setzen enorme körperliche Energien frei und fördern den Bewegungsfluss des Lebens. Ruhigere, meditative Tänze sorgen für Entspannung, Zentrierung und Verbindung mit der Gesamtheit des Seins. Traditionelle Tänze geben Einblicke in die Geschichte und Kultur verschiedener Länder und lassen uns unserer eigenen Wurzeln bewusst werden.

#### KREISTANZ - EINE SPANNENDE ERGÄNZUNG

Bewegung ist lebensnotwendig. Die Bewegung im Tanz führt nicht nur das Lebensnotwendige der Bewegung aus, sondern fördert und verbindet sie durch die Musik zu einer den ganzen Menschen ansprechenden Wahrnehmung und steigert dadurch die Lebensqualität.

Niemand zweifelt an der Wichtigkeit der Bedeutung von Tanz und Bewegung - bloß wie macht man das? Wie bringt man Menschen in Bewegung?

Der ChoRa Lehrgang bietet Möglichkeiten auf die Fragen:

Wie können Menschen auf eine lustvolle Art bewegt werden?

Wie entsteht ein Gruppengefühl im Kreis?

Wie kann ich eine eigene Gruppe aufbauen?

Wie kann ich meine Tanzerfahrung erweitern und vertiefen?

Wie tanze ich mit verschiedenen Altersgruppen?

Der Lehrgang versucht verschiedene Ansätze aufzuzeigen. Tänze werden einfach aufgebaut und immer dichter zusammengefügt bis der ,ganze' Tanz steht. In einer spielerischen, kreativen Art werden Tanzformen gelernt und immer wieder neu variiert. Dadurch gewinnt der Kreistanz eine neue, erweiterte Dimension und Faszination.

Der ChoRa Lehrgang bildet eine wertvolle Grundausbildung für Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger, die den Kreistanz in ihrem Tätigkeitsfeld einsetzen wollen, aber gibt gleichzeitig auch neue Impulse für Leute, die bereits Tanzerfahrung haben.

#### ZIELGRUPPEN:

Der Lehrgang richtet sich an Erwachsene, die in einer berufsbegleitenden Ausbildung die nötigen Fähigkeiten für eine Zusatzqualifikation erwerben möchten.

Es können Leute aus folgenden Berufen sein:

Lehrerinnen/ Lehrer, Sozialpädagoginnen/ Sozialpädagogen, Katechetinnen/ Katecheten, Pfarrerinnen/ Pfarrer, Jugendarbeiterinnen/ Jugendarbeiter, Tanzleiterinnen/ Tanzleiter, Turngruppenleiterinnen/ Leiter und selbstverständlich alle Männer und Frauen, die sich gerne tanzend bewegen.

#### KOMPETENZEN:

Nach Abschluss des Lehrganges sind Sie ChoRa Kreistanzleiterin/ ChoRa Kreistanzleiter. Sie sind befähigt, Kreis- und Gruppentänze in ihrem Tätigkeitsfeld anzuleiten.

Sie verfügen über folgende Kompetenzen:

- Sie erlernen pro Jahr ca. 60-70 Tänze aus den Bereichen ,rockig-traditionell-meditativ'
- Sie lernen verschiedene Tanznotationen zu lesen und eigene Tänze fachgerecht zu notieren
- Sie erhalten Unterstützung für den Aufbau eines eigenen Tanzkreises
- Sie erhalten methodisch/didaktische Anleitungshilfen und lernen diese anzuwenden
- Sie erhalten Einblicke in Körperarbeit und Improvisation
- Sie erarbeiten eine eigene Choreografie
- Verschiedene weitere Elemente werden eingebaut: Tanz am Bänderbaum, mit Tüchern, mit Stöcken, u.a.
- Sie sensibilisieren ihre Körperhaltung und die Körperwahrnehmung

#### LEHRGANGS-TEAM:

Sabine Reisinger, Herta Erhart und Adrian Gut, ChoRa Kreistanzschule, <http://www.chora.ch>

#### TERMINE UND KURSZEITEN:

**1. Block: 1.-5. Juni | 19.00 bis 15.00 Uhr**

**2. Block: 17.-21. August | 19.00 bis 15.00 Uhr**

**3. Block: 28.10.- 1. November | 19.00 bis 15.00 Uhr**

**4. Block: 20.-22. Jan. 2012 | 19.00 bis 15.00 Uhr**

Es wird täglich von 9.00 bis 12.00 und von 15.00 bis 18.00 sowie 19.00 bis 21.00 Uhr unterrichtet. Die Zeit in der Mittagspause dient dem Eigenstudium.

#### KURSUNTERLAGEN:

Sie erhalten sämtliches Musikmaterial, alle Tanzbeschreibungen und Texte, welche Sie zur Befähigung und anschließenden Ausübung eines Tanzkreises brauchen.

#### VERANSTALTUNGSORT:

Seminargasthof Flackl, Hinterleiten 12, 2651 Reichenau/Rax

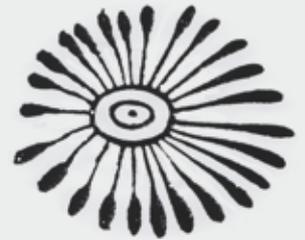
#### TEILNAHMEBEITRAG:

€ 740,- für alle 4 Module, mit St.Bernhard\_CARD € 732,-



mit Adrian Gut & Team

[www.chora.ch](http://www.chora.ch)



Eine Kooperation von ChoRa - Plattform für Tanz, Schweiz und dem Bildungszentrum St. Bernhard mit Unterstützung durch die Katholische Jugend der Erzdiözese Wien.



Niederösterreicher/innen, die den Lehrgang als berufliche Fortbildung argumentieren können, erhalten von der **NÖ Bildungsförderung** 50 bis 80 % des Kursbeitrages zurück! Mehr Info S. 2



**LEITUNG:**  
**Christa Varkonyi**  
Dipl. Atempädagogin,  
Dipl. Lebensberaterin

## Kraftquelle ATEM

zur Ruhe kommen am Samstag-Vormittag

Atem ist die ursprüngliche Quelle unserer Lebenskraft. Ein frei fließender Atem steigert unsere Vitalität und Regenerationsfähigkeit. Wohltuende Körper- und Atemübungen lassen uns zur Ruhe kommen und ein völlig neues Körpergefühl erleben! Atemübungen fördern Heilungsprozesse und helfen besonders bei

- Schlaflosigkeit
  - Stress und Spannungszuständen
  - Bluthochdruck und Herz-Kreislaufbeschwerden
  - Ängsten, depressiven Verstimmungen
- Starten Sie frisch und gelassen ins Wochenende!

Bitte, bequeme Kleidung, Socken und eine Decke oder Matte mitbringen!

**TERMINE: Samstag, 12. März, 30. April, 21. Mai und 18. Juni 2011 | jeweils von 9.00 bis 12.00 Uhr**  
**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard  
**TEILNAHMEBEITRAG:** € 40,- pro Vormittag, mit St.Bernhard\_CARD € 35,-, € 130,- Paketpreis für alle 4 Termine, mit St.Bernhard\_CARD € 122,-



**LEITUNG:**  
**Martina Polleros**  
Tanz- und Bewegungspädagogin

## Gesunder Rücken, freies Becken und ein sanfter Tanz durch die Wirbelkette

Für Vielsitzer/innen und alle, die ihrem Rücken, Wirbelkette und Becken zu mehr Lebendigkeit verhelfen wollen.

Lust auf Bewegung? Mit Bodybliss - einem Bewegungstraining der besonderen Art. Bodybliss bedeutet Körperglück und ist ein neues ganzheitliches Bewegungskonzept, welches Körper und Seele gleichermaßen anspricht. In einzigartiger Weise kombiniert es aufeinander abgestimmte Bewegungs- und Wahrnehmungselemente, ist selbst bestimmt intensives bis sanftes Körpertraining, sinnliche Körperwahrnehmung und Seelenbalsam zugleich.

Bodybliss ist für alle Menschen geeignet, die sich gerne bewegen und ihren Körper als „Heimat“ erleben wollen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, jede(r) ist willkommen.

**TERMIN: Samstag, 2. April 2011 | 15.00 bis 18.00 Uhr**  
**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard  
**TEILNAHMEBEITRAG:** € 40,-, mit St.Bernhard\_CARD € 35,-



**LEITUNG:**  
**Gabriele Herbst**  
geprüfte Biodanza Lehrerin  
<http://biodanzagabriele.wordpress.com>

## BIODANZA – Tanzend und spielerisch achtsam miteinander Lebensfreude erfahren

Es geht darum, das ‚eigene Leben‘ zu tanzen, zu spüren, zu erleben, die Lebensfreude zu wecken, den Lebensmut zu stärken und mit anderen Menschen in liebevollen und achtsamen Kontakt zu treten. Das Besondere ist, dass die Teilnehmer/innen während der Vivencia (Tanz-Einheit) nicht sprechen. So rückt das rationale Denken in den Hintergrund und das Fühlen und Erleben bekommt wieder mehr Raum.

Es gibt Tänze allein, zu zweit, und mit der ganzen Gruppe. Die Übungen sind einfach, klar und sehr wirksam. Sie werden vorgezeigt und können leicht nachgemacht werden, ohne Leistungsdruck.

Biodanza ist ein System integrativer Gesundheitsarbeit und Persönlichkeitsentwicklung. Die Aufmerksamkeit liegt auf der Stärkung der gesunden Anteile in uns.

Entwickelt wurde Biodanza vor ca. 50 Jahren von Prof. Rolando Toro, einem chilenischen Psychologen, Anthropologen und Künstler, es hat sich inzwischen weltweit verbreitet.

Tanzerfahrung ist nicht notwendig – sondern Lust an Bewegung und am Miteinander!

**TERMINE:**

**Einzelne Samstag-Nachmittage:**

26. März, 7. Mai 2011 | jeweils 16 bis 20.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: € 30,- pro Termin,  
mit St.Bernhard\_CARD € 25,-

**Offene Abende:**

31. März, 14. April 2011  
| jeweils Donnerstag 18.30 bis 20.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: € 15,- pro Termin,  
mit St.Bernhard\_CARD € 12,-

**Fortlaufende Gruppe:**

28. April, 12. und 19. Mai, 9. Juni 2011  
| jeweils Donnerstag 18.30 bis 20.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: € 60,- für alle 4 Termine,  
mit St.Bernhard\_CARD € 52,-

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard



## Zu sich kommen.

### Naturerfahrung, Achtsamkeit und spirituelle Praxis

Achtsam in der Natur zu sein bietet uns die Gelegenheit wohl-tuende Entschleunigung zu erfahren:

- Wir atmen auf und atmen durch
- Stress kann sich lösen
- Kopf und Herz werden wieder frei

Wir erleben, dass durch das langsamere Tempo vertiefte Wahrnehmung möglich wird:

- Unser Körper kann mit allen Sinnen die Schöpfung berühren und von ihr berührt werden.
- Unsere Gedanken können sich in aller Ruhe tiefer gehen-den Fragen zuwenden: was brauchen wir wirklich? Wie wollen wir leben?
- Unsere Gefühle, die wir für das Leben um uns und in uns empfinden, werden deutlicher spürbar.

Mitunter blitzt in dem Raum, der sich dadurch entfaltet, eine Ahnung von der innigen Verbundenheit mit etwas Größerem auf, das unser begrenztes Ich übersteigt:

- Tiefere Stille und größere innere Weite können erfahrbar werden
- Vertiefte Liebe zum Leben kann fließen

Wir kehren gestärkt in unseren Alltag zurück.

Arbeitsweisen:

- Selbsterfahrungs- und erlebnisorientierte Übungen aus der Naturpädagogik und der Tiefenökologie, Körperarbeit (Qi Gong), gemeinsames Singen und kreatives Gestalten
- Texte von Franz von Assisi, Hildegard von Bingen, Bernhard von Clairvaux und Patrick von Irland, sowie Impulse aus der Vielfalt der Religionen und spirituellen Traditionen der Welt.

Mit **Andreas Schelakovsky**, Trainer für Naturerfahrung, Tiefenökologie und nachhaltige Entwicklung. Seit 1991 pädagogische Arbeit mit Gruppen von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen; vor allem an den Berührungspunkten von Naturerleben und persönlichem Wachstum. Freier Mitarbeiter diverser Bildungseinrichtungen sowie Lehrbeauftragter an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik.

**TERMIN: Samstag, 21. Mai 2011 | 9.00 bis 18.00 Uhr**

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 85,-, mit St.Bernhard\_CARD € 80,-



REFERENT:

**Mag. Andreas Schelakovsky**

[www.ressourcen.at/andreas.schelakovsky](http://www.ressourcen.at/andreas.schelakovsky)

## Lachen ist die beste Medizin

### Lach-Yoga im Bildungszentrum St. Bernhard

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 und Schuhe mitbringen.

**Interaktiver Einführungsvortrag:**

**TERMIN: Mittwoch, 23. März 2011 | 9.00 bis 10.30 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 10,-, mit St.Bernhard\_CARD € 7,-

**Lach Yoga Nachmittage**

**TERMIN: Dienstag, 05. April und 4. Mai 2011**

**| 16.00 bis 19.30 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:**

24,- pro Termin, mit St.Bernhard\_CARD € 21,-

**VERANSTALTUNGSORT:** Bildungszentrum St. Bernhard



REFERENTIN:

**Wilma Allex**

Zertifizierte Lach-Atem-Yoga-Trainerin



LEITUNG:  
Gertraud Wohlfart



LEITUNG:  
Johanna Wendel  
Dipl. Yoga- und  
Wirbelsäulenlehrerin

LEITUNG:  
Johanna Wendel  
Dipl. Yoga- und  
Wirbelsäulenlehrerin



## Osteoporoseturnen

In Zusammenarbeit mit dem Kneipp-Aktiv Club Wr. Neustadt

Wir machen Knochen stimulierende Übungen, anspannen, lockern, dehnen, strecken usw., lockere Herz-Kreislaufübungen, Koordination mit Musik.

TERMINE:

**jeden Mittwoch | 10.00 bis 11.00 Uhr**  
mit Albertine Köppl

## Wirbelsäulengymnastik

In Zusammenarbeit mit dem Kneipp-Aktiv Club Wr. Neustadt

Wenn der Rücken fit ist, tut es dem ganzen Körper gut! Neben speziellen Wirbelsäulenübungen machen wir auch Herz-Kreislauftraining, Koordination, Choreografien, Thera-Bandübungen, Beckenbodentraining usw.

TERMINE:

**jeden Mittwoch und Freitag | 9.00 bis 10.00 Uhr**  
**(außer an schulfreien Tagen)**  
mit Gertraud Wohlfart

## Yoga mit Johanna Wendel

Anmeldung und Information: Tel. 0676/5385200

**YOGA und Pilates für Anfänger/innen**

Elemente aus dem Jahrtausende alten Yoga und dem modernen Pilates werden in diesem Übungsprogramm vorgestellt und praktiziert. Dadurch werden die positiven Auswirkungen für Körper und Seele erfahren. Auf die Atmung abgestimmte Bewegungen und Körperstellungen stabilisieren die Wirbelsäule, stärken die Rumpfkraft und führen – regelmäßig

ausgeführt - zu einer guten und gesunden Haltung. Entspannungsübungen runden das Programm ab.

Ziel beider Konzepte zusammen ist, die Gesundheit zu verbessern, das Wohlbefinden zu steigern und Stress abzubauen.

**TERMINE: jeden Dienstag | jeweils 19.00 bis 20.30 Uhr**

**Guten Morgen YOGA**

Sanfter Yoga für jedes Alter. Sich wahrnehmen, entspannen und wohlfühlen. Gezielte Übungen für Rücken, Nacken und Schultern helfen Beschwerden in diesen Bereichen vorzubeugen oder zu bessern. Entspannungs- und Atemübungen

ermöglichen uns, mehr innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu erlangen, so können wir den Alltag besser bewältigen.

**TERMINE: jeden Donnerstag | jeweils 9.30 bis 11.00 Uhr**

## Partner-Yoga

Der Partnernyoga Kurs ist eine wunderbar kommunikative und teilweise auch humorvolle Art, Yoga zu praktizieren. Man kann Partnernyoga mit dem Partner, Familienmitgliedern, Freunden und allen anderen Menschen üben, bei denen man keine Berührungängste hat.

**TERMIN: Samstag, 09. April 2011 | 10.00 bis 17.00 Uhr**  
**TEILNAHMEBEITRAG: € 65,45 pro Paar**

## BALLETT

**Ballettschule im Bildungszentrum St. Bernhard**

Ballettunterricht für Kinder und Jugendliche  
jeden Montag, ab 15.00 Uhr  
jeden Dienstag, ab 14.00 Uhr

**INFORMATION UND ANMELDUNG:**

Andrea Schottleitner  
0676 / 933 93 57, andrea@balletttanz.com  
www.balletttanz.com  
www.musicalworkshop.at

**Die nächsten Musical-Workshops:**

4. bis 6. 3. 2011 – Wild West Show (6-14 Jahre)  
19. 3. 2011 – Sternenfee und Weltraummäuse (4-7 Jahre)  
13. bis 15. 5. 2011 – High School Musical (6-14 Jahre)  
21. 5. 2011 – Die Koch Show (4-7 Jahre)



www.musicalworkshop.at

**Anonyme Alkoholiker**

**TERMINE:**

**AA-Meeting jeden Dienstag | 19.30 Uhr**

im Bildungszentrum St. Bernhard,  
Neuklostergasse 1,  
2700 Wr. Neustadt im 1.Stock, Bibliothek

**Hi. Messe mit rhythmischen Liedern**

gestaltet von der Cursillo-Bewegung in der Kapelle des Bildungszentrums

**TERMINE:**

**jeden 1. Freitag im Monat  
(4. März, 1. April, 6. Mai und 3. Juni 2011)  
| jeweils 18.30 bis 20.00 Uhr**



**Ehe-, Familien- und Lebensberatung**

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

**Angebote der Familienberatungsstelle sind:**

- **Lebensberatung**  
(bei Persönlichkeitsproblemen und Lebenskrisen, bei Suchtproblemen, bei sexuellen Problemen)
- **Ehe- und Partnerschaftsberatung**  
(bei Scheidungs- und Besuchsfragen)
- **Familienberatung**  
(bei Konflikten in der Familie und Partnerschaft, bei Fragen zur Erziehung)
- **Rechtsberatung**  
(bei Scheidungs- und Besuchsrechtsfragen)

**Wir INFORMIEREN ...**

... über spezielle Therapieangebote, Mediationsangebote (inkl. geförderten Mediationen)  
... über langfristige Betreuungsmöglichkeiten  
... andere soziale Einrichtungen und Hilfsangebote  
Die Beratungen werden gefördert vom Bundesministerium für soziale Sicherheit und Generationen und Familienwerk der Katholischen Aktion der Erzdiözese Wien.

**Ein weiteres Angebot:**

Familienberatung am Bezirksgericht Wr. Neustadt:  
jeden Freitag, 9.00 – 12.00 Uhr  
im 1. Stock, Besprechungszimmer.

Familienberatung an den Bezirksgerichten  
Neunkirchen und Gloggnitz  
jeden Dienstag, 9.00 – 12.00 Uhr

**UNSERE BERATUNGSZEITEN:**

**Montag 17.00 bis 19.00 Uhr**  
**Mittwoch 9.00 bis 11.00 Uhr**  
**Donnerstag 16.00 bis 18.00 Uhr**  
Jeden 4. Montag juristische Beratung

**Terminvereinbarungen** bitte während dieser Öffnungszeiten unter 02622/29131/18 oder 0676/9279974



**VORANKÜNDIGUNG**

**Singtage** mit Kurt M. Herbst & Team

**TERMIN: Donnerstag, 25. August 2011  
| 17 Uhr bis Sonntag, 28. August 2011 | ca. 17.30 Uhr**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 75,-, mit St.Bernhard\_CARD € 67,-, € 32, € Vollpension

**VERANSTALTUNGSORT:**  
Exerzitenhaus St. Gabriel, Gabrielstraße 171, 2340 Mödling

**Aktiv-Tanz-Woche** für Senioren

Leitung: Maria Goldmann-Kaindl & Trude Lekeu

**TERMIN: Samstag, 23. bis Samstag, 30 Juli 2011**

**TEILNAHMEBEITRAG:** € 80,-, Aufenthalt inkl. Vollpension € 367,50 pro Person im Doppelzimmer, € 388,50 im Einzelzimmer

**VERANSTALTUNGSORT:**  
Molzbacherhof, Tratten 36, Kirchberg/Wechsel



© Rainer-Stum\_pixelio.de

## Einrichtungen der Erwachsenenbildung der Erzdiözese Wien

### Wiener Theologische Kurse

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

### Kath. Bildungswerk

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

### Bildungszentrum St. Bernhard

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



#### IMPRESSUM:

**Alleininhaber, Herausgeber, Redaktion, Layout:** Bildungszentrum St. Bernhard, 2700 Wr. Neustadt, Neuklostergasse 1, Tel. 02622 / 29 131. Telefax 02622/ 29131/ 40, E-mail: [st.bernhard@edw.or.at](mailto:st.bernhard@edw.or.at); Homepage: [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at)  
**Gestaltung:** Narosy KG, [www.narosy.at](http://www.narosy.at) **Druck:** gugler cross media, [www.gugler.at](http://www.gugler.at)



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

**greenprint** \* Unser Beitrag zum Klimaschutz:  
Wir drucken klimaneutral bei gugler\*

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

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



### Vorsorgen in jedem Alter

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

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

#### ANMELDEBEDINGUNGEN:

Wenn nicht anders angegeben, ist zu all unseren Veranstaltungen eine Anmeldung (telefonisch 02622/29131, per Fax: 0262229131/40, per mail [st.bernhard@edw.or.at](mailto:st.bernhard@edw.or.at), über das Online Anmelde-system auf [www.st-bernhard.at](http://www.st-bernhard.at) oder per Post) bis spätestens eine Woche vorher unbedingt erforderlich. Unsere Bürozeiten sind: Dienstag - Freitag: 10.00 - 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, Bildungszentrum St. Bernhard, 2700 Wr. Neustadt, Neuklosterg. 1. Unternehmensgegenstand: Erwachsenenbildung. Grundlegende Richtung des Bildungsanzei-gers: Information über Veranstaltungen des Bildungshauses St. Bernhard

Österreichische Post AG / Sponsoring Post

Nr. 30 | März bis Juni 2011

Erscheinungsort: 2700 Wr. Neustadt

Weiteres Aufgabepostamt: 3390 Melk: P.b.b.

Vertragsnummer: GZ 02Z032029