Bildungszentrum St. Bernhard

45 JAHRE

DAS MODERNE SEMINARZENTRUM
IN HISTORISCHEN RÄUMEN
IM ZENTRUM VON WIENER NEUSTADT

Nr. 54

BILDUNGSANZEIGER

Februar bis Mai 2019

FAKE NEWS - NICHT MIT UNS! 3
Workshop-Reihe

RELIGION UND GEWALT - MORD UND TOTSCHLAG IN GOTTES NAMEN 4
Vortrag und Gespräch mit Valentino Hribernig-Körber

ZWISCHEN PFLEGENOTSTAND UND ZUKUNFTSMODELLEN 5
Industrieviertelakademie 2019

© Foto: Peter Maurer

St. Bernhard, ein Ort zum Leben - Lernen

Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft
und Forschung

www.st-bernhard.at

INHALT

GESELLSCHAFT 3

Theologie & Weltanschauung, Vielfalt & Zusammenleben, Politik, Umwelt & Gerechtigkeit

SPIRITUALITÄT 7

Meditation, Gebet, Sakraler Tanz

LEBENSKUNST 9

Persönlichkeitsbildung & Lebensbegleitung, Beziehung & Partnerschaft, Elternbildung & Pädagogik, Lebenskunst für Fortgeschrittene

GESUNDHEIT 13

Stressmanagement, Fitness, Ernährung

KUNST, KULTUR, KREATIVITÄT 15

Kreativität & Tanz, Konzert & Theater, Ausstellung

AUSBILDUNG 17

Aus- und Fortbildung für Beruf und Ehrenamt u.a. Hospizarbeit, Arbeit mit Kindern, Religionsunterricht, Pfarrarbeit

WEITERS IM BILDUNGSZENTRUM 18

Anonyme Alkoholiker, Familienberatung, Ballettschule

Wir ersuchen um Anmeldung für alle Veranstaltungen!

Tel. 02622 / 29 131
st.bernhard@edw.or.at

oder über den Anmelde-Link bei der jeweiligen Veranstaltungsbeschreibung auf unserer Homepage **www.st-bernhard.at**

Das Bildungszentrum wird gesponsert von:

Wiener Neustädter SPARKASSE

Was zählt, sind die Menschen.

Mag. Peter Maurer, MAS
Bildungsmanagement & PR

Das Bildungszentrum im Internet!

YouTube
www.youtube.com/user/BildungszentrumSB

www.facbook.com/BildungszentrumStBernhard/

www.st-bernhard.at

HERZLICH WILLKOMMEN

Liebe Leserin, lieber Leser!

Dieser Ausgabe des Bildungsanzeigers liegt eine Sondernummer bei, die wir anlässlich unseres 45-jährigen Bestehens herausgegeben haben. Im Heft geht es um die Geschichte unserer Bildungseinrichtung, die speziellen Herausforderungen, denen sich die Erwachsenenbildung heute stellen muss, unser überarbeitetes Leitbild sowie die Podiumsdiskussion im November mit Landesrat Ludwig Schleritzko, Bildungswissenschaftlerin Elke Gruber, Vizebürgermeister Christian Stocker und KollegInnen von der Wiener Neustädter Volkshochschule, dem Berufsförderungs- und Wirtschaftsförderungsinstitut zum Thema „Zukunftsfragen der Erwachsenenbildung in Niederösterreich und Wiener Neustadt". Sollte kein Heft beiliegen, können Sie dieses kostenlos im Bildungszentrum unter 02622/ 29 131 bzw. st.bernhard@edw.or.at bestellen oder als pdf-Datei unter diesem Link downloaden: www.st-bernhard.at/downloads/BA54a.pdf .

Wir verstehen Bildung nicht nur als Vermittlung von Wissen und Fertigkeiten, sondern als lebenslangen Prozess, in dem Menschen sich immer mehr entfalten und lernen, ihr Leben zu meistern und unsere komplexe Gesellschaft zu verstehen und mitzugestalten (vgl. Leitbild St. Bernhard 2019 1.b und 3.3.1.a). Wir hoffen mit unserem vielfältigen Angebot, das von Gesellschaftsfragen über Theologie, Spiritualität, Lebensbegleitung, Gesundheit bis zu Kultur und Kreativität reicht, in diesem Sinne einen Beitrag für möglichst viele Menschen leisten zu können.

Wir freuen uns darauf, Sie bald bei uns im Haus begrüßen zu dürfen und danken für Ihr Interesse und Ihre Treue zu St. Bernhard!

Peter Maurer

Mag. Peter Maurer, MAS

Werden Sie Mitglied unseres Fördervereins und nutzen Sie die Vorteile der St.Bernhard_CARD!

Bildungszentrum St. Bernhard
St.Bernhard_CARD

JETZT MIT € 25,- BILDUNGS-GUTSCHEIN!

Mit der St.Bernhard_CARD zahlen Sie bei unseren Veranstaltungen immer den günstigeren St.Bernhard_CARD Preis, der extra ausgewiesen wird. Die Karte erhalten alle Mitglieder unseres Fördervereins. Der Mitgliedsbeitrag beträgt € 15,- pro Jahr. Dafür erhalten Sie einen Veranstaltungs-Gutschein im Wert von € 25,- und die St.Bernhard_CARD.

ANMELDUNG im Sekretariat (Tel. 02622 / 29 131 oder per E-Mail: st.bernhard@edw.or.at)

ALLE INFOS: www.st-bernhard.at/content/Verein/

FAKE NEWS - Nicht mit uns!

Doch: wer sagt (uns) die Wahrheit? – Workshop an 3 Abenden

Wir werden täglich mit unzähligen Nachrichten konfrontiert. Lernen Sie mit Informationen selbstbestimmt, souverän, verantwortlich umzugehen, um von passiven Konsumenten zu kompetenten Nutzern zu werden!

TERMINE UND THEMEN:

Dienstag, 12. Februar 2019:
HINTERGRÜNDE KENNEN - FAKTEN BENENNEN
Von Österreichs kleiner Medienwelt lernen, wie Journalisten, Moderatoren, Blogger & Co arbeiten - Fehlermeldungen, Fake News etc. auf die Schliche kommen - Unterschiede der aktuellen Medienberichterstattung entdecken und vergleichen.

Dienstag, 19. Februar 2019:
DATEN - DATEN - DATEN: WIE MACHEN SIE IHR GEDÄCHTNIS FIT FÜR DEN DIGITALEN ALLTAG?
Wie wir uns merken, was wir behalten wollen - Neue Medien und neues Denken - Stärkung gegen die Abhängigkeit von Smartphone & Co. - Wie schützen wir, was wir brauchen und nicht teilen wollen? - EU Datenschutz Grundverordnung und meine Möglichkeiten als Mediennutzer - digitale Auszeiten.

Dienstag 26. Februar 2019:
WIR SPIELEN UNS DURCH DIE DIGITALE WELT
Diskutieren Sie mit playDECIDE komplexe Themen ohne großen Zeitaufwand einfach und strukturiert. Kommen Sie zu einer gemeinsamen Grundaussage, die auf www.playdecide.eu veröffentlicht zu einer europaweiten Diskussion beiträgt.

UHRZEIT: jeweils 18.00 bis 21.00 Uhr

EINTRITT FREI, ANMELDUNG AUS ORGANISATORISCHEN GRÜNDEN ERBETEN!

MEHR INFORMATIONEN
Tel. 02622 / 29 131 oder www.st-bernhard.at/downloads/FakeNewsWorkshopsBZStBernhard.pdf

REFERENT:
Mag. Stefan Jedletzberger
Historiker und Politologe

Der Weg zu mehr Prosperität

Buchpräsentation und Gespräch mit Autor Stephan Schulmeister

Verständlich und detailliert erklärt Stephan Schulmeister in „Der Weg zur Prosperität" die vorherrschende neoliberale Wirtschaftstheorie und benennt die Ursachen für den beständigen wirtschaftlichen, gesellschaftlichen und politischen Niedergang Europas. Schulmeister plädiert in seinem Buch für eine moralisch orientierte Wirtschaft und greift den »marktreligiösen« Charakter der neoliberalen Theorien an. In seinem Buch formuliert er Vorschläge für eine sozialökologische Wende.

TERMIN: Donnerstag, 21. Februar 2019 | 19.00 Uhr
VERANSTALTUNGSORT:
BORG - Bundesoberstufenrealgymnasium
Herzog Leopold Straße 32, 2700 Wiener Neustadt
EINTRITT FREI!

UNTERSTÜTZENDE ORGANISATIONEN:
Tauschkreis Wiener Neustadt, Weltladen Wiener Neustadt, AK Schöpfungsverantwortung der Erlöserkirche, Energieforum, Naturfreunde Wiener Neustadt, Grüne Bildungswerkstatt NÖ, Bund Sozialdemokratischer AkademikerInnen, Kath. ArbeitnehmerInnenbewegung, Kath. Frauenbewegung, Welthaus der Kath. Aktion, FairWandeln-Netzwerk, Gewerkschaft vida NÖ

attac Regionalgruppe Wiener Neustadt

AKTION MITMENSCH WIENER NEUSTADT

REFERENT:
Stephan Schulmeister
Ökonom und Wirtschaftsforscher

Bildungszentrum St. Bernhard

Zwischen Hijab und Tracht

unterschiedliche Lebenswelten von Frauen – Podiumsdiskussion mit Publikumsbeteiligung

Drei Referentinnen unterschiedlicher Herkunft und Prägung diskutieren miteinander zum Frauenbild in unserer Gesellschaft. Sie erfahren mehr zu Themen wie Frauenrechte, Menschenrechte, Genderthematik und die geschichtliche Entwicklung des „Frauenbildes" in Österreich. Aktuelle Themen werden beleuchtet und konkrete Möglichkeiten zur Unterstützung von Geschlechtergerechtigkeit erarbeitet.

ZIELGRUPPE:
Personen, die sich in ihrer Tätigkeit oder privat mit dem Frauenbild auseinandersetzen.

MODERATION: Mag.ª Doris Helmberger-Fleckl

REFERENTINNEN:
- **Mag.ª Amena Shakir**, ehem. Leiterin der IRPA, islam. Religionspädagogin
- Vertreterin der Gleichbehandlungskommission Land NÖ (angefragt)
- **Sr. Mag.ª Anna-Elisabeth Aichhorn RSCJ** (angefragt)

TERMIN:
Donnerstag, 28. Februar 2019 | 17.00 bis 19.00 Uhr
EINTRITT FREI!

Eine Kooperation von Katholischem Bildungswerk, Bildungszentrum St. Bernhard und Caritas, gefördert durch die österreichische Gesellschaft für politische Bildung.

© bhp / pixelio.de

© Christoph S. / pixelio.de

Caritas

österreichische gesellschaft für politische bildung

REFERENT:
Hrayr Baghramyan

Armenien, das älteste christliche Land der Welt

Portrait eines vielschichtigen Landes

6000 Jahre Geschichte: „Ein Museum unter freiem Himmel" – Die Frühchristliche Architektur und die mittelalterlichen Klöster in den Bergen – Religiosität nach 70 Jahren Kommunismus – Armeniens Menschen und die junge Demokratie

Dr. Hrayr Baghramyan wurde 1976 in Jerewan geboren. Er studierte an der Staatlichen Universität Jerewan Germanistik. Dr. Baghramyan arbeitet als Reiseführer u.a. für Ö1 und Ruefa Reisen in Armenien. Seine Vortragstätigkeiten finden in Deutschland, Österreich und der Schweiz statt.

TERMIN: Mittwoch, 13. März 2019 | 19.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: € 9,- / mit St. Bernhard_CARD € 6,-

REFERENTIN:
Sr. Dr.in Mag.a Katharina Deifel
em. Hochschulprofessorin
für Philosophie und Theologie

Ideologien am Beispiel des Nationalsozialismus und des Marxismus

Vortrag und Gespräch

Der Mensch als instinktreduziertes Wesen muss seine Erkenntnisstruktur erst aufbauen. Um dies möglichst rationell erreichen zu können, hat er einen natürlichen Hang, bewährte Erkenntnisse auf andere Bereiche auszudehnen. Wo dies begründet geschieht, spricht man von „Transfer". Geschieht diese Erkenntnisübertragung aber zu Unrecht, spricht man von „Vorurteil".
Eine solch unbegründete Verallgemeinerung kann aber auch auf wissenschaftlichem Gebiet geschehen - und eine solche wollen wir als Ideologie bezeichnen. Zwei Ideologien wurden im 19. und 20.Jh. besonders geschichtsmächtig – der Nationalsozialismus und der Marxismus.

Die Biologistische Ideologie des NS überträgt das biologische Modell der „natürlichen Zuchtwahl" uneingeschränkt auf den Menschen mit schrecklichen Folgen für missliebige Rassen und Einzelindividuen. Die Marxistische Ideologie erklärt Wirtschaft zu „der" Wirklichkeit schlechthin und ruiniert gerade diese durch „Wirtschaftsplanung", ohne damit soziale Ziele erreichen zu können.
Wäre dann nicht gerade Kirche „die" Heilungsinstitution? Und ist es bloßer Zufall, dass die ganz rechte und ganz linke Kritik sich besonders gern gegen die Kirche wendet?

TERMIN: Donnerstag, 14. Februar 2019 | 19.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: € 9,- / mit St. Bernhard_CARD € 6,-

REFERENT:
Dr. Valentino Hribernig-Körber
Theologe und Erwachsenenbildner

Mord und Totschlag in Gottes Namen?

Religion und Gewalt - ein fatales Verhängnis und seine Überwindung

Nicht erst seit den Anschlägen vom 09/11 sind Religionen mit dem Vorwurf konfrontiert, Menschen gegeneinander aufzuhetzen und die Ursache von Gewalt zwischen Menschen und Völkern zu sein. Alle Kulturen kennen das Phänomen von Religionskriegen. Insbesondere die drei monotheistischen Religionen (Judentum, Christentum und Islam) stehen im Verdacht der Intoleranz und Gewaltbereitschaft. Müssen also die Religionen überwunden werden, damit die Menschheit zu einem friedlichen Miteinander finden? Oder ist es zumindest erforderlich, die Religionsausübung strikt auf den privaten Bereich zu beschränken? Wie lässt sich das Christentum und sein Gebot der Feindesliebe mit der Schilderung blutiger Auseinandersetzungen in der Heiligen Schrift vereinbaren? Ist die Kirchengeschichte selbst nicht eine einzige Bankrott-Erklärung des Anspruchs Jesu von Nazareth?

Ein Vortrag, der die brennenden Fragen aus dem gesellschaftlichen Diskurs aufnimmt und den Versuch unternimmt, auf der Basis einer sorgfältigen Analyse des Phänomens Religion Antworten zu finden

TERMIN: Donnerstag, 9. Mai 2019 | 19.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: € 9,- / mit St. Bernhard_CARD € 6,-

© by T.P. flickr.com

Europa Wahlen 2019

Was hat unser Industrieviertel mit der EU zu tun?

Impulse und Podiumsgespräch mit Vertretern der Europäischen Kommission

- Die Europäische Union – eine Erfolgsgeschichte!?
- Leitung von EuropeDirect - Informationsstelle des Landes NÖ
- Auswirkungen der EU in der Region
- Europäisches Parlament
- Die Zukunft Europas gestalten / EU-Wahlen 2019

TERMIN: Donnerstag, 4. April 2019 | 19.00 Uhr
EINTRITT FREI!

In Zusammenarbeit mit europe.direct, Europaschirm, Katholische Medienakademie

Demokratie: wieder der Rede wert!

Handlungsmöglichkeiten zur Stärkung von Demokratie heute - Workshop

Demokratie war lange Zeit für viele von uns so etwas Selbstverständliches, dass wir uns über das, was Demokratie ausmacht, kaum Gedanken gemacht haben. Doch die Legitimation durch Wahlen reicht noch nicht - Menschenrechte, Gewaltenteilung, Meinungs- und Versammlungsfreiheit, kritische Medien, Pluralismus und öffentliche Debatte gehören wesentlich dazu. Und das ist auch in Europa und in Österreich inzwischen nicht mehr selbstverständlich.

Was tun? Zum Beispiel, sich darüber verständigen, was denn Demokratie ausmacht, was sie mit uns selbst zu tun hat und wie wir als BürgerInnen handeln wollen – gerade dann, wenn die Demokratie keine selbstverständliche mehr ist. Dies geschieht in diesem Workshop. Wir tun dies mithilfe von interaktiven Zugängen und Methoden aus Psychodrama und Biografiearbeit. Damit möchten wir ein scheinbar abstraktes Thema konkret werden lassen, es mit eigenen Erfahrungen verknüpfen und mögliche nächste eigene Schritte, die zu einer Stärkung von Demokratie beitragen, identifizieren.

TERMIN: Freitag, 1. März 2019 | 14.00 bis 20.00 Uhr
KEIN TEILNAHMEBEITRAG!

Gefördert durch die Österreichische Gesellschaft für Politische Bildung

REFERENTINNEN:
Dr.in Katarina Novy
Soziologin, Historikerin, Psychodramaleiterin, Diversityberaterin
www.perspektivenveraendern.at

Dr. Gert DRESSEL
Historiker, Politikwissenschaftler

Care – menschenwürdige Pflege

Zwischen Pflegenotstand und Zukunftsmodellen

In Österreich sind mehr als 400.000 Personen über 80 Jahre. In den nächsten Jahren droht ein Pflege-Notstand, warnen ExpertInnen. Die Herausforderungen für pflegende Angehörige, Pflegepersonal-Fachkräfte, BetreuerInnen und SeelsorgerInnen sind enorm. Uneinheitliche Rahmenbedingungen und wachsende Kosten tun ihr übriges. Gefragt sind zukunftsweisende Reformansätze und innovative Modelle. Die Industrieviertel-Akademie 2019 bietet eine Diskussionsplattform für alle Betroffenen und Interessierten.

17.30 Eintreffen bei Kaffee, Kuchen, Brot
18.00 Begrüßung
Mag. Peter Maurer, MAS, Bildungszentrum
Ing. Richard Wagner, Vorsitzender KA-Süd,
P. Petrus Hübner OCist, Bischofsvikar
18.10 **Menschenwürdige Pflege – zwischen Notstand und Zukunftsmodellen**
Referat Mag.a Maria Schweighofer, Studiengangsleiterin, FH Wiener Neustadt
19.00 **Gesprächsgruppen**
20.00 Plenumsgespräch
20.30 Agape und gemütlicher Ausklang

GESPRÄCHSGRUPPEN:
Von Pflegenotstand und Zukunftsmodellen
Mag.a Maria Schweighofer
Ins Pensionistenheim, Pflegeheim oder Generationen-wohnen?
DI(FH) Lukas Pohl, Haus der Barmherzigkeit, Wr. Neustadt
Tanja Holzer, Haus der Generationen, Grimmenstein
Jugendliche pflegen Angehörige
DGKS Mag.a Dagmar Puschenreiter, Caritas
Situation Pflegepersonal und Zukunftsmaßnahmen
Reinhard Bödenauer, Stv. Bundesgeschäftsführer GPA-djp
Pflegeherausforderungen & Angebote der Kommune
Margarete Sitz MSc, Ressort Gesundheit und Frauen, Wiener Neustadt
DSA Claudia Auer-Deutsch, Sozialservice & Integration

MODERATION:
Mag.a Gabriele Kienesberger, KAB

TERMIN: Freitag, 22. März 2019 | 18.00 bis 21.00 Uhr
EINTRITT FREI!

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um **Anmeldung bis 15. März 2019** unter 02622 / 29 131 oder st.bernhard@edw.or.at bzw. unser Online-Anmeldesystem www.st-bernhard.at/veranstaltungen/

Die Industrieviertel-Akademie ist eine Veranstaltung der Katholischen Aktion im Vikariat Süd, getragen von kfb, KMB, KAB, KJ, KJS, Umweltbüro, Welthaus, Bildungszentrum St. Bernhard, Katholisches Bildungswerk Wien und „Der Sonntag" - die Kirchenzeitung der Erzdiözese Wien.

FOLDER-DOWNLOAD: www.st-bernhard.at/downloads/Industrieviertelakademie_2019.pdf

INDUSTRIEVIERTEL-AKADEMIE 2019

Katholische Aktion Erzdiözese Wien
Katholisches Bildungswerk Wien
Bundesministerium Bildung, Wissenschaft und Forschung
Bildungszentrum St. Bernhard
Der Sonntag

„Mensch bleiben" am Abend des Lebens

Fachtag

Fachtag des Caritas-Fachausschusses des Vikariates Süd mit Impulsen – praxisnaher Information – Austausch zu Entlassungsmanagement, Hauskrankenpflege, Hospiz, Pflegeheim, Palliativbetreuung, Demenz.

TERMIN: Samstag, 6. April 2019 | 9.00 bis 13.00 Uhr

INFORMATION UND ANMELDUNG:
www.vikariatsued.at, vikariat.sued@edw.or.at

ERZDIÖZESE WIEN
Vikariat Unter dem Wienerwald

Caritas

Eine Veranstaltung des Interreligiösen Forums Wiener Neustadt, www.interreligioesesforum-wienerneustadt.at

„Reise in die Stille“

Eine meditative Entdeckungsreise

Diese Abende sind kein interreligiöses Gebet, sondern eine gemeinsame Zeit der Stille, die jeweils zu einem anderen Thema mit Musik und Texten aus den Heiligen Büchern verschiedener Religionen gestaltet wird.

TERMINE: immer am 2. Montag des Monats: 11. Februar, 11. März, 8. April und 13. Mai 2019 | jeweils um 19.00 Uhr
EINTRITT FREI!

Cursillo-Messen

in der Kapelle des Bildungszentrums

TERMINE: immer freitags, 1. Februar, 1. März, 5. April und 3. Mai 2019 | 18.30 bis 20.00 Uhr

BEGLEITUNG:
Peter Maurer

Kurze Stille im „hektischen Alltag“

im Bildungszentrum St. Bernhard

Zwei Mal im Monat laden wir zu einer gemeinsamen „Zeit der Stille“ ein: einfach 20 bis 30 Minuten in Stille vor Gott verweilen. Eine kurze Hinführung und ein Abschluss soll diese Zeit einrahmen. Wer möchte, kann sich dann noch in der Gruppe darüber austauschen, was ihn in der Zeit der Stille bewegt hat.

TERMINE: jeweils Mittwoch, 6. und 20. Februar, 14. und 27. März, 10. April, 8. und 22. Mai 2019 | jeweils 18.00 Uhr
VERANSTALTUNGSORT: Katharinenkapelle
(im Erdgeschoß des Bildungszentrums)
KEIN TEILNAHMEBEITRAG!

© Michael Nagl

LEITUNG:
Anna Rheindorf

Wöchentliches Zazen in der Soto Zen Tradition

mit Anna Rheindorf

Fortlaufender Meditationskurs für alle Interessierten. Einstieg jederzeit möglich.

TERMIN: jeden Dienstag, außer an schulfreien Tagen | jeweils von 18.30 bis 21.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: € 10,- pro Monat

REFERENT:
Dr. Karl R. Essmann
em. Hochschulprofessor für Religionspädagogik

Dem Leben Sinn geben

Der christliche Glaube und die Logotherapie nach Viktor E. Frankl

Das Christentum ist angetreten den Menschen bei der Sinnfindung des Lebens zu helfen. Viktor E. Frankl hat mit seiner Lehre der Logotherapie diese Sinnsuche psychologisch verstärkt. Er war überzeugt, dass das Leben immer und in jeder Lebenssituation einen Sinn hat und der Mensch fähig ist, diesen Sinn zu erkennen. Sein Menschenbild, Weltbild und Gottesbild spiegelt sich auch in der christlichen Theologie.

Frankl war bemüht, den Menschen „die inmitten von Blumen stehen und das Unkraut bewässern“ zu lehren, „die Blumen zu sehen und die Blumen zu gießen.“

TERMIN: Mittwoch, 10. April 2019 | 19.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: € 9,- / mit St. Bernhard_CARD € 6,-

REFERENTIN:
Mag.a Constanze Moritz
Dipl. Erwachsenenbildnerin und Clownin
www.clownenundstaunen.at

Immer noch der Nase nach – die Spiritualität des Clowns entdecken

Vertiefendes Clown Seminar

An diesem Wochenende gönnen wir uns Zeit und Raum, um dem Clown/der Clownin in uns auf die Spur zu kommen und uns davon inspirieren zu lassen.

Durch Körperarbeit, Spiele, Improvisationen, meditative Elemente und biblische Impulse erforschen wir den Aspekt des Clowns in uns und spüren dabei der Verbindung zu unserer Spiritualität nach: im Hier und Jetzt sein, lustvolles Spiel, einen neuen Zugang zum Scheitern ausprobieren, absichtsloses Dasein, den Clown der Stille entdecken, das Herz berühren lassen, Freude und Leichtigkeit erfahren.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Und ein paar Kleidungsstücke für den Clown / die Clownin: Hose oder Rock oder Kleid oder Anzug und Hut, Tuch, Tasche, … (kein Faschingskostüm). Kann zu groß oder zu klein sein, schön oder alt oder neu, muss nicht lustig sein, darf das Herz erfreuen. Was Lust macht, was inspiriert …

TERMIN: Freitag, 1. Februar 2019 | 16.00 Uhr bis
Samstag, 2. Februar 2019 | 18.00 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG:
€ 110,- / € 100,- mit St. Bernhard_CARD

Spiritualität und Mystik im „hektischen Alltag"?!

Wie man die Weisheit der christlichen Mystiker für ein gelingendes Leben nützen kann - offene Abendserie

Diese offene Abendserie dient einerseits Neueinsteigern den Ansatz „Mystik und Coaching" von Sabine Bobert bekannt zu machen, andererseits als regelmäßige Übungs- und Austauschtreffen für Menschen, die diesen Weg im Alltag üben wollen.

TERMINE UND THEMENÜBERSICHT

Dienstag, 12. Februar 2019 | 17.00 bis ca. 18.30 Uhr
Einführung in den Ansatz von Sabine Bobert und die dazugehörigen Grundübungen (Mystik und Coaching, Vier Türme 2011), gemeinsame Meditation
Dieser Abend kann auch zur Orientierung genutzt werden, ob die Teilnahme an einem Seminar von Sabine Bobert sinnvoll ist (siehe Veranstaltungen gleich unterhalb)

Dienstag, 12. März 2019 | 17.00 bis ca. 18.30 Uhr
Austausch über die beim Üben gemachten Erfahrungen, gemeinsame Meditation, Vertiefung der „Gefühlsübung"

Dienstag, 16. April 2019 | 17.00 bis ca. 18.30 Uhr
Austausch über die beim Üben gemachten Erfahrungen, gemeinsame Meditation, Vertiefung der „Gedankenübung"

KEIN TEILNAHMEBEITRAG, ANMELDUNG ERBETEN

Mag. Peter Maurer, MAS
Pastoralassistent und
Klinischer Krankenhausseelsorger

Mystik und Coaching mit MTP - Mental Turning Point®

Seminare mit Sabine Bobert

BASISSEMINAR
TERMIN: **Freitag, 15. Februar | 14.30 Uhr bis Samstag, 16. Februar 2019 | bis ca. 13.30 Uhr**
TEILNAHMEBEITRAG: € 179,-
NÄCHTIGUNG: € 43,50 im EZ inkl. Frühstück
€ 35,50 im DZ inkl. Frühstück

AUFBAUSEMINAR 1: LEBE DEINE VISIONEN
TERMIN: **Samstag, 16. Februar | 14.00 Uhr bis Sonntag, 17. Februar 2019 | bis ca. 16.00 Uhr**
TEILNAHMEBEITRAG: € 239,-
NÄCHTIGUNG: € 43,50 im EZ inkl. Frühstück
€ 35,50 im DZ inkl. Frühstück

Gastkurse. Anmeldung und Zimmerbuchung über das Bildungszentrum

REFERENTIN:
Univ.Prof.in Dr.in Sabine Bobert
Theologische Fakultät Universität Kiel
www.mystik-und-coaching.de

HOSPIZ NIEDERÖSTERREICH
Hospiz- und Palliative Care

... und plötzlich ist alles anders

Einzelgespräche für trauernde Menschen mit Ines Pfundner

TERMINE: **jeweils Mittwoch 13. Februar, 13. März, 10. April und 8. Mai 2019 | jeweils 18.00 bis 19.30 Uhr**

INFORMATION UND ANMELDUNG:
Ines Pfundner: 0676 / 59 50 665, ines.pfundner@chello.at
TEILNAHME KOSTENLOS, freiwillige Spende möglich!

Caritas

In der Trauer lebt die Liebe weiter

Gruppe für Trauernde im Bildungszentrum St. Bernhard

TERMINE: **jeweils 4. und 18. Februar, 4. und 18. März, 1., 15. und 29. April, 13. und 27. Mai 2019 | jeweils 19.00 bis 20.30 Uhr**

INFORMATION UND ANMELDUNG:
Christine Merschl: 0664 / 842 93 97
TEILNAHME KOSTENLOS, freiwillige Spende möglich!

REFERENT:
Mag. Erwin Jäggle
Imago-Paartherapeut
www.myimago.at

Soviel Liebe wie du brauchst

Imago-Paar Workshop

TERMIN: **Freitag, 22. Februar 2019 | 15.00 Uhr bis Sonntag, 24. Februar 2019 | 19.00 Uhr**
TEILNAHMEBEITRAG: € 240,- pro Paar inkl. Buch / € 232,- mit St.Bernhard_CARD

NÄCHTIGUNG: € 43,50 im EZ inkl. Frühstück
€ 35,50 im DZ inkl. Frühstück
DETAILINFOS: telefonisch 02622 / 29 131 oder www.st-bernhard.at/downloads/ImagoBA54.pdf

Die Liebe die du suchst

Imago-Single Workshop

TERMIN: **Samstag, 16. März 2019 | 9.00 Uhr bis Sonntag, 17. März 2019 | 19.00 Uhr**
TEILNAHMEBEITRAG: € 120,- inkl. Arbeitsbuch / € 112,- mit St.Bernhard_CARD

NÄCHTIGUNG: € 43,50 im EZ inkl. Frühstück
€ 35,50 im DZ inkl. Frühstück
DETAILINFOS: telefonisch 02622 / 29 131 oder www.st-bernhard.at/downloads/ImagoBA54.pdf

Caritas

Eine Veranstaltung der Servicestelle für Angehörige und Demenz der Caritas Wien in Kooperation mit dem Bildungszentrum St. Bernhard.

Treffpunkt Zeitreise

für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

TERMINE:
Gruppe 1: **jeweils Donnerstag, 28. Februar, 28. März, 25. April und 23. Mai 2019**
Gruppe 2: **jeweils Montag 25. Februar, 25. März, 29. April und 27. Mai 2019**

UHRZEIT: **jeweils 15.30 bis 18.30 Uhr**
FREIE SPENDE von € 10,- erbeten

Ute Ötsch
Trainerin für Demenz.Zusammen.Leben
Projektkoordinatorin der Caritas Servicestelle für Angehörige und Demenz

Demenz.Zusammen.Leben.

Ein Seminar für Angehörige von März bis Juni 2019

Sie erleben,
- dass Sie sich oft verzweifelt und hilflos fühlen.
- dass andere Menschen wenig Verständnis für ihre Belastung haben, oft nicht einmal andere Familienmitglieder.
- dass der kranke Mensch immer vergesslicher wird und sich oft auch in seiner Persönlichkeit verändert.
- dass das Zusammenleben mit ihm/ihr schwieriger wird

Das Seminar
- vermittelt Wissen über Demenzerkrankungen und deren Auswirkungen auf das Alltagsleben.
- hilft Ihnen, ein größeres Verständnis für die Person mit Demenz zu entwickeln und die Beziehung zu ihr zu verbessern.
- unterstützt Sie darin, Ihre eigene Rolle als Betreuungsperson zu erkennen und anzunehmen.
- zeigt Ihnen Wege auf, wie Sie alltägliche Situationen bewältigen können.

TERMIN: **jeweils Donnerstag 14., 21. und 28. März, 4., 11. und 25. April sowie 2.,9.,16. und 23. Mai 2019 | jeweils von 17:00 bis 19:00 Uhr**

TEILNAHMEBEITRAG: € 140,- für alle 10 Kurstreffen

DETAILINFOS: telefonisch 02622 / 29 131 oder www.st-bernhard.at/downloads/Demenz.Zusammen.Leben.pdf

Caritas

Trau dich, es ist dein Leben

Lesung und Gespräch mit Melanie Wolfers SDS

Warum scheuen wir uns, Entscheidungen zu treffen? Woher kommt es, dass wir so zögerlich sind? Dass wir uns schwertun, etwas zu wagen? - Die Angst, etwas falsch zu machen oder sich Schrammen zu holen, hindert uns, das Leben mit beiden Händen zu ergreifen und Neues auszuprobieren. Melanie Wolfers geht diesem Lebensgefühl auf den Grund und deckt auf: Wer nichts riskiert, hat auf jeden Fall am Ende die größeren Probleme. Sie spricht über die Kunst, mutig zu sein und zeigt, wie wir uns von der Angst nicht dirigieren lassen und somit besser leben können.

Melanie Wolfers ist Philosophin und Theologin und eine der bekanntesten christlichen Autorinnen im deutschsprachigen Bereich. 2004 trat sie in den Orden der Salvatorianerinnen ein. Sie gründete IMpulsLEBEN, ein Angebot für junge Erwachsene auf der Suche nach Lebensorientierung und sozialem Engagement. Sie ist gefragte Referentin und Bestsellerautorin.

Buch zum Thema: Trau dich, es ist dein Leben. Die Kunst, mutig zu sein (bene! verlag 2018)

TERMIN: Freitag, 22. Februar 2019 | 19.00 Uhr
KEIN TEILNEHMERBEITRAG

Eine Veranstaltung gemeinsam mit dem Medienhaus der Erzdiözese Wien – DerSonntag, die Wiener Kirchenzeitung.

REFERENTIN:
Dr.in Melanie Wolfers SDS
www.melaniewolfers.de

MODERATION:
Mag. Michael Ausserer
Chefredakteur DerSonntag

Mit Sprache Brücken bauen

Praxistag Gewaltfreie Kommunikation

Die **Gewaltfreie Kommunikation (GfK)** nach Marshall Rosenberg ist eine Konfliktklärungsmethode, mit der Sie konstruktiv Denk- und Kommunikationsmuster hinterfragen. Sie hilft Ihnen dabei, sich gegenseitig leichter zu verstehen. Mit ihr erhalten Sie mehr Energie, indem Sie ehrlich, wertschätzend und klar manipulativen und verurteilenden Worten und Taten begegnen — seien es die eigenen oder die anderer. Schuldzuweisungen wandeln Sie um in Bedürfnisse. Aktives und empathisches Zuhören spielt dabei eine wesentliche Rolle.

Eine lebensbejahende Sprache schafft Offenheit und Vertrauen für Neues. Sie hilft, Herausforderungen zu bewältigen – ob in Partnerschaft, Familie oder Freundeskreis, in der Schule oder im Beruf.

INHALTE:
Erklären der Methode der Gewaltfreien Kommunikation / praktisches Üben / Sprachmuster reflektieren / Lösungsansätze ausprobieren / Konflikte klären und Urteile in Bedürfnisse übersetzen / Gefühle deuten sowie gelassen und stressfrei im Gespräch bleiben

TERMIN: Samstag, 2. März 2019 | 9.00 bis 17.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG:
€ 107,- / mit St. Bernhard_CARD € 97,-

REFERENTIN:
Barbara Pototschnig MSc
Beratung, Training, Coaching
freie Journalistin, Mutter

Ich kann das! – Meine Erfolge, mein Leben

Tagesseminar zur Persönlichkeitsentwicklung

Bei der Frage nach unseren persönlichen Stärken stocken die meisten Menschen und müssen lange überlegen, bis ihnen etwas einfällt, das sie ihrer Meinung nach wirklich gut können. Und doch ist das Bewusstmachen unseres eigenen Könnens und unserer Stärken, etwas, das in vielen Lebenssituationen über deren Ausgang entscheiden kann. Sei es nun im Beruf, in persönlichen Beziehungen, in Lebenskrisen oder auch im Umgang mit Herausforderungen und Konflikten und nicht zuletzt bei erfolgsbezogenen Themen und dem Erreichen persönlicher Ziele.

Wie kann man aber nun diese Stärken und dieses Können für sich selbst erkennen und effizient nutzen? Welche Stärken habe ich und wie kann ich sie so einsetzen, dass sie mich weiterbringen? Im Zuge dieses Tagesseminares erarbeiten wir individuell ihr persönliches Stärkenprofil und erlernen auch Werkzeuge, um diese nutzen zu können und Kraft aus diesem Potential zu ziehen.

ARBEITSWEISE:
Einzel- und Gruppenarbeiten, Nutzung systemischer und kompetenzorientierter Modelle und Testweisen zur Kompetenzanalyse, Übungen zur Anwendung im Alltag, ausführliche Erklärung und weiterführende Informationen.

TERMIN: Samstag, 30. März 2019 | 9.00 bis 17.30 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG:
€ 70,- / mit St. Bernhard_CARD € 65,-

REFERENTIN:
Nicole Steinacher
Systemischer Business- und Individualcoach, Zert. Trainerin, Beziehungspädagogin, Stlv. Projektleiterin des Frauenberufszentrums Wiener Neustadt

VERANSTALTER:
KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit), Graz

Stolperfalle Mensch?

Workshop zur Sturzprävention

In diesem Workshop werden Informationen zur Sturzvermeidung im Alter weitergegeben. Es erwartet Sie ein unterhaltsames Programm mit Tipps zur Minderung der Stolperfallen in den eigenen vier Wänden, Übungen zur Verbesserung des Gleichgewichtes, Kennenlernen von Hilfsmitteln zur Erleichterung des Alltags usw.

Bitte beachten Sie, dass die Teilnehmerzahl auf 6 bis 15 Personen beschränkt ist und sich daher interessierte Personen unbedingt vorab bei unserer Vorsitzenden unter der Nr. 02627 455 98 oder 0664 100 52 41 zum Workshop anmelden müssen.

TERMIN:
Mittwoch, 27.3.2019 | 16.00 bis 18.00 Uhr
EINTRITT FREI!

Eine Veranstaltung des KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit), Graz in Kooperation mit dem Kneipp Aktiv Club Wiener Neustadt und dem Bildungszentrum St. Bernhard

Marquerite Ruhsam, Angelika Maurer

Peter Maurer, Ines Pfundner

Grundkurs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

4 Wochenenden im Bildungszentrum St. Bernhard von Mai bis Oktober 2019

FÜR WEN IST DIESER KURS GEDACHT:

- für Menschen, die sich aus unterschiedlichen Gründen mit den Themen Sterben, Tod und Trauer intensiv auseinandersetzen wollen
- für MitarbeiterInnen in helfenden Berufen
- für Angehörige von Schwerkranken
- für Personen, die als HospizbegleiterInnen ehrenamtlich arbeiten möchten

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

Einführungsvortrag: Leben bis zuletzt
Alle Interessierten sind eingeladen, Eintritt frei.
REFERENT:
Mag. Peter Maurer, MAS (Leiter des Grundkurses)
TERMINE: Montag, 11. März 2019 | 19.00 Uhr
oder Donnerstag, 11. April 2019 | 19.00 Uhr

REFERENT_INNEN:

- **Dr.in med. Marquerite Ruhsam,**
  Ärztin im Mobilen Palliativ Team Neunkirchen
- **DGKS Angelika MAURER**, Ausbildung in Palliativ Care und Validation, IMOZ - Mäeutik Dozentin
- **Mag. Peter MAURER**, MAS, langjährige Erfahrung als Krankenhausseelsorger und Supervisor in Pflege und Hospizarbeit, Studium u.a. der Psychologie
- **Mag.a Ines PFUNDNER**, Palliativausbildung, Spezialistin für Kindertrauer, Kunsttherapeutin und Trauerbegleiterin

TERMINE DER WOCHENENDEN:

- **Block 1: 3. bis 5. Mai 2019**
- **Block 2: 14. bis 16. Juni 2019**
- **Block 3: 13. bis 15. September 2019**
- **Block 4: 11. bis 12. Oktober 2019**

KURSZEITEN: jeweils Freitag von 14.00 bis 21.00 Uhr, Samstag von 9.00 bis 18.00 Uhr und Sonntag von 9.00 bis 15.30 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG: für alle vier Wochenenden € 425,-
mit St.Bernhard_CARD € 415,-
NÄCHTIGUNG: € 43,50 im EZ inkl. Frühstück
€ 35,50 im DZ inkl. Frühstück

MEHR INFORMATIONEN: Tel. 02622 / 29 131 oder
www.st-bernhard.at/downloads/Hospiz_WN_2019.pdf

Irrtum und Änderung vorbehalten!

Eine Kooperation des Bildungszentrum St. Bernhard mit dem Mobilen Caritas-Hospiz Niederösterreich.

Qigong im Bildungszentrum St. Bernhard

LEITUNG:
Mag. Walter Höggerl
Dipl. Qigong-Trainer,
Dipl. Erwachsenenbildner - ABI

MUSKEL- und KNOCHENQIGONG

TERMINE:
Gruppe 1: jeden Montag ab 11. Februar 2019 | jeweils 19.00 bis 20.00 Uhr
Gruppe 2: jeden Donnerstag ab 14. Februar 2019 | jeweils 9.00 bis 10.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: Gruppe 1: € 170,- (17 Einheiten)
Gruppe 2: € 170,- (17 Einheiten)
Einzelkarte: € 15,-

QIGONG und BETEN

TERMINE:
Gruppe 1: jeweils Mittwoch, 27. Februar, 27. März, 24. April, 22. Mai u. 26. Juni 2019 | jeweils 19.00 bis 20.30 Uhr
Gruppe 2: jeweils Freitag, 15. Februar, 15. März, 12. April, 10. Mai und 14. Juni 2019 | jeweils 9.00 bis 10.30 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: Gruppe 1: € 50,- (5 Einheiten)
Gruppe 2: € 50,- (5 Einheiten)
Einzelkarte: € 15,-

Feldenkrais pur!

Feldenkrais-Angebote im Bildungszentrum St. Bernhard mit Franz Schrammel

FELDENKRAIS PUR! LAUFENDE GRUPPE:

TERMINE: 17., 24. und 31. Jänner, 14., 21. und 28. Februar, 7., 14., 21. und 28. März, 4., 11. und 25. April, sowie 2. und 9. Mai 2019 | jeweils 19.00 bis 20.00 Uhr.
TEILNAHMEBEITRAG: für alle 15 Abende € 120,- / mit St. Bernhard_CARD € 108,- / Einzelabend € 15,-

LEBEN OHNE RÜCKENSCHMERZEN:

TAGESEMINAR:
Samstag, 2. März 2019 | 10.00 bis 16.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: € 70,- / mit St. Bernhard_CARD € 65,-

MIT DEM GANZEN KÖRPER LAUFEN

TAGESEMINAR: Samstag, 25. Mai 2019 | 10.00 bis 16.00 Uhr
TEILNAHMEBEITRAG: € 70,- / mit St. Bernhard_CARD € 65,-

MEHR INFO ZU DIESEN ANGEBOTEN: Tel. 02622 / 29131 oder www.st-bernhard.at/downloads/Feldenkrais_SS_2019

LEITUNG:
DI Franz Schrammel
Dipl. Feldenkraislehrer

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Das MBSR – 8 WOCHENPROGRAMM im Bildungszentrum St. Bernhard

Die MBSR-8 Wochenprogramme sind eine höchst wirksame, wissenschaftlich belegte Methode im Umgang mit und zur Prävention von Stress. Sie wurde 1979 von Prof. Dr. Jon Kabat Zinn und seinen MitarbeiternInnen an der Universitätsklinik von Massachusetts entwickelt.
Im Mittelpunkt dieser Selbsthilfemethode steht die Entwicklung von Achtsamkeit. Achtsamkeit bedeutet mit dem gegenwärtigen Moment in Kontakt zu sein, zu wissen was man erlebt, während man es erlebt, ohne zu bewerten.

Durch Erfahrung und Einsicht werden unheilsame Verhaltensmuster erkannt und können bewusst verändert werden. Achtsamkeit kultiviert eine stabile, innere Präsenz, die uns darin unterstützt klar zu kommunizieren und verantwortlich zu handeln.

Das MBSR Programm beinhaltet formelle Übungen wie Achtsame Körperübungen, Body Scan und Sitzmeditation. Die Achtsamkeit wird dabei auf das Erleben von Körperempfindungen, Emotionen und Gedanken gerichtet. Die TeilnehmerInnen üben allen Phänomenen mit Freundlichkeit, Offenheit, völliger Akzeptanz und Neugierde zu begegnen.

Neben den genannten Übungen wird die Achtsamkeit mittels informeller Praxis ins tägliche Leben integriert. Dabei geht es darum, alltägliche Aktivitäten wie z.B. duschen, abwaschen, essen, etc. bewusst und aufmerksam auszuführen.

In den wöchentlichen Gruppensitzungen (ca. 2,5 Stunden) werden die Erfahrungen der KursteilnehmerInnen reflektiert, Fragen geklärt und Hinweise zu den Übungen gegeben.

Weitere Themen werden sein:
- Erkenntnisse aus der Stressforschung, achtsame Kommunikation,
- förderlicher Umgang mit Gedanken, heilsamer Umgang mit Emotionen, - Wahrnehmung und Bewertung,
- Ernährung und Stress.

Gegen Ende des Programms findet ein Praxistag statt.

Das MBSR 8 Wochenprogramm unterstützt Personen die
- mit Stress, Belastungen und Schmerz konstruktiv umgehen wollen
- etwas für ihre Gesundheit tun wollen
- eine sinnvolle Ergänzung zu medizinischen und psychotherapeutischen Angeboten suchen
- aktiv an einer Verbesserung ihrer Lebensqualität arbeiten wollen
- bewusster, klarer, friedvoller und gelassener leben möchten

Ein wichtiger Erfolgsfaktor des 8 Wochenprogramms ist die Eigenmotivation. Die TeilnehmerInnen bekommen, für alle Themen, Unterlagen und Tonaufnahmen (CDs oder MP3s) um die Achtsamkeitsübungen, möglichst täglich, durchzuführen.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig vor Kursbeginn zu einem Vorgespräch unter 0650 30 11 958 an. Hier können wichtige Fragen an mich und die Methode in einem vertrauten Rahmen beantwortet werden. Es ist auch eine Gelegenheit, die eigene Motivation zu erforschen und das persönliche Kursziel zu formulieren.

TERMINE:
MBSR-8-WOCHEN PROGRAMM: jeweils Mittwoch, 20. und 27.Februar, 6., 13., 20. und 27. März sowie 3. und 10. April 2019 | 18.30 bis 21.00 Uhr
PRAXIS-TAG: Samstag, 30. März 2019 | 10.00 bis 16.00 Uhr (Mittagsimbiss inbegriffen)

INKLUDIERTE LEISTUNGEN:
Vor-und Nachgespräch, 8 Kursabende zu ca. 2,5 Stunden, ein ganztägiges Praxis-Seminar, Skriptum, Achtsamkeitsübungen auf CD's oder MP3's.

GESAMTPREIS: € 350,- / mit St.Bernhard_CARD € 340,-

LEITUNG:
Ingrid Bedenik
Lebens-& Sozialberaterin
Meditationslehrerin
MBSR Lehrerin u.S.

MEHR INFORMATIONEN:
Tel. 02622 / 29 131

FOLDER-DOWNLOAD:
www.st-bernhard.at/downloads/MBSR2019.pdf

Sinngrid
Ingrid Bedenik
www.sinngrid.at

HINWEIS: Die SVA (Sozialversicherung der gewerblichen Wirtschaft) fördert die Teilnahme am Kurs für ihre Versicherten mit dem sogenannten „Gesundheits-Hunderter".

MEHR INFORMATIONEN:
www.svagw.at

GESUNDHEIT

Johanna Wendel

Yoga im Bildungszentrum

mit Johanna Wendel

Guten Morgen Yoga

TERMIN: **jeden Donnerstag | 9.30 bis 11.00 Uhr**

Yoga für Fortgeschrittene

TERMIN: **jeden Dienstag | 18.30 bis 20.00 Uhr**

INFO UND ANMELDUNG: 0676 / 538 52 00

REFERENTIN:
Barbara Pototschnig MSc
Beratung, Training, Coaching
freie Journalistin, Mutter

Resilienz - Workshop

So stärke ich meine Widerstandskraft

Resilienz meint die Fähigkeit von Menschen, schwierige Situationen gesund zu überstehen. Resiliente Menschen sind belastbarer, flexibel und durch ihre innere Stärke treffen sie trotz Schicksalsschläge oder widrigster Lebensumstände positive Entscheidungen. Sie sind gut im Kontakt mit sich selbst und ihrer Umwelt. Das schützt sie vor Risikofaktoren und einer Problemtrance. Gesellschaftliche Veränderungen und steter Wandel setzen Menschen unter Druck. Das führt zu Unsicherheit, Stress, Angst und kostet Energie. Entwickeln Sie im Workshop Ihren Resilienz-Plan und stärken Sie Selbstvertrauen, Bewusstsein, Optimismus, Selbstfürsorge und Selbstwirksamkeit.

INHALTE:

- Was bedeutet Resilienz?
- Resilienz-Schlüssel
- Schutzfaktoren – widerstandsfähig in turbulenten Zeiten Risikofaktoren – raus aus der Problemtrance
- Opferrolle
- Denk- / Sprech- / Handlungs- und Orientierungsmuster verändern
- Selbstwirksam Ziele verfolgen – Vermeidungsstrategien erkennen
- Wie Resilienz die Existenz von Unternehmen sichert
- Übungen für Ihre psychische und physische Gesundheit
- **Entwickeln Sie im Workshop Ihren persönlichen Resilienz-Plan!**

TERMIN: **Samstag, 2. Februar 2019 | 9.00 bis 17.00 Uhr**

TEILNAHMEBEITRAG:
€ 107,- / mit St.Bernhard_CARD € 97,-

KUNST, KULTUR, KREATIVITÄT

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

BIODANZA – Lebensfreude und Gesundheitsvorsorge

Tanzend und spielerisch achtsam miteinander Lebensfreude erfahren

Biodanza-Abende:

TERMINE FRÜHJAHR 2019: **Donnerstag 31. Jänner, 14. und 28. Februar, 14. März und 28. März, 11. und 25. April, 9. und 23. Mai 2019 (letzter Termin bei Schönwetter im Garten) | jeweils 18.30 bis 20.30 Uhr**

TERMINE HERBST 2019: **26. September, 10. und 24. Oktober, 7. und 21. November, 5. Dezember 2019 | jeweils 18.30 bis 20.30 Uhr**

Biodanza-Fest: „Gemeinsam das Leben feiern"

Samstag, 23. Februar 2019 | ab 14.00 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG:
Einzelabend € 17,- / Vierer-Karte € 60,- / Schnupperabend (1. Mal dabei) € 12,- / Mitbring-Vergünstigung (jemand Neuen mitbringen) € 12,-

DETAIL-INFO UND TERMINÜBERSICHT:
Tel. 02622 / 29 131 oder www.st-bernhard.at/downloads/BIODANZA-WrN-BZ-2019.pdf

dekArTe
Verein für Theater- und Kinokultur

www.dekarte.at

DEKA®TE-Filmabende im Bildungszentrum St. Bernhard

Dienstag, 5. Februar 2019 | 19.30 Uhr
WEIT. DIE GESCHICHTE VON EINEM WEG UM DIE WELT
Ein Film von Patrick Allgaier, Gwendolin Weisser

Dienstag, 5. März 2019 | 19.30 Uhr
NACH DEM URTEIL
Ein Film von Xavier Legrand
(Anschließend ein Gespräch mit Juristen zum Thema Scheidungskinder geplant.)

Dienstag, 2. April 2019 | 19.30 Uhr
HOME SWEET HOME
Ein Film von Susanne Riegel in Kooperation mit dem Verein Autonome Österr. Frauenhäuser
(Anschließend Filmgespräch mit der Regisseurin)
WUTMANN - Ein Film von Anita Killi

Dienstag, 7. Mai 2019 | 19.30 Uhr
LAZZARO FELICE
Ein Filmdrama von Alice Rohrwacher (angefragt)

Raum und Zeit für Versöhnung – Motivation zum Neubeginn

Schreibwerkstatt

Die Welt ist voll von Konflikten, Unstimmigkeiten, Unversöhntem. Nicht nur weit weg, auch in unserem Leben, auch in uns selbst.

Ein Haus öffnet seine Türen – ein Raum ist gerichtet – Sessel und Tische stehen bereit. Offene Menschen sind eingeladen, den Weg des heilsamen Schreibens zu beschreiten. Ihre Geschichten von Entzweiung und Versöhnung niederzuschreiben und zu reflektieren. Ihre Entwicklung auf einem Weg des Friedens mit sich selbst und anderen zu betrachten.

Ihren Mut einzusetzen, um sich frei zu schreiben. Ihre Motivation von Versöhnung zu neuem Beginn einzubringen. In liebevoller und wertschätzender Atmosphäre lassen wir Texte wachsen, die ein Stück unseres Lebens erzählen, vom Dunkel ins Licht führen.

TERMIN: Samstag, 16. März 2019 | 09:00 bis 17:00 Uhr (8 Schreibeinheiten, Mittagspause: 1,5 Stunden zur freien Verfügung)

TEILNAHMEBEITRAG:
€ 45,- / mit St.Bernhard_CARD € 40,-

SCHREIBBEGLEITERINNEN:
Mag.ª Silvia Pultz
Anita Hollauf, BEd

Welt in Bewegung – Welt im Wandel

Ein Forschungs- und Erlebnis-Nachmittag im Rad des Jahres und des Lebens

Im Jahr der Landes-Ausstellung zeigt Wr. Neustadt seine rollenden und sich drehenden Räder an Autos und Flugzeugen, und die haben die Welt und die Menschen seit ihrer Erfindung tatsächlich räumlich weit in Bewegung gebracht.

Doch das Rad und der Kreis haben auch eine zeitliche Dimension, indem sie den sinnlich erfahrbaren Kreislauf der Natur abbilden und als Spirale das Werden, Wachsen und Vergehen sämtlicher Lebensprozesse symbolisieren.

Ein bewusstes Gehen und Feiern des Jahres-Rades mit Frühling, Sommer, Herbst und Winter-Zeiten sowie deren Übergänge kann uns wieder erleben lassen, dass wir Teil der Natur und nicht getrennt von ihr sind. Beim Sich-Einlassen auf diesen natürlichen Kreislauf, seine Qualitäten und Kräfte kann eine hilfreiche Orientierung entstehen, sodass der Kreis sich als Lebens-Rad auch wie ein Kompass des Lebens anbietet.

Als Rad der Transformation zeigt der Kreis auf, dass jede wirkliche Wandlung, jede innere, seelische Entwicklungsreise durch Los-Lassen und Nicht-Wissen führt und keinen Schritt auslassen darf ... wovon auch alte Märchen sehr stimmig erzählen.

Und so kann ein Sich-Öffnen für diese verschiedenen Dimensionen und Natur-Begegnungen eine neue Verbindung mit unserer „Mutter Erde" schenken, uns unsere erwachsene Verantwortlichkeit zeigen und zum Handeln im Dienst des Lebens für uns persönlich und die Erde führen

TERMIN: Samstag, 25. Mai 2019 / 14.00 bis 18.00 Uhr

TEILNAHMEBEITRAG:
€ 39,- / mit St.Bernhard_CARD € 36,-

LEITUNG:
Jutta Würkner
Montessoripädagogin, Zeitgestalterin, Lebensradforscherin, Dichterin, Sängerin, Tänzerin, Ritualleiterin

Terror

Theateraufführung der Schaustellerei Maria Anzbach

Ferdinand von Schirachs Erfolgsstück Terror behandelt ein moralisches Dilemma in erschreckend aktueller Form: Ein Terrorist entführt ein Flugzeug mit 164 Menschen an Bord. Sein Ziel ist ein mit 70.000 Menschen vollbesetztes Fußballstadion. Ein Kampfpilot trifft entgegen aller Befehle eine Entscheidung: Er schießt das Flugzeug ab und wählt somit die „kleinere Katastrophe" ...

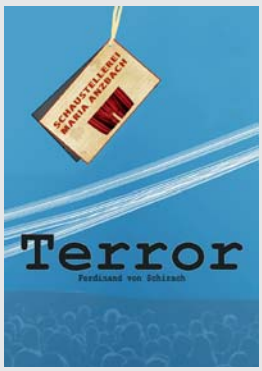
Doch gibt es diesen Begriff überhaupt, wenn Menschen sterben? Darf man ein Menschenleben gegen ein anderes aufwiegen? Das Gesetz sagt nein, doch was sagt IHR Gewissen? Ferdinand von Schirach wurde 1964 in München geboren. Er arbeitete 20 Jahre als Strafverteidiger. Mit seinem Debüt „Verbrechen" gelang ihm 2009 auf Anhieb der Durchbruch als literarischer Autor. „Terror" ist sein erstes Theaterstück.

TERMIN: Samstag, 4. Mai 2019, 19.30 Uhr

KARTEN zu € 16,- im Bildungszentrum, in der Info-Stelle des Alten Rathauses, Hauptplatz 1, 2700 Wiener Neustadt sowie bei allen oeticket-Verkaufsstellen und im Internet unter oeticket.com, Restkarten an der Abendkassa: € 19,-

SCHAUSPIELERINNEN:
Schaustellerei Maria Anzbach
Rainald Tippow, Benedikt Peter, Rita Heese, Susanne Wimmer, Sabine Tippow, Martin Dorn, Gerhard Selner

REGIE: Mag.ª Julia Vogl



oeticket.com

KONZERT IM BILDUNGSZENTRUM

KÜNSTLERINNEN:
Nadine Weber und Sarah Pillhofer

oeticket.com

Kammerkonzert im Bildungszentrum

mit Nadine Weber und Sarah Pillhofer

Nadine Weber wurde 2001 in Österreich geboren. Im Alter von drei Jahren begann sie Violine zu spielen, mit fünf gab sie ihr erstes öffentliches Konzert und mit neun hatte sie ihr Debüt als Solistin eines Orchesters. Mit acht Jahren wurde sie an der Universität für Musik und darstellende Kunst in Graz in der Klasse von Vahid Khadem-Missagh aufgenommen. Mit zwölf Jahren wechselte sie an die Universität für Musik und darstellende Kunst Wien und studiert seither bei Leonid Sorokow.

Sarah Pillhofer wurde 1999 in Bruck an der Mur geboren. Sie erhielt ihren ersten Violinunterricht mit fünf Jahren am Josef Matthias Hauer Konservatorium der Stadt Wiener Neustadt bei Frau Cordula Schröck. Seit 2011 ist sie bis heute Schülerin von Prof. Michael Salamon. Im Jahr 2015 wurde sie Studentin von Prof. Edward Zienkowsky und seit 2016 studiert sie bei Prof. Anna Gutowska im Vorbereitungslehrgang an der Universität für Musik und darstellende Kunst Wien. Seit 2018 ist sie ordentliche Studentin bei Prof. Zienkowski.

PROGRAMM:
Stücke von Sibelius, Ysaye, Mozart, Bach (Sarah Pillhofer)
Stücke von Paganini, Vieuxtemps, Kreisler, Saint-Saens (Nadine Weber)

TERMIN: Sonntag, 24. Februar 2019 | 16.00 Uhr

KARTEN zu € 16,- im Bildungszentrum, in der Info-Stelle des Alten Rathauses, Hauptplatz 1, 2700 Wiener Neustadt sowie bei allen oeticket-Verkaufsstellen und im Internet unter oeticket.com, Restkarten an der Abendkassa: € 19,-

AUSSTELLUNGEN IM BILDUNGSZENTRUM

KÜNSTLERIN:
Slava Muhrer

Leben in Kunst

Ausstellung Slava Muhrer

Slava Muhrer, geboren am 10. Januar 1976 in Charkow (Ukraine), lebt seit 2010 in Österreich, ist verheiratet und hat 2 Kinder. Sie studierte zwei Jahre Architektur an der Universität Wladimir (Russische Föderation). Seit 2012 ist sie als Künstlerin tätig. Sie ist Mitglied einer Künstlergruppe in Wiesen/Burgenland.
Sie interessiert sich für Zeichnungen und experimentiert mit verschiedenen Maltechniken.

Ausstellungen:
2014 bei „Österreichs größter Strassengalerie" in Wiener Neustadt, 2017 im Bildungszentrum St. Bernhard in Wiener Neustadt, 2018 beim "Dorfblick" St. Georgen

Die Ausstellung ist von **Dienstag, 5. Februar 2019 bis Freitag, 29. März 2019** immer **dienstags bis freitags von 9.00 bis 16.00 Uhr** sowie vor und nach Veranstaltungen zu besichtigen.

KÜNSTLERIN:
Sylvie Gasser

Zeitensprung

Ausstellung Sylvie Gasser

Sylvie Gasser spannt in ihrer Ausstellung ZEITENSPRUNG den Bogen von klassischen Maltechniken in aufgelöster Bildsprache, über Monotypien bis hin zu Fotografien (Tabletops) und Scanogrammen. Als Bildträger dienen ihr dabei ganz traditionell Papier und Leinwand, sowie moderne Materialien, zum Beispiel Acrylglas und Alu. Thematisch dominieren Stillleben, mit manchmal „vergessenen" Schönheiten und Landschaftsbilder.

Die in Wr. Neustadt lebende Künstlerin erprobt in ihren Arbeiten gern unterschiedliche künstlerische Techniken und Materialien. Zuletzt waren ihre Werke in Berlin/D und in Vodnjan/HRV ausgestellt, sowie demnächst in den Stadtgalerien von Udine/I und Kitzbühel/A.

VERNISSAGE: Freitag, 10. Mai 2019 | 19.00 Uhr

Die Ausstellung ist von **Freitag, 10. Mai 2019 bis Dienstag, 25. Juni 2018** immer **dienstags bis freitags von 9.00 bis 16.00 Uhr** sowie vor und nach Veranstaltungen zu besichtigen.

Aus- und Fortbildungstermine des Vikariates Unter dem Wienerwald

PGR-Rechnungsprüfer - Stammtisch
Donnerstag, 16. Mai 2019 | 18.00 bis 20.00 Uhr
REFERENTEN: Mitarbeiter der Finanzkammer und Kontrollstelle der ED-Wien

Fachnachmittag Kinderpastoral
Samstag, 16. Februar 2019 | 13.30 bis 17.00 Uhr
Thema: Brot und Wein (derzeit ausgebucht, Warteliste möglich)

Besinnungsabend
Donnerstag, 14. März 2019 | 18.00 bis 20.00 Uhr
für Personen die einen liturgischen Dienst ausüben und Interessierte, **REFERENT:** FI Dipl-Päd. Herbert Vouillarmet

Liturgiestammtisch
Montag, 18. März 2019, 18.30 im BZ St.Bernhard
Donnerstag, 21. März 2019, 18.30 in Enzersdorf/ Fischa (Pfarrheim)

Medienstammtisch
THEMA: Schau weg, wenn du kannst / Plakate wirkungsvoll gestalten
Freitag, 29. März 2019 | 17.30 bis 20.30 Uhr im Gemeindezentrum Erlöserkirche Wr. Neustadt
Samstag, 30. März 2019 | 9.30 bis 12.30 Uhr im Pfarrhof Bruck/Leitha
Referent: David Kassl, Art-Director im Medienhaus der Erzdiözese Wien

Ausbildung zu Leitern von Wortgottesdiensten mit Kurzansprache 2019
jeweils Samstag, 9. und 23. März, 6. und 27. April, sowie 11. Mai 2019 | jeweils 9.00 bis 18.00 Uhr

Krankenkommunionhelferkurs
Samstag, 16. März 2019 | 9.00 bis ca. 16.00 Uhr

Kommunionhelfergrundkurs
Samstag, 6. April 2019 | 9.00 bis ca. 17.00 Uhr

ERZDIÖZESE WIEN
Vikariat Unter dem Wienerwald

ALLE INFOS:
Vikariat Unter dem Wienerwald
Tel. 02622 / 29 131 / 5051
Fax 02622 / 29 131 / 5040
vikariat.sued@edw.or.at

ANMELDEFORMULAR:
www.vikariatsued.at

Anmeldung ist nur mit Anmeldeformular möglich.

MitarbeiterInnen in Kindergärten und Tagesbetreuungseinrichtungen

Ausbildung für KinderbetreuerInnen
nach dem NÖ Kindergartengesetz
INFO-ABENDE: 21. März, 9. und 24. April 2019 | jeweils 18.00 Uhr
KURSSTART: 3. Mai 2019

Ausbildung für Betreuungspersonen in Tagesbetreuungseinrichtungen
nach der NÖ Tagesbetreuungsverordnung
INFO-ABENDE: 15. und 21. Februar 2019 | jeweils 18.00 Uhr
KURSSTART: 1. März 2019

WEITERS IM BILDUNGSZENTRUM

Anonyme Alkoholiker

AA-Meeting jeden Dienstag | 19.30 Uhr
Bildungszentrum St. Bernhard, Domplatz 1, 2700 Wr. Neustadt
2. Stock, Seminarraum C

AA-Meeting und **AL-ANON** (Angehörigen Gruppe) **jeden Freitag, 19.30 Uhr** in der Dompropstei, Domplatz 1, 1. Stock rechts (ein Stockwerk unter dem Bildungszentrum)

Anonyme Alkoholiker

Ballettschule im Bildungszentrum St. Bernhard

Kindertanzen, Ballett, Musicaldance,
Ballett für Anfänger und Fortgeschrittene
TERMINE: jeden Montag | 14.00 Uhr und jeden Dienstag | 14.45 Uhr

INFORMATION UND ANMELDUNG:
Andrea Schottleitner, Tel.: 0676 / 933 93 57
andrea@balletttanz.com
www.balletttanz.com

Begegnungs_Cafe

Treffpunkt für Menschen mit Fluchterfahrung, für Migrant/innen und einheimische Bürger/innen

Das Begegnungs_Cafe ist ein offener Begegnungsraum für zwischenmenschlichen Austausch in ungezwungener Atmosphäre ohne Konsumzwang. Alle sind eingeladen, sich der geselligen Runde anzuschließen.

DIE NÄCHSTEN TERMINE:
5. Februar und 7. Mai 2019 | jeweils 15.00 bis 17.00 Uhr
ORT: Nettl-Keller (Dompropstei, Domplatz 1)

wiener neustadt
Bildungszentrum St. Bernhard

Eine Kooperation von Sozialservice der Stadt Wiener Neustadt, Dompfarre und Bildungszentrum St. Bernhard

Einrichtungen der Erwachsenenbildung
der Erzdiözese Wien

Wiener Theologische Kurse
www.theologischekurse.at

Kath. Bildungswerk
www.bildungswerk.at

Studien- und Beratungsstelle für Kinder und Jugendliteratur
www.stube.at

Kirchliches Bibliothekswerk der Erzdiözese Wien
www.kibi.at

Literarische Kurse
www.literarischekurse.at

Anima – Bildungsinitiative für Frauen
www.anima.or.at

Bildungshaus Schloss Großrußbach
www.bildungshaus.cc

Bildungszentrum St. Bernhard
www.st-bernhard.at

FORUM Katholischer Erwachsenenbildung

BMB Bundesministerium für Bildung

IMPRESSUM:

Alleininhaber, Herausgeber, Redaktion, Layout: Bildungszentrum St. Bernhard, 2700 Wr. Neustadt, Domplatz 1, Tel. 02622 / 29 131, Fax 02622 / 29 131-5040, e-Mail: st.bernhard@edw.or.at, Homepage: www.st-bernhard.at
Gestaltung: Narosy KG, www.narosy.at
Druck: Riedel Druck, www.riedeldruck.at

klimaneutral gedruckt
www.druckmedien.at
ID-Nr. 1977379

- gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse" des Österreichischen Umweltzeichens, Riedeldruck GmbH, UW-Nr. 966

ANMELDUNG:
Sie können sich zu allen Veranstaltungen telefonisch (Tel. 02622 / 29 131), schriftlich (Bildungszentrum St. Bernhard, Domplatz 1, 2700 Wiener Neustadt), per Fax (DW 5040), per E-Mail (st.bernhard@edw.or.at), über unser Onlineanmeldesystem auf unserer Homepage (www.st-bernhard.at) oder persönlich in der Rezeption anmelden. Jede Anmeldung ist verbindlich und wird als Platzreservierung vorgemerkt. Für sämtliche Veranstaltungen gibt es Mindest- und HöchstteilnehmerInnenzahlen. Wir behalten uns vor, nach Anmeldeschluss zu entscheiden, ob das Seminar durchgeführt oder abgesagt wird und, bei Überschreiten der HöchstteilnehmerInnenzahl, wer teilnehmen kann. Bei Kursabsagen oder Terminverschiebungen können wir keinen Ersatz für entstandene Aufwendungen leisten.

IRRTUM UND ÄNDERUNG VORBEHALTEN bei allen Veranstaltungsausschreibungen.

STORNOBEDINGUNGEN:
Falls nicht anders angegeben, beträgt die Stornogebühr bei Abmeldungen innerhalb der letzten 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn 50 Prozent des Kursbeitrages. Für Abmeldungen in den letzten drei Werktagen vor Veranstaltungsbeginn und im Falle einer Nichtteilnahme beträgt die Stornogebühr 100 Prozent des Kursbeitrages. Diese Gebühr entfällt, wenn eine von Ihnen genannte Ersatzperson die Veranstaltung besucht.

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung des Bildungszentrums St. Bernhard wird das Einverständnis zur automationsunterstützten Verarbeitung der Daten erteilt.
Unsere **Allg. Geschäftsbedingungen** finden Sie auf www.st-bernhard.at. **Öffnungszeiten des Kurssekretariates:** Dienstag bis Freitag, 9.00 bis 12.00 Uhr und 13.00 bis 16.00 Uhr und vor Veranstaltungen.

OFFENLEGUNG GEMÄSS §25 MEDIENGESETZ:
Medieninhaber: Erzdiözese Wien, Bildungszentrum St. Bernhard, 2700 Wr. Neustadt, Domplatz 1. Unternehmensgegenstand: Erwachsenenbildung.
Grundlegende Richtung des Bildungsanzeigers: Information über Veranstaltungen des Bildungszentrums St. Bernhard

Österreichische Post AG / Sponsoring Post
Absender: Bildungszentrum St. Bernhard, Domplatz 1, 2700 Wiener Neustadt

Nr. 54 | Februar bis Mai 2019
Erscheinungsort: 2700 Wr.Neustadt
Aufgabepostamt: 2214 Auersthal: P.b.b.
Vertragsnummer: GZ 02Z032029 S