

# SEMINARANGEBOTE 2024/25

Lassen Sie sich von den Texten inspirieren für die Bildungsarbeit in Ihrer Pfarre / Gemeinde. Wollen Sie eines der Angebote buchen, wenden Sie sich bitte an Ihre:n Regionalbetreuer:in.

Wir haben die Angebote in Kategorien zusammengefasst:

Eltern/Kind/Familie .....	3
Gesundheit, Sport.....	5
Kunst, Kultur, Literatur .....	6
Persönlichkeit, Lebensbegleitung, Kommunikation.....	7
Politik, Gesellschaft, Wirtschaft.....	14
Senior:innen .....	19
Umwelt und Natur.....	19
Theologie, Spiritualität, Weltanschauung.....	21
ANIMA.....	31

## BILDUNGSGUTSCHEIN

Holen Sie sich am jeweiligen Bildungstag einen Bildungsgutschein für eine Veranstaltung in ihrer Pfarre im Wert von max. €100.

Wie geht das konkret?

- 1) Sie sind an einem der 3 Bildungstage mit dabei.
- 2) Sie wählen aus der Veranstaltungs- und Ideenbörse aus.
- 3) Sie buchen diese am Bildungstag bei ihrem Regionalbetreuer oder ihrer Regionalbetreuerin.
- 4) In den Tagen darauf wird der Termin mit dem Referenten, der Referentin vereinbart.
- 5) Nach der jeweiligen Veranstaltung übermitteln Sie das ausgefüllte Abrechnungsformular und den Auszahlungsbeleg. Daraufhin überweist das KBW der Pfarre das jeweilige Referent:innen-Honorar (max. €100). Pro Pfarre ist nur ein Gutschein einlösbar.





---

# Eltern, Familien, Beziehung

---

## Verstehst du mich?

### Wertschätzende Kommunikation in der Familie

Wie kann Kommunikationsfähigkeit in der Familie gestärkt werden und dadurch eine positive Konfliktkultur fördern? Durch praxisorientierte Übungen und theoretische Inputs lernen die Teilnehmer:innen, Konflikte konstruktiv zu lösen, eine harmonische Familienatmosphäre zu schaffen und wertschätzend miteinander umzugehen. *Diese Veranstaltung ist ein Angebot aus*

**Referent:innen:** Mag. Karin Partel, BA, Mag. Susanne Ettenauer

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV001

---

## Nicht vom Brot allein lebt der Mensch.

### Kommunion feiern und leben

Eine inspirierende Reflexion über die Bedeutung der Kommunion und das Feiern im Alltag. Gemeinsam erkunden wir, wie die spirituellen und sozialen Aspekte der Kommunion unser Familienleben bereichern können.

**Referent:innen:** Michael Beer, Brigitte Knell, Mag. Karin Partel, BA

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV002

---

## Jetzt sind wir wieder gut!

### Konfliktkultur in der Familie, Gemeinschaft und Gesellschaft

Meinungsverschiedenheiten gehören zum Alltag, doch wie können wir diese produktiv nutzen, um Beziehungen zu stärken? In diesem Seminar lernst du Konflikte in Familie, Gemeinschaft und Gesellschaft konstruktiv zu lösen und eine gesunde Konfliktkultur zu entwickeln.

**Referent:innen:** Mag. Karin Partel, BA, Michael Beer, Brigitte Knell

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV003

---

## Ständig online?!

### Medienkonsum und Familienleben

Die heutige digitale Welt bietet unseren Kindern viele Chancen, birgt jedoch auch potenzielle Risiken. Die Notwendigkeit einer fundierten Medienerziehung für Kinder wird immer wichtiger, da sie von klein auf mit einer Vielzahl von verschiedensten Medien und Inhalten konfrontiert werden. Medienerziehung spielt eine entscheidende Rolle dabei, unseren Kindern Fähigkeiten zu vermitteln, die sie benötigen, um zukunftsfit zu werden.

**Referent:innen:** Katharina Antolkovich-Swoboda BEd, Mag. Claudia Umschaden

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV006

## Wertvoll!

### Den eigenen Werten auf die Spur gehen.

Wir Menschen funktionieren, reagieren und richten uns oft nach den anderen und versuchen es allen recht zu machen. Je klarer und bewusster wir unserer eigenen Werte sind, umso besser wird es uns auch gelingen unser eigenes Leben zu gestalten.

**Referent:innen:** Elisabeth Rechberger

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV007

## Ich bin ich und du bist du – Kinder stark machen

### Selbstwert und Selbstvertrauen stärken

Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl sind die Basis für ein gesundes, erfolgreiches Leben. Kinder stark machen für die Herausforderungen des Lebens. Sie dabei unterstützen und begleiten widerstandsfähiger zu werden. Ein Workshop mit praktischen Übungen für den Alltag, wie man sich selbst und seine Kinder stärken kann.

**Referent:innen:** Elisabeth Rechberger

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV008

## Kann man unter Wasser weinen?

### Nachdenken, philosophieren mit Kindern

Fragen wie „Was ist Freundschaft?“, „Warum gibt es Ungerechtigkeit?“, „Was ist Glück?“ haben keine Antwort auf Knopfdruck. Antworten finden sich in weiteren Fragen, im Spüren und miteinander Nachdenken (philosophieren). An diesem Abend werden wir uns gemeinsam solchen Fragen stellen, herausfinden, was Fragen unserer Kinder sind. Mithilfe von Geschichten, Bildern, Spielen und kleinen Übungen nähern wir uns diesen philosophischen Fragen an. Vorkenntnisse nicht erforderlich – Neugier genügt!

**Referent:innen:** Dipl.-Päd. Barbara Radlmair

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV009

## Starke Kinder sind resilient

### Resilienz ist in aller Munde, aber was ist Resilienz?

Wie kann ich mein Kind stärken, damit es aus negativen Erlebnissen gestärkt herauskommt und nicht an ihnen zerbricht? Wir schauen uns die 6 Säulen der Resilienz an: Selbstwahrnehmung – Selbststeuerung – Selbstwirksamkeit – Problemlösefähigkeit – Sozialkompetenz – Bewältigungskompetenz. Zu jeder Säule gibt es praktische Beispiele für den Alltag, um dein Kind ganz konkret in der Resilienz zu fördern. Vortrag mit Austausch!

**Referent:innen:** Mag. Claudia Umschaden

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 0 €, gefördert aus Mitteln des Bundeskanzleramts



Weitere Infos bei: Birgit Rümmele

B99-EKV010

---

# Gesundheit, Sport

---

## Kräuter und Gewürze in der Ernährung

### Weniger Salz für die Gesundheit

Unsere Ernährung enthält viel zu viel Salz. Lernen Sie viele Kräuter und Gewürze kennen und deren Mehrwert für die Gesundheit! Die Liste an Kräuter und Gewürzen, welche Sie zum Kochen nutzen können und damit den Salzgebrauch reduzieren können ist scheinbar unendlich. Viele davon können Sie außerdem selbst anbauen.

**Referent:innen:** Anja Altinger

**Kurstyp:** als Präsenz- oder Online-Veranstaltung buchbar – Vortrag oder Workshop

Material: Beamer, Leinwand (oder adäquate Projektionsfläche)

**Kosten:** 150 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00042

---

## Gesundheit fördern - Stress reduzieren

### Tipps für ein starkes Immunsystem

2 wichtige Themen in der heutigen Zeit, welche sehr eng verbunden sind. Warum ist Stress so schädlich für die Gesundheit, was kann ich dagegen tun? Wie kann ich im Alltag meine Gesundheit fördern, um fit zu bleiben und mein Immunsystem zu stärken?

**Referent:innen:** Anja Altinger

**Kurstyp:** als Präsenz-, Online- oder Hybrid-Veranstaltung buchbar - Vortrag

Material: Beamer, Leinwand (oder adäquate Projektionsfläche)

**Kosten:** 150 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00043

---

## Bluthochdruck/ Diabetes mellitus

### Lerne deine chronische Erkrankung besser kennen

Chronische Erkrankungen begleiten einen das restliche Leben. Lernen Sie die Krankheit besser verstehen. UND: Was können Sie selbst zu einem positiven Krankheitsverlauf beitragen!

**Referent:innen:** Anja Altinger

**Kurstyp:** als Präsenz-, Online- oder Hybrid-Veranstaltung buchbar - Vortrag

Material: Beamer, Leinwand (oder adäquate Projektionsfläche)

**Kosten:** 150 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00041

---

---

# Kunst, Kultur, Literatur

---

## **RICHARD III. vom schäggsbia und der frau franzi**

**...er is goaschdig, foesch und gemein – owa gerecht!**

Mit ihrer erfrischenden, humorvollen Art lässt sie uns teilhaben an ihren hintergründigen Lebenserfahrungen und -weisheiten. Information wird Unterhaltung - Unterhaltung wird Information. Mit frau franzi dürfen wir lieben leiden und sterben vor allem aber lachen!

**Referent:innen:** Marika Reichhold

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 550 €, mindestens bzw. Eintrittsbeteiligung 70:30, zuzüglich Fahrtspesen

Weitere Infos bei: Silvia Zamecnik

B99-B00109

---

## **a gribbmschbü**

**Ein bisserl ein verrücktes Weihnachtsprogramm.**

Mit ihrer erfrischenden, humorvollen Art lässt frau franzi uns teilhaben an ihren hintergründigen Lebenserfahrungen und -weisheiten. Information wird Unterhaltung - Unterhaltung wird Information. Mit frau franzi dürfen wir lieben, leiden und sterben, vor allem aber lachen!

**Referent:innen:** Marika Reichhold

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 550 €, mindestens bzw. Eintrittsbeteiligung 70:30, zuzüglich Fahrtspesen

Weitere Infos bei: Silvia Zamecnik

B99-B00110

---

## **Das Ziel ist im Weg**

**Kabarett als großes Kino, ohne Leinwand - das gibt's nur bei BlöZinger.**

Robert Blöchl und Roland Penzinger, zusammengenommen „BlöZinger“, sind die Erfinder und Großmeister des KopfKinoKabarett. Ein Film. Live gespielt auf der Bühne. Mit einem Minimum an Requisiten. Und einem Maximum an Ideen.

**Referent:innen:** Robert Blöchl

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten** und Anmeldung für einen Kabarett-Abend über die Agentur "zentrale. - Finsterer & Zauner OG", Staudgasse 89/12, 1180 Wien

Weitere Infos bei: Josef Redl

B99-B00112

---

## **Der Hoffnungsvogel**

**Ein Workshop mit Kinder- und Jugendliteratur**

In (kinder-)literarischen Texten wird der Hoffnung nachgespürt. In diesem Workshop wird ein aktuelles Kinderbuch, „Der Hoffnungsvogel“ von Kirsten Boie, mit seinen unterschiedlichen erzählerischen Dimensionen (Text, Bild und Hörversion) vorgestellt.

**Referent:innen:** Mag.a Dr.in Sonja Loidl

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 150 €

Weitere Infos bei: Claudia Umschaden

B99-E00012

---

---

# Persönlichkeit, Lebensbegleitung, Kommunikation

---

## Wie geht gutes Leben?

Ein gutes Leben ist mehr als Wellness und Konsum. Die Moderne beschert uns Wohlstand, Gesundheit, Freizeit und Sicherheit, wovon frühere Generationen nur träumen konnten. Doch es gibt Begleiterscheinungen, die uns ein Unbehagen verursachen: Anhand eines Landkarten-Modells von Ch. Hutter befassen wir uns mit 5 „Ländern“ unseres Lebens, die beschreiben, was wir brauchen, damit wir ein erfülltes Leben führen können: Ein Bewusstsein für uns selbst, Beziehungen und Bindung, gesellschaftliche Mitbestimmung, Spiel und Erholung, Sinn im Leben. Die Teilnehmenden können für sich überlegen: Welches dieser Länder ist bei mir gut aufgestellt, welches hat noch Aufholbedarf und wie komme ich dort hin?

**Referent:innen:** Traude Reinwein

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-G00030

---

## Der Weg der kleinen Schritte

### 7 Resilienzfaktoren

Resilienz ist die Fähigkeit optimal mit Krisen, Misserfolgen oder Niederlagen umzugehen, sie nicht nur zu überleben, sondern daraus zu lernen. Kleine Schritte, wie hoffen, helfen, Hilfe annehmen, lachen oder handeln, bringen uns ins Gleichgewicht. Die Veranstaltung hilft zu sehen und erspüren, wie viele Möglichkeiten zur Krisenbewältigung ich zur Zeit zur Verfügung habe. Sie zeigt auf deine Wachstumsfelder nach dem Motto „Spare in der Zeit dann hast du in der Not.“ Sie macht bewusst, dass man gerade in gute Zeiten Kraft und Fähigkeit für Resilienz sammeln kann und soll.

**Referent:innen:** Gertrude Stagl

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00052

---

## Glück für Heimwerker:innen

### Material und Handwerk des Glück-Schmiedens

Glückserleben ist nicht primär eine Frage günstiger Zufälle, es ist maßgeblich eine Frage von Einstellung, Entschluss und Handeln. Wie Sie selbst zu "Ihres Glückes Schmied" werden und Ihre Biografie als Ressource nutzen können, erfahren Sie in einem interaktiven Vortrag.

**Referent:innen:** Mag. (FH) Brigitte Schönsleben-Thiery, Christoph Schönsleben

**Kurstyp:** Präsenz 2,5 Std. - interaktiver Vortrag - Theorie, Input, Übungen, Reflexion

Material: Leinwand, Flipchart

**Kosten:** 280 €

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00051

---

## Schätze heben und leben

Die Schätze - Stärken sind schon in jeder und jedem von uns angelegt – deswegen „heben“. Und es geht ums LEBEN – genau da in meinen Alltag sollen sie einfließen. In das was ich mir selber Gutes tue, in meine Arbeit in meine Beziehungen, weil dann das Leben mehr Freude macht. Die Einladung ist sich mal die Zeit zu nehmen und bewusst die eigenen Persönlichkeitsstärken zu benennen.

**Referent:innen:** Gertrude Stagl

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Claudia Umschaden

B99-G00053

## Keine Angst vor der Angst

### Wie wir mit Angst umgehen und unser Vertrauen ins Leben stärken können

Angst ist für uns überlebens-notwendig. Wie können wir mit diesem ungeliebten Gefühl sinnvoll umgehen? Wie können wir mit unserer Angst sinnvoll umgehen? Welche Schutzmechanismen können wir entwickeln? Diesen Fragen werden wir im Workshop nachgehen. Außerdem werden wir einfache Übungen kennen lernen, die helfen, unsere Angst zu steuern und unsere Zuversicht und unseren Mut zu stärken.

**Referent:innen:** Traude Reinwein

**Kurstyp:** Präsenzkurs . Workshop

Material: Flipchart

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-G00018

## Schöpferisch im Beruf: Job Crafting für ein sinnerfülltes Arbeitsleben

### Wie Sie Ihre berufliche Rolle sinnvoll gestalten

Job Crafting ermöglicht es, den eigenen Job so anzupassen, dass er besser den persönlichen Vorstellungen entspricht. Indem man die eigene Rolle aktiv gestaltet, lässt sich langfristig mehr Zufriedenheit und Sinn im Arbeitsalltag finden. (Kwas & Zach) In unseren Keynotes und Workshops vermitteln wir Ihnen Werkzeuge zur positiven Gestaltung Ihres Arbeitsplatzes, um mehr Zufriedenheit und Motivation zu erfahren. Gemeinsam erarbeiten wir die Bedeutung von sinnerfülltem Arbeiten und welche Möglichkeiten Ihnen zur Verfügung stehen, damit Sie an Ihrem Arbeitsplatz schöpferisch agieren können.

**Referent:innen:** Mario Kwas, MA BA, Lisa Zach, BSc MSc

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop

**Kosten:** 180 €, mind. 6 TN

Weitere Infos bei: Silvia Zamecnik

B99-G00055

## Sei gut zu dir, wir brauchen Dich!

### Selbstfürsorge als Grundlage liebevoller Beziehungen

90 Minuten interaktiver Vortrag mit den Inhalten Selbstfürsorge, Fürsorge-Hierarchie, Selbstwertgefühl, Tankstellen & Vampire, Integrität vs. Kooperation, Prioritäten setzen & Abgrenzung

**Referent:innen:** Linda Syllaba

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** Vortrag oder Lesung inkl. Talk; 90 Minuten: 420,-€ , Workshop 2,5 Stunden: 696,-€

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00036



## Wenn du einen Fehler an mir findest, darfst du ihn behalten

### Resilienz

"Hoffnung in schwierigen Zeiten" findet, wer genug Vertrauen in sich spürt. Sicherheit in unsicheren Zeiten findet, wer gut mit sich selbst verbunden ist. Vertrauen und Sicherheit sind manchen Menschen abhanden gekommen. Sie sind nicht mehr resilient. Im Vortrag erfahren Sie mehr über Schlüsselfaktoren, die Ihre Resilienz fördern. Sie erhalten einige praktische Übungen dazu, die wir gleich anwenden. Dabei geht es nicht darum, eine einzige richtige Lösung zu finden, sondern den nächsten Schritt in die richtige Richtung zu setzen. Der gemeinsame Austausch und Reflexionsprozess lenken den Blick auf eigene Kompetenzen und Ressourcen.

**Referent:innen:** Mag.a Anna Elisa Malleier-Obermair

**Kurstyp:** Präsenzkurs, Vortrag, Gesprächsrunde

**Kosten:** Honorar nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-G00029

## Der 3-fache Weg: zu mir selbst, zu den Mitmenschen, zu Gott

### Das dreifache Liebesgebot Jesu ins Leben zu bringen

Das eigene Leben von seiner Ohnmacht und Stressbelastung zu befreien, durchatmen und genießen. Jede der 3 Beziehungen zu gestalten ist ein Stück Arbeit. Hilfreiche Handwerkzeuge werden kennengelernt, wie gewaltfreie Kommunikation, Nein-Sagen-Lernen, Wertschätzung ausdrücken und Einander-zu-verstehen-Versuchen.

**Referent:innen:** Gertrude Stagl

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Claudia Umschaden

B99-G00023

## Die Kraft der Vergebung

### Kränkungen überwinden und befreiter leben

Impulsvortrag: Kränkungen (Warum tut es so weh, Formen, Auswirkungen): Zusammenhang Kränkung – Aggressionen gegen mich selbst und Andere – Vergebung / Liebesgebot – Selbstliebe / Vergebung in Gebeten / Begriffe Vergebung – Verzeihung und Versöhnung / Vergebung – falsche Vorstellungen, Vor- und Nachteile von NICHT-Vergeben, Chancen der Vergebung

**Referent:innen:** Ing. Friedrich Kopitar

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-G00031

## Das Glück ist kein Vogerl!

### Was wir selbst dafür tun können, dass es uns gut geht.

Glück als Gefühl und Lebenszustand ist wie ein Garten, auch unbearbeitet und „zufällig“ wächst dort das eine oder andere nützliche Kraut. Der Ansatz der positiven Psychologie ist ideologiefrei und pragmatisch und beginnt sich auch als Schulfach zu etablieren.

**Referent:innen:** Mag. (FH) Brigitte Schönsleben-Thiery

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00043

## **Scheiter heiter!**

### **Mit einer guten Fehlerkultur erfrischend mutig Neues wagen!**

Was tun wir nicht alles in unserem Leben aus Angst vor Peinlichkeit und Scheitern! Aber haben Sie einem einjährigen Kind beim Spielen oder beim Gehen lernen zugesehen? In diesem Seminar setzen wir uns mit dem auseinander, was uns blockiert und was uns ermutigt, und wir fächeln unserer Neugier und unserem Mut frischen Wind unter die Schwingen!

**Referent:innen:** Mag. Gerhard Sprinzel, Mag. (FH) Brigitte Schönsleben-Thiery

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00044

## **... denn das Glück ist immer da**

### **Glück ist ein inneres Land, das wir jederzeit betreten können. (Sabine Standenat)**

Kann das stimmen? Und warum brauchen wir dann Ratgeber, um glücklicher zu werden? Warum merken wir Glück oft erst im Nachhinein oder versuchen, ihm atemlos nachzujagen? Und wie ist das mit dem Spruch: Jeder ist seines Glückes Schmied? Sie experimentieren in diesem Seminar mit der Leichtigkeit des Glücks und probieren aus, was Sie davon für Ihr Leben mitnehmen wollen.

**Referent:innen:** Martina Reiterer MBA

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00039

## **Humor in der Krise**

### **Was wir vom Clown lernen können**

Lachen, wenn einem zum Heulen ist? Gerade in Krisenzeiten ist Humor eine wertvolle Ressource, die neue Perspektiven eröffnen, innere Distanz schaffen und Erleichterung bringen kann. Vielleicht können wir uns etwas von der Haltung des Clowns abschauen.

**Referent:innen:** Mag. Constanze Moritz

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00047

## **Sei der Held deines Lebens**

### **Das eigene Glück gestalten – ein „Glückshandwerkerkurs“ für Männer**

Glück „machen“? Gibt's nicht – Glück passiert! Wie die Glücksforschung zeigt, können wir jedoch ca. 40 % unseres Glücks selbst in die Hand nehmen. Wir werden uns an den beiden Abenden auf eine spannende Reise begeben und uns mit positiven Emotionen, unseren Werten und Stärken und dem Thema Dankbarkeit im Alltag in Form von praktischen Übungen beschäftigen.

**Referent:innen:** Mag. Gerhard Sprinzel

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00045

## **Der Wandel beginnt mir Dir!**

**Sei Du selbst die Veränderung, die Du Dir wünschst.**

Unsere Gesellschaft hat sich in den letzten Jahrzehnten rasant und deutlich verändert. Wir haben viel Freiheit gewonnen, zu wählen, wie wir unser Leben gestalten wollen - ob in Bezug auf Arbeit, Familie, Materielles oder unsere Beziehungen. Gleichzeitig ist damit die Verantwortung größer geworden, die Konsequenzen unserer Wahl zu tragen. Vielen Menschen ist die Dimension dieser Tatsache nicht bewusst, und so „wandelt“ es sie – bis hin zum persönlichen „Ausbrennen“. Um die Selbstbestimmung wahrnehmen zu können, von der wir träumen, braucht es bewusste Auseinandersetzung damit, welche Dynamik am Wirken ist. Erst dann können wir proaktiv unsere Visionen leben und uns frei fühlen.

**Referent:innen:** Linda Syllaba

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 420 €

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00037

## **Lebensfreude rein - Alltagsstress raus**

**Entdecken Sie die Freude des Lebens!**

Ein Leben in Balance und Freude – ist das möglich? Ja, füllen Sie Ihren Tag mit Leichtigkeit und verlieren Sie die Lebensfreude nicht aus Ihren Augen. Lernen Sie Strategien zur Stärkung der mentalen Gesundheit und zur Selbstfürsorge kennen. Die Teilnehmenden erhalten Werkzeuge, um in Einklang mit sich selbst zu kommen. Sie entdecken Wege, um Lebensfreude, Leichtigkeit, Genuss und Zufriedenheit zu aktivieren. Sie können ihre Energiequellen identifizieren und nutzen, um so ein erfülltes und glückliches Leben zu führen. Durch das Erlernen einer optimistischen Grundeinstellung können sie Situationen anders wahrnehmen und mit mehr Zuversicht und Hoffnung bewältigen. Sie erfahren, wie Sie Stress abbauen und ihre Lebensfreude steigern.

**Referent:innen:** Martina Reiterer MBA

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00038

## **Verzeihen und Versöhnung: eine Herausforderung?**

**Wie finden wir wieder zueinander nach einem heftigen Konflikt?**

„Das verzeihe ich nicht!“ Hoffnungslos verfeindet – so endet mancher Konflikt für die Betroffenen. Sind Beziehungen erst einmal beschädigt, ist eine Versöhnung oft unvorstellbar. Doch Brücken lassen sich auch über tiefe Gräben bauen.

Am Ende des Seminars sehen Sie klarer in Bezug auf ihre eigenen Beweggründe in einem Streitfall und verstehen besser, welche Motivationen Ihr Gegenüber hatte. Diese neue Sichtweise hilft Ihnen, Ihren Groll loszulassen, innerlich mit dem Vorgefallenen abzuschließen und den ersten Schritt in Richtung Versöhnung zu machen. Das intensive Gesprächstraining im Rahmen des Seminars unterstützt Sie beim Wiederaufbau Ihrer Beziehung zum Konfliktpartner/zur Konfliktpartnerin.

**Referent:innen:** Mag. Dominique Kerschbaumer-de Valon

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00048

## **Der FRIEDE sei in MIR**

### **Seinen inneren Frieden gestalten und zufrieden leben**

Wie findet man zu mehr Selbstzufriedenheit und trägt dadurch zum Frieden in seinem Umfeld bei. Der Auftrag "Liebe dich selbst" bedeutet auch, sich mit diesem Thema aktiv zu beschäftigen. Was kann ich selbst zu meinem inneren Frieden beitragen?

**Referent:innen:** Ing. Friedrich Kopitar

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00010

## **Die Kraft des inneren Lächelns**

### **Der Weg der Achtsamkeit**

Stehen sie unter Stress? Fehlt ihnen innere Zufriedenheit und Ausgeglichenheit? Mit der Kraft des inneren Lächelns, können sie ihre körperlichen und mentalen Ressourcen stärken. Durch einfache Übungen aktivieren Sie ihre inneren Kraftquellen und Ihre Ressourcen. Sie stärken den gesamten Körper von Kopf bis Fuß. Die Kraft des inneren Lächelns führt zu mehr Ruhe und Ausgeglichenheit, stärkt die Immunabwehr und lässt das innere Lächeln nach außen strahlen. Das innere Lächeln ist eine wahre Burnout-Prävention.

**Referent:innen:** Martina Reiterer MBA

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00040

## **Besser streiten**

### **Das Modell der Gewaltfreien Kommunikation von M. Rosenberg – Theorie und praktische Übungen**

Entscheidend für den positiven Ausgang eines Konfliktes ist eine gute Gesprächsbasis. In diesem kurzen Workshop lernen Sie einige einfache Werkzeuge aus der Methode der Gewaltfreien Kommunikation kennen, mit denen es gelingt, Eskalationen zu vermeiden und einen Konsens zu finden.

**Referent:innen:** Mag. Dominique Kerschbaumer-de Valon

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00007

## **Was uns wirklich nährt**

### **Emotionalen Hunger erkennen und Selbstfürsorge leben**

Fühlen Sie sich manchmal unzufrieden trotz der Fülle rundum? Emotional hungrig? Was nehmen Sie mit: Unterschiede erkennen zwischen emotionalem und körperlichem Hunger. Gründe entdecken für emotionalen Hunger und ein Selbstfürsorgeprogramm starten. Klarheit darüber finden, was wirklich nährt und stärkt. Für Balance und ein persönlich passendes Maß in allen Lebensbereichen sorgen.

**Referent:innen:** Andrea Löw

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag, Workshop

**Kosten:** 200 €, Mindesthonorar 200

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00049

## Lustvoll Stress bewältigen

### Mit Humor und Leichtigkeit durch den Alltag

Der Alltag kann manchmal ganz schön herausfordern und stressig sein. Bei diesem Workshop stellen wir die Dinge mal auf den Kopf: Wir probieren neue Blickwinkel aus, entdecken den Clown in uns und lassen uns von ihm inspirieren: achtsam im Hier und Jetzt ankommen, spielerisch auf den Alltag schauen, auf kreative Weise neue Handlungsspielräume erforschen. Methoden aus Clownerie und Coaching, Körper- und Achtsamkeitsübungen, Reflexion und Austausch, sowie Wissenswertes über Humor, Clownerie und Stressbewältigung unterstützen uns dabei, wieder mehr Humor und Leichtigkeit im Alltag zu finden.

**Referent:innen:** Mag. Constanze Moritz

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00046

## Herzenswege zum Inneren Kind.

### Inneres Kind und erwachsenes Ich – ein gutes Team!

In jeder und jedem von uns lebt ein inneres Kind, das sich über Gefühle und Stimmungen ausdrückt, das sich danach sehnt, gesehen und angenommen zu werden in seiner Eigenart und mit seinen Bedürfnissen. Wir spüren wieder, was wirklich wichtig ist.

Innere-Kind-Arbeit ist in erster Linie Arbeit am Erwachsenen-Anteil, der Entscheidungen trifft, den Überblick behält und Werte wie Selbstverantwortung, Respekt und Achtsamkeit lebt. Er sorgt für Selbstregulation, Flexibilität und Weitsicht, ist verlässlich und vorausschauend. Die inneren Anteile in dieser Weise zu betrachten, verhilft zu Klarheit, Mut und Herzkraft.

**Referent:innen:** Andrea Löw

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 200 €

Weitere Infos bei: Sabine Tippow

B99-G00041

## Letzte Hilfe Kurs – Am Ende wissen, wie es geht.

### 4 Stunden Empowerment und Wissen

Das Lebensende und das Sterben machen uns als Menschen oft hilflos. Letzte Hilfe Kurse haben zum Ziel, dass Menschen (wieder) lernen, was sie für ihre Mitmenschen tun können. Wissen um Letzte Hilfe und Umsorgung von schwerkranken und sterbenden Menschen muss (wieder) zum Allgemeinwissen werden. Letzte Hilfe Kurse vermitteln Basiswissen und Orientierung und zeigen einfache Möglichkeiten der Unterstützung auf. Letzte Hilfe Kurse sind nicht zuletzt auch eine Befähigung für das eigene Leben und Lebensende vorzusorgen. In Bezug auf Sterben, Tod und Trauer gilt: Es betrifft jeden Menschen. Und, was alle angeht, können nur alle angehen! Somit sind Letzte Hilfe Kurse ein Baustein zur Stärkung und Entwicklung von Caring Communities..

**Referent:innen:** 2 Kursleiter:innen von Letzte Hilfe Österreich, Kontakt: Manuela Straub

**Kurstyp:** Präsenzkurs (4 Std.)

Material: Beamer, Leinwand

**Kosten:** 250 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00001

---

# Politik, Gesellschaft, Wirtschaft

---

## Die transatlantischen Beziehungen

### Ein Neuanfang

Vier Jahre Trump haben dafür gesorgt, dass die Beziehungen zwischen den USA und Europa eine Eiszeit erfahren haben. Nach der Wahl Bidens versprach dieser eine Wiederaufnahme der Beziehungen mit den Worten „we are back!“. Ob dieses Versprechen gehalten werden konnte und ob die USA sich mit ihren eigenen innenpolitischen Konflikten noch als zuverlässiger Partner Europas beweisen können, soll in diesem Vortrag diskutiert werden.

**Referent:innen:** Mag. Andre Jesinghaus

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00003

## Verschwörungsdenken und Verschwörungsmymen

### Eine Auseinandersetzung

Gesellschaftliche, politische, wirtschaftliche Folgen der Corona-Krise sind noch nicht gänzlich abzuschätzen. Menschen sind verunsichert, mit der Situation überfordert, haben Existenzängste, fühlen sich hilflos ausgeliefert. Manche fragen, ob sie überhaupt über ihr Leben bestimmen können. Sehnsucht nach Gewissheit und einfachen Antworten steigt. Hier helfen Verschwörungsdenken und entstehende (od. bestehende) Verschwörungstheorien. Wir setzen uns mit diesen aus unterschiedlichen Perspektiven auseinander:

- \* Begriffliche Annäherung und Klärung
- \* Warum glauben Menschen an Verschwörungstheorien?
- \* Umgang mit Personen, die solche Theorien und Mythen vertreten

**Referent:innen:** Mag. Robert WurZRainer, Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00007

## Fake oder Fakt?

### Was soll ich glauben?

Ob Klimakrise, Corona-Pandemie, Finanzkrise, ... jeden Tag überschwemmen uns Nachrichten aus aller Welt! – Was können wir davon glauben?

In dieser Veranstaltung bekommen Sie einen kleinen Einblick in die Zusammenhänge in der (österreichischen) Medienlandschaft. Ihnen werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie Quellen checken können und auch welche Medien und Internetplattformen sich auf die Überprüfung von Fake oder Fakt spezialisiert haben. Anhand aktueller Beispiele können Sie diese Methoden ausprobieren.

**Referent:innen:** Maria Kvarda, Mag. Manfred Zeller

**Kurstyp:** Dieses Angebot ist sowohl für Präsenz- als auch Online-Veranstaltungen buchbar.

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00023

## **Haltung zeigen - Grenzen setzen - Sicherheit geben => Hoffnung stärken**

### **Die Hoffnung entsteht in uns selbst und entwickelt sich ins Außen**

Will ich die äußeren Umstände ändern, muss ich mich verändern! Welche Auswirkungen hat es, wenn man seine persönlichen Grenzen kennt und setzt? Kann man dadurch innere Haltung und Stärke wieder festigen, um hoffnungsvoll in die Zukunft zu sehen? Die Teilnehmer:innen können sich Anwendungsmöglichkeiten mitnehmen, wie sie ihre eigenen Grenzen erkennen und diese nach Außen kommunizieren, ohne als unsympathisch, böse oder unbeliebt in Erscheinung zu treten. Das Bewusst sein, dass es für das Umfeld manchmal sogar angenehmer ist, wenn die eigenen Grenzen und die innere Haltung klar zum Ausdruck gebracht werden. Das gibt Sicherheit für alle Beteiligten und beugt Konflikten vor.

**Referent:innen:** Anita Hainzl

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-G00017

## **Extremismus - noch immer ein Problem ...**

### **Ein Riss durch die Gesellschaft**

Wie äußert sich Extremismus? Wie kann ich ihn erkennen und bekämpfen? Welche Erfahrungen macht man im Alltag mit Extremismus? Diesen und weiteren Fragen möchte ich nachgehen und mit Ihnen über das Thema diskutieren.

**Referent:innen:** Mag. Andre Jesinghaus

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00002

## **Gespaltene Gesellschaft - muss das sein?**

Die vergangenen Jahre haben große Herausforderungen gebracht. Durch das Auftreten von Corona wurde unser Leben massiv beeinflusst. Ausgehend von den persönlichen und gesellschaftlichen Herausforderungen sollen der Abendvortrag und die anschließende Diskussion dabei helfen, miteinander ins Gespräch zu kommen, einander zuzuhören sowie unterschiedliche Standpunkte zuzulassen und auch auszuhalten.

**Referent:innen:** Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00026

## **Fake News und Verschwörungstheorien**

In unserer Gesellschaft sind „alternative Fakten“ bzw. Fake News sowie Verschwörungserzählungen ein einflussreiches Phänomen. Nach einer begrifflichen Annäherung wird unter anderem der Frage nachgegangen, welche Funktionen Fake News und Verschwörungstheorien für Menschen haben können und wie man mit Personen umgehen kann, die entsprechende Informationen verbreiten.

**Referent:innen:** Mag. Robert WurZRainer, Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00029

## Woher weiß der Hausverstand das, was er mir sagt?

„Das sagt mir ja, mein Hausverstand!“ – ist eine Aussage, die wir immer wieder hören, oder selbst verwenden. In diesem Vortrag wird der Frage nachgegangen woher der Hausverstand weiß, was er mir sagt. Hat er immer recht, oder kann er sich auch irren?

**Referent:innen:** Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00031

## Weniger ist Care!

### Trotz Reduktion in Fülle leben.

Unser Besitz besitzt uns. Wir haben viel, oft zu viel, und müssen sehr viel Zeit darauf verwenden, dieses Viele zu versorgen. Eine Verminderung kann mir wertvolle Care-Zeit schenken: Zeit für die Sorge um mich selbst, um Menschen, die mir lieb sind. Dieser Abend inspiriert uns zu Überlegungen, wie Reduktion gelingen kann und welche spirituellen Impulse die Bibel dafür gibt.

**Referent:innen:** Hermine Scharinger

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** kfb Honorar

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00059

## Auf den Spuren von Care in meinem Ort

### Was bedeutet Care-Arbeit?

Nach einer kurzen Einführung machen wir uns „auf die Reise“, um an Stationen in Ihrem Ort, die wir vorher gemeinsam mit Ihnen aussuchen, unser Thema zu beleuchten. Wo passiert medizinische Versorgung, Bildung, gegenseitige Fürsorge? Wie sieht es mit der Bezahlung für Sorgearbeit aus? Welche Rolle spielt die Politik? Wir betrachten auch die Auswirkungen der globalen Migration von Care-ArbeiterInnen.

**Referent:innen:** Traude Reinwein, Gertrude Täubler

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00062

## Gemeinsam entscheiden - wie geht das?

### Die soziokratische Konsent-Methode spielerisch erlernen

Soziokratische Organisationen heißen "kreisförmig", weil sie sowohl von top-down, als auch von bottom-up gesteuert werden. Also "gemeinsam". Mehr denn je brauchen wir Methoden des Miteinander, die unsere Hoffnung stärken, die kommenden Krisen gemeinsam bewältigen zu können. Mit dem Brettspiel "Keep the Balance - das Konsentspiel" <https://keepthebalance.games/> kann das erste Basisprinzip dieser kooperativen Kulturtechnik spielerisch kennengelernt werden - der KONSENT.

**Referent:innen:** Barbara Strauch, Luise Ogrisek, BA

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop

Material: Beamer, Leinwand, Flipchart

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00097



## Gesellschaft im Wandel

### Wie ein Grundeinkommen unser Zusammenleben verbessern könnte

Die Angst ist im Vormarsch, Menschen fühlen sich hilflos. Sie fürchten, die Kontrolle über ihr Leben zu verlieren. Was kann Sicherheit geben? Eine durch ein Grundeinkommen gesicherte Existenz wäre hier schon eine große Hilfe. Die Teilnehmer:innen erfahren, was ein echtes BGE bedeutet. Sie können die Begriffe "Grundsicherung", "Sozialleistungen" und "Grundeinkommen" unterscheiden. Damit wird ihre Mündigkeit als Wähler:innen und aktive Partizipation in einer Demokratischen Gesellschaft gestärkt.

**Referent:innen:** Roswitha Minardi MBA

**Kurstyp:** als Präsenz-, Online- oder Hybrid-Veranstaltung buchbar - Vortrag, Workshop  
Material: Beamer, Leinwand, Laptop, Flipchart

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00104

## Leuchtturm der Hoffnung

### Der Schlüssel zur gelungenen Digitalisierung

In einer Welt voller Herausforderungen und Unsicherheiten suchen wir nach Hoffnung und Orientierung. Der Vortrag "Leuchtturm der Hoffnung" zeigt auf, wie Digitalisierung als Chance genutzt werden kann, um eine bessere Zukunft zu gestalten.

Der weit verbreitete Satz "Früher war alles besser" trügt. Tatsächlich hat sich die Welt in den letzten Jahrzehnten in vielerlei Hinsicht zum Positiven entwickelt. Armut, Hunger und Krankheiten sind zurückgegangen, die Lebenserwartung ist gestiegen und die technologischen Möglichkeiten haben sich exponentiell vervielfältigt. Der Vortrag "Leuchtturm der Hoffnung" beleuchtet diese Phänomene und zeigt anhand von Fakten, dass die Welt von heute keineswegs schlechter ist als die Vergangenheit.

**Referent:innen:** Niklas Schügerl

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag  
Material: Beamer, Leinwand

**Kosten:** 100 €

Weitere Infos bei: Claudia Umschaden

B99-B00108

## Die Welt ins Dorf holen!

### Weltkirche leben in globaler Partnerschaft

„Weltkirche“ ist ein Grundbegriff in der internationalen Arbeit der katholischen Kirche.

Weltkirchliche, globale Beziehungen machen die weltweite Verbundenheit der katholischen Ortskirchen konkret erfahrbar. Bei diesem Vortrag erfahren Sie mehr darüber

- was man eigentlich unter „Weltkirche“ versteht: Weltkirche als „Glaubens-, Lern- und Solidargemeinschaft“

- wie „Weltkirche“ in der Erzdiözese Wien gelebt wird: Afrikanische / asiatische / lateinamerikanische Gemeinden in Wien, Hilfswerke, Aktionsgruppen, Bildungs- und Begegnungsangebote

- wie Sie konkret „die Welt ins Dorf holen“ können: Globale Partnerschaften, wirksame finanzielle Hilfe, interkulturelle Begegnungen und Reisen, Freiwilligeneinsätze

**Referent:innen:** Mag.a Elisabeth Charlotte Palugyay, Mag. Christian Zettl

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00130

## Dem Österreichbewusstsein auf der Spur.

Aus Anlass der 70. Wiederkehr (2025) des Österreichischen Staatsvertrags im Jahr 1955.

Vor gut drei Jahrzehnten herrschte in der Politik große Aufregung, weil explizit eine österreichische Identität in Frage gestellt wurde bzw. wie eine solche aussehen sollte. Lassen Sie sich auf eine Reise ein, wie die Österreicher lernten, Österreicher zu sein.

**Referent:innen:** Mag. Josef Redl

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Josef Redl

B99-B00113

## Religion in der Schule

### Eine wachsende Herausforderung?

Die religiöse und nicht-religiöse Vielfalt in Österreich stellt das Konzept des konfessionellen Religionsunterrichts bisweilen vor große Schwierigkeiten, denen auf unterschiedliche Weise begegnet wird. Welche Konzepte und Positionen werden im Blick auf diese Fragen vertreten, welche Interessensgruppen werden dabei gehört – und welche nicht? Zudem sollen auch alternative Modelle diskutiert werden, die oftmals in der Diskussion nicht wahrgenommen werden.

**Referent:innen:** Mag. Robert WurZRainer

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00129

## Bereit, eine inklusive Pfarre zu werden?

### Wir dürfen queere Menschen nicht länger von Gott fernhalten.

Das Angebot Gottes an die Menschen gilt für alle, aber viele haben die Hoffnung verloren, weil die Kirche sie über Jahrhunderte verurteilt und ausgeschlossen hat. Was können wir tun, um ihnen das gute Gefühl zu geben, dass sie dazugehören? Wir nähern uns dem Thema ohne den moralischen Zeigefinger zu erheben und hinterfragen, woher eventuelle Vorurteile kommen.

**Referent:innen:** Dr.in Brigitte Krupitza

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00135

## Resilienz und Ressourcen stärken

### Tools zur Entspannung

Wenn der Alltag herausfordernd wird, die Ressourcen knapp werden und die Kräfte nachlassen, braucht es Werkzeuge, um wieder aufzutanken zu können. Viele Menschen klagen über zunehmenden Stress, hoffnungslose Überlastung und Perspektivlosigkeit. Einfach zu erlernende und effektive Entspannungsübungen geben dir in kurzer Zeit die notwendige Ruhe und Gelassenheit, um klar denken zu können und wieder in Balance zu kommen. Die detaillierten Beschreibungen bringe ich für späteres Üben mit.

**Referent:innen:** Dr.in Brigitte Krupitza

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-G00050

---

# Senior:innen

---

## Zuhause im Alter

### Pflege von Angehörigen und Lösungsansätze

Ich komme im Alter daheim nicht mehr gut zurecht – könnte Hilfe brauchen.

Ich kümmere mich zu Hause um einen Angehörigen, könnte dabei Hilfe bzw. Informationen gebrauchen.

Finden Sie sich in einer dieser Aussagen wieder?

Dieser Vortrag zeigt sowohl bereits Betroffenen bzw. pflegenden Angehörigen mögliche Unterstützungsangebote auf. Kann aber auch zur vorsorglichen Information genutzt werden, um so lange wie möglich zu Hause bleiben zu können.

**Referent:innen:** Anja Altinger

**Kurstyp:** als Präsenz-, Online- oder Hybrid-Veranstaltung buchbar - Vortrag

Material: Beamer, Leinwand (oder adäquate Projektionsfläche)

**Kosten:** 150 €

Weitere Infos bei: Beatrix Auer

B99-C00011

---

# Umwelt und Natur

---

## Sensenmähen: Gut für Natur und Gesundheit

### Praktischer Einführungskurs

Bei dem vierstündigen Einführungskurs lernen die Teilnehmer, was das Material können muss, wie man richtig mäht und die Sense wetzt. Wer mit der Sense mäht, tut nicht nur nützlichen Insekten Gutes, sondern kräftigt auch seinen Körper.

**Referent:innen:** Peter Plochberger

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 70 €, pro TN, mindestens 5 TN

Weitere Infos bei: Silvia Zamecnik

B99-B00114

---

## Wildbienen im Hausgarten fördern

### Artenschutzhaltung = Erhaltung der Lebensräume = eine gesunde Natur

Wildbienen sind Anzeiger und unter anderem Garant für ein gesundes Umfeld in dem es sich gut leben lässt. Was ich aktiv dazu beitragen, um möglichst viele Insektenarten in meinem Hausgarten sich wohl fühlen und erhalten bleiben.

Die Achtsamkeit für die kleinen Helfer und Freunde in der Natur, die meine Grundversorgung zum Beispiel mit Obst und Gemüse sichern. Durch das Begreifen der Zusammenhänge in der Natur kann man sich selbst als ein Teil von ihr erleben und sehen.

**Referent:innen:** Irene Maurer

**Kurstyp:** als Präsenz- oder Online-Veranstaltung buchbar - Vortrag

Material: Leinwand (oder adäquate Projektionsfläche)

**Kosten:**

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00081

---

## **Philosophische Beleuchtung: Wo ist Oben, wo Unten?**

### **Strukturen der Sinnsuche**

Wenn die Front eines Epochenwechsels aufzieht, wird die Fahrt durchs Leben ungemütlich. Das biologische Immunsystem ist Domäne der Ärzteschaft. In der Sphäre der symbolischen Immunität, die Ausdruck im menschlichen Grundbedürfnis nach Lebenssinn findet, ist die Philosophie seit Urzeiten zu Hause und hat die gängigsten Bastelanleitungen des Sinns über alle Epochen hinweg untersucht. In dem dialogisch konzipierten Workshop machen wir uns unerschrockene Gedanken über Qualitätsstandards der Sinnbastelei.

**Referent:innen:** Mag. Ing. Reinhard Krenn

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop

**Kosten:** 200 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00073

## **Leben in unsicheren Zeiten**

### **Die Zukunft stinkt. Eine Einladung zur Zeitdiagnose.**

Wir leben in interessanten Zeiten. Man kann uns bemitleiden, weil wir auf einem Schlingerkurs in eine ungemütliche Zukunft unterwegs sind. Wir machen uns daher auch Gedanken über das richtige Handeln auf falschem Kurs. Zuvor jedoch - um den Modus des blinden Aktivismus endlich abzuschüteln - müssen wir wissen wo wir uns befinden, denn eine gründliche Diagnose ist entscheidend für den Handlungserfolg.

**Referent:innen:** Mag. Ing. Reinhard Krenn

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 200 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00079

## **Die Welt als Nahrung und Tischgemeinschaft**

Wer keinen Geschmack an der Welt findet, hat keinen Geschmack. Die Welt ist Nahrung und die Welt ist durch einige Geschmacklosigkeiten des Menschen in Schiefelage geraten. Ausgehend von einer Phänomenologie unserer menschlichen Lebensgrundlagen werden Wege eines lustvollen Transformationsprozesses des Einzelnen bis hin zu einem nachhaltigen Gesellschaftsvertrag skizziert und in einer gemeinsamen Diskussion untersucht.

**Referent:innen:** Mag. Ing. Reinhard Krenn

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag, Gesprächsrunde

**Kosten:** 200 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00074

## **Das Leben ist kurz, die Kunst zum glückseligen Altern lang.**

„Ein folgsamer Zögling der Philosophie erleidet während der gesamten Lebenszeit keine Beschwerden“, behauptet Cicero, der Philosoph und berühmteste Redner des antiken Rom. Serviert werden ein paar klare Gedanken, die für jeden Menschen bekömmlich sind, der noch durstig geblieben ist und sich auf eine gemeinsame lebendige Diskussion freut.

**Referent:innen:** Mag. Ing. Reinhard Krenn

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop

**Kosten:** 200 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-B00075

---

# Theologie, Spiritualität, Weltanschauung

---

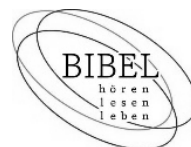
## Die Bibel. hören.lesen.leben

Die Bibel gleicht einem Acker, der nie abgeerntet werden kann und deshalb nie öde und leer daliegt. Sie gleicht einer Quelle, die beständig fließt und umso reichlicher strömt, je mehr man daraus schöpft. (Ephräm der Syrer (um 306 - 373), syrischer Kirchenlehrer). Darum lohnt es, sich immer wieder mit der Bibel zu beschäftigen. **Viele Themen stehen zur Auswahl**, einen Überblick finden Sie hier: [www.bildungswerk.at/aktuelles/?a=198](http://www.bildungswerk.at/aktuelles/?a=198) z.B. Bibel in der Liturgie, Bibel im Kirchenjahr, Stolpersteine in der Bibel ... Lassen Sie sich von unterschiedlichen Sichtweisen und verschiedenen Methoden inspirieren, um neue Zugänge zur Bibel zu entdecken.

**Referent:innen:** aus dem Referent:innenpool des KBW

**Kurstyp:** Präsenzkurs einige ReferentInnen sind auch für online bereit

**Kosten:** 80 €



Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00062

---

## Wie hat Jesus gebetet?

### Was die neutestamentlichen Texte dazu sagen

„Herr, lehre uns beten“ bitten seine Schüler und Schülerinnen. Und Jesus lehrte sie, noch mehr als das Unser-Vater. Was genau, das untersucht dieser Vortrag. Sie erfahren, wie Jesus nach dem Zeugnis der neutestamentlichen Schriften gebetet hat und können dadurch Impulse für Ihr eigenes Gebetsleben gewinnen.

**Referent:innen:** Mag. Oliver Achilles

**Kurstyp:** als Präsenz-, Online- oder Hybrid-Veranstaltung buchbar - Vortrag

**Kosten:** 100 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00134

---

## Bibel teilen

Das Bibel teilen lädt ein, das Wort Gottes in Gruppen, Gremien, Versammlungen oder Teams zu integrieren und dafür jeweils die Form auszuwählen, die der aktuellen Situation angemessen ist. Durch das gemeinsame Bibel teilen wird die Methode erlernt und kann in weiterer Folge selbstständig angewandt werden.

**Referent:innen:** Renate Shebaro

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Silvia Zamecnik

B99-B00111

---

## Unterwegs wie Abraham

### hoffend und vertrauensvoll

Die Abrahamsgeschichte, noch immer aktuell? Der Aktualität auf der Spur, denn auf Gott ist Verlass!

**Referent:innen:** Mag.a Dr.in Katharina Wernig

**Kurstyp:** als Präsenz- oder Online-Veranstaltung buchbar - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00136

---

## Die Bibel in der Kunst

Die Texte der Heiligen Schrift waren und sind Inspirationsquelle für Künstler:innen aller Zeiten und Kunstgattungen. Sie verleihen mit ihrer Musik, Malerei, Schauspielerei der Bibel neue Ausdrucksformen und Interpretationsmöglichkeiten. Lernen Sie durch den künstlerischen Reichtum die Bildersprache und (Zahlen) Symbolik in der Bibel lesen und verstehen, z.B. in Malerei, Musik, Theater, Film ...

### Themen zur Auswahl:

- Szenen aus der Apostelgeschichte in Malerei und Musik ..... B99-A00011
- Gleichnisse Jesu - aus Sicht der Malerei und Musik ..... B99-A00012
- Besonderheiten des Johannes-Evangeliums in Musik und Malerei ..... B99-A00013
- Das Endgericht in der Bibel - optische und akustische Visionen ..... B99-A00014
- Jesus - wahrer Weinstock und Brot des Lebens: Worte Jesu in Malerei und Musik B99-A00015
- Die Frauen um Jesus - Darstellung ihrer Begegnungen in Malerei und Musik ..... B99-A00016
- Ein Gang durch das Markusevangelium ..... B99-A00058
- Maria, gemalt und besungen ..... B99-A00102
- Das Evangelium nach Lukas ..... B99-A00103
- Die Passion Jesu ..... B99-A00104
- Das Buch Genesis von der Erschaffung der Welt bis zur Arche Noah ..... B99-A00105
- Die Bergpredigt ..... B99-A00106

**Referent:innen:** Dr. Gustav Danzinger

**Kurstyp:** sowohl Präsenz als auch online buchbar

**Kosten:** 80 € / Abend

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

---

## Das Evangelium nach Johannes

Das Evangelium nach Johannes gilt als das jüngste der Evangelien und wirft seinen Blick weniger auf das historische Wirken Jesu, sondern will seine Lebensgeschichte vor allem in einen theologischen Rahmen gießen. Schon der Beginn des Evangeliums, der sogenannte Prolog, bietet eine Fülle von theologischen Aussagen und könnte mehrere Vorträge füllen. Aber auch die Wundererzählungen und die durch den Autor besonders ausgearbeitete Passionserzählung bieten eine schöne Möglichkeit, sich dem Evangelium zu nähern und Jesus von Nazareth von einer neuen Seite kennenzulernen.

**Referent:innen:** Mag. Andre Jesinghaus

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

---

B99-A00018

## Das Buch Rut und Frauen im Alten Testament

Nicht selten gelten Frauen im Hinblick auf das Alte Testament als vernachlässigt. Neben Abraham, Mose und König David gehen sie tatsächlich meist unter. Dabei bieten die Frauen, denen man im Alten Testament begegnen kann, eine Fülle an. Historisch war die Rolle der Frau zur Zeit des Alten Testaments vielseitig, jedoch in den meisten Kulturen eher zweitrangig. Das Alte Testament bricht mit diesen Vorstellungen und räumt der Frau den Raum ein, der ihr gebührt.

**Referent:innen:** Mag. Andre Jesinghaus

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

---

B99-A00019

## Die Offenbarung des Johannes

Die Apokalypse des Johannes ist wohl eines der interessantesten und sperrigsten Bücher der Heiligen Schrift. Wir begeben uns auf eine Reise durch die Allegorien, die das Buch zu bieten hat, entschlüsseln Geheimnisse und spüren dabei der Hoffnung nach, die das gesamte Buch durchzieht. Außerdem stellen wir uns die Frage nach dem Autor und was seine konkrete Intention war in der Zeit, in der er es geschrieben hat und fragen auch nach den Gründen der Kirchenväter, die das Buch in den Kanon der Bibel aufgenommen haben.

**Referent:innen:** Mag. Andre Jesinghaus

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00020

## Die Kreuzzüge

### Fakten und Vorurteile

Die Kreuzzüge gelten heute für viele als Ausdruck der Gewalt, die vom Christentum und von Religion im Allgemeinen ausgehen kann. Aber wird das den historischen Tatsachen gerecht? Es gibt mehr von positiven Konsequenzen der Kreuzzüge zu berichten, als von blutigen Kämpfen, aber auch diese sollen selbstverständlich im richtigen Licht betrachtet werden.

**Referent:innen:** Mag. Andre Jesinghaus

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00021

## Die Päpste der Renaissance

Fressgelage, Konkubinen und dubiose Geldgeschäfte kommen einem wohl in den Sinn, wenn man an die Päpste der Renaissance denkt. Ich möchte versuchen ein wenig Licht ins Dunkel der Renaissance zu bringen, die ja auch eine Zeit der großen künstlerischen Entfaltung, besonders in Italien gewesen ist. Und vielleicht waren die Päpste gar nicht so schlimm, wie man vielleicht glaubt ...

**Referent:innen:** Mag. Andre Jesinghaus

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00022

## Balsam für die Seele - suchen, entdecken, nutzen

### Eine biblische Hausapotheke

Wir nutzen Blüten, Blätter, Früchte, Wurzeln ... in Tees, Gewürzen, Pillen, Verdauungsschnäpsen, Salben, ... Welche Kräuter kennt die Bibel und welchen Balsam bietet sie an, wenn sich Angst, Niedergeschlagenheit oder Mutlosigkeit breitmachen? Sammeln Sie mit mir wie auf einer Kräuterwanderung Beruhigendes, Schützendes, Tröstendes, Aufmunterndes, Kräftigendes ... aus dem großen Schatz der Bibel, für sich und jene in Ihrer Nähe, die es brauchen.

*Diese Veranstaltung ist ein Angebot aus*

**Referent:innen:** Mag. Manfred Zeller

**Kurstyp:** als Präsenz- oder Online-Veranstaltung buchbar - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €



Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00024

## **Die Hoffnung stirbt zuletzt: eine Illusion?**

### **Ermutigung oder Vertröstung auf eine bessere Welt?**

Seit Menschengedenken sind Wirklichkeit und Ideal nicht dasselbe. Religion ist immer bedeutend gewesen, um Not, Enttäuschung, Verzweiflung zu überwinden. Selbstbetrug? Vertröstung? Aufbruch? Nach einer anschaulichen Bibellektüre zum Thema HOFFNUNG sind die Teilnehmer:innen eingeladen, Hoffnungsbilder zu entwerfen, die wirklich Veränderungen bringen können.

**Referent:innen:** Dr. Georg Geiger

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00045

## **Jesaja**

### **ein Prophet, der mit starken bunten Hoffnungsbildern Hoffnung gibt, damals wie heute.**

Die Botschaften des Propheten Jesaja waren vor allem für das Volk Juda bestimmt, doch er richtete auch Warnungen an das nördliche Reich Israel und selbst an die Nachbarvölker. Letztlich aber kündigt seine Botschaft von Hoffnung und allumfassendem Frieden und ist es auch heute noch wert, nicht nur in der Vorweihnachtszeit, genauer betrachtet zu werden.

**Referent:innen:** Mag.a Dr.in Katharina Wernig

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00082

## **Marta und Maria – wer hat das Gute gewählt?**

### **Bibliodrama zu Lukas 10,38-42**

Marta versorgt Jesus, der in ihrem Haus zu Gast ist, Maria hört ihm zu. Und Jesus sagt, Maria hat das Gute gewählt. Was heißt das? Im Bibliodrama befassen wir uns mit dieser Erzählung, erleben die verschiedenen Rollen der handelnden Personen, tauschen unsere Erfahrungen aus und erspüren die Botschaft des biblischen Textes an uns.

**Referent:innen:** Traude Reinwein

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Bibliodrama

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00081

## **Maria 2.0 - Kirche frauengerecht gestalten**

### **Was hat sich im Oktober durch die Weltsynode Neues ergeben?**

Frauen arbeiten viel ehrenamtlich in der Kirche. Oft fallen die Entscheidungen woanders. Menschen wollen nicht nur Handlanger und Befehlsempfänger sein. Es braucht eine Zusammenarbeit auf Augenhöhe und die Teilung von Leitung. Die Beschäftigung mit dem Thema hat uns herausgeholt aus dem Kirchenfrust, der immer wieder als unsägliche Sackgasse erlebt wird. Der Blick über den Tellerrand gibt Hoffnung für eine gute Zukunft in der Kirche im Sinne des synodalen Prozesses. Türen werden geöffnet und wir bekommen wieder neue Kraft und Freude zum Weitergehen.

**Referent:innen:** Brigitte Knell

**Kurstyp:** als Präsenz- oder Online-Veranstaltung buchbar - Gesprächsrunde, Inputs und Fotos

**Kosten:** kFb Honorar

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00079



## **Bibelrunde für alle**

### **Bahnlesung der Bücher des Neuen Testaments**

Wir wollen in Kleingruppen das Wort Gottes gemeinsam erschließen. Keine Vorkenntnisse nötig! Der Bibeltext ist präsent und kann eingeordnet werden (Autor, Zeit, Aussageabsicht).

**Referent:innen:** Mag. Rudolf Kirchgrabner  
**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch  
**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00117

## **Glauben mit Herz und Hirn**

### **Informationsabend**

Wer heute an Gott glaubt, muss wissen, warum. Die Theologischen Module "Glauben mit Herz und Hirn" bieten einen roten Faden durch die Theologie und richten sich an Glaubende und Zweifelnde inner- wie außerhalb der Kirche. Beim Infoabend gibt einen inhaltlichen Überblick sowie Möglichkeiten des Ablaufs und der Organisation. Mehr auf [www.bildungswerk.at/aktuelles/?a=415](http://www.bildungswerk.at/aktuelles/?a=415)

**Referent:innen:** Mag. Manfred Zeller  
**Kosten:** 0 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00095

## **Hoffnung über alles**

### **Hoffnungslinien, die Jahrtausende gehalten haben, neu zeichnen**

In Zeiten großer Befürchtungen und Beunruhigungen können wir auf wertvolle Grundlagen und Lebenserkenntnisse unserer reichen Geistesgeschichte zurückgreifen, als Unsicherheit und Bedrohung tatsächliche Gefahren waren. Auseinandersetzung mit wertvollen, das Leben tragenden und bereichernden Erkenntnissen der europäischen, jüdisch-christlichen Geisteswelt.

**Referent:innen:** Dr. Rainald Tippow  
**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag  
Material: Leinwand, Beamer  
**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00116

## **Frauen in der Kirche - was spielt sich da ab?**

### **Was hat sich im Oktober durch die Weltsynode Neues ergeben?**

Das Netz der kfb bietet Frauen in ganz Österreich einen Raum, um Gottes Botschaft konkret als Frau auf die Spur zu kommen. Darüber hinaus gibt es verschiedene lokale Initiativen, um den Platz der Frauen in unserer Kirche zu stärken. Von der großen Vielfalt und Kreativität dieser Christ:innen werde ich erzählen. Ein Blick über die Grenzen Österreichs und ein kurzes Eintauchen in weltweit aktive Gruppen machen darüber hinaus eine Tür zur Weltkirche auf.

**Referent:innen:** Brigitte Knell  
**Kurstyp:** Präsenzkurs – Vortrag / Workshop  
**Kosten:** kFb Honorar

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00097

## Dem "Urtext" auf der Spur

### Vom Abenteuer, die Bibel zu übersetzen

Entdecken Sie die Vielfalt von Bibelübersetzungen und erfahren Sie etwas über die Eigenheiten der biblischen Ursprachen. Sie erfahren, welche Bibelübersetzungen für Sie geeignet sind und wie Sie damit umgehen können.

**Referent:innen:** Dipl.-Theol. Friedrich Bernack

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop

Material: Beamer, Flipchart

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00118

## Zwischen Mythos und Mathematik

### Was unser Kalender mit Bibel und Religion zu tun hat

Warum dauert ein Jahr eigentlich 365 Tage? Warum gibt es Schaltjahre? Und wieso fällt Ostern jedes Jahr auf ein anderes Datum, Weihnachten aber nicht? Erfahren Sie mehr darüber, wie unser Kalender entstanden ist und was er mit der Bibel zu tun hat.

**Referent:innen:** Dipl.-Theol. Friedrich Bernack

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag

Material: Beamer

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00119

## Vom Alter Methusalems bis zur „Zahl des Tieres 666“

### Die Zahlensymbolik der Bibel

Was hat es mit der Zahl sieben oder der Zwölf eigentlich auf sich? Wieso ist es wichtig, dass die Jünger genau 153 Fische fangen? Die Bedeutung der Zahlen kann ein ganz eigener Schlüssel sein, um biblische Erzählungen tiefer zu verstehen.

**Referent:innen:** Dipl.-Theol. Friedrich Bernack

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag

Material: Beamer, Flipchart

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00120

## „Judas – einer der Zwölf“

Über Judas scheint man sich einig zu sein: der Verräter. Doch beim zweiten Blick wird man nachdenklich: Die Evangelisten zeichnen sehr verschiedene Bilder von ihm. Und je genauer man hinschaut, desto mehr Fragen tun sich auf.

**Referent:innen:** Dipl.-Theol. Friedrich Bernack

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag

Material: Beamer

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00121

## Friede ohne Gewalt?

### Bergpredigt - hören.lesen.leben

Die Bergpredigt im Matthäusevangelium gehört zu den bekanntesten Texten des Neuen Testaments. In ihr werden pointiert wesentliche Themen der Botschaft Jesu aufgegriffen. Es sind Fragen, die uns heute noch intensiv beschäftigen: Wie kann gutes Leben gelingen? Wie sollen wir beten? Wie gehe ich mit anderen um?

*Diese Veranstaltung ist ein Angebot aus*

**Referent:innen:** aus dem Referent:innenpool des KBW

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Gesprächsabende oder Workshops

**Kosten:** 80,- € pro Gesprächsabende mit Impulsreferat (Dauer ca. 1 1/2 Stunden)  
120,- € pro Workshops mit kreativen Methoden (Dauer je 2 1/2 Stunden)



Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00089

## Wege zum Miteinander

Einsamkeit ist ein großes Thema in unserer Gesellschaft. Vielen Menschen fällt es schwer, sich beheimatet und zugehörig zu erleben. In diesem Workshop / Seminar werden wir gemeinsam Wege zum Miteinander erschließen. In praktischen Übungen und der persönlichen Reflexion kommen Sie den eigenen Hindernissen, aber auch ihren Fähigkeiten für das Zusammenleben auf die Spur. Therapeutische und geistliche Impulse zeigen Ihnen Möglichkeiten auf, in eine Verbundenheit zu finden, die für alle bereichernd und bestärkend ist.

**Referent:innen:** MMag. Teresa Hieslmayr

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Workshop, Seminar, Einkehrtag

**Kosten:** Honorar nach Vereinbarung

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00123

## Die Kraft des Miteinander

Einsamkeit ist ein großes Thema in unserer Gesellschaft. Vielen Menschen fällt es schwer, sich beheimatet und zugehörig zu erleben. Sr Teresa Hieslmayr zeigt in ihrem Vortrag auf, dass in jedem von uns der Wunsch und zugleich die Fähigkeit zu einem Leben in Gemeinschaft besteht. Sie erklärt, wie Hinderliches im Zusammenleben überwunden werden kann und beschreibt Wege in eine Verbundenheit, die bereichert und bestärkt.

**Referent:innen:** MMag. Teresa Hieslmayr

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00122

## (Über)Lebenskampf der Kirche

### Die Emmauserzählung (Lk 13,36)

Die Situation der Kirche in Mitteleuropa sehen heute viele Christinnen und Christen mit Sorge. Eine Vielzahl bekannter Probleme lassen die Anzahl der Kirchengehörigen massiv zurückgehen und den Einfluss der Kirche schrumpfen. Gibt es trotzdem Hoffnung? Ein Blick auf den Anfang des Weges Jesu.

**Referent:innen:** Mag. Johannes Kittler

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00124

## **Taufe stärkt Menschenwürde**

**oder: Wie ein Leben gelingen kann**

Fragen wir, was wir in der Taufe feiern, bekommen wir unterschiedliche Antworten: Aufnahme in die Kirche, Abwaschen der Erbsünde, Vergrößerung der Anzahl der Kirchenmitglieder, Kind Gottes werden, etc. Diese Antworten haben ihre Berechtigung. Aber was trägt Taufe zum Gelingen des Lebens bei? Was sagt Taufe über die Würde des Lebens? Welche Auswirkung hat sie für die gesamte Menschheit?

**Referent:innen:** Mag. Johannes Kittler

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch und Taufgedächtnis

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00125

## **Glauben statt Ideologie: Die Firmung**

Jede große Institution, ob Partei, Staat, Firma, Organisation ... steht in Gefahr, über kurz oder lang, eine Ideologie zu entwickeln, die Strukturen zementiert, eigene Macht absolut setzt und Kontrolle von der Basis oder von außen nicht mehr zulässt. Dies gilt auch für Religionsgemeinschaften wie die Kirche. Dabei haben wir ein eigenes Sakrament wider die Ideologiefalle: die Firmung. Der Geist Gottes überwindet Grenzen, Sprachen, Völker, Rechtgläubigkeit und Religionen. Christsein ist eine Absage an jeden Nationalismus, an jede Ideologie und jedem Zwang zu einem bestimmten Kult.

**Referent:innen:** Mag. Johannes Kittler

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch und Firmgedächtnis

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00126

## **Sich wandeln lassen zu Brot und Wein: Die Messe**

Kurz vor seinem Tod versucht Jesus zu erklären, wie er sein Leben versteht. Er sieht sich als Brot und Wein, als Lebensmittel, Mittel zum Leben für die anderen. Dieses Vermächtnis will er weitergeben und fordert seine Jünger auf, diese Symbolhandlung immer wieder zu feiern, um daran zu erinnern, worauf sich Menschen einlassen, die diesen Lebensentwurf übernehmen: Lebensmittel für die anderen zu werden.

**Referent:innen:** Mag. Johannes Kittler

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00127

## **Leid, Tod, Leben: drei Tage Ostern feiern**

Ostern bedeutet nicht nur Feier der Auferstehung, sondern auch Feier von Leid und Tod. Wer Leid und Tod nicht ernst nimmt, wird niemals begreifen, was Auferstehung bedeutet. Ostern feiern ist nicht einfach ein Nachspielen der Passion Jesu, sondern anhand der Person Jesu die Tiefen des menschlichen Lebens erfahren und Gott feiern, der sich selbst in diesen Situationen mit den Menschen solidarisch zeigt. Seine Treue macht Todessymbole (Kreuz, Wunden) zu Heilszeichen.

**Referent:innen:** Mag. Johannes Kittler

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag mit Gespräch und Lichtfeier

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00128

## **Der Hoffnung auf der Spur ... "auch wenn es Nacht ist"**

### **Multimediale Präsentation über Juan de la Cruz**

Im Glaubensleben sind Krisen eine Therapieform Gottes, damit der Mensch lernt sie zu überwinden, zur Freiheit und Reife finden kann, hinein, in eine neue, tiefere Gottesbeziehung. In unserer Multimediale Präsentation beschreibt der Mystiker und Dichter Johannes vom Kreuz diese Erfahrung der Nacht als Phase in der persönlichen spirituellen Entwicklung und als eine Bestärkung auf dem Glaubensweg. Amancio Prada, der bekannte spanische Sänger und Gitarrist, hat mit großem Einfühlungsvermögen die Texte des Juan de la Cruz vertont, um damit das vom Dichter "entzündete Feuer in den Herzen der Menschen" weiter zu entfachen.

**Referent:innen:** Fritz Wintersteiner, Renate Wintersteiner

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 100 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00087

## **Und was feierst Du?**

Das Projekt "Feiertagsgruß" ist ein interreligiöser Feiertagskalender der abrahamitischen Religionen. Mitwirkende sind junge Erwachsene mit jüdischem, christlichem und muslimischem Glauben. Das Projekt möchte dazu beitragen, das Wissen um die Bedeutung der jeweiligen religiösen Feste weiterzugeben und miteinander ins Gespräch zu kommen. Es werden Möglichkeiten vorgestellt, wie dieser Kalender eingesetzt werden kann – sei es in Pfarrgruppen, in der Arbeit mit Jugendlichen, im nachbarschaftlichen Miteinander im Grätzl oder einfach so, um Neues zu lernen.

**Referent:innen:** Mag.a Elisabeth Charlotte Palugyay

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00071

## **Freikirchen – die bewusste Entscheidung Christ:in zu sein**

Evangelikale und pfingstliche Gemeinden werden zunehmend sichtbar. Wie sind sie entstanden, wer sind sie und was können wir von ihnen lernen? Was sind Freikirchen und wie vielfältig sind sie? Warum entstehen sie? Wie ist eine Zusammenarbeit zwischen freikirchlichen Gemeinschaften und der r.k. Kirche möglich? Welche theologische Differenzen und Herausforderungen gilt es zu sehen?

**Referent:innen:** Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00067

## **Faszination Esoterik**

### **Esoterik und christlicher Glaube – ein Widerspruch?**

Viele suchen und finden ihren Lebenssinn und Hilfe für ihr Leben in der Esoterik. Was ist Esoterik und was sind ihre Wurzeln? Was fasziniert an Esoterik? Welche Konsequenzen für das persönliche Leben kann Esoterik haben? Sind Esoterik und christlicher Glaube ein Widerspruch?

**Referent:innen:** Mag. Johannes Sinabell, Mag. Robert Wurzrainer

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00029

## Dürfen Christen Yoga machen?

Viele Christinnen und Christen berichten, dass sie Yogaübungen machen. Auch in Pfarren und kirchlichen Bildungshäusern werden Yoga-Kurse angeboten. Manche Personen meinen allerdings, dass sich christlicher Glaube und Yogaübungen nicht vertragen. Daher stellen viele die Frage: Dürfen Christen Yoga machen? Der Vortrag geht dieser Frage nach. Ausgehend vom Yoga als hinduistische Praxis wird in einem zweiten Teil dargestellt wie unterschiedlich Yoga im Westen angewandt wird. Je nachdem, ob Yoga als eine religiöse Praxis, oder als reine Körperübung gesehen und angewandt wird, fällt die Antwort unterschiedlich aus.

**Referent:innen:** Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00026

## Sind Jehovas Zeugen die besseren Christen?

Jehovas Zeugen sind eine der bekanntesten Religionsgemeinschaften. Sie stehen vor Bahnhöfen und auf Fußgängerzonen, läuten an den Türen und missionieren mit Zeitschriften und auch YouTube-Filmen. Sie selber bezeichnen sich als Christen und ihre Religion als die wahre Religion. Wie sind Jehovas Zeugen organisiert sind, was glauben sie und welche Auswirkungen haben die Organisation und der Glaube auf das Leben der Mitglieder der Glaubensgemeinschaft.

**Referent:innen:** Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00027

## Apokalypse oder Weltuntergang

Die Situation in der Welt mit ihren Kriegen und Katastrophen macht Vielen Angst. Gleichzeitig hört man immer wieder von Botschaften, die verkünden das das Zeichen der Endzeit sind. Was ist dran an den Visionen und Botschaften die das Ende der Welt verkünden? Und was sagt die Bibel dazu?

**Referent:innen:** Mag. Johannes Sinabell

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00065

## Sekten und Weltanschauungen

### Herausforderungen der Sinnsuche

Menschen kommen in ihrer Lebenswelt und ihrer Sinnsuche mit den unterschiedlichsten religiösen und weltanschaulichen Angeboten in Kontakt. Was passiert jedoch, wenn diese Sehnsucht zu Abhängigkeit und/oder Radikalisierung führt? Ausgehend von dieser Fragestellung liegt der Schwerpunkt des Vortrags auf der Auseinandersetzung mit den komplexen Hintergründen für den Anschluss an eine – möglicherweise konflikträchtige – Gruppe. In diesem Zusammenhang werden auch Methoden für die Unterscheidung bei der Beurteilung der vielfältigen Angebote vermittelt.

**Referent:innen:** Mag. Robert WurZRainer

**Kurstyp:** Präsenzkurs - Vortrag und Gespräch

**Kosten:** 80 €

Weitere Infos bei: Manfred Zeller

B99-A00070



ANIMA ist österreichweit ein einzigartiges Bildungsprojekt der Erzdiözese Wien. Tausende Frauen haben in den vergangenen Jahren an Seminaren teilgenommen. Für ihre Treffen wählen sie zweimal im Jahr unter Federführung einer ehrenamtlichen Seminarbegleiterin ein konkretes Bildungs-Thema aus. Der Katalog umfasst eine breite Palette aus Persönlichkeitsentwicklung, Aspekte des Glaubens sowie Kunst und Kultur. Augenmerk wird verstärkt auf Gesellschaft und Nachhaltigkeit gelegt. Ziele: die eigene Wahrnehmung zu schärfen, Handlungsmöglichkeiten zu erkennen, um mutig den Herausforderungen entgegenzutreten.

## **Wir suchen Frauen, die in ihrem Umfeld mehrmals pro Jahr eine Bildungsveranstaltung auf die Beine stellen möchten.**

- Abseits von Optimierung oder beruflicher Pflichtveranstaltung
- Im Mittelpunkt steht der eigene Wunsch, aktiv zu sein.  
Deine Persönlichkeit, deine gesellschaftliche Teilhabe,  
dein Bedürfnis nach Kunst & Kultur.
- Bildung in deiner Nachbarschaft, im Kreis deiner Freundinnen oder am Arbeitsplatz
- Welche Themen ihr dann aus dem ANIMA-Katalog aussucht,  
bleibt der Gruppe überlassen.
- Diese neuen „Bildungszellen“ ergänzen das bewährte ANIMA-Programm in vielen Pfarren.

## **ANIMA bringt zu DIR, was DU brauchst!**

### **Unsere Rahmenbedingungen für Seminare oder Workshops:**

- 12 Teilnehmerinnen pro Thema
- Kosten: 65 Euro für 16 Seminareinheiten pro Teilnehmerin
- Flexible Zeiten: 8x2 Stunden, 4x4 Stunden ... Halbtags, ganztags, morgens, abends
- ANIMA unterstützt bei der Suche nach Räumlichkeiten.
- Alle neuen ehrenamtlichen Multiplikatorinnen sind Teil unseres ANIMA-Netzwerkes,  
das auch kostenfreie interne Weiterbildungen beinhaltet.

Melde Dich, wir freuen uns!

**[www.anima-bildung.at](http://www.anima-bildung.at) • [anima@edw.or.at](mailto:anima@edw.or.at)**



## IHRE REGIONALBETREUUNG

### Region Weinviertel und Marchfeld

Mag. Josef Redl  
Kirchenplatz 20, 2301 Groß-Enzersdorf  
Telefon: +43 676/503 98 05  
E-Mail: [j.redl@edw.or.at](mailto:j.redl@edw.or.at)

### Region Wien Stadt

Mag.<sup>a</sup> Claudia Umschaden  
Stephansplatz 3/2, 1010 Wien  
[wien@bildungswerk.at](mailto:wien@bildungswerk.at)  
0676/92 43 155  
[c.umschaden@edw.or.at](mailto:c.umschaden@edw.or.at)

### Region Industrieviertel

Mag.<sup>a</sup> Silvia Zamecnik  
Domplatz 1, 2700 Wr. Neustadt  
[industrieviertel@bildungswerk.at](mailto:industrieviertel@bildungswerk.at)  
0676/77 66 614 | 02622/29131-5033  
[s.zamecnik@edw.or.at](mailto:s.zamecnik@edw.or.at)

