Frühjahrsprogramm 2017

Gymnastikkurs mit Schwerpunkt Wirbelsäule – 8 Vormittage
AnfängerInnen
Training und Stärkung aller Muskeln, welche die WS stabilisieren; Förderung der Beweglichkeit von Wirbelsäule und Schultergürtel; Steigerung der Koordination, Kraft und Ausdauer; Entlastund der Gelenke. Die Übungen sind auch für untrainierte Personen oder nach einer Rehabilitation geeignet.
Beginn: 11. Jänner, 8.45 – 9.45 Uhr
Weitere Termine: 18.1., 25.1., 1.2., 8.2., 22.2.; 1.3., 8.3.2017
Leitung: Petra Graf, Lienz
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 68 €
Rasche Anmeldung erforderlich!

Gymnastikkurs mit Schwerpunkt Wirbelsäule – 8 Vormittage
Fortgeschrittene
Beginn: 11. Jänner 2017, 10 – 11 Uhr
Weitere Termine: 18.1., 25.1., 1.2., 8.2., 22.2.; 1.3., 8.3.2017
Leitung: Petra Graf, Lienz
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 68 €

Enneagramm – 9 Wege, das Leben zu meistern
Die Persönlichkeitsmuster des Enneagramms erleben, verstehen und für die eigene Entwicklung nützen - Seminar
Das Enneagramm ist ein vielfach bewährtes Persönlichkeitsmodell, das neun verschiedene Grundtypen und ihre spezifischen Entwicklungsmöglichkeiten beschreibt. Es ist überall anwendbar, wo Menschen zusammen leben, arbeiten, lernen oder gemeinsam Aufgaben bewältigen. Es fasziniert, weil es sowohl im Arbeitsleben als auch in der privaten Umgebung Einblick und Verständnis für das eigene Verhalten und das anderer bietet.
Ziel dieses Seminars ist es, seinem eigenen Muster mit der je spezifischen Dynamik auf die Spur zu kommen und es Schritt für Schritt zu verändern. So erlangen wir im Alltag mehr Handlungsspielraum und Wachstum wird möglich.
Zeit: Freitag, 13. Jänner 2017, 16 – 19.30 Uhr; Samstag, 14. Jänner 2017, 9 – 17.30 Uhr
Leitung: Mag. Peter Maurer, Enneagramm-Trainer ÖAE, Supervisor, Coach
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 139 €
Anmeldeschluss: Montag, 9. Jänner

Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson
6 Abende
Progressive Muskelrelaxation (PMR) ist eine anerkannte, weithin erprobte Entspannungsmethode. Über zielgerichtetes, bewusstes An- und Entspannen verschiedener Muskelgruppen stellt sich sowohl körperliche Entspannung (z.B.

Nachlassen der Muskelspannung), als auch psychische
Entspannung (z.B. innere Ruhe und Gelassenheit) ein.
Die Methode ist leicht zu erlernen, führt rasch zu einem wohltuenden Entspannungseffekt und ist vor allem bei Nervosität, innerer Unruhe, Stress, Schlafstörungen, Angstzuständen, Muskelverspannungen etc. anwendbar.
Beginn: Dienstag, 17. Jänner, 19 - 20 Uhr
Weitere Termine: 24.1, 31.1., 7.2., 21.2., 7.3.2017
Leitung: Mag.a Andrea Pramme-Bühler, Sozialarbeiterin (Studium DE), Gesundheitspädagogin, Entspannungstrainerin
Beitrag: 89 €
Begrenzte TN-Zahl - rasche Anmeldung erforderlich!
Bequeme Kleidung, dicke Socken
Hinweis: Die Übungen werden im Sitzen ausgeführt!

Bibelkurs 2016/17

Die Gemeinde des Matthäus zwischen Tradition und Zukunft
3. Teil
Die Art und Weise, wie das Evangelium zwischen der Treue zu jüdischen Traditionen und einer Weltoffenheit in heidnischen Kontexten eine Brücke schlägt, regt an zu Überlegungen über den Umgang mit Traditionen im Kontext neuer Herausforderungen heute.
Zeit: Freitag, 20. Jänner 2017, 19 – 21.30 Uhr
Referent: Dr. Boris Repschinski, Universität Innsbruck

Was hat Jesus Neues gebracht? – Revolutionäres im Johannesevangelium
4. Teil
Jesus wäscht seinen Jüngern die Füße und nicht den Kopf. Warum? Jesus begründet unsere Liebe mit seiner Liebe. Warum? Jesus betet sogar für seine Feinde. Warum? Jesus stirbt am Kreuz. Wozu? Das Johannesevangelium gibt dazu nicht nur spannende, sondern vor allem motivierende und Leben verändernde Antworten.
Zeit: Freitag, 17. Feber 2017, 19 – 21.30 Uhr
Referent: Pfarrer Dr. Franz Troyer, Bibelpastoral Innsbruck

Buch Tobit – ein Glaubenskurs für Christen
5. Teil
„Wo ist denn der Lohn für deine Barmherzigkeit und Gerechtigkeit?“
(Tob 2,14) – Mit dieser vorwurfsvollen Frage bringt Hanna ein Problem auf den Punkt, das auch heutzutage vielen zu schaffen macht: Was habe ich davon, wenn ich ordentlich lebe? Was bringt mir der Glaube? Das Buch Tobit versucht, darauf eine Antwort zu geben, und beschenkt uns mit einem reichen Schatz an Lebens- und Glaubenserfahrungen.
Zeit: Freitag, 17. März 2017, 19 – 21.30 Uhr
Referent: Prof. Dr. Ulrich Fistill, Brixen

Paulus - von der Synagoge zur Kirche
6. Teil
Nicht selten wird mit dem Heiligen Paulus ein Bruch zwischen jüdischem und christlichem Glauben verbunden. Finden sich in seinen Briefen und in der Apostelgeschichte doch einige Schriftstellen, die Spannungen zwischen den

entstehenden christlichen Gemeinden und jüdischen
Vorstellungen überliefern. Auch seine oft falsch zitierte Wandlung „vom Saulus zum Paulus“, die es in dieser Art nie gegeben hat, wird als Zeichen dieses Bruches gedeutet. Doch sprechen die Schriftstellen eine andere Sprache. Nicht der Bruch zwischen Judentum und Christentum steht bei Paulus im Vordergrund, sondern der Übergang und die Kontinuität. Paulus ist geradezu ein Garant der Verbindung von altem und neuem Bund. Seine Briefe und besonders die Apostelgeschichte werden von dieser Perspektive und aus diesem Blickwinkel heraus betrachtet.
Zeit: Freitag, 21. April 2017, 19 – 21.30 Uhr
Referent: Dr. Artur Schmitt, Bildungshaus Kloster Neustift

Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 10 € pro Abend
Rechtzeitige Anmeldung erbeten!

Stress mit Humor begegnen - Kurzseminar
Die heilsame Wirkung von Humor und richtigem Atmen auf Körper und Geist
Unser Körper geht entspannter mit Stress um, da über 100 Muskeln (vom Gesicht bis zum Atem) in einem lachenden Gesicht beschäftigt sind. Man atmet tiefer, die Zellen werden mit Sauerstoff versorgt und die Bronchien gelüftet. Verbrennungsvorgänge werden befördert, Muskeln entspannt und das Herz-Kreislaufsystem angeregt. Weiters werden Heilungsprozesse im Körper unterstützt. Das Gehirn bremst die Produktion von Stresshormonen wie Adrenalin und Kortisol aus, d.h. Stress wird wie durch ein Ventil abgelassen. Und: Das Glückshormon Serotonin wird ausgeschüttet. Es erwarten Sie praktische Anleitungen zu diesem Thema in Form von Körper- und Atemübungen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit!
Zeit: Freitag, 20. Jänner 2017, 14 - 17 Uhr
Leitung: M. Christine Dollberger-Brunner, Dipl. Coach für Stressmanagement und Burnoutprävention, Wirtschaftstrainerin
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 29 €
Anmeldung erbeten bis Montag, 16. Jänner 2017

Familienyoga
Workshop
In diesem Workshop finden Mama, Papa (oder auch Großeltern, Paten) und Kinder Zeit, gemeinsam Zeit zu finden, sich zu entspannen, sich etwas Gutes zu tun. Fröhliche und entspannende Yoga-Partnerübungen lassen Raum zum gegenseitigen Stützen, Dehnen, Stabilität und Halt zu erfahren, Spaß zu haben. Wenn Erwachsene sich auch mal ans Kind anlehnen dürfen und umgekehrt, werden Nähe und Respekt zueinander gestärkt. Auch ältere Kinder haben das Bedürfnis nach Zuwendung und Nähe, Eltern und Kind können an diesem Nachmittag neue Seiten an jeweils anderen zu entdecken.
Für diesen Familien-Yoga-Entspannungsworkshop ist keine Vorkenntnis notwendig, er richtet sich an Kinder ab 5 Jahren gemeinsam mit einer Bezugsperson.
Zeit: Sonntag, 22. Jänner 2017, 14 - 17 Uhr
Leitung: Barbara Brunner, Yogalehrerin
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 40 € (1 EW, 1 Kind)
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!
Mitzubringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Jause

Treffpunkt der Generationen: „Mir verstehn uns“ – zum Zuhorchen und miteinander reden
… monatlicher Treffpunkt für Eltern und Großeltern, die ihre (Enkel)-Kinder betreuen und gemeinsam mit Gleichgesinnten wertvolle Zeit verbringen möchten.
Montag: 23. Jänner 2017, 15 - 17 Uhr
Leitung: Bärbl Ebner, MsC
Beitrag: kostenlos
Rechtzeitige Anmeldung erbeten!
Eine Veranstaltung von "fit for family" (Kath. Bildungswerk) in Zusammenarbeit mit dem Kath. Familienverband und dem Bildungshaus Osttirol

Reihe: Interreligiöser Dialog

Toleranz und ihre strittigen Grenzen Toleranz gilt als zentraler Wert für ein friedliches Zusammenleben von Menschen. Es kommt ihr daher im interkulturellen und interreligiösen Dialog eine entscheidende Rolle zu. Es genügt aber nicht, Toleranz undifferenziert einzufordern. Zu unterscheiden ist nämlich nicht nur, wen oder was man (nicht) dulden soll, sondern auch, an wen diese Frage gestellt wird, ob dem Einzelnen, der Gesellschaft oder dem Staat. Außerdem muss man sich über die unterschiedlichen Methoden der Nicht-Toleranz klar werden. Nach einem kurzen Überblick über die Geschichte des Toleranzdenkens wird anhand aktueller Fallbeispiele diskutiert, welche Argumente für welche Grenzen der Toleranz sprechen.
Zeit: Montag, 23. Jänner 2017, 19.30 Uhr
Referentin: Dr. Marie-Luisa Frick, Innsbruck

Was Religion zu einer friedlichen Gesellschaft beitragen kann
Wenn eine Moschee gebaut werden soll, schlagen die Wellen oft hoch. Wenn man genauer hinschaut, zeigt sich jedoch, dass es sich bei solchen scheinbar interreligiösen Auseinandersetzungen häufig um soziale Konflikte handelt, um Kämpfe um Anerkennung. Der Vortrag analysiert soziale und religiös geprägte Auseinandersetzungen und fragt nach ihren Ursachen. Zugleich zeigt er auf, was Religion, Theologie und interreligiöse Dialoge zu einer sozial ausgeglichenen und friedlichen Gesellschaft beitragen können.
Zeit: Donnerstag, 2. Feber 2017, 19.30 Uhr
Referent: Dr. Ansgar Kreutzer, Linz

Menschen ohne Religion – die „Religionslosen"
Es gibt immer mehr Menschen, für die Religion kein Thema ist. Christliche Missionierung scheint im heutigen Europa kaum mehr zu funktionieren. Woran liegt das? Wird Religion an sich für die Menschen immer bedeutungsloser oder haben die Menschen heute mehr Angst vor Religion, stufen sie den Glauben an Überirdisches gar als gefährlich ein? Möglicherweise sprechen Konfessions- und Religionslose aber auch nur eine andere Sprache. Wer sind Konfessionslose überhaupt und welche Möglichkeiten ergeben sich für einen Dialog mit ihnen? Diese und andere Fragen werden im Rahmen des Vortrags erörtert.
Zeit: Donnerstag, 16. Feber 2017, 19.30 Uhr
Referent: Dr. Gert Pickel ,Leipzig

Der Islam: Zwischen Terror und Islamfeindlichkeit

Es gibt kaum ein Thema, das gegenwärtig so breit, so intensiv, so kontrovers und emotional diskutiert wird wie das Thema Islam. Dabei ist es für Außenstehende nicht einfach, die ganzen Ereignisse einigermaßen richtig einzuordnen. Viele Diskussionen sind negativ beladen und weit von einer - in anderen Bereichen durchaus gepflogenen - Sachlichkeit entfernt. An diesem Abend stellen wir uns beispielsweise folgende Fragen: Was hat der Islam mit Gewalttaten zu tun? Können diese dem Islam zugeschrieben werden, oder gibt es auch andere Gründe?
Zeit: Freitag, 24. Feber 2017, 19.30 Uhr
Referent: Mag.Dr. Zekirija Sejdini, islamischer Religionspädagoge

Wie viel und welche religiöse Bildung verträgt unsere Gesellschaft (noch)?
Demokratische Staaten in Europa kennzeichnet eine klare Trennung zwischen Staat und Kirche/Religion in unterschiedlichen Formen. Zunehmend werden in Österreich Stimmen laut, die religiösen Zeichen und Äußerungen in öffentlichen Räumen keine Berechtigung (mehr) zu zugestehen. Gleichzeitig lässt sich nicht leugnen, dass unsere abendländische Geschichte und Kultur religiös geprägt sind, Menschen sich als religiöse Wesen verstehen und dies auch öffentlich sichtbar machen möchten. In diesem Vortrag soll ausgelotet werden, warum religiöse Bildung auch heute noch eine Berechtigung hat und welche Funktionen ihr zukommen und welche nicht.
Zeit: Montag, 13. März 2017, 19.30 Uhr
Referentin: Dr. Andrea Lehner-Hartmann, Wien

Religion und Staat - aktuelle religionsrechtliche Herausforderungen
Auch Religionen unterliegen einem Wandel. Dieser ist gekennzeichnet durch Vielfalt, Säkularisierung sowie einer zunehmenden Sichtbarkeit von Religion im öffentlichen Raum.
Damit verbunden sind Herausforderungen für das Verhältnis des Staates zu den Religionsgemeinschaften, zum Religionsrecht und zur Religionspolitik. Überlagert werden diese in zunehmendem Maß von einer sich verdichtenden Europäisierung. Bei diesem Vortrag werden Fragestellungen unter besonderer Berücksichtigung der Europäischen Menschenrechtskonvention sowie der Rechtsprechung des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte behandelt. So etwa das Anbringen von Kreuzen in staatlichen Bildungseinrichtungen, die Ausgestaltung des schulischen Religionsunterrichts, das Tragen eines Kreuzes oder des islamischen Kopftuches am Arbeitsplatz und der Bau von Minaretten.
Zeit: Dienstag, 4. April 2017, 19.30 Uhr
Referentin: Dr. Brigitte Schinkele, Wien

Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Atemyoga – frei und energiegeladen in den Frühling
8 Abende
Der Atem ist das Bindeglied zwischen Körper und Seele. Sowohl körperliches Tun wie auch seelische Empfindungen haben Einfluss auf unsere Atmung. Verbessern wir die Funktion unserer Atmung, hat das positive Auswirkungen auf unser körperliches und seelisches Wohlbefinden. In diesem Kurs lernen die TeilnehmerInnen, wie sie ihren Atem als ständigen und liebevollen Begleiter wahrnehmen, als reinigende Kraft anwenden und als stärkende Energiequelle nutzen können.

Der Kurs richtet sich an Menschen jeden Alters, geübt wird im Sitzen, im Stehen und in Bewegung.
Zeit: Mittwoch, 25. Jänner 2017, 19 – 20.30 Uhr
Weitere Termine: 1.2., 8.2., 22.2., 1.3., 8.3., 22.3., 29.3.2017
Leitung: Barbara Brunner, Yogalehrerin
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 84 €
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Papiertaschentücher, kleines Heft u. Stift

Wie gehr ER mit uns, seiner Kirche weiter?
Vortrag
Viele Verantwortliche in den Pfarrgemeinden sind zu Recht besorgt, wie es mit der Kirche - genauer mit ihrer Pfarre weitergeht. Die jüngeren Menschen fehlen im Gemeindeleben. Die unverheirateten Pfarrer sind rar geworden. Freilich, Papst Franziskus hat enormes Ansehen - aber bringt er auch eine Trendwende? So fragen wir, wie es mit der Kirche weitergeht - oder sollten wir nicht doch gläubig fragen: Wie geht ER, der Herr der Kirche, mit SEINER Kirche weiter?
Zeit: Donnerstag, 26. Jänner 2017, 19.30 Uhr
Referent: DDr. Paul M. Zulehner, Religionssoziologe
Ort: Kirche Hl. Familie, 9900 Lienz, Andreas-Hofer-Str. 42
Beitrag: Kein Beitrag – freiwillige Spenden erbeten
Veranstaltung in Zusammenarbeit mit den drei Dekanaten Osttirols

Gott geht mit – Firmvorbereitung 2017
Seminar für Firmverantwortliche, FirmhelferInnen, Interessierte
Teil I:
„Jugendgeist“: Austausch Reflexion; die Arbeit mit Jugendlichen als Gnade und Herausforderung
„Sei Besiegelt“: Was passiert bei der Firmung eigentlich? Wofür steht das Salböl? Wozu gibt es PatInnen? Firmritus und seine Symbole für Jugendliche begreifbar machen….
Teil II:
Wahlweise Workshop 1: Gott geht mit – Einführung in den Osttiroler Firmbehelf
oder Workshop 2: „Der Geist lebt – Spiritualität mit Jugendlichen
Zeit: Samstag, 28. Jänner 2017, 9 – 12:30 Uhr
Referentinnen: Mag. Maria Rhomberg, Karin Theurl
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 9 €
Osttiroler Firmbehelf: 12 €
Anmeldeschluss: Montag, 23. Jänner 2017
Hinweis: Bitte bei Anmeldung Workshopwunsch bekannt geben!

Traumseminar: … und dann bin ich aufgewacht
Wir alle träumen Nacht für Nacht. Wer von uns ist dabei nicht schon einmal durch befremdende Traumbilder in Staunen versetzt oder durch einen Albtraum geweckt worden?
Nicht nur Sigmund Freud und C.G. Jung haben sich mit der Deutung von Träumen auseinandergesetzt. Seit Urzeiten und in vielen Kulturen gibt es unzählige Dokumente und Werke, die sich mit Träumen beschäftigen.

In diesem "Traumseminar" werden wir uns vor allem aus der Perspektive nach C.G. Jung mit folgenden Fragen beschäftigen: Warum träumen wir? Können wir Träume verstehen? Welchen Stellenwert haben Träume in unserem Leben? usw.
Allerdings können einzelne Träume von Teilnehmern aus Zeitgründen nicht im Seminar behandelt bzw. gedeutet werden.
Im Anschluss daran soll auch noch Platz sein für Fragen, Gespräch und Diskussion.
Zeit: Samstag, 4. Februar 2017, 9 – 17 Uhr
Leitung: Mag. Dr. Elisabeth Görlich, Psychotherapeutin
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 97 €
Anmeldeschluss: Donnerstag, 26. Jänner 2016

fit for family intensiv: Gewaltfreie Kommunikation – ein erfolgreicher Erziehungsweg in 4 Schritten
Die Gewaltfreie Kommunikation (**GfK**) steht in der Elternbildung für **ein selbstbewusstes <u>und</u> liebevolles Miteinander in der Familie**. Ziel ist es, mit viel Gefühl eine Herzens-Verbindung zu uns selber und zu unseren Lieben zu finden, um viel Freude und Leichtigkeit in den Erziehungsalltag zu bringen.
Diese achtsame Kommunikationsform nach Marshall Rosenberg sieht das Wertvolle in jedem Menschen und berücksichtigt die Bedürfnisse aller Familienmitglieder.
In dieser Workshop-Reihe lernen wir gemeinsam, anhand von praxisnahen Beispielen aus dem Erziehungsalltag, erste Schritte der gewaltfreien Kommunikation kennen und werden dabei sicher auch dem einen oder anderen „Wolf“ begegnen! Lassen Sie sich überraschen!
Dieses Angebot richtet sich an Eltern, die

- sich so sehr einen liebevollen und respektvollen Umgang in der Familie wünschen und im Alltag immer wieder an ihre Grenzen stoßen
- sich ihrer Vorbildrolle bewusst sind und denen eine wertschätzende Kommunikation wichtig ist
- Freude daran haben, sich auf neue Sichtweisen einzulassen und unkonventionelle Wege zu beschreiten
- bereit sind an eigenen (inneren) Konflikten zu arbeiten, um Auseinandersetzungen mit den Kindern erfolgreicher zu bewältigen
- daran glauben, dass Erziehung und Beziehung Prozesse sind, die wechselseitiges Lernen bedeuten
- sowohl Freude an der Entwicklung ihrer Kinder, als auch am persönlichen Wachstum haben
- sich gerne mit anderen Eltern treffen, um sich gegenseitig zu stärken und stärken zu lassen

Schnupper-Vormittag: Samstag, 4. Februar 2017, 9 – 13 Uhr
Workshopreihe: 25. Februar, 18. März, 22. April, 13. Mai 2017 – jeweils von 9 – 13 Uhr
Ort: Bildungshaus Osttirol
Leitung: Elternbildnerin Bärbl Ebner, MSc
Trainerin für gewaltfreie Kommunikation, Lebens- und Sozialberaterin
Kosten: für den Schnupper-Vormittag: 15 €; für die gesamte Workshop-Reihe 60 € (gilt als Einführungsworkshop in die „gewaltfreie Kommunikation“)
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Zur Mitte tanzen - Kreise ziehen

Kreistänze - traditionell, meditativ, sakral - 10 Abende
Kreis- und Gruppentänze sind an kein Alter, Geschlecht oder Religion gebunden. Sie bringen Menschen jeden Alters zusammen und ermöglichen eine Gemeinschaftserfahrung, die begeistert und zur bleibenden Erinnerung wird. Der Einzelne findet sich wieder in bewegter Gemeinschaft. Die einfachen Schrittfolgen sind für jeden leicht zu erlernen. Man braucht keinerlei Erfahrung, nur Spaß an der Bewegung und vielleicht Neugierde einmal etwas Neues auszuprobieren.
Mitzubringen sind bequeme Kleidung und ev. leichte Schuhe.
Beginn: 6. Feber 2017, 19 – 20.45 Uhr
Weitere Termine: 13.2., 20.2, 27.2.; 6., 20., 27.3.; 3.4, 24.4. und 8.5.
Referentinnen: Dr.in Gertraud Glantschnig, Psychotherapeutin, Lienz und Marlen Schmid, Pädagogin, Nussdorf
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 65 €
Anmeldung erforderlich!

Heilsames Tanzen
Kreistänze - traditionell, meditativ, sakral– 10 Vormittage
In allen Kulturen war Tanz und Musik stets ein bedeutsames Element der Heilung, der Lebensfreude und des sozialen Zusammenhalts. Im Kreistanz fühlen wir uns gehalten und geborgen. Wir können dabei die Quellen der eigenen heilenden Kräfte entdecken. So schafft meditatives Tanzen die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, Kraft zu schöpfen und in Einklang mit dem eigenen Körper, mit sich, mit der Gruppe und dem ganzen Umfeld zu kommen.
Mitzubringen sind bequeme Kleidung und ev. leichte Schuhe.
Beginn: Donnerstag, 16. Feber 2017, 9.30 – 11.15 Uhr
Weitere Termine: 2., 9.3., 16.3., 30.3.; 6.4, 20.4, 27.4.; 4.5., 11.5.
Leitung: Dr.in Gertraud Glantschnig, Psychotherapeutin, Lienz
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 65 €
Anmeldung erforderlich!

Vorträge im Rahmen der Reihe "Wie funktioniert Demokratie heute?"

Lobbyismus: Gefahr für die Demokratie?
Infoabend mit Martin Ehrenhauser zum Einfluss von Lobbyisten auf die Politik in Österreich
Jeder Mensch und jedes Unternehmen hat Interessen und versucht diese gegenüber der Politik durchzusetzen. Lobbyismus ist ein wesentlicher Teil der politischen Arbeitspraxis. Trotzdem stellt sich die Frage: Gibt es guten und schlechten Lobbyismus? Und wenn ja, wo liegt die Grenze? Ist die Politik noch in der Lage, unabhängige Entscheidungen zu treffen? Martin Ehrenhauser, fraktionsfreier EU-Abgeordneter a. D., erzählt kritisch von seinem Alltag im EU-Parlament und seine Erfahrungen in der österreichischen Politik. Er erörtert die Vorteile des Lobbyismus für die Gesellschaft (Mittlerfunktion) ebenso wie dessen Nachteile (Bestechung und Korruption).
Zeit: Freitag, 10. Feber 2016, 19.30 Uhr
Referent: Dr. Martin Ehrenhauser
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Politischer Widerstand in der Postdemokratie
Zivilgesellschaftliche Auswege aus den autoriäten Tendenzen des Staates
Wie leistet man gewaltfreien Widerstand in Zeiten, in denen die Demokratie in Europa als selbstverständlich betrachtet wird, doch zugleich so manches demokratische Grundprinzip im Zuge sogenannter politischer Herausforderungen wie Wirtschaftskrisen, Sicherheitsrisiken, Flüchtlingsströme etc. ins Wanken gerät? Demokratie an sich stellt einen Prozess dar und braucht eine Bevölkerung, die sich aktiv einsetzt, insbesondere wenn autoritäre Tendenzen im Staat sichtbar werden. Wie kann man diesen Entwicklungen begegnen, ohne in gewalttätige Aktionen abzugleiten? Der Vortrag zeigt anhand von konkreten Beispielen aus ganz Europa Handlungsmöglichkeiten und zivilgesellschaftliche Auswege aus dieser Entdemokratisierung auf.
Zeit: Mittwoch, 5. April 2017, 20 Uhr
Referent: Dr.in Daniela Ingruber
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Die Zukunft - mehr oder weniger Demokratie?
Vortrag
Demokratie ist eine politische Ordnung, die niemals fertig ist. Schwerpunkte dieses Vortrages sind u.a.: Krisensymptome der Demokratie heute, abnehmende Gestaltungsfähigkeit nationaler Politik, Zerfall traditioneller Loyalitäten im Parteienstaat. Schlussendlich: Demokratie braucht Parteien - braucht Demokratie Parteien?
Zeit: 15. Mai 2017, 19.30 Uhr oder 20 Uhr
Referent: Dr. Anton Pelinka
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten

Veranstaltungsreihe in Zusammenarbeit mit der Österreichischen Gesellschaft für politische Bildung

Ideenkistl: Ostern in Osttirol
Mit Kindern spielen, feiern, basteln
Für alle, die mit Kindern in der Pfarre feiern und Gruppenstunden gestalten und Interessierte
Ostern ist die Zeit des neuen Lebens, die Auferstehung Jesu hat den Tod besiegt. Die Natur bietet uns dafür eindrucksvolle Bilder. Dieses Geheimnis wollen wir mit Kindern entdecken und feiern.
3 Workshops in 2 Runden stehen zur Auswahl.

- Unterwegs zum Osterfest: Fastenkalender, Kreuzweg, Passion mit Kindern, Lieder und Rituale für Ostern
- Kreatives Ostern: Basteltipps und andere kreative Methoden für groß und klein
- Spiele Allerlei: Spiele im und ums Haus für deine Gruppe

Zeit: Samstag, 18. Februar 2017, 14 – 17.30 Uhr
Ort: Bildungshaus Osttirol, Kärntner Straße 42, 9900 Lienz
Leitung: Dr.^{in} Anna Hintner, Evi Kusstatscher, Kath. Jungschar
Beitrag: 10 €

Anmeldeschluss: Donnerstag, 9. Februar 2017
Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Kath. Jungschar

Natürlich gesund mit Kneipp – ein paar Stunden nur für mich
Dieser dreiteilige Kurs gibt wichtige Tipps und Anregungen

Kneippgüsse richtig angewendet
Kneipp-Wasseranwendungen stärken das Immunsystem und fördern die Selbstheilung des Körpers. Meint Kneipp-Anwendungen kann man die Lebensqualität verbessern und manche Beschwerden lindern. Kneippgüsse und Bäder haben eine hohe effektive Wirkung: am Morgen bringen sie einen Energiekick für den Tag, am Abend helfen sie beim Entspannen.
Theorie: die Wirkung des Wassers als Reizträger, Nutzen und Grenzen der Kneippanwendungen. Die wichtigsten Indikationen und Gegenindikationen. Worauf muss man besonders achten?
Zeit: Donnerstag, 23. Feber 2017, 9 – 10.30 Uhr

Kneipp für mich - einfach genießen
Bei der Ordnungstherapie von Kneipp steht die Balance als oberstes Prinzip über den 5 Elementen und vereint sie zu einem sinnvollen ganzheitlichen Konzept. Der Takt des Alltags ist oft ungesund und hektisch. Nicht immer empfinden wir Lebensfreude!
Zeit: Donnerstag, 2. März 2017, 9 – 10.30 Uhr

Schwung und Gegenschwung - Wie Sie statt angespannt beweglich werden
Ob am Arbeitsplatz. im Haushalt oder in der Freizeit. Es gibt immer wieder Möglichkeiten um den Körper mit einfach und sehr effektiven Übungen schnell zu erholen und fit zu bleiben.
* Erholungspause für die Beine: die Treppe als Trainingsgerät
* Fitness im Sitzen: der Stuhl als Trainingsgerät
* Gegen Rückstress: die Wand als Trainingsgerät
Schon mit einfachen Mitteln erreichen Sie viel.
Wichtigste Regel: in Bewegung bleiben
Zeit: Donnerstag, 9. März 2017, 9 - 10.30 Uhr
Leitung: Alberta Ortner, Kneipp-Bund Lienz
Beitrag: 25 € (für alle 3 Vormittage)
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

500 Jahre Reformation – Veranstaltungsreihe in Zusammenarbeit mit dem Dekanat Lienz und der Evangelischen Pfarrgemeinde

Der Weg des Buches
Vortrag im Rahmen der Reihe „500 Jahre Reformation“
Der Weg des Buches ist ein evangelischer Pilgerweg durch Österreich, der der Bibelschmugglerroute während des Geheimprotestantismus folgt. Er führt von Schärding bis Agoritschach. Eröffnet wurde der Weg im Herbst 2008.
Der evangelische Pfarrer Hans Hecht und Rudi Rumpl erklären den die historischen Hintergründe, zeigen Bilder und erzählen von ihren Erlebnissen unterwegs.
Zeit: Donnerstag, 23. Februar 2017, 19.30 Uhr
Referenten: Pfarrer Hans Hecht, Rudi Rumpl

Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: freiwillige Spenden
Keine Anmeldung erforderlich!

500 Jahre Reformation
Am 31. Oktober 1517 veröffentlichte Martin Luther seine 95 Thesen.
Evangelischer Pfarrer Hans Hecht: Reformation damals und heute!
Andreas Knoch, evangelischer Christ stellt sich folgenden Fragen: Wie lebe ich meinen evangelischen Glauben in einem römisch-katholischen Umfeld.
Ist ein konfessionverbindendes Leben Bereicherung oder Anpassung?
Dekan Bernhard Kranebitter: Die Reformation hatte und hat auch noch heute Auswirkungen auf die römisch-katholische Kirche. Um katholisch (allumfassend) zu werden, braucht sie die ökumenische Gemeinschaft mit den anderen christlichen Kirchen.
Angelika Stegmayr, kath. Theologin: Warum Ökumene für mich wichtig ist!
Evangelische/katholische Theologinnen im Vergleich - unterschiedliche berufliche Möglichkeiten?
Bei der anschließenden Podiumsdiskussion haben die Besucher die Gelegenheit Fragen an die Vortragenden zu richten.
Referenten: Dekan Mag. Bernhard Kranebitter, Mag. DI Hans Hecht, Mag.[a] Angelika Stegmayr, DI Andreas Knoch
Moderation: Mag.[a] Helene Brunner, Oberlienz
Zeit: Dienstag, 14. März 2017, 20 Uhr
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: freiwillige Spenden erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Ökumenische Kirchenwanderung im Lutherjahr
Michaelskirche – Franziskanerkirche – Martin-Luther-Kirche
Im kommenden Jahr 2017 wird weltweit der Einführung der Reformation vor 500 Jahren gedacht. Von ökumenischem Geist getragen, findet aus diesem Anlass in Lienz eine „Kirchenwanderung“ zu drei Gotteshäusern statt, in denen auf einschlägige Bezüge hingewiesen werden kann.
Die Kirche St. Michael in der Beda Weber-Gasse mit ihren Grabdenkmälern von Mitgliedern der Familie Graben und anverwandter Geschlechter, mehreren Inschriften und einer gemalten Gedenktafel (1578) in der Art eines Lutherischen Bekenntnisbildes ist in dieser Hinsicht besonders ergiebig.
In der ehemaligen Karmeliten- und heutigen Franziskanerkirche kann man wieder über die Familie Graben eindeutige Bezüge erkennen. Das Wirken der Patres zur Zeit der Reformation wird der eher lockeren Einstellung des einheimischen Weltklerus gegenüber gestellt.
In der Martin Luther-Kirche wird über die Entstehung der evangelischen Gemeinde in Lienz und ihre heutige Situation berichtet. Den Abschluss bildet eine Andacht mit Schriftlesung, Gebet und Lied.
Zeit: Freitag, 9. Juni 2017, 17 – ca. 20 Uhr
Treffpunkt: Michaelskirche Lienz (Beda-Weber-Gasse)
Leitung: Dr. Meinrad Pizzinini, Historiker; Dekan Bernhard Kranebitter; Pfarrer Hans Hecht
Beitrag: 14 €
Um rechtzeitige Anmeldung wird gebeten!

Ökumenische Kirchenwanderung im Lutherjahr
Fahrrad-Wanderung
Wir treffen uns beim Widum in Lavant, um gemeinsam den Hl. Berg von Osttirol, den Lavanter Kirchbichl, hinauf zu pilgern und – vorbei an den Resten der antiken Bischofskirche – sowohl St. Peter und Paul (obere Kirche) als auch St. Ulrich (untere Kirche) zu besuchen und näher kennen zu lernen. Anschließend radeln wir – vorbei am Golfplatz – nach Debant, um in der Hl. Geist-Kirche den Kreuzweg von Lois Fasching näher zu betrachten und uns dann über den Radweg zur Kosaken-Kapelle am Kosaken-Friedhof in der Peggetz aufzumachen.
Hin und hin werden wir über Kunstgeschichtliches und allgemein Interessantes über katholische, evangelische und orthodoxe Glaubensinhalte sprechen und uns gegenseitig informieren.
Zeit: Samstag, 24. Juni 2017, 9 – ca. 13 Uhr
Leitung: Hansjörg Temmel, Pfarrer Hans Hecht, Mag. Thomas Happacher
Beitrag: 9 €
Rechtzeitige Anmeldung erbeten!

Ist Österreichs (innere) Sicherheit in Gefahr?
Vortrag und Podiumsdiskussion
Mit dieser Frage beschäftigt sich der Vortrag von Mag. Peter Gridling, Direktor des Bundesamtes für Verfassungsschutz und Terrorismusbekämpfung. Anhand von sicherheitsrelevanten Trends und Entwicklungen werden aktuelle Bedrohungen dargestellt und erläutert, wie die österreichischen Sicherheitsbehörden darauf reagieren. Thema des Vortrags ist auch, dass Sicherheit nicht nur eine ausschließliche Angelegenheit der Behörden ist, sondern uns als Gesellschaft ebenso wie als Privatpersonen betrifft.
Zeit: Freitag, 3. März 2017, 19.30 Uhr
Referent: Mag. Peter Gridling
Am Podium: (TN werden noch bekannt gegeben)
Moderation: MMag. Oskar Januschke
Ort: BRG Lienz, Saal, Maximilianstraße 11, 9900 Lienz
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Yoga für angenehme Wechseljahre
Workshop
Viele Frauen erleben in den Wechseljahren erhöhte Stressanfälligkeit, Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen usw. Spezielle Yogaübungen, Meditation, Atemschule und auch Tiefenentspannung können helfen, diese Symptome zu lindern. Im Rahmen dieses Workshops lernen die Teilnehmerinnen bestimmte Yogaübungen, die sie zu Hause selbständig anwenden können.
Yoga für angenehme Wechseljahre ist ideal für Frauen, die aktiv und selbständig ihre Wechseljahrszeit positiv verändern möchten.
Zeit: Freitag, 10. März 2017, 14 – 17 Uhr und Samstag, 11. März 2017, 9 – 12 Uhr
Leitung: Barbara Brunner, Yogalehrerin
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 59 €
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!
Mitzubringen: bequeme Kleidung, Decke, Handtuch

Was fehlt meiner Pflanze? Schädling oder Krankheit ?

Kranke Pflanzen erkennen und behandeln ohne Gift
Workshop
An diesen Nachmittag erfahren wir Wissenswertes über die verbreitetsten Pflanzenkrankheiten und deren Bekämpfung ganz ohne Gift
Zeit: Freitag, 10. März 2017, 14 – ca. 18 Uhr
Referentin: Helena Eberle, geb. Seeber
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 14 €
Anmeldung erforderlich!

Gebärdensprachkurs – A 2
Aufbaukurs auf Anfängerkurs
Beginn: Freitag, 10. März 2017, 18.30 – 20 Uhr
weitere Termine: 17., 24., 31.3.; 7., 21.4.; 5., 12., 19. und 29.5.2017
Referentin: Regina Oberbichler
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 120 €
Anmeldung erforderlich!

Chornachmittag: Geistliche und weltliche Literatur
Ein gemeinsamer Singnachmittag für alle interessierten SängerInnen und ChorleiterInnen
Zeit: Samstag, 11. März 2017, 13.30 - 19.30 Uhr (18.30 Uhr Gottesdienstgestaltung der Vorabendmesse in der Kirche Hl. Familie)
Ort: Pfarrsaal Hl. Familie, Andreas-Hofer-Str. 42, Lienz
Leitung: Alois Lorenz Wendlinger, Musikpädagoge, Bezirkschorleiter des Tiroler Sängerbundes
Beitrag: 19 € (inkl. Unterlagen und Kaffeejause)
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Ehe gemeinsam unterwegs
Seminar für Paare, die kirchlich heiraten wollen
Termine zur Auswahl: Mi. 15. März; Fr. 28. April; Fr. 5. Mai; Mi. 17. Mai; Fr. 9. Juni; Fr. 8. September, Fr. 6. Oktober 2017 – jeweils von 17 – 21.30 Uhr
Leitung: Maria und Dariusz Radzwion, Mörtschach
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 19 € pro Person (inkl. Kursunterlagen und Jause)
Anmeldung erforderlich – begrenzte Teilnehmerzahl!

Das neue Gesicht des Internet: Zwischen Überwachung und Hetze
Vortrag
Das Internet wurde lange Zeit sehr positiv betrachtet. So stand es z.B. für neue Möglichkeiten der Selbstinszenierung oder Formen radikaler Demokratie. Heute wissen wir, dass Staaten und Konzerne es nutzen, um ihre Bürger und Bürgerinnen zu überwachen und Einblick in ihre Lebensstile zu gewinnen. Im politischen Kontext wird es oft eingesetzt, um Falschaussagen zu verbreiten, Hass zu artikulieren und gegen Minderheiten zu hetzen. Auch in persönlichen Beziehungen werden soziale Medien bisweilen verwendet, um anderen zu schaden. Im Vortrag werden Hintergründe hierfür analysiert und diskutiert.
Zeit: Donnerstag, 16. März 2017, 19.30 Uhr
Referent: Dr. Rainer Winter

Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Mein Alltag als Übung - Aktivierende Biographiearbeit
Die Kunst der zukunftsorientierten Lebensgestaltung.
Seminar
Mittels angeleiteter Übungen nehmen Sie aktiv Einfluss auf Ihre Lebens- und Beziehungsgestaltung. Ein Blick in die Vergangenheit lässt Sie besser erkennen wieso Sie zu der Person geworden sind, die Sie heute sind. Über das Erinnern, Erzählen und Überdenken des Vergangenen entwickeln Sie zudem Vorstellungen von Möglichkeiten für Ihr zukünftiges Leben. Erlittener Schmerz und erlebte Freude werden so zur Quelle Ihrer Kraft, das Erleben der eigenen Stärken führt Sie zur eigenen Identität, die dann auch gelebt werden kann und darf.
Übungen: Einzelarbeit – Kleingruppen – Zusammenschau mit Impulsen aus der psychosozialen Forschung
Zeit: 17./18. März und 24./25. März 2017, jeweils freitags von 17 – 21 Uhr und samstags von 9 – 17 Uhr
Referent:
Mag. Dr. Ernst Gattol, Lehrsupervisor ÖVS, Erwachsenenbildner/Trainer, Uni-Lektor
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 99 €
Rasche Anmeldung erwünscht!

Der Zauber von Bhutan
Eine Bilderreise durch das Land des Glücks
Bhutan steht für etwas, was wir in unserer ver-rückten und rationalen Welt schon weitgehend verloren haben und immer mehr suchen: Die Welt hinter dem Sichtbaren, die Welt, wie sie zwischen Mensch und Natur sein könnte. Glück ist das Staatsziel von Bhutan. Die Menschen sind tief verwurzelt in ihrem Glauben, in
ihrer buddhistischen Kultur. Das Land des Bruttonationalglücks ist tief eingebettet im östlichen Himalaja, die Menschen und die Natur stehen höher als Gier nach Geld, nach Erfolg oder Macht.
Zeit: Dienstag, 21. März 2017, 19.30 Uhr
Referent: Rudi Rumpl, Lienz
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freiwillige Spenden zugunsten des Straßenkinderprojekts Elijah vonPater Georg Sporschill
Keine Anmeldung erforderlich!

Die letzten Dinge des Lebens regeln - Vortrag
Vortrag
Das Leben und persönliche Wert- und Glaubensvorstellungen werden aus folgenden Perspektiven betrachtet: Belastendes/Anstrengendes, „Wiedersehen“/Vergebung, „Endlichkeit“, Bestattung/Beerdigung, Tod/Sterben/Erinnerung. Es soll der Blick auf die Ganzheit des Lebens gerichtet werden und ein Bewusstsein dafür geschaffen werden, was im Leben „wirklich wichtig ist“. Auch der Gedanke „was wird von mir einmal in Erinnerung bleiben?“ ist spürbar. Im Kurzvortrag wird die Idee der „Spirituellen Patientenverfügung“ vorgestellt, konkrete Beispiele erläutert und

Anregungen für die eigene Auseinandersetzung mit Krankheit,
Sterben und Tod gegeben. Im Anschluss können Fragen gestellt werden und der Wert von Spiritualität und Glaube in schweren Lebenssituationen aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet.
Zeit: Donnerstag, 23. März 2017, 19.30 Uhr
Referentin: Maria Radziwon, Krankenhausseelsorgerin
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freiwillige Spenden erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Meinen Kraftquellen auf der Spur
Es gibt eine große Sehnsucht nach Spiritualität. Schon immer haben sich Menschen zum Nachdenken und Auftanken in die Natur zurückgezogen. Schneller als anderswo komme ich weg von meinem Alltag und hin zu mir selbst. Wichtig und unwichtig, wesentlich und unwesentlich treten auf einmal deutlicher hervor. Manchmal muss ich „aus dem Häuschen sein“, um wieder bei mir anzukommen. Dafür nehmen wir uns an diesem Tag bewusst Zeit, machen uns auf den Weg zu Kraftorten und kommen gestärkt an Leib und Seele sowie geistig erfrischt „heim“.
Zeit: Freitag, 24. März 2017, 14 – 17 Uhr
Treffpunkt: Bildungshaus Osttirol
Leitung: Mag. Martin Lesky
Beitrag: 7 € (inkl. Jause)
Rechtzeitige Anmeldung erbeten!
Gutes Schuhwerk und bequeme Kleidung!

Entschlacken - Entgiften nach Hildegard von Bingen
Seminar
Die Frage, wie wir die Reinigung unseres Körpers unterstützen können, wird in dieser Zeit der zunehmenden Umweltproblematik immer aktueller. In der Therapie nach Hildegard von Bingen finden wir viele Ansätze, um den gesamten Menschen in seiner Einheit von Körper und Seele im Gleichgewicht zu halten. In diesem Tagesseminar bringt uns Fr. Dr. Karlinger viele Beispiele aus ihrer Praxis zu diesem Thema. Wir befassen uns mit den Ausleitungsverfahren wie Aderlass und Schröpfen und den Mitteln zur Leber und Darmreinigung.
Zeit: Samstag, 25. März 2017, 9 – 17 Uhr
Referentin: Dr.in Felicitas Karlinger,
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 59 €
Anmeldeschluss: Freitag, 17. März

Mein Körper – unser Thema!?
Infoabend zu den Themen:
Zyklus – Fruchtbarkeit – Empfängnisregelung – Empfängnisverhütung
Zeit: Dienstag, 28. März 2016, 19.30 Uhr
Referentin: Monika Kastner, med. techn. Assistentin
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Ehepaare 8 €, Einzelpersonen 5 €, Studenten 2 €
Keine Anmeldung erforderlich!

Stricken und Häkeln von kleinen Ostergeschenken

Angela Degetz von der Handwebstube in Lienz zeigt Ihnen, wie innerhalb eines Nachmittags aus 1 Knäuel Wolle ein herziges Häschen und/oder ein dazu passendes Körberl entsteht.
Der Workshop ist für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet.
Vorkenntnisse sind nicht notwendig.
Zeit: Freitag, 31. März 2017, 14 - ca. 18 Uhr
Beitrag: 17 € inkl. Kaffeejause (+ Materialkosten)
Anmeldeschluss: Montag, 29. Feber
Hinweis: Strick- oder Häkelnadel Nr. 8 mitnehmen (wenn vorhanden)

Schatzkiste Osttirol – Miteinander.Vor Ort.Werte heben
Vortrag und Diskussion
Was sind die Schätze Osttirols?
Mit dieser Frage, wollen wir uns bei dieser Veranstaltung beschäftigen und eine Bewusstseinsbildung für Regionalität und Talentetauschkreis schaffen.
Talente-Systeme, regionale Währungen, Bürgerfinanzierung und regionale Kreislaufwirtschaft sind ein wesentlicher Bestandteil einer neuen Ökonomie – die „Zum Wohl aller“ dient.
Ziel der Veranstaltung ist es, einen Rahmen in Osttirol zu schaffen, der den fairen Tausch von Waren und Dienstleistungen zwischen Privatpersonen, Unternehmen und Organisationen fördert.
Zeit: Donnerstag, 6. April 2017, 19.30 Uhr
Ort: Bildungshaus Osttirol
Referenten: Rolf Schilling, Talente Vorarlberg und Sepp Kollnig, Gemeinwohl-ökonomie Osttirol
Beitrag: Freiwillige Spenden erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Mit dem Esel nach Maria Zell
Der Dölsacher Zimmerer Hannes Weingartner pilgerte zu Fuß nach Mariazell. Treue Begleiterin auf der 17-tägigen Wallfahrt war Weingartners fünfjährige Eseldame Peppina
Zeit: Dienstag, 11. April 2017, 19.30 Uhr
Referent: Hannes Weingartner
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freiwillige Spenden erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Kränkungen überwinden und Frieden finden
Weiterbildungsmodul für Besuchsdienste
Wir alle kennen Situationen, Begegnungen, aus denen wir verletzt, wütend und / oder beschämt hervorgehen.
Meist geschehen Kränkungen oder Verletzungen unabsichtlich und es ist keine Frage von Schuld! Letztlich geht es darum, diese Situation heilen zu lassen - uns selbst und der / dem anderen zu verzeihen.
Doch wie kann Vergeben gelingen? Welche Schritte sind auf dem Weg zur Aussöhnung, zu innerem Frieden not-wendig und hilfreich? Und welche Stolpersteine gibt es? Welche Rolle spielen unsere Gefühle dabei? Wie können Sie Menschen auf diesem Weg ermutigen?
Vergebung ist sowohl körperlich, als auch geistig und seelisch zutiefst heilsam!
Zeit: Mittwoch, 19. April 2017

Ablauf: 14.30 – 16.00 Uhr Vortrag
16.00 – 16.30 Uhr Kaffeepause
17:00 – 17.30 Uhr Andacht und Segensfeier (Krankenhauskapelle)
Ort: Bildungshaus Osttirol
Referentin: Veronika Santer, Absam
Beitrag: kostenlos für Besuchsdienstleistende
Rechtzeitige Anmeldung erbeten!

Frühlingszeit – Mücken und Zwecken sind nicht weit
Vortrag
Zecken und Stechmücken sind bei uns die mit Abstand häufigsten Parasiten, die auf der Oberfläche des Wirtes leben. Zecken übertragen in Tirol FSME, Borrelien, Rickettsien und einige andere Krankheiten; Stechmücken verursachen allergische Reaktionen und Infektionen der Stichstelle. Aufgrund der klimatischen Erwärmung der letzten Jahrzehnte breiten sich Mücken oder Zecken in immer größere Höhen aus, außerdem dringen neue Arten in den Alpenraum vor.
Dr. Gernot Walder, Mikrobiologe und Infektiologe, stellt in seinem Vortrag die Osttiroler Mücken- und Zeckenfauna sowie die von ihnen verursachten Krankheitsbilder vor. Vorbeugungs- und Schutzmaßnahmen werden dabei ebenso erörtert wie Behandlungsmöglichkeiten nach einem Stich.
Zeit: Mittwoch, 19. April 2017, 19.30 Uhr
Referent: Dr. Gernot Walder
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Die Kraft der Kräuter im Frühjahr
Kräuterwanderung mit Heidi Gratl - Dauer ca. 2 Stunden
"An einem Donnerstag im Mai, kocht die Bäuerin ihren Brei von neunerlei Kräutlein, soll wider alle Krankheit sein"
Immer wieder im Frühjahr freuen sich die Menschen auf das erste zarte Grün. Doch grün ist nicht gleich grün. Wissenswertes über die ersten Kräuter im Frühjahr und ihre Verwendung wollen wir bei dieser Kräuterexkursion erfahren.
Zeit: Donnerstag, 20. April 2017, 16 – ca. 18 Uhr
Treffpunkt: Bildungshaus Osttirol
Leitung: Heidi Gratl, Kräuterfachfrau
Beitrag: 17 €
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Schreibwerkstatt: „Wortsternstunden“
Ein Tag zum Schreiben
Worte schöpfen, Worte erobern, blitzartig finden, Worte aufschreiben, wirken lassen, einander vorlesen, hören und staunen. Worte entdecken – für mich, mit anderen, durch andere, durch mich für andere…. Machen wir uns gemeinsam auf Weg!
Eingeladen sind alle, die gerne schreibend erfahren möchten, dass das Gestalten eigener Texte Freude macht. Begrüßen möchten wir auch jene, die es einfach versuchen wollen.
Willkommen sind Neugierde, Freude am Experimentieren und ein eigener Lieblingsstift!
Zeit: Samstag, 22. April 2017, 9.30 – 17.30 Uhr
Ort: Bildungshaus Osttirol

Leitung: Inge Böhm, Schreibpädagogin (BOeS Wien)
Beitrag: 55 € (inkl. Arbeitsmaterialien)
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich – begrenzte TN-Zahl

Das Fremde – ich und die anderen!
Seminar für ehrenamtliche MitarbeiterInnen in der Flüchtlingsarbeit
Den Herausforderungen in der Flüchtlingsarbeit professionell, einfühlsam und angemessen begegnen
Seminar für ehrenamtliche MitarbeiterInnen in der Flüchtlingsarbeit
Die Begleitung von Flüchtlingen ist eine herausfordernde Tätigkeit. Einerseits hat das Fremde für uns einen gewissen Reiz, andererseits stellt es uns aber auch vor persönliche Herausforderungen, die wir erkennen und respektieren müssen. Über das Erzählen von eigenen Erfahrungen mit von Ihnen begleiteten Flüchtlingen, erarbeiten Sie gemeinsam, wo Grenzen zwischen „Ihnen und den Anderen - dem Bekannten und dem Fremden“ bestehen, beziehungsweise erfahren Sie, wie Grenzen achtsam - für beide Seiten – gezogen und/oder erweitert werden dürfen.
Zeit: 11.5., 18.5. und 1.6.2017, jeweils donnerstags von 18.30 – 22 Uhr
Referent: Mag. Dr. Ernst Gattol, Lehrsupervisor ÖVS, Erwachsenenbildner/Trainer, Uni-Lektor,
Beitrag: kostenlos für Ehrenamtliche in der Flüchtlingsarbeit
Rasche Anmeldung erwünscht!

Ich werde älter und lerne dazu!
Seminar
Ich werde älter und weiß, dass Scheitern zum Leben gehört und aus Fehlern Wesentliches sowie Wertvolles gelernt werden kann.
Ich werde älter und öffne mich für das Rätselhafte, das Spirituelle und das Freudige in der Welt.
Ich werde älter und lerne immer noch dazu, bin offen gegenüber Veränderungen, engagiere mich in sozialen Netzwerken, motiviere mich und probiere Neues.
Zeit: Freitag, 19. Mai 2017, 17 – 21 Uhr u. Samstag, 20. Mai 2017, 9 – 17 Uhr
Referent: Mag. Dr. Ernst Gattol, Lehrsupervisor ÖVS, Erwachsenenbildner/Trainer, Uni-Lektor
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 49 €
Rasche Anmeldung erwünscht!

BURN-ON Tag: „Mindsight und Positivität“
Seminartag für Menschen im sozialen Bereich
Zeit: Mittwoch, 24. Mai 2017, 9 – 17 Uhr
09:00 Uhr: Referat „Mindsight und Positivität“
Positive Emotionen haben zentrale Bedeutung für das Wohlbefinden und den Selbstwert eines Menschen. Ein achtsamer und respektvoller Umgang mit dem eigenen Selbst – wobei der Humor nicht zu kurz kommen soll - ist der Schlüssel zur Entfaltung des eigenen Potentials. Dies gilt sowohl für den privaten als auch den beruflichen Bereich.
12:30 Uhr: Mittagspause
14.00 Uhr **3 Nachmittagsworkshops zur Auswahl**

Workshop 1: Übungen der positiven Psychologie
Im Workshop werden die wichtigsten Übungen der positiven Psychologie (wie z.B.:

3 Blessings, Dankbarkeit, Stärken nutzen) und das Rad des Bewusstseins praktisch vorgestellt.
Leitung: Dr. Philip Streit, Klinischer und Gesundheitspsychologe

Workshop 2: Tanzwellness

In diesem Workshop befreien wir uns von allem MUSS und ersetzen es durch unser eigenes KANN. Wir begeben uns auf die somatische Erkundungsreise und zollen unserer Bewegungsindividualität Respekt. Leichtigkeit und Weite trägt jeder Mensch in sich. Durch Bewegungsphasen werden neue Möglichkeiten eröffnet, Wiederholungen bieten Genuss und das Potential des Individuums kommt zum Vorschein.

Leitung: Mag.ª(FH) Irina Tegischer, Dipl. Gesundheitspädagogin

Workshop 3: Stress mit Humor begegnen
Es erwarten Sie praktische Anleitungen zu diesem Thema in Form von Körper- und Atemübungen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit!
Leitung: M. Christine Dollberger-Brunner, Dipl. Coach für Stressmanagement und Burnoutprävention

Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 55 €
Anmeldung erbeten bis Montag, 15. Mai 2017

Wie man Zuwanderung erzeugt: Europas Rolle in der Welt
Vortrag
Europa und damit auch Österreich wurde 2015 von einem "Flüchtlingsstrom" geradezu überwältigt. Uns allen sind die Bilder noch gegenwärtig und wir beschäftigen uns gerade mit den Folgen dieser Entwicklung. Dazu sind mindestens drei Anmerkungen nötig: erstens kam die Zunahme der Migration nicht überraschend; zweitens spielt sich die weit überwiegende Mehrheit der Bevölkerungsbewegungen unverändert in den armen Regionen des Globus ab; drittens hat all das Gründe, an denen Europa alles andere als unschuldig ist. Im Vortrag soll es um die Hintergründe der Migrations- und Fluchtbewegungen nach Europa gehen mit besonderem Blick auf Europas Verantwortung und die Verhältnisse in Afrika.
Zeit: Donnerstag, 1. Juni 2016, 20 Uhr
Referent: Dr. Andreas Exenberger
Ort: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: Freier Eintritt – Spende erbeten
Keine Anmeldung erforderlich!

Kräuterwanderung im Frühsommer
Überall in der Natur finden sich wertvolle Wild- und Heilkräuter. Sie begegnen uns auf Schritt und Tritt und können uns helfen, unsere Gesundheit wirksam auf einfache Weise zu unterstützen. Alten Überlieferungen zufolge sollen Kräuter, die um den Johannistag (24. Juni) herum geerntet werden die beste Wirkung auf Mensch und Tier haben.

Wir begeben uns auf eine frühsommerliche Kräuterwanderung,
die ca. 2 Stunden dauert (leichtes Schuhwerk), um unsere heimischen Wild- und Heilkräuter und ihre Wirkungs- und Anwendungsweise kennen zu lernen.
Treffpunkt: Bildungshaus Osttirol
Beitrag: 17 €
Zeit: Freitag, 23. Juni 2017, 16 - ca. 18 Uhr
Leitung: Heidi Gratl, Kräuterfachfrau
Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Ikonenmalen nach russischer Tradition
Einwöchiger Kurs
Wie ein jeder das Auge im Diesseits gereinigt hat, so wird er dort schauen können die Herrlichkeit des Allerhöchsten. Wie ein Jeder das Ohr im Diesseits geöffnet hat, so wird er dort fassen können seine Weisheit. Wie ein Jeder sein Inneres im Diesseits weit gemacht hat, so wird er dort aufnehmen können von seinen Schätzen. Die Ikonenmalerei ist im wahrsten Sinne eine religiöse Kunst, nicht wie im Westen eine Kunst mit religiösen Motiven. Seit Karl d. Große dient die westliche religiöse Malerei dem Schmuck und der Belehrung und ist nicht mehr im klassischen Sinne Symbol, dh Träger der nicht sichtbaren Realität. Die Ikonenmalerei versucht mit irdischen Mitteln darzustellen, was nicht darstellbar ist. Sie zeigt auch im Malvorgang, der von der dunklen Farbe durch allmähliche Aufhellung zum göttlichen Licht strebt, Sinn und Weg des irdischen Menschsein: den Weg vom Sündenfall zur Verklärung.
Zeit: 26. Juni –29. Juni 2017, 8 – 17 Uhr und 30. Juni 2017, 8 – ca. 13 Uhr
Referent: Albert Breitegger, Dellach/Drau
Beitrag: 169 € + Materialkosten
Ort: Bildungshaus Osttirol

Kirchenmusikalische Werkwoche in Lienz
für ChorleiterInnen und ChorsängerInnen
Zeit: Sonntag, 16. Juli bis Sonntag, 23. Juli 2017
Gesamtleitung: Martin Lindenthal (Bregenz), Josef Döller (Graz)
StimmbildnerInnen: Gerda Hondros (Wien), Alois Lorenz Wendlinger (Lienz); Marie-Antoinette Stabentheiner (Wien)

Programm:
Sonntag, 16. Juli:
19 Uhr Eröffnung der Woche, Einführung, erste Liedprobe

Montag bis Samstag:
Tägliches Einsingen; Stimmbildung (Einzelstimmbildung, Gruppenstimmbildung, stimmhygienische Übungen, Atemübungen); Schlagtechnik; Dirigieren; Singen in Kleingruppen; Singen im Plenum

„Day closing“: z.B. Privatissimum mit den Chorleitern; Besprechung der Stücke; Kennenlernen neuer Literatur; Einführung in das Grundverständnis der Liturgie; „weltlicher“ Abend (Pop-Literatur); Körperentspannung;

Samstag, 22. Juli
18 Uhr Gottesdienstgestaltung in der Pfarrkirche St. Marien
ca. 19 Uhr Abschlusskonzert in der Pfarrkirche St. Marien

Sonntag, 23. Juli
10:00 Uhr Gottesdienstgestaltung in der Pfarrkirche St. Andrä

Zusatzangebot für Organisten:
Orgelunterricht bei Alois Wendlinger
Bei Anmeldung bitte bekanntgeben!

Vorgesehene Literatur:

Heinrich Schütz: Herr, wenn ich nur dich habe (aus "Musicalische Exsequien")
Ludovico da Viadana: Exultate iusti in Domino
Orlando di LAsso: In hora ultima
Franz Schubert: Deutsche Messe (Teile)
Alfred Schnittke: Otce nas
Heinrich Schütz: Das benedicite vor dem Essen (Aller Augen, Vater unser, Benedicite)
Waldemar Ahlen: Sommar psalm
Eric Esenvalds: Stars I can tell the world (Arr. Moses Hogan) A Quiet place (Ralph Carmichael)

Ort: Landwirtschaftliche Lehranstalt Lienz – Josef Müller Str. 1
Kursbeitrag: 185 € inkl. Notenmaterial
Vollpension/Tag: 46 € (Doppel- bzw. Dreibettzimmer)
Einzelzimmerzuschlag/Tag: 5 € (begrenzt vorhanden)
Fremdenverkehrsabgabe/Tag: 2 €
Für externe TeilnehmerInnen:
Mittagsmenü 12 €; Abendessen 10 € (inkl. Tischgetränke)
Anmeldeschluss: Freitag, 23. Juni 2017

Heuer wieder speziell für OsttirolerInnen:

Montag, 17. Juli, 19.30 – 22 Uhr
Ein Sommerabend für Kirchenchöre
Geistliche Chorliteratur für den praktischen Gebrauch. Gemeinsames Singen von leicht erlernbaren Sätzen.
Leitung: Alois Lorenz Wendlinger, Lienz
Ort: Landwirtschaftliche Lehranstalt Lienz
Beitrag: 9 €

Dienstag, 18. Juli, 19.30 – 22 Uhr
To cross over
An Musik aus den Sphären der Renaissance und der Farbenpracht der Popmusik spüren wir im Speziellen den bezaubernden Momenten des musikalischen Übergangs nach, dem Verbinden von zwei Welten in einem Stück. Musik von Orlando Di Lasso, Thomas Weelkes, Lennon & McCarney, Silje Neegard usw.
Leitung: Martin Lindenthal
Ort: Landwirtschaftliche Lehranstalt Lienz
Beitrag: 9 €

Donnerstag, 20. Juli, 19.30 – 22 Uhr

Canticum vovum - neue liturgische Chormusik
Leitung: Josef Döller
Ort: Landwirtschaftliche Lehranstalt Lienz
Beitrag: 9 €

Freitag, 21. Juli, 19.30 – 22 Uhr
Wissen SängerInnen hören UND spüren
Stimmbildungsworkshop mit Gerda Hondros
„Beim Singen klemmt mein Hals"; „Es kommt mir vor, dass ich heißer bin"; „Es klingt zwar schön, aber Text verstehe ich keinen". In fachkundiger und humorvoller Art und Weise nähern wir uns an diesem Abend diesen und anderen Fragen.
Leitung: Gerda Hondros, Wien
Ort: Landwirtschaftliche Lehranstalt Lienz
Beitrag: 9 €

Anmeldeschluss für Einzelabende: Montag, 10. Juli 2017