

Auf zu neuen Ufern

Programmheft

Februar bis Juli 2025

Dominikanerhaus





Liebe Freundinnen und Freunde
des Dominikanerhauses!

Wir freuen uns, Ihnen wieder ein buntes, vielseitiges Angebot für das Frühjahr 2025 präsentieren zu können.

"Auf zu neuen Ufern" ist der Titel dieses aktuellen Programms und soll uns alle ermutigen, trotz der krisenhaften Zeiten den Blick nach vorne zu richten, nicht dem verloren Geglauten nachzutruern, sondern das Wertvolle für die Zukunft zu sichern. Was trägt uns wirklich, was brauchen wir, um glücklich zu sein, was können wir dazu beitragen, dass es uns allen gut geht - das sind die wichtigen Themen, die wir bedenken sollten. Eine gute Möglichkeit dazu bietet das "dankbarleben - Wochenende" vom 2. bis 4. Mai bei uns im Haus.

Weiters möchte ich auf unsere drei Exkursionen der Reihe "Leben mit der Klimaveränderung" hinweisen, die sich den Themen Gletscherschwund, Wetterextreme und nachhaltige Stadtentwicklung widmen. Wir sind mittlerweile herausgefordert uns gleichzeitig sowohl der Anpassung an die Veränderungen, als auch der Verhinderung von weiteren Verschlechterungen der Klimakrise zu widmen. Die Augen vor den mittlerweile immer massiver werdenden Auswirkungen zu verschließen, wird an der Situation nichts ändern. Es wird immer wichtiger werden, dass wir aufeinander achten und uns nicht gegeneinander aufhetzen lassen, dass wir gemeinsam die Probleme lösen und uns nicht in gegenseitige Beschuldigungen verstricken und für die notwendigen Veränderungen Energie und Zeit verschwenden. Diese aktuellen Krisen können wir nur gemeinsam lösen, im Miteinander und nicht im Gegeneinander, im achtsamen Umgang mit uns selbst, mit unserer Mitwelt und der Natur. Es braucht dringend eine öko-soziale Transformation, dazu braucht es ganz neue Ideen und Lösungsansätze, denn wie schon Einstein gesagt hat: "Sie können ein Problem niemals auf der Ebene lösen, auf der es erstellt wurde." Unsere Kreativität ist gefordert!

Wir freuen uns schon sehr, wenn Sie wieder zu uns kommen für Bildung, Begegnung und mit uns Zukunft schöpfungsverantwortlich gestalten!

Sabine Gamsjäger

Leiterin Dominikanerhaus
Bildungsreferentin



- 5 Spiritualität
- 13 Gesellschaft
- 25 Lebensorientierung
- 35 Kommunikation
- 39 Gesundheit
- 47 Kultur
- 53 Kreativität
- 59 Kalenderübersicht
- 63 Impressum



Auf zu neuen Ufern

In diesem Bild weht uns der Zauber des Entdeckergeistes, die Frische der Abenteuerlust und die Offenheit für Überraschungen an. Sich zu neuen Ufern aufzumachen kann wunderbar und freiwillig sein. Es kann uns aber auch durch äußere Umstände auferlegt sein und bedeuten, dass wir Liebgewonnenes und Gewohntes hinter uns lassen müssen. Auch wenn nur die Ufer angesprochen sind, ist das Entscheidende doch die Reise durch die dazwischen wogenden Wasser.

Wie tief und ergreifend unsere Erfahrungen dabei sein werden, hängt davon ab, ob wir diese Reise als uns geschenkte Gelegenheit willkommen heißen können; und ob wir ihr unterwegs mit schöpferischer Lebendigkeit und Präsenz begegnen können, d.h. uns nicht nur dahintreiben lassen, sondern uns vielmehr voller Lebensvertrauen und wendig wie ein Fisch dem Lebensfluss überlassen.

Bruder David Steindl-Rast, der große christliche Mystiker unserer Zeit sagt dazu: „Um ... zu fließen, müssen wir zu unserer ursprünglichen Geisteshaltung zum „Anfängergeist“ des Kindes zurückfinden. Als Baby bist du ganz selbstverständlich sowohl im Fluss des Lebens als auch im Jetzt. ... Wann immer wir im Jetzt sind, sind wir auch als Erwachsene im Fließweg.“

Ein Aufbruch aus dem Jetzt, aus dem bewussten Sein im gegenwärtigen Augenblick heraus geschieht aber nicht in Eile. Bruder David bietet uns dazu einen Dreischritt an: Innehalten – Innewerden – Tun.

Der erste Schritt ist das Innehalten, die Stille, das Herunterfahren des Egos, das ständig vorausseilt oder an Vergangenem festhält. In der Stille erwarten wir geduldig die Bereitschaft des Herzens für die nächsten Schritte, bis wir endlich in der eigenen Mitte ankommen. So wird es uns möglich, unsere Intention für das „Auf zu neuen Ufern“ und vielleicht unser So-Sein im Einklang mit dem Universum zu spüren. Wenn Veränderung aus einem Ruhen in der eigenen stillen Mitte heraus beginnt, gibt uns das Stabilität und Sicherheit. Wir dürfen uns dem harmonischen Rhythmus des kosmischen Tanzes hingeben.



Im Innewerden verbinden wir unsere Sinne mit dem Herzen, so dass sie aus der Tiefe des Herzens lebendig werden. Es geht um Verankern und Reifen-Lassen. Sehen wird zum Schauen, Hören zum Horchen, etwas Angreifen zum Berühren.

Erst daraus kann das rechte Tun als Antwort hervorgehen. Solch ein Tun ist Harmonie. Nichts drängt sich auf oder wird erzwungen, sondern alles fließt und ergibt sich. Unser Handeln kann klarer sein, die Freude über das Entdeckte kann uns erfüllen, der Abschied wird uns nicht hart machen, sondern weich und bereit für die neuen Geschenke im Augenblick.

„Es geht ... um ein Verständnis der Choreografie des Ganzen ... Wenn wir uns tief einfühlen, dann bemerken wir, dass zum Gesamtbild nicht nur verändernde Bewegung gehört, sondern auch ruhendes Bleiben. ... Beim Tanz dreht sich alles um die Gelegenheit, Augenblick für Augenblick im Schritt zu sein ... Das Ziel ist, völlig eins zu werden mit Rhythmus und Harmonie des [kosmischen] Tanzes.“

Wenn wir uns auf diese Weise dem Leben anvertrauen, wird es uns möglich, jeder Überraschung mit Zuversicht zu begegnen.

Andrea Kuprian-Farcher, Hans-Günther Schwarz & Undine Dellisch

dankbar leben begegnungsräume
www.dankbar-leben-begegnungsräume.net
www.bibliothek-david-steindl-rast.ch

Spiritualität



Samstag
25.
Jänner
2025

09.00 –
13.00
Workshop

Freitag
07.
Februar
2025

16.30 –
18.30
Workshop
5 Termine



Ines Weber
Hoffnung ...
in mir ...



© Weibold

In jedem Menschen steckt ein riesiges Potenzial, sein Leben in die Hand zu nehmen, es selbstbestimmt und hoffnungsvoll zu gestalten und es gemeinsam mit anderen zu etwas Großem werden zu lassen. Der Mensch ist schließlich ein wunderbares, sehr besonderes, kreatives Wesen, das zu vielem fähig ist. Nicht immer ist uns das bewusst, nicht immer liegen alle unsere Fähigkeiten offen zu tage. Der Workshop will helfen, unsere Talente zu entdecken, sie ans Tageslicht und in die Welt zu bringen. So können wir in den heute vielfach so herausfordernden Zeiten neu eintauchen, unser Leben und das von anderen mitgestalten, um uns gegenseitig zu stärken und Hoffnung zu geben.

Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Ines Weber
Institut Kirchengeschichte und
Patrologie "gute gesellschaft",
Persönlichkeitsbildung; Linz

Kosten 66,00 Euro
Anmeldung bis
21.01.2025



Undine Dellisch, Robert Graf, Dagmar Grünwald,
Andrea Kuprian-Farcher, Hans Günther Schwarz
Dankbar leben - ein einfacher Weg zum
Glücklichsein



© Großbauer

Alle Terminmöglichkeiten:
7.02. / 7.03. / 4.04. / 9.05. / 6.06.

Wer dankbar ist, ist auch glücklich - und nicht umgekehrt!

In dieser Workshopreihe gehen wir der Dankbarkeit, ja sogar einem Leben in Dankbarkeit, auf den Grund.

- Stimmt es, dass Dankbarkeit zum Glück führt?
- Was meinen wir eigentlich mit Dankbarkeit?
- Wie könnte ein Leben "in Dankbarkeit" ausschauen?
- Ist dies vielleicht sogar ein spiritueller Weg?
- Was muss ich dafür tun?

Grundlage ist das Werk des Benediktinermönchs David Steindl-Rast OSB, Kurzvorträge führen in die grundlegenden Einsichten ein, im Spiraldialog lassen sich die Teilnehmenden auf die Erfahrung der Dankbarkeit ein.

Die Termine können auch einzeln besucht werden!

Undine Dellisch
Mitinitiatorin Netzwerk "dankbar leben begegnungsräume";
Wien

Robert Graf
Mitinitiator Netzwerk "dankbar leben begegnungsräume";
Wien

Dagmar Grünwald
Päd. MA Dominikanerhaus; Steyr

Andrea Kuprian-Farcher
Mitinitiatorin Netzwerk "dankbar leben begegnungsräume";
Neuhofen im Innkreis

Hans Günther Schwarz
Mitinitiator Netzwerk "dankbar leben begegnungsräume";
Wien

freiwillige Spende
Anmeldung bis 4 Tage vorher
Kooperation mit „dankbar leben begegnungsräume“

Mittwoch
12.
Februar
2025

18.15 –
19.30
Meditation
6 Termine

GLAUBEN
(ver)
SUCHEN

Heidi Staltner-Kix Meditative Auszeit - Zeit für dich



Alle Terminmöglichkeiten:
12.02. / 12.03. / 9.04. / 14.05. / 11.06. / 9.07.

Wir knüpfen an eine Tradition an und reaktivieren die Sakristei der Marienkirche als Ort der Stille und Begegnung.

Elemente aus Taizé und Meditation (inkl. Stille), sowie weibliche Impulse - jeweils ein Text einer Frau oder Impulse zu einer Mystikerin/Philosophin/ Theologin - ergeben ein harmonisches Ganzes. Im Versuch, im Augenblick ganz aufmerksam da zu sein und sich auf diese Weise mit der eigenen inneren Tiefe und dem Göttlichen zu verbinden, erfahren wir möglicherweise das Gefühl von Getragen-Sein und heilsamem Segen.

Termine können einzeln besucht werden
Veranstaltungsort: Sakristei der Marienkirche
(Treffpunkt beim Eingang zur Kirche)

Mag.^a Heidi Staltner-Kix
Kath. Theologin, Meditations-
anleiterin, Citypastoral Steyr;
Steyr

freiwillige Spende
Kooperation mit Citypastoral





Freitag
14.
Februar
2025

19.00

Paarsegnung

Heidi Staltner-Kix, Franz Wöckinger
Liebe braucht Blumen und mehr



Paarsegnung am Valentinstag

Segen zugesprochen zu bekommen, innerlich berührt zu werden, sich gegenseitig zu segnen - eingebettet in einer ansprechenden Feier - das erwartet Sie bei der Paarsegnungsfeier am Valentinstag. Ob frisch verliebt oder in einer schwierigen Phase ihrer Beziehung, ob Sie einen Mann lieben oder eine Frau, oder ... Jedes Paar ist herzlich willkommen!

Anschließend genießen wir den Abend weiter bei einer Agape im Foyer des Dominikanerhauses. Feierlich umrahmt von Musiker*innen aus der Region.

Treffpunkt: Marienkirche Steyr

Mag.^a Heidi Staltner-Kix
Seelsorgerin der Citypastoral
Steyr; Steyr

Lit. theol. Franz Wöckinger
Pfarrer der Pfarre Steyr; Steyr

freiwillige Spende
Kooperation mit Citypastoral



Mittwoch 19.00
09.

April 2025 Podiumsdiskussion

Samstag 10.00 –
26. 15.00

April 2025 Outdoor

Die Rolle der Kirche(n) im dritten Reich



Den 80. Todestag von Dietrich Bonhoeffer nehmen wir zum Anlass, um über die Rolle der Kirchen in der NS-Zeit zu diskutieren und über einen noch wenig beleuchteten Teil unserer eigenen Geschichte ins Gespräch zu kommen. Wer waren die "deutschen Christen" und wer die "Bekennende Kirche"? Mit welchen Problemen waren Christ*innen zur Zeit der Nazi-Diktatur konfrontiert und wie ist man damit umgegangen? Und wie ist das in Steyr gewesen?

Zu diesen spannenden Fragen diskutieren:

- Dr. Leonhard Jungwirth, von der evangelisch theologischen Fakultät der Universität Wien
- Mag. Karl Ramsmaier, seines Zeichens Vorsitzender des Mauthausenkomitees Steyr
- Dr. Helmut Wagner, katholischer Theologe und Kirchenhistoriker
- Mag. Markus Gerhold, Pfarrer der Evang. Kirche Steyr

Moderiert wird der Abend von der katholischen Theologin Dr.ⁱⁿ Magdalena Holztrattner.

Kosten 5,00 Euro VVK und 7,00 Euro AK
Kooperation mit Evangelische Kirche Steyr und Mauthausen Komitee Steyr

Karin Seisenbacher PILGERN : Aufbrechen im Frühling



St. Peter in der Au -
Birnbäumblüte
"Jede Blüte winkt mit der
Kraft des Anfangs."

Unweit von St. Peter führt uns ein bezaubernder Rundweg über den Stocker Kogl, vorbei an schönen Gehöften und der Blütenpracht der Mostbirnbäume. Ganz nach dem berühmten Gedicht "Stufen" von Hermann Hesse, möge uns folgender Vers beim Pilgern inspirieren: "Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft, zu leben."

Rundweg: ~ 12 km, ~ 266 Hm
Gehzeit: ~ 3 Std.

**Treffpunkt: vor der Kirche
in St. Peter in der Au**

Karin Seisenbacher
Zertifizierte Pilgerbegleiterin;
Linz

Kosten 20,00 Euro
Anmeldung bis 22.04.2025



Freitag
02.

Mai
2025

ab 16.30

Wochenendseminar



**Undine Dellisch, Dagmar Grünwald,
Andrea Kuprian-Farcher, Hans Günther Schwarz
dankbar leben - Wochenende: "Auf zu neuen Ufern"**



Freitag, 2. Mai ab 16.30 bis Sonntag, 4. Mai 2025 ca. 13.00

"Letztendlich läuft alles darauf hinaus, entweder darauf zu bestehen, dass das Leben so sein müsste, wie wir es uns wünschen, oder uns der Strömung des Lebens, wie es ist, anzuvertrauen - nicht aber willenlos wie Treibholz, sondern wie Fische, die mit jeder Bewegung hellwach der Strömung antworten." (David Steindl-Rast OSB, Orientierung finden)

An diesem Wochenende begeben wir uns ganz bewusst in den "Fluss des Lebens", erkunden für uns das in der Strömung Getragen-Sein und das hellwach darauf Antworten; den Halt der Ufer, die das Fließen ermöglichen; das Wechselspiel zwischen tiefster innerer Verankerung und größter Offenheit; die Hingabe an die wunderbaren Tanzfiguren des Wassers, im All-Einen-Fluss, der jeden Tropfen hält und uns erlaubt, neue Ufer zu entdecken und alles willkommen zu heißen. Die Vielfalt an Flüssen und grünen Ufern in Steyr lassen uns ganz unmittelbar in Natur und Wasser eintauchen; Bewegung und Ruhe, Tanz und Stille lassen uns unser Verbundensein in der kosmischen Choreographie des All-Eins-Seins erfassen.

**Weitere Informationen und Anmeldung unter:
www.dankbar-leben-begegnungsraeume.net**

Undine Dellisch
Mitinitiatorin Netzwerk "dankbar leben begegnungsräume";
Wien

Andrea Kuprian-Farcher
Mitinitiatorin Netzwerk "dankbar leben begegnungsräume";
Neuhofen im Innkreis

Dagmar Grünwald
Päd. Mitarbeiterin
Dominikanerhaus; Steyr

Hans Günther Schwarz
Mitinitiator Netzwerk "dankbar leben begegnungsräume";
Wien

freiwillige Spende
ca. 25,00 Euro Raumbereitstellungskosten
Anmeldung bis 29.04.2025
Kooperation mit dankbar leben begegnungsräume



Donnerstag ab 08.30

29.

Mai Pilgertage
2025

Karin Seisenbacher

PILGERN :

4 Tage am Sebaldusweg: "Weg der Wertschätzung"



Donnerstag, 29. Mai ab 8.30 bis Sonntag, 1. Juni 2025 ca. 16.00
"Dankbarkeit ist das Gedächtnis des Herzens."

Von den anmutigen Ortschaften im Tal rauf auf wunderschöne Höhenwege zu wandern und in die Weite des sattgrünen Ennstals zu blicken, all das ging für mich mit großem Staunen, Wertschätzung und inniger Dankbarkeit für unsere schöne Heimat einher. Die nicht zu unterschätzenden 3000 Höhenmeter auf 86 Kilometer sorgten bei guter Zeiteinteilung dennoch für Entschleunigung, für ein Innehalten und bewusstes Wahrnehmen meiner Selbst, für beherrzte Bewegung an Körper, Geist und Seele. Sowie für unzählige Glücksmomente entlang des Weges! Und genau diese teile ich erneut mit jenen, die nun auch Lust am PILGERN verspüren!

- Rundweg 86 km, in Summe 3000 Hm rauf und wieder runter
- 4 Gehetappen auf Wald-, Wiesen- und Asphaltwegen
- 7 Gehstunden pro Tag mit Tagesrucksack + zusätzliche Pausenzeit
- Gute Wanderkondition und Ausdauer erforderlich!
- Pilgern findet (nötigenfalls optimiert) bei jedem Wetter statt
- 3 Übernachtungen inkl. HP, Jause, Wandertaxi beim Kirchenwirt in Großraming
- Start- und Endpunkt: Großraming

Etappe 1: Großraming - Losenstein - Laussa

Etappe 2: Laussa - Maria Neustift

Etappe 3: Maria Neustift - Gaflenz

Etappe 4: Gaflenz - Heiligenstein - Weyer - Großraming

Treffpunkt: vor der Kirche Großraming

Karin Seisenbacher
Zertifizierte Pilgerbegleiterin;
Linz

Kosten 140,00 Euro exkl. 407,00 Euro für 3 HP im DZ oder 455,00 Euro für 3 HP im EZ inkl. Wanderjause + Shuttlebus
Anmeldung bis 5.05.2025 wegen Quartier

Infos und Anmeldung: www.dominikanerhaus.at



Freitag
13.
Juni
2025

22.00 –
23.30
Rundgang

Karl Ramsmaier **Unterirdische Stille - Ein Nacht Rundgang zu drei Steyrer Gräften**



Die Bestattung in der Gruft unterhalb einer Kirche war Geistlichen, Adeligen und finanzkräftigen Bürgern vorbehalten. Die Dominikaner errichteten im 15. Jahrhundert mit dem Bau der Marienkirche auch die darunterliegende Gruft. 1967 wurden die letzten Särge umgebettet. Die Gruft unter der Stadtpfarrkirche wurde um 1700 erweitert. Kaiser Joseph II. verbot 1784 Bestattungen innerhalb der Kirche.

Die Gruft der Coelestinerinnen-Kirche wurde 1679 eingeweiht. 1784 wurde das Kloster aufgehoben und die Stadt Steyr errichtete im ehemaligen Kirchengebäude das heutige "Alte Theater". In der Gruft ist das Bild des berühmten Barockmalers Johann Georg Morzer "Die Kreuzigung Jesu" zu sehen. Nach einer kurzen Erklärung vor der Gruft wird die mit Kerzen beleuchtete Gruft in Stille betreten und meditative Musik erfüllt den Raum.

Treffpunkt: vor der Marienkirche

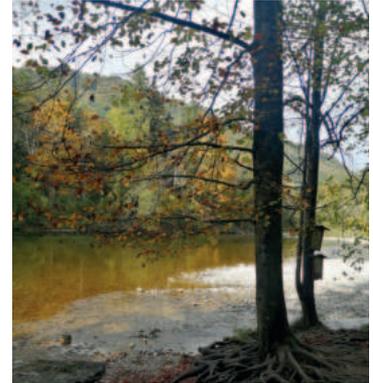
Mag. Karl Ramsmaier
Theologe und Seelsorge in
Christkindl; Garsten

Kosten 15,00 Euro
Anmeldung bis 10.06.2025

Samstag
05.
Juli
2025

10.00 –
15.00
Outdoor

Karin Seisenbacher **PILGERN : Unterwegssein im Sommer**



Pernzell - Rinnerberger
Wasserfall
"Wasser ist die treibende
Kraft in der Natur".

Und uns treibt es diesmal
neben beeindruckenden
Kalkfelsen im Schatten der
Bäume bachaufwärts zum
tosenden Wasserfall, später
vorbei im stillen Talkessel
der Klamm.

Idyllische Steige und eine Bärenhöhle als Rastplatz - ein erquickendes Pilgererlebnis! Retour auf Forststraßen geht es Großteils im kühlenden Wald.

Rundweg: ~ 9 km, ~ 320 Hm
Gezeit: ~ 3 Std.

Treffpunkt: Pernzell, ehem. Gasthaus Waldklause

Karin Seisenbacher
Pilgerbegleiterin; Linz

Kosten 20,00 Euro
Anmeldung bis 1.07.2025

Gesellschaft



Montag **20.** 18.30 – 20.00
Jänner 2025
Stammtisch
4 Termine

Donnerstag **23.** 19.30
Jänner 2025
Vortrag

Paul J. Ettl Stammtisch Grundeinkommen



Alle Terminmöglichkeiten:
20.01. / 17.03. / 19.05. / 21.07.

Wir treffen uns alle zwei Monate (jeden 3. Montag in den ungeraden Monaten) zu einem Stammtisch "Bedingungsloses Grundeinkommen", um

- uns über Aktuelles zu informieren
- Aktivitäten zu planen
- Gespräche mit interessanten Menschen zu führen
- uns zu vernetzen
- und was sich sonst noch ergibt

Termine können einzeln besucht werden!

Treffpunkt: Hotel Mader

Paul J. Ettl MBA
Friedensakademie Linz, Verein Förderung der Grundeinkommenseide; Linz

kostenlos
Kooperation mit Verein "Das Grundeinkommen"

Roland Mayr, Paul Enzendorfer Westspange Steyr: Entlastungsstraße oder neue Transitroute - wir haben die Antworten



Infoabend über den Ist-Stand

Wer noch immer glaubt, dass die Westspange eine nette Geste der oberösterreichischen Landesregierung zur Entlastung des innerstädtischen Verkehrs sei, möge bitte zu dieser Veranstaltung kommen: Paul Enzendorfer und Roland Mayr informieren über die wahren Hintergründe der sogenannten Steyrer Entlastungs-Straße, die Westspange.

Wie sehr uns diese Belastungs-Trasse auf die Köpfe fallen wird, wie sehr sich die Schwarz-Blau Landesregierung einen Transit-Bypass durch die schönsten und fruchtbarsten Teile unseres Landes wünscht, ist Thema dieses Abends.

Bei freiem Eintritt soll nach kurzem Vortrag die Möglichkeit geboten werden, sich weitere Informationen zu holen und ausführlich zu diskutieren.

Veranstalter: "dahuatbrennt" und Dominikanerhaus
Moderation: DIⁱⁿ Ursula Kopp

DI Roland Mayr
Sprecher Klimaschutz-Initiative „da Huat brennt“; Steyr

Paul Enzendorfer
Obmann Stellvertreter „Verein Grüngürtel statt Westspange (NGO)“; Steyr

kostenlos
Kooperation mit Grüngürtel statt Westspange, Klimafokus Steyr, Forum Schlosspark und Radlobby Steyr

Samstag 09.00 –
08. 11.00
März Dialog
2025

Gerda Weichsler-Hauer Dialog Brunch



Zu Gast: Dritte Präsidentin des OÖ Landtags a.D.
Gerda Weichsler-Hauer

Bei dieser Reihe erzählen uns besondere Gäste bei gemütlicher Atmosphäre und einem fairen und nachhaltigen Frühstücksbuffet zu einem ausgewählten Thema ihre ganz persönlichen Sichtweisen. Im Anschluss kommen wir gemeinsam ins Gespräch und tauschen uns aus. Ein respektvoller Dialog auf Augenhöhe und eine Horizonterweiterung stehen dabei im Mittelpunkt. Es darf auch visioniert werden für eine gute Zukunft!

Besteht ein Unterschied zwischen "Frauenpolitik" und "Männerpolitik"? Wie gelangt man zum Konsens über Parteigrenzen hinweg? Und was heißt es als Frau die Dritte Landtagspräsidentin a.D. in Oberösterreich zu sein? Über solche und ähnliche Fragen wollen wir an diesem Vormittag mit unseren Gästen ins Gespräch kommen.

Gerda Weichsler-Hauer
Dritte Präsidentin des
OÖ Landtags a.D.; Steyr

Kosten 15,00 Euro inkl. Frühstück
Anmeldung bis 4.03.2025

Donnerstag 09.00 –
13. 11.00
März Straßenaktion
2025

Frauencafé



Straßenaktion zum
Internationalen Frauentag

Das Dominikanerhaus verwöhnt Sie an diesem Tag mit selbstgemachtem Kuchen und EZA Frauenkaffee, einem fair gehandelten biologischen Kaffee aus Frauenhand!

Veranstaltungsort:
vor der Marienkirche

kostenlos



Samstag 09.00 –
22. 16.00
März Barcamp
2025 in Linz

"Frauen*Barcamp" Frau*sein - Spagat zwischen Erwartun- gen und Realität



Das Frauen*Barcamp im Haus der Frau in Linz bietet einen Raum für Austausch, Diskussion, Vernetzung und Stärkung.

Ein Barcamp ist eine sogenannte "Unkonferenz": Es gibt kein fixes Programm, Teilnehmende sind "Teilgebende", alle sind Expertinnen. Diskutiert, ausprobiert und weiterentwickelt werden die von den Frauen* direkt in das Barcamp eingebrachten Ideen, Fragen und Themen.

Gemeinsam fahren wir nach Linz (7.00 Uhr am Bahnhof Steyr) und kommen um 17.45 Uhr zurück. Für die gemeinsame Fahrt muss man sich anmelden und die Zugkarten sind selbst zu besorgen.

**HAUS
DER
FRAU**

kostenlos
Veranstaltung im Haus der Frau, wir
sind Kooperationspartner

Dienstag 19.30
25.
März Vortrag
2025

Andreas G. Weiß Um Gottes Willen! - Was hat Donald Trump mit uns zu tun?



Viele Menschen im In- und Ausland können es nicht glauben: Nach 2016 hat Donald Trump die US-Präsidenschaftswahl 2024 erneut gewonnen. Wie konnte es dazu kommen? Und: Welche Auswirkungen hat dieser Wahlsieg auf die USA, aber auch Europa und die ganze Welt?

Gerade in den USA haben zahlreiche christliche Gruppierungen nach wie vor enormen Einfluss auf die Politik - auch Trump ist hier keine Ausnahme. Für europäische Beobachter ist dies nach wie vor schwer zu verstehen, aber wir wollen uns diesen Fragen stellen: Welche Rolle spielen die Religionen in all diesen politischen Umwälzungen? Hat ein hoffnungsvolles und auf Zwischenmenschlichkeit gerichtetes Christentum hier überhaupt noch eine Chance?

MMag. Dr. Andreas G. Weiß
Direktor Katholisches Bildungswerk Salzburg; St. Veit

Kosten 9,00 Euro VVK und 11,00 Euro AK

Donnerstag ab 07.00

27.

März
2025

Exkursion 2 Tage

Sabine Gamsjäger Gletscherschwund und Wasserversorgung



Klima
Reihe

Donnerstag, 27. März ab 7.00 bis Freitag, 28. März ca. 18.15
Exkursionsreihe: Leben mit der Klimaveränderung

Was hat der Rückgang unserer Gletscher mit der Sicherheit unserer Wasserversorgung zu tun? Dieser Frage widmet sich diese Exkursion. Wir besuchen in Innsbruck die Ausstellung zur Gletscherveränderung im Euregio-Infopoint. Die beiden Experten Mag. Stephan Hofinger, Glaziologe und Kurator der Ausstellung und Mag. Klaus Niederscheiter, Leiter des Sachgebiets Hydrographie und Hydrologie, werden uns durch die Ausstellung begleiten und uns die Zusammenhänge erläutern.

Am zweiten Tag erkunden wir am Vormittag die Innsbrucker Innenstadt und machen uns dann wieder auf den Heimweg.

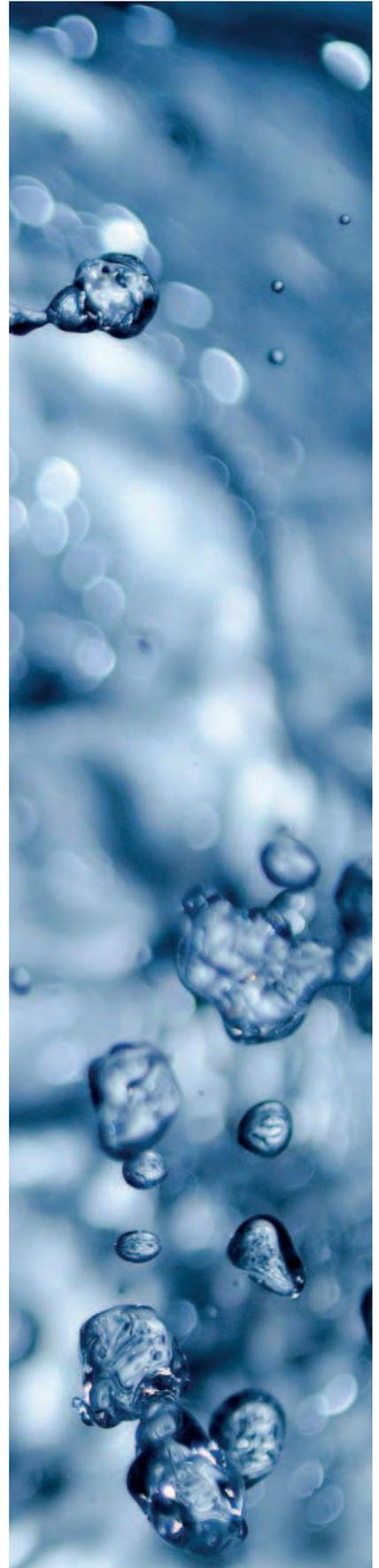
Wir treffen uns um 7.00 Uhr am Bahnhof Steyr und fahren gemeinsam nach Innsbruck. Am nächsten Tag kommen wir um 18.15 Uhr wieder nach Steyr. Nähere Infos bei der Anmeldung!

Treffpunkt: Bahnhof Steyr

Sabine Gamsjäger
Leiterin Dominikanerhaus

Kosten 30,00 Euro exkl. Zugkarte und Unterkunft
Anmeldung bis 12.03.2025
Kooperation mit Klimafokus

Infos und Anmeldung: www.dominikanerhaus.at





Samstag 13.00 –
29. 18.00
März Ausflug
2025

Dagmar Grünwald

WIR! Eine Solo-Show - Sie müssen ja nicht meiner Meinung sein ...
Ausflug in den Zirkus des Wissens in Linz



© Nick Mangafas NIC 775

- Wie wollen wir zusammenleben?
- Wer hat das Sagen und warum?
- Wann sind wir glücklich und frei?
- Wir leben in einer Demokratie - aber was bedeutet das überhaupt?
- Woher kommt diese Form des Zusammenlebens, die verspricht, uns allen die gleichen Rechte zu geben - und ist das tatsächlich so?

Auf der Suche nach den Geschichten hinter diesen Fragen stoßen wir auf Personen und Abenteuer aus allen Epochen, vom antiken Griechenland über die Französische Revolution bis zur Gründung des Staates, in dem wir heute leben. Und entdecken dabei vor allem eines: Wer wir sind, muss immer wieder neu erfunden und definiert werden.

Ein Stück von und mit Andreas Pfaffenberger und Martina Winkel. Für alle, denen Demokratie ein wichtiges Anliegen ist, geeignet ab 12 Jahren

Triggerwarnung: Wir weisen darauf hin, dass zu Beginn des Stücks relativ laute Kriegsgeräusche zu hören sind.

Treffpunkt: 13.00 Uhr Bahnhof Steyr
Gemeinsam fahren wir nach Linz und kommen um 17.45 Uhr zurück. Nähere Infos bei der Anmeldung!

Dagmar Grünwald
Pädagogische Mitarbeiterin
Dominikanerhaus; Steyr

Kosten 10,00 Euro exkl. Zugkarte und Öffentlicher Verkehr Linz
Eintritt Zirkus des Wissens: "pay as you can"
Anmeldung bis 25.03.2025

Reise mit "Haus der Frau"

**Vielfältiges
Brüssel:
Begegnung mit der EU
und Einblicke in die
Stadt**

**HAUS
DER
FRAU**



© Christoph Mülleder

Fahren Sie mit dem Haus der Frau in Linz nach Brüssel, der europäischsten aller Metropolen.

Wir besichtigen das Europäische Parlament und sein höchst interessantes Besucherzentrum, treffen österreichische EU-Abgeordnete und spazieren durch das "europäische Viertel". Dabei werden wir den Fokus auf frauenpolitische Themen legen.

Im Rahmen von speziellen Führungen jenseits der touristischen Oberfläche lernen wir die Stadt und ihre Menschen kennen.

Die Anreise erfolgt umweltfreundlich mit der Bahn und die Wege in Brüssel werden zu Fuß und mit öffentlichen Verkehrsmitteln zurückgelegt.



© Christoph Mülleder

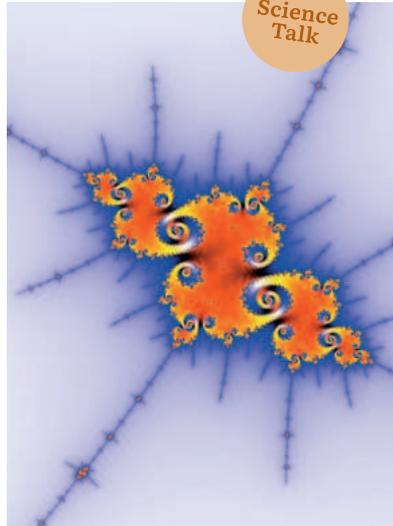
Termin:
Dienstag, 17. Juni 2025 bis
Sonntag, 22. Juni 2025

Detailprogramm und
Anmeldung online unter
www.weltanschauen.at



Donnerstag 15.00 –
03. 17.00
 April Vortrag
 2025

Mario Becksteiner
Science Talk: "KI und Arbeit - Nicht nur eine Frage von Technik, sondern auch von gesellschaftlicher Gestaltung"



Wird heute über KI und die Auswirkungen dieser Technologie auf die Arbeitswelt gesprochen, so scheint hier ein technischer Tsunami auf uns zuzurollen. Das stimmt allerdings nicht. Technik ist immer Teil gesellschaftlicher Aushandlungsprozesse. Und diese Technik kommt nicht plötzlich, sondern hat eine überraschend lange Geschichte. Dies zu verstehen ist Voraussetzung für eine Diskussion darüber, wie wir als Gesellschaft KI einsetzen wollen, welche Auswirkungen sie auf die Arbeitswelt hat und wie wir damit umgehen.

Mag. Mario Becksteiner war u.a. wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Professur für Arbeitssoziologie der Universität Hamburg, der Universität Göttingen, am Institut für die Geschichte und Zukunft der Arbeit, und zuletzt wieder in Göttingen an der Professur für "Digitalisierung der Arbeitswelt". Seit April leitet er das Team "Transformation der Arbeitswelt" der AKOÖ.

Mag. Mario Becksteiner
 Leiter Team "Transformation der Arbeitswelt" der AKOÖ;
 Linz

Kosten 10,00 Euro und 5,00 Euro für Schüler*innen
 Kooperation mit HLW Steyr und AKOÖ

Samstag 09.00 –
05. 12.00
 April Workshop
 2025

Christine Aschauer
Klug entscheiden - Finanzielle Selbstbestimmung für Frauen



Im Laufe des Lebens triffst du viele kleine und große Finanzentscheidungen. Worauf solltest du achten? Wie vermeidest du Fehler?

In diesem Workshop erfährst du, wie du Risiken minimierst, dein Geld sinnvoll anlegst und nachhaltige Entscheidungen triffst - egal ob bei alltäglichen Ausgaben, Investitionen oder deiner Altersvorsorge. Mit praxisnahen Tipps und Strategien gewinnst du Schritt für Schritt mehr Kontrolle über deine finanzielle Zukunft.

Mag.^a Christine Aschauer FH
 Studium Finanz-, Rechnungs- und Steuerwesen, Coaching;
 St. Ulrich

Kosten 65,00 Euro
 Anmeldung bis 1.04.2025





Samstag
05.
April
2025

14.00 –
ca. 17.00
Ausflug
4 Termine

Peter Czermak Steyrer Zukunftsradeln



Alle Terminmöglichkeiten:
5.04. / 10.05. / 14.06. / 5.07.

Wir laden ein, mit dem Fahrrad gemeinsam nachhaltige Zukunftsprojekte und Orte in und um Steyr zu besichtigen. Z.B. Leben mit Sonnenstrom und Batteriespeicher, Kleinwasserkraft und Windkraftanlagen, zukunftsfähige Verkehrsideen, nachhaltige Ernährungsinitiativen wie Food-Coops und Nachbarschaftsgärten, ...

Das jeweilige Besichtigungsprojekt wird zeitgerecht auf <http://www.klimafokus-steyr.at/> bekannt gegeben.

Treffpunkt mit dem Rad: vor dem Dominikanerhaus Steyr

Mag. Peter Czermak
Musiker, Zukunftsaktivist; Steyr

kostenlos
Kooperation mit Klimafokus Steyr,
Radiobby Steyr und Grüngürtel statt
Westspange

Donnerstag 19.00
10.
April
2025

Lesung und Musik

Peter Pohn, Eugen Victor, Liane Lagerstorfer-Locker Wehret den Anfängen! - Die Vergangenheit als Lehrmeisterin



Eine szenische Lesung mit Musik, gestaltet von dem Historiker Peter Pohn, der Theaterlegende Eugen Victor und der Sängerin Liane Locker.

Das Trio interpretiert Erzählungen, Zeitzeugenberichte, bringt historische Daten und Fakten, Flüsterwitze sowie musikalische Einlagen aus den 1930iger und 40iger Jahren.

Dabei sind durchaus Parallelen zur Gegenwart erkennbar! Eine Thematik, die zutiefst zum Nachdenken anregt und berührt!

MMag. Peter Pohn
Historiker; Linz

Eugen Victor
Schauspieler; Linz

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Liane
Lagerstorfer-Locker
Sängerin; Eggendorf

Kosten 10,00 Euro VVK und 12,00 Euro AK



Samstag 9.00 –
26. 11.00
 April Dialog
 2025

Markus Vogl Dialog Brunch



Zu Gast: Bürgermeister Ing. Markus Vogl

Bei dieser Reihe erzählen uns besondere Gäste bei gemütlicher Atmosphäre und einem fairen und nachhaltigen Frühstücksbuffet zu einem ausgewählten Thema ihre ganz persönlichen Sichtweisen. Im Anschluss kommen wir gemeinsam ins Gespräch und tauschen uns aus. Ein respektvoller Dialog auf Augenhöhe und eine Horizonterweiterung stehen dabei im Mittelpunkt.

"Politik ist für mich eine Frage von Chancengleichheit. Egal wie reich, welcher Herkunft, welcher Religion oder sexueller Orientierung jemand ist, alle Menschen sollen die gleichen Chancen und Rechte haben, was leider nicht immer und nicht überall auf der Welt gewährleistet ist." *Zitat Markus Vogl*

Wie steht es um diese Forderungen in Zeiten multipler Herausforderungen, und wie gelingt es Hoffnung zu entwickeln in krisenhaften Zeiten? Darüber wollen wir bei diesem Dialog Brunch mit unseren Gästen ins Gespräch kommen.

Ing. Markus Vogl
 Bürgermeister von Steyr

Kosten 15,00 Euro inkl. Frühstück
Anmeldung bis 22.04.2025

BEFREIUNGSFEIER STEYR 2025 "Nie wieder Faschismus"



Montag, 12. Mai 2025
 um 17.30 Uhr

Ort: KZ-Denkmal,
 4400 Steyr, Haagerstraße

Vor 80 Jahren, am 5. Mai 1945, wurden die Häftlinge des KZ-Außenlager Steyr-Münichholz durch US-amerikanische Truppen befreit. In der Haagerstraße in Steyr erinnert ein Denkmal an die Häftlinge des Lagers.

„Im KZ-Außenlager Steyr-Münichholz waren Menschen aus vielen europäischen Ländern inhaftiert, die im Unrechtssystem des Nationalsozialismus aufgrund ihrer politischen Einstellung oder ihrer Herkunft verfolgt, gedemütigt und ermordet wurden. Menschenwürde und Menschenrechte gab es nicht. Mit Kurzbiografien und Fotos werden bei der Befreiungsfeier die Häftlinge in den Mittelpunkt gestellt und an ihr Schicksal erinnert.“

Angesichts des immer stärker werdenden Rechtsextratismus ist die Befreiungsfeier auch eine Mahnung darüber nachzudenken, wohin der Faschismus in der Vergangenheit geführt hat und wohin er auch heute führt.

Die Befreiungsfeier ist ein starkes Zeichen für Menschenrechte und Demokratie.



Dienstag 07.00 –
29. 19.00
April Exkursion
2025

Sabine Gamsjäger Wetterextreme und Klimakrise



Exkursionsreihe: Leben mit der Klimaveränderung

Am Vormittag widmen wir uns dem Thema "Wetter" und besuchen die Hohe Warte in Wien. Beim Rundgang durch den interaktiven Wissenspark werden aktuelle Fragen rund um Wetter, Klima und Klimawandel besprochen. Wie entsteht Wetter, vor allem auch die immer häufiger werdenden Wetterkapriolen und wie werden diese gemessen und vorhergesagt? Mit dem neuen Krisenrechner übernimmt GeoSphere wichtige Aufgaben im Rahmen der Krisenvorsorge.

Am Nachmittag werden wir auf der BOKU mit einem Experten für Klimawandel ins Gespräch kommen und uns darüber austauschen, was auf uns zukommen wird, was wir, mit sehr raschem Handeln, noch verhindern können und wie wir das umsetzen könnten, also was dringend zu tun ist!

Wir treffen uns um 7.00 Uhr am Bahnhof Steyr und fahren gemeinsam nach Wien und kommen um 18.45 Uhr wieder nach Steyr zurück. Nähere Infos bei der Anmeldung

Treffpunkt: Bahnhof Steyr

Sabine Gamsjäger
Leiterin Dominikanerhaus

Kosten 36,00 Euro exkl. Zugkarte und Wiener Linien
Anmeldung bis 10.04.2025
Kooperation mit Klimafokus

Donnerstag 19.30
08.
Mai Vortrag
2025

Waltraud Novak PFAS - die Ewigkeits- Chemikalien



PFAS - oder sogenannte Ewigkeits-Chemikalien kommen in fast allen Lebensbereichen vor, von Kosmetik über Küchenutensilien bis zu Camping-Ausrüstung, da sie viele praktische Eigenschaften haben. Unpraktisch ist allerdings, dass sie, einmal in der Umwelt, nicht mehr wegzubekommen sind und außerdem verschiedenste gesundheitliche Auswirkungen haben können. Wie wir diese Substanzen erkennen und vermeiden können, werden wir gemeinsam erarbeiten.

Dr. Waltraud Novak leitet aktuell das EU Projekt "ChemBee", in dem eine kostenlose Ausbildung zu Chemikalien im Haushalt angeboten wird.

Dr.ⁱⁿ Waltraud Novak
Ernährungswissenschaftlerin,
Global 2000; Wien

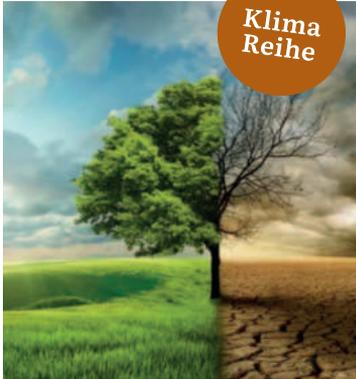
Kosten 9,00 Euro VVK und
11,00 Euro AK

Donnerstag 19.00

15.

Mai Kamingespräch
2025

Klimaneutrales Österreich bis 2040 - hat der Klimarat etwas erreicht?



Kamingespräch

Der Klimarat war ein Ergebnis des Klimavolksbegehrens im Juni 2020, das von fast 400.000 Menschen unterstützt wurde. Es gibt viele Gründe, die für einen starken Klimarat der Bürger*innen sprechen, denn zentral dabei ist die aktive Beteiligung der Bevölkerung.

Im Gespräch mit einem Mitglied des Klimarats, werden wir uns einerseits über das demokratische Format der Bürgerbeteiligung, Resonanz in der Politik und andererseits über den Fortschritt auf dem Weg zur Klimaneutralität unterhalten.

Gesprächspartner aus dem Klimarat bei Redaktionsschluss noch nicht bekannt

Kosten 9,00 Euro VVK und 11,00 Euro AK

Dienstag 07.00 –

03.

Juni Exkursion
2025

Sabine Gamsjäger Lebenswerte, nachhaltige Stadtentwicklung



Exkursionsreihe: Leben mit der Klimaveränderung

Wien wird immer wieder als die lebenswerteste Stadt gekürt. Aber was macht das Besondere aus?

Am Vormittag wird uns Janis Töbich, der seine Bachelor-Arbeit diesem Thema gewidmet hat, am praktischen Beispiel des "Supergrätzl" in Wien Favoriten (10. Bezirk), aufzeigen, was Lebensqualität mit Verkehrswende zu tun hat.

Am Nachmittag besuchen wir, inkl. Führung, Aspern - die Seestadt Wiens - eines der größten Stadtentwicklungsgebiete Europas. Bis in die 2030er Jahre entsteht im Nordosten Wiens ein Stadtteil, in dem in mehreren Etappen hochwertiger Wohnraum und viele Arbeits- und Ausbildungsplätze entstehen werden. Auf dem Fundament von innovativen Konzepten wächst ein nachhaltiger Stadtteil.

Wir treffen uns um 7.00 Uhr am Bahnhof Steyr und fahren gemeinsam nach Wien und kommen um 18.45 Uhr wieder nach Steyr zurück. Nähere Infos bei der Anmeldung

Treffpunkt: Bahnhof Steyr

Sabine Gamsjäger
Leiterin Dominikanerhaus

Kosten 35,00 Euro exkl. Zugkarte und Wiener Linien
Anmeldung bis 28.05.2025
Kooperation mit Klimafokus



Donnerstag 09.00 –
05. 11.00
 Juni Straßenaktion
 2025 vor der Marienkirche

aufgedeckt



Verschiedene Kulturen
aufgedeckt

Bei dieser Straßenaktion vor der Marienkirche am Markttag in Steyr können Sie die kulturelle Vielfalt in unserer Gesellschaft an einer gedeckten Tafel sowohl visuell als auch kulinarisch genießen.

Dies ist eine Kooperationsveranstaltung vom Dominikanerhaus mit dem Integrationszentrum Paraplü der Caritas.

**Veranstaltungsort:
vor der Marienkirche**

freiwillige Spende
Kooperatin mit Caritas Integrationszentrum Paraplü



Waldviertler
100% fair und mit Langlaufgarantie

Folge uns auf



@GEA Steyr

GEA Steyr, Leopold Werndlstr. 46, 07252/75931, steyr@gea.at

LASST UNS GEMEINSAM DIE ENERGIEWENDE VORANTREIBEN!

Energiewende ohne eigene PV-Anlage?

Ströme machts möglich!

Du willst die Energiewende voranbringen, hast aber keine Möglichkeit, eine eigene PV-Anlage zu bauen? Wir haben die Lösung! Mit uns sicherst du dir saubere, lokale Energie – fair, planbar und unabhängig.

Jetzt brauchen wir dich! Jedes neue Mitglied bringt uns dem Bau unserer Anlagen einen Schritt näher.

Werde Teil der Lösung und gestalte mit uns die Energiezukunft.

Mehr Infos unter **WWW.STRÖME.AT**

ströme ★
ENERGIEGENOSSENSCHAFT



+ DIESES PROJEKT WIRD AUS MITTELN DES KLIMA- UND ENERGIEFONDS GEFÖRDERT UND IM RAHMEN DES PROGRAMMS ENERGIEGENOSSENSCHAFTEN 2023 DURCHFÜHRT.

SIERNINGER STRASSE 78
4400 STEYR
INFO@STRÖME.AT

Lebensorientierung



Montag 18.30 –
20. 21.00
Jänner Kurs
2025 2 Abende

Gerlinde Winter Gesund und gestärkt mit Achtsamkeit und Selbst-Mitgefühl



Alle Termine: 20.01. / 27.01.

Wie können wir gerade in unsicheren Zeiten freundlich mit uns selbst und anderen umgehen? Wie können wir innere Stabilität, Kraft und Klarheit mit Meditation und Körperwahrnehmung stärken? An zwei Abenden lernen wir leichte, freundliche Übungen für zwischendurch um uns so wohl, sicher und präsent als möglich im eigenen Leben zu fühlen.

Wir schöpfen aus zwei fundierten, wissenschaftlich erprobten Methoden:

- MBSR (mindfulness based stress reduction | Stressbewältigung durch Achtsamkeit) nach Jon Kabat-Zinn
- MSC (Mindful self-compassion | Achtsames Selbst-Mitgefühl) nach Kristin Neff & Christopher Germer.

Wir ergründen das fruchtbare Zusammenwirken von Jahrtausende alter Meditationstradition und aktuellen Erkenntnissen der Neuro-Wissenschaften.

1. Abend: Einführende Übungen zu Achtsamkeit und Informationen aus vier Jahrzehnten Achtsamkeitsforschung

2. Abend: Einführende Übungen zu Selbst-Mitgefühl, dazwischen Inputs zu aktuellen Forschungsergebnissen

Mag.^a (FH) Gerlinde Winter
MBSR, MSC
Achtsamkeitstraining,
Alexandertechnik; Steyr

Kosten 61,00 Euro
Anmeldung bis 15.01.2025



Samstag 09.00 –
01. 17.00
Februar Seminar
2025 Aufstellungsarbeit

Agnes Brandl, Stefan Schöttl Wahrnehmen was ist



Systemisch-spirituelle
Aufstellungsarbeit

In diesem Tagesseminar laden wir Sie ein, Ihre persönlichen Anliegen, Fragen oder auch körperlichen Symptome durch die Methode der systemisch-spirituellen Aufstellung zu bearbeiten.

Bisher unbekannte Ressourcen, Hindernisse und Kraftquellen werden im Hier und Jetzt wahrgenommen und eröffnen neue Perspektiven.

Auch Menschen, die selbst kein Anliegen aufstellen wollen, sind im Seminar willkommen.



Mag.^a Agnes Brandl
Mag. Stefan Schöttl
Einzel- und Familienberatung;
Molln und Schlierbach

Kosten 154,00 Euro für
Aufsteller*in
94,00 Euro für Rollenspieler*in
Anmeldung bis 28.01.2025

Donnerstag 09.30 –
06. 11.00
 Februar Café
 2025 5 Vormittage

Gemeinschaftscafé MEHRsamkeit - Wir sind da - Inklusionsangebot



Alle Terminmöglichkeiten:
 6.02. / 6.03. / 3.04. / 8.05. / 5.06.

"Glück ist das Einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt." (Albert Schweitzer)

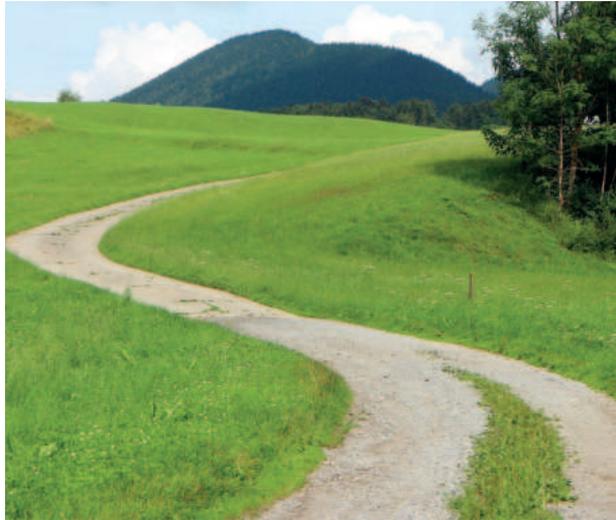
Beglückende Momente lauern überall, besonders schön ist es Gemeinschaft zu erleben. Sicher, man muss sich aufmachen und ins Dominikanerhaus kommen. Von 9.30 bis ca. 11.00 Uhr wird hier ein spätes, kleines Frühstück gemeinsam ver-speist. Hier kann man sich austauschen, Karten spielen, sich von sich selbst und dem Leben überraschen lassen! Nehmen Sie Ihren Freund oder Ihre Bekannte mit, / oder lernen Sie neue Gesichter und Menschen kennen!

Wir freuen uns auf Sie!

freiwillige Spende
 Kooperation mit Projekt EULE / FAB,
 Familien- und Lebensberatung und
 Caritas

Samstag 09.00 –
08. 18.00
 Februar Seminar
 2025

Ehevorbereitung aktiv



Alle Terminmöglichkeiten:
 Samstag, 8. Februar: 9.00 - 18.00
 Freitag, 28. Februar: 13.30 - 22.00
 Samstag, 15. März: 9.00 - 18.00
 Freitag, 28. März: 13.30 - 22.00
 Sonntag, 6. April: 9.00 - 18.00
 Samstag, 26. April: 9.00 - 18.00

Das Kompaktseminar für Paare, die kirchlich heiraten wollen. Im Tagesseminar haben Sie die Möglichkeit, sich einzeln, als Paar, in Kleingruppen und im Plenum unter kompetenter Anleitung mit folgenden Themen zu befassen: Kommunikation (Gespräch als Beziehungsinstrument, Umgang mit Gefühlen, Projekt Ehe) | Auseinandersetzung mit den Herkunftsfamilien | Ehe als Sakrament | Zärtlichkeit, Erotik und Sexualität | Familie werden: Gemeinsame Fruchtbarkeit und verantwortete Elternschaft | ziviles Eherecht: Ehe als Rechts- und Wirtschaftsgemeinschaft.

Sie bekommen Anregungen und Unterlagen zur Gestaltung weiterer Paargespräche für zu Hause.

Kosten 100,00 Euro pro Paar
Anmeldung bis 1 Woche vorher
 Kooperation mit BEZIEHUNGLeben

wir **trauen** uns

WITMC
 BILDUNGSGUTSCHEIN
 EINLÖSBAR



Samstag
01. 10.00 – 13.00
März 2025 Workshop

Montag
03. 18.30 – 21.00
März 2025 Kurs
8 Abende

Birgit Jell Raum für dich



In diesem Workshop stärken wir unsere Mitte und finden neue Balance, finden neue Kraft und Gelassenheit. Dazu braucht es die Selbstachtung und ein Gefühl für den Sinn im Augenblick, um in guter Verbindung mit uns selbst zu sein.

Lassen Sie sich von Meditationen, Körperwahrnehmungsübungen und reflektierenden Momenten leiten, um Ihre persönliche Quelle der Kraft und Gelassenheit zu aktivieren. Stress loslassen, neue Energie tanken, den tieferen Sinn unseres Lebens erspüren.

Birgit Jell
Dipl. Body- & Vitaltrainerin,
Dipl. Psychol. Beraterin, Logotherapie (n. V.E. Frankl); Dietach

Kosten 49,00 Euro
Anmeldung bis
25.02.2025



Natascha van Riet Dein achtsamer Weg durch Schwangerschaft, Geburt und Elternzeit



Alle Termine:
3.03. / 10.03. / 17.03. /
24.03. / 31.03. / 7.04. /
14.04. / 21.04.

In diesem Geburtsvorbereitungskurs für Paare lernt ihr immer achtsamer mit euren Gedanken und Handlungen umzugehen, was euch die starke Ressource bei der Geburt und in der Zeit mit eurem Kind sein wird. Dieser Kurs verbindet einen MBSR-Kurs (Mindfulness Based Stress Reduction) mit Geburtsvorbereitung.

Der Kurs kann auch als Frau alleine besucht werden.

Themen:

- der physiologische Geburtsverlauf
 - Gewahrsein deines Atems, deiner Körperempfindungen, ...
 - die Bedeutung der Wahrnehmung im Zusammenhang mit Stress und körperlichen Schmerzen
 - wie deine Gedanken und Gefühle die Geburt beeinflussen
 - warum Achtsamkeit unter der Geburt und in der Babyzeit so eine große Rolle spielt
 - wie du Wehenschmerz und Angst begegnen kannst
 - wie dein Partner/Partnerin dich unterstützen kann
 - wie du mit unvorhergesehenen Ereignissen umgehen kannst
 - der "Babyzyklus", das Leben mit eurem Baby
 - Bedürfnisse der neugeborenen Familie, achtsames Zuhören und vieles mehr ...
 - Erlernen von Selbsthypnose - damit du immer wieder schnell in die Ruhe kommen kannst
- ... und vieles mehr über Geburt und ein achtsames Leben

Natascha van Riet MSc
Hebamme, Achtsamkeits- und
Meditationslehrerin, Pädagogin; Steyr

Kosten 295,00 Euro
510,00 Euro pro Paar inkl. Downloads und Skript
Anmeldung bis 26.02.2025
Kooperation mit Drehscheibe Kind



Donnerstag 19.00 –
13. 21.00
 März Kurs
 2025 4 Abende

Simone Grammer
Improvisations-
theater
Spiel dich frei!



© Grammer Julian

Alle Termine:
 13.03. / 27.03. / 10.04. / 8.05.

Mit jeder Menge Spaß trainierst und gewinnst du hier:

- Selbstvertrauen
- eine fokussierte Aufmerksamkeit
- Teamfähigkeit
- Merkfähigkeit
- Schlagfertigkeit und Spontanität
- die Fähigkeit lustvoll zu scheitern
- Koordination und Rhythmusgefühl
- eine feine Wahrnehmung und das Gefühl für den richtigen Moment

Viele gute Gründe dafür, an diesen vier Abenden in die erfrischende Kunst des Improtheaters hineinzu-schnuppern!

Simone Grammer
 im Sozialbereich tätig, seit 10 Jahren leidenschaftliche Impro-Spielerin; Neuhofen an der Krems

Kosten 80,00 Euro
Anmeldung bis 7.03.2025

Freitag 09.00 –
14. 16.00
 März Seminar
 2025

Sigrun Häubl, Sabine Braumandl
Auszeit-Tag
"Spüren, Auftanken, Durchatmen"



Ein Tag für pflegende und betreuende Angehörige

Wenn Menschen zu Hause ihre Angehörigen betreuen und pflegen, kann es dazu kommen, dass sie sich selbst überfordern. Ihr eigenes Wohlergehen stellen pflegende Angehörige meist hinten an. Dabei ist es sehr wichtig, dass pflegende Angehörige auf die eigene Gesundheit achten und kleine Auszeiten in ihrem Alltag einbauen. Denn wer sich nicht ausreichend erholt, dem droht Erschöpfung.

Die Caritas-Servicestelle Pflegende Angehörige bietet deshalb diesen Auszeit-Tag unter dem Motto "Spüren, Auftanken, Durchatmen" für pflegende Angehörige an.

Programm:

- Einführung in die Achtsamkeitspraxis mit Yoga und Meditation
- Achtsames Kochen und gemeinsames Essen in Stille
- Kunsttherapeutisches Arbeiten mit Ton
- Gemeinsamer Kaffee und Kuchen
- Abschluss: Altes Verabschieden und auf Neues ausrichten

ANMELDUNG bei:
Julia Thaler, julia.thaler@caritas-ooe.at

Sigrun Häubl
 Standortleiterin Pflegende Angehörige Caritas OÖ Wels

Sabine Braumandl MAS
 Kunsttherapeutin, Supervisorin; Linz

Kosten 50,00 Euro inkl. Speisen und Getränke
Anmeldung bis 10.03.2025
 Kooperation mit CARITAS Pflegende Angehörige



Mittwoch 16.00 –
19. 18.00
März Workshop
2025 2 Termine

Gerlinde Hofer Elternberatung



Alle Terminmöglichkeiten:
Mi, 19. März: 16.00 - 18.00
Di, 17. Juni: 16.00 - 18.00

Elterngruppe für werdende Eltern und Eltern mit Kind bis zum Ende des ersten Lebensjahres

Wenn ein Kind auf die Welt kommt, werden die Nächte kürzer, die Arbeit mehr, die Liebe groß und die Gefühle intensiv ...

Was kommt bei der Geburt unseres Kindes auf uns zu? Wie können wir unsere Beziehungen in der werdenden Familie liebevoll gestalten? Wie können wir die Aufgaben fair verteilen?
u.v.m.

Gerlinde Hofer
Partner-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung; St. Florian

kostenlos
Anmeldung bis 4 Tage vorher
Kooperation BEZIEHUNGLEBEN.AT
und gefördert vom Bundesministerium Familienberatung

30

Donnerstag 19.30
03.
April Vortrag
2025

Doris Ramsebner Hochsensible Kinder



Hochsensible Kinder überreizen und überfordern schneller. Sehr oft wird ihr Verhalten missinterpretiert und sie werden als Störenfriede oder zu schüchtern empfunden. Kleinigkeiten wie das falsche Frühstück kann zu einer extremen Herausforderung werden. Gleichzeitig sind sie sehr wissbegierig, interessiert an großen Themen und sehr empathisch.

Themen im Vortrag:
- Was ist Hochsensibilität?
- Ist mein Kind hochsensibel?
- Welche Alltagshelfer gibt es und wie kann ich sie integrieren?
- Wie kann ich mein Kind begleiten und besser verstehen?



Doris Ramsebner
Dipl. Trainerin für Hochsensibilität; Ried im Traunkreis

Kosten 9,00 Euro VVK und 11,00 Euro AK
Kooperation mit Drehscheibe Kind

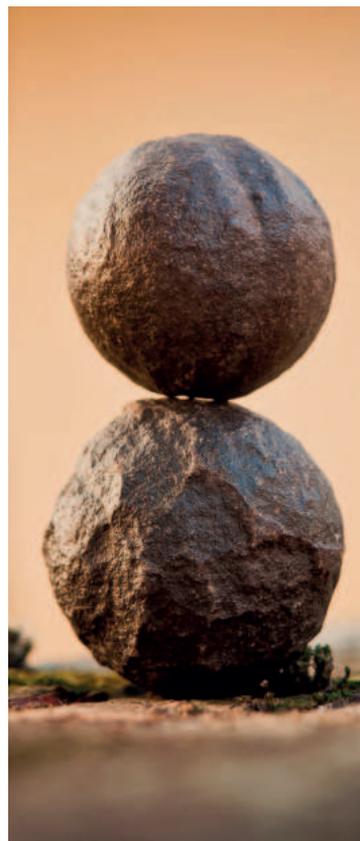
*pro*homine

SELBSTHILFEGRUPPE

Für Menschen mit Depressionen und deren Angehörige /
www.pro-homine.at

Zeit:
Jeden 2. Montag im Monat
19.00 bis 21.00 Uhr
Ort: Dominikanerhaus

Tel.: 0664 / 231 15 70
Mail: pro-homine@gmx.at



Infos und Anmeldung: www.dominikanerhaus.at



Samstag
05. 09.00 – 19.00
April 2025 Seminar
Aufstellungsarbeit

Imma-Maria Schleicher, Maria Hageneder Familienaufstellung



In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit unserer Lebensgeschichte: Den Kräften, die durch die Vorfahren in uns wirken, die uns auf unserem Lebensweg behindern, aber auch bereichern können, wenn Blockaden und Verstrickungen gelöst sind. Wer seine alten Lebensmuster und ihre Wirkung erkennt, kann in seinem Leben leichter Neues entwickeln.

- Für Frauen, Männer und Paare, die
- dem Leben mehr Qualität geben möchten
 - nicht wissen, wo sie hingehören
 - hinderlichen Mustern auf die Spur kommen wollen
 - sich von einem Menschen nicht verabschieden konnten und dies nachholen möchten
 - an ihrer Beziehung arbeiten möchten
 - mit sich oder jemanden anderen in Unfrieden sind und an Verständnis und Versöhnung arbeiten möchten

Es gibt auch die Möglichkeit zur Aufstellung von Symptomen, Glaubenssätzen und dem Ich und Selbst.

Imma-Maria Schleicher
System. Familientherapeutin,
Weiterb. in Aufstellungsarbeit;
Steyr

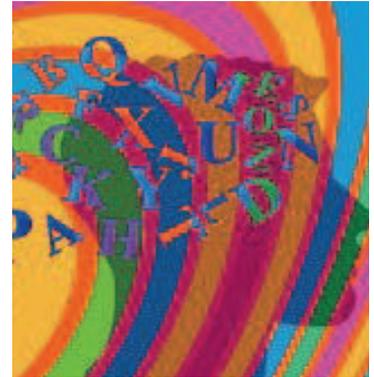
Maria Hageneder
Tanztherapeutin, Weiterb.
in Aufstellungsarbeit;
Scharnstein

Kosten 170,00 Euro für Aufsteller*in
70,00 Euro für Rollenspieler*in
Anmeldung bis 1.04.2025



Mittwoch
09. 14.30 – 16.00
April 2025 Kurs
11 Nachmittage

Rosa Wieser SelbA



Alle Termine:
9.04. / 23.04. / 30.04. / 7.05. /
14.05. / 21.05. / 28.05. / 4.06. /
11.06. / 18.06. / 25.06.

"Unser Gehirn ist keine Schuhschachtel, sondern wie eine Perlenkette, die jeden Tag glänzen will. Dafür kann man täglich gehirngerechte und knifflige Übungen machen. Es geht nur ums gemeinsame Tun."

Bei SelbA - selbstständig im Alter - einem abwechslungsreichen und anerkannten Trainingsprogramm, werden Körper, Geist und Seele in Schwung gehalten, die Gehirnleistungen aktiviert und trainiert. Ein Weg, die Lebensqualität bis ins hohe Alter zu erhalten bzw. deutlich zu verbessern.



Rosa Wieser
SelbA-Trainerin, Fachsozial-
betreuerin Altenarbeit;
St. Ulrich

Kosten 92,00 Euro inkl. Kopien
Anmeldung bis 4.04.2025
Kooperation mit KBW



Freitag 13.30 – 22.00
16. Seminar
 Mai 2025

Donnerstag 09.00 – 12.00
22. Straßenaktion
 Mai 2025 vor der Marienkirche

Ehevorbereitung. aktiv.outdoor



Alle Terminmöglichkeiten:
 Freitag, 16. Mai: 13.30 - 22.00
 Samstag, 14. Juni: 9.00 - 18.00

In diesem Kurs beschäftigen sich die Paare mit denselben Themen wie beim aktiv-Kurs.

Ein Teil des Tages wird draußen verbracht und die Umgebung thematisch eingebunden. An besonderen Plätzen werden wichtige Themen der Beziehung symbolisch und konzentriert dargestellt.

Der Kontakt in und mit der Natur kann neue Erfahrungen und Perspektiven ermöglichen. Gemeinsam auf dem Weg zu sein, als Paar, manchmal alleine und manchmal gemeinsam mit anderen - wie in der Ehe - das kann an diesem Tag erlebt werden.



Kosten 100,00 Euro pro Paar pro Termin
Anmeldung bis 1 Woche vorher
Kooperation mit BEZIEHUNGLeben



#proMobil



Meine, deine, unsere Geschichten aus dem Leben

Seit 1964 ist pro mente OÖ von der Idee geprägt, psychische Erkrankungen und das Thema psychische Gesundheit vom Rand der Gesellschaft in unsere Mitte zu holen. An 180 Standorten in OÖ und mit der Unterstützung von 1700 Mitarbeiter*innen arbeiten wir tagtäglich daran. Besuchen Sie uns jetzt auch vor Ort beim #proMobil mit seinen Lebensgeschichten um das Thema psychische Gesundheit. Gerne versorgen wir Sie mit Informationen und stehen für Ihre Anliegen persönlich zur Verfügung. Als Überraschung wartet eine Portion #kleinesglück auf Sie.

Ort: vor der Marienkirche

promobil der pro mente OÖ



kostenlos
Kooperation mit pro mente OÖ

STEYR] [DORF] LADEN

NAHVERSORGER MIT VOLLSORTIMENT IM STEYRDORF

GEÖFFNET

Montag – Samstag 8 – 12 Uhr
 Montag + Freitag 16.30 – 18.30 Uhr

Genossenschaftsmitglieder können darüber hinaus mit ihrer Zutrittskarte selbstständig einkaufen.

4400 Steyr, Wieserfeldplatz 6
steyrdorf@ums-egg.at
www.ums-egg.at

Folge uns auf:

OÖ LANDES-
 PREIS
 FÜR UMWELT UND
 NACHHALTIGKEIT
 2024

SCHMOLLGRUBER

INDIVIDUALITÄT
 GOLDSCHMIEDE-
 HANDBERK
 MANUFAKTUR
 WEIßGLAS
 VOLLENDUNG
 EISENHÄHN
 M... U M
 EINZELSTÜCK
 FANTASTISCH
 UHREN- UND
 SCHMUCKDESIGN
 VEREDELUNG
 GESCHICK
 PERFEKTION

SCHMOLLGRUBER

Uhren & Juwelen

Schmollgruber Haus
 Grünmarkt 2 | 4400 Steyr
 Tel. +43 (0) 7252 53091
www.schmollgruber.at

Donnerstag 14.00 –
05. 17.00
Juni Workshop
2025

Desirée Safnauer, Ingeborg Christl Ein Nachmittag für mich



Mit Mal- und Gestaltungstherapie zur inneren Kraft -
Ein Nachmittag für pflegende und betreuende Angehörige

Pflegende Angehörige sind oft so sehr für Ihren zu Pflegenden da, dass sie Gefahr laufen, sich selbst zu vergessen. Doch woher kommt dann die Kraft, die sie brauchen? Wo können sie auftanken?

Suchen Sie mit Hilfe der Methoden der Mal- und Gestaltungstherapie Ihren inneren Kraftplatz, Ihre Tankstelle auf und gestalten Sie dann in ruhiger Atmosphäre Ihr eigenes Kraftbild, auf das Sie immer wieder zurückgreifen können, wenn der Alltag herausfordernd ist.

Dazu sind keine künstlerischen Vorkenntnisse oder Fähigkeiten erforderlich.

Stimmen einer Teilnehmerin: 3 Stunden Zeit für mich - die sich wie ein Kurzurlaub anfühlten

ANMELDUNG bei:
Julia Thaler, julia.thaler@caritas-ooe.at

Desirée Safnauer
Standortleiterin Pflegende
Angehörige Caritas OÖ
Freistadt und Hagenberg

Ingeborg Christl
Kreativtrainerin, Mal- und
Gestaltungstherapeutin i.A.;
Christkindl

Kosten 25,00 Euro
Anmeldung bis 28.05.2025
Kooperation mit CARITAS Pflegende Angehörige





Freitag 19.00

04.

Juli
2025

Kamingsgespräch

Michael Weiss Im Dialog mit der inneren Stimme



© Jon-Wilhelm-Schweder

Ein Kamingsgespräch über das "Vertrauen-können"

Sokrates war bekannt für sein "Ich weiß, dass ich nichts weiß." Doch wie gelingt ein gutes Leben im Bewusstsein des Ungewissen? Ist es nicht gerade das "Vertrauen-können", das uns befähigt Hoffnung im Leben zu schöpfen? Hier kommt das "Ge-wissen" ins Spiel, wie es Viktor Frankl nannte und dies vom Sokratischen Daimonion ableitete - einer inneren Stimme, wie sie etwa im Trilogos Training nach Linda Roethlisberger eine zentrale Rolle spielt und die uns richtungsweisende Zeichen auf dem Lebensweg geben kann. Wie halten wir es mit dieser inneren Stimme und wie halten wir es aus im Offenen, im Ungewissen zu stehen?

Diesen Fragen widmet sich dieses Kamingsgespräch, welches zu Beginn ein Zwiegespräch ist, dann aber zu einem Dialog mit dem Publikum erweitert wird.

Prof. Dr. Michael Weiss
Professor an der Faculty of Humanities, Sports- and Education, Department of Pedagogy an der Universität von Südostnorwegen; Borre

Kosten 9,00 Euro VVK und 11,00 Euro AK



Kommunikation



Freitag
24. 17.00 – 20.00
Jänner Workshop
2025

Daniela Birner
Gewaltfreie Kommunikation



Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg ist eine erlernbare Methode, aber auch eine Idee und eine Haltung. Sie kann helfen uns das Zusammenleben im Familienalltag zu erleichtern, uns auf schwierige Gespräche vorzubereiten oder Konflikte besser zu verstehen und zum passenden Zeitpunkt die richtigen Worte zu finden.

In diesem Workshop lernen Sie die Gewaltfreie Kommunikation als Methode kennen, um mit neuem Blick auf alltägliche Situationen oder auch Konfliktsituationen schauen zu können.



Daniela Birner BA
Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision;
Garsten



Kosten 50,00 Euro
Anmeldung bis 20.01.2025

Freitag
07. 09.00 – 12.00
März Workshop
2025

Christopher Dickbauer
Tipps und Tricks rund um WhatsApp



Digital Spezial

Lernen Sie die Möglichkeiten von WhatsApp besser kennen und anwenden:

- mein Profil bearbeiten
- eine Statusmeldung ("Aktuelles") erstellen
- Gruppen einrichten
- weitere nützliche Funktionen

Wir nehmen uns an diesem Vormittag auch Zeit für individuelle Fragen zu ihrem Smartphone.

Voraussetzung:
ein versierter Umgang mit dem Smartphone

Christopher Dickbauer
EDV-Trainer, SelbA-Digital-Trainer; Neuhofen an der Krems



Kosten 29,00 Euro
Anmeldung bis 3.03.2025
Kooperation mit SelbA 00

Freitag
07. 13.00 – 16.00
März Workshop
2025

Christopher Dickbauer
KI (Künstliche Intelligenz) auf dem Smartphone und PC



Digital Spezial

Lernen Sie die Funktionen Ihres Smartphones oder PC kennen, in denen bereits KI "verbaut" ist. Was können Assistenten wie ChatGPT, Copilot und Co für mich erledigen?

Voraussetzung:
ein versierter Umgang mit dem Smartphone

Christopher Dickbauer
EDV-Trainer, SelbA-Digital-Trainer; Neuhofen an der Krems



Kosten 29,00 Euro
Anmeldung bis 3.03.2025
Kooperation mit SelbA 00

Freitag
21.
März
2025
17.00 –
20.00
Workshop

Daniela Birner Gewaltfreie Kommunikation

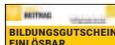


Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg ist eine erlernbare Methode, aber auch eine Idee und eine Haltung. Sie kann helfen uns das Zusammenleben im Familienalltag zu erleichtern, uns auf schwierige Gespräche vorzubereiten oder Konflikte besser zu verstehen und zum passenden Zeitpunkt die richtigen Worte zu finden.

In diesem Workshop lernen Sie die Gewaltfreie Kommunikation als Methode kennen, um mit neuem Blick auf alltägliche Situationen oder auch Konfliktsituationen schauen zu können.



Daniela Birner BA
Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision;
Garsten



Kosten 50,00 Euro
Anmeldung bis 17.03.2025
Kooperation mit Drehscheibe Kind

Freitag
11.
April
2025
09.00 –
12.00
Workshop

Christopher Dickbauer Wie kommt die App auf mein Smart- phone



Digital Spezial

Es gibt viele verschiedene Apps. In diesem Kurs erfahren Sie:

- wie und wo finde ich die passende App für mich
- was kann der App-Store sonst noch alles
- wie trägt er zur Sicherheit meines Smartphones bei

Im Anschluss nehmen wir uns Zeit, um individuelle Fragen aus der Gruppe zum Thema Smartphone zu behandeln.

Christopher Dickbauer
EDV-Trainer, SelbA-Digital-Trainer; Neuhofen an der Krems



Kosten 29,00 Euro
Anmeldung bis 7.04.2025
Kooperation mit SelbA 00





Mittwoch 17.00 –
30. 20.00
 April Workshop
 2025

Daniela Birner
Gewaltfreie
Kommunikation



Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg ist eine erlernbare Methode, aber auch eine Idee und eine Haltung. Sie kann helfen uns das Zusammenleben im Familienalltag zu erleichtern, uns auf schwierige Gespräche vorzubereiten oder Konflikte besser zu verstehen und zum passenden Zeitpunkt die richtigen Worte zu finden.

In diesem Workshop lernen Sie die Gewaltfreie Kommunikation als Methode kennen, um mit neuem Blick auf alltägliche Situationen oder auch Konfliktsituationen schauen zu können.



Daniela Birner BA
 Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision;
 Garsten



Kosten 50,00 Euro
Anmeldung bis 25.04.2025
Kooperation mit Drehscheibe Kind

Freitag 14.00 –
23. 19.30
 Mai Seminar
 2025

Sylvia Brazda
Der Tanz mit den
Eisbergen



Tipps und Tools für eine gelingende interkulturelle Kommunikation

Die Bewältigung unseres privaten und beruflichen Alltags ist mehr denn je durch die Zusammenarbeit mit Menschen verschiedener Herkunft geprägt. Missverständnisse, Probleme und Konflikte sind häufig an der Tagesordnung.

In diesem Seminar widmen wir uns dem besseren Verständnis für die immer bunter werdende kulturelle Vielfalt und wie wir mit Menschen anderer Kulturen erfolgreich kommunizieren können.



Kosten 89,00 Euro inkl. Unterlagen
Anmeldung bis 19.05.2025

Mittwoch 17.00 –
25. 20.00
 Juni Workshop
 2025

Daniela Birner
Gewaltfreie
Kommunikation
"Bitten und Nein sagen"



Um etwas zu bitten, kann uns vor Herausforderungen stellen:

- Was ist mein Anliegen?
- An wen ist meine Bitte gerichtet?
- Könnte ich ein "nein" akzeptieren?
- Würde mir ein "ja" das Gefühl von "in der Schuld stehen" geben?
- Und (wie) kann ich selbst "nein" sagen, wenn ich etwas nicht will?

Diesen und anderen Fragen rund um das Thema "Bitten und Nein sagen" werden wir uns an diesem Abend nähern. Der Workshop richtet sich im Besonderen an Menschen, die sich bereits mit der Gewaltfreien Kommunikation beschäftigt haben, z.B. den Basiskurs.



Daniela Birner BA
 Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision;
 Garsten



Kosten 50,00 Euro
Anmeldung bis 18.06.2025
Kooperation mit Drehscheibe Kind

Gesundheit



Samstag
18.
Jänner
2025

08.30 –
16.00

3 Wanderungen

Maria Felbauer

Scheeschuhwandern in der Umgebung Zeit zum Genießen - Zeit zum Staunen



Samstag, 18. Jänner
Arthofberg (861 m, Maria
Neustift)
ca. 2 ½ Std. Aufstieg,
500 Hm, einfach

Samstag, 8. Februar
Brunnbacher Gamsstein
(1.273 m, Großraming)
ca. 3 Std. Aufstieg,
600 Hm, mittel

Mit gleichmäßigen Schritten gehen wir durch die schneebedeckte Landschaft. Wir lauschen dem leisen Knirschen des Schnees unter unseren Schneeschuhen und vergessen dabei die Hektik des Alltags. Schneeschuhwandern ist ein Weg zum "Entschleunigen" - wir werden uns unterwegs daher auch Zeit nehmen und einen Text zum Nachdenken hören. Die Tour schließen wir mit einem gemütlichen Zusammensitzen ab.

Die genannten Ziele sind Vorschläge, kurzfristige Änderungen wegen Schneelage und Sicherheit sind möglich. Sollte es aufgrund der Schneelage möglich sein, in der näheren Umgebung von Steyr mit den Schneeschuhen zu gehen, so werden wir diese Alternative wählen. Sollte es aufgrund der Schneelage auch kein entsprechendes Alternativziel geben, wird die Tour als Wanderung durchgeführt.

Die Angabe einfach/mittel/schwierig bezieht sich auf eine Kombination aus Steilheit, Anforderung beim Gehen und Dauer der Tour.

Maria Felbauer
Wander- und Schneeschuh-
führerin, Outdoor-Trainerin;
Steyr

Kosten 23,00 Euro pro Wanderung
exkl. Leihgebühr für Schneeschuhe ca. 9,00 Euro
Anmeldung bis 4 Tage vorher

Samstag, 1. März
Hintereggeralm (ca. 1.300 m)
ca. 2 Std. Aufstieg,
420 Hm, 5 km, einfach

Treffpunkt:
bei der Kirche Ennsleite

Montag
20.
Jänner
2025
09.00 –
10.00
Kurs
8 Vormittage

Dienstag
21.
Jänner
2025
19.30
Vortrag

Helga Forstner Bewegt in den Tag - leicht und freud- voll im Leben



Alle Termine:
20.01. / 27.01. / 3.02. / 10.02. /
24.02. / 10.03. / 17.03. / 24.03.

Körperbeweglichkeit und -haltung hat viel mit Lebens-
pflege, Achtsamkeit und
mittlere Körpergrundspan-
nung zu tun.

Unter Einhaltung bestimm-
ter Prinzipien werden ein-
fache Bewegungselemente
praktiziert. Durch Körper-
struktur- und Qi-Gong-
Übungen werden Beweg-
lichkeit, Gleichgewicht,
Koordination, Atmung und
Vorstellungskraft geschult
und können so in den Alltag
einfließen und das Wohl-
befinden fördern. Meditative
Elemente runden das Pro-
gramm ab.

DI Helga Forstner
Qi Gong-, Tai Chi- & Psycho-
soziale Gesundheitstrainerin,
Bowtech-Praktikerin; Kronstorf

Kosten 67,00 Euro
Anmeldung bis 15.01.2025

Alexander Zeilner Gesunder Darm - gesunder Mensch?



Zusammenhänge der Darmflora mit Gesundheitsstörungen
aus Sicht der Ganzheitsmedizin

Mag. Dr. Alexander Zeilner, Arzt für Allgemeinmedizin, Fach-
arzt für Innere Medizin und Humanbiologe im ganzheitlich
orientierten Therapiezentrum VitaLogikum in Aschach an
der Steyr referiert über die Bedeutung des Darmes als Sitz
unserer Gesundheit.

Dabei wird auf die Bedeutung unserer Darmflora eingegan-
gen, deren Veränderung sich oftmals schleichend und an vom
Darm weit entfernten Organsystemen als Erkrankung nieder-
schlagen kann. Neben bekannten Störungen der Verdauungs-
funktion wie Verstopfung, Blähungen und Durchfall werden
in diesem Vortrag speziell Zusammenhänge mit Unverträ-
glichkeiten, Allergien, chronisch entzündlichen Darmerkran-
kungen und vielen anderen Fehlfunktionen beleuchtet und
mögliche Lösungsansätze aus der Schulmedizin sowie aus der
Naturheilkunde vorgestellt.

Mag. Dr. Alexander Zeilner
Facharzt für Innere Medizin,
Arzt für Allgemeinmedizin,
Humanbiologe; Garsten

Kosten 9,00 Euro VVK und 11,00 Euro AK



Montag
03.
Februar
2025

09.00 –
10.30

Kurs
6 Vormittage

Lucie Bayer
**Beckenbalance -
Wirbelsäulen- und
Beckenbodentraining**



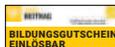
Alle Termine:
3.02. / 10.02. / 24.02. / 3.03. /
10.03. / 17.03.

Wohlbefinden hat viel zu tun mit Beweglichkeit. Darum stimmen wir unseren Körper, mit lockerer Bewegung zur Musik, ein. Weiters mit ganzheitlichem Mobilisieren von Becken und Wirbelsäule.

Ein dynamisches Training macht auch unseren Beckenboden stärker und gleichzeitig elastischer. Der Beckenboden unterstützt fast jede Körperbewegung. Wir nehmen unseren Körper mit den verschiedenen Zusammenhängen bewusster wahr. So entsteht ein gutes Körpergefühl und eine bessere Beckenbalance.

Lucie Bayer
Tanzpädagogin und
Pilatestrainerin; Garsten

Kosten 80,00 Euro
Anmeldung bis
29.01.2025



Donnerstag
06.
März
2025

16.00 –
19.00

Kochworkshop

Lisa Kerbler
**Ayurvedisch -
Basisch - Vegan**



Ayurvedische Küche

Dein Essen ist mehr als die Summe deiner Zutaten. Gute, nahrhafte Gerichte, die das gesamte Körpersystem entlasten, bewusst zubereitet.

Wir können unserem Körper eine Phase zum Durchschnaufen gönnen und trotzdem herzhaftes Essen genießen - beides in einem, perfekt zur Fastenzeit.

Einfache Ideen, kreative Umsetzung, viele wertvolle Informationen. Leicht zubereitet und in den Alltag integrierbar, weil es leicht sein darf.

Lisa Kerbler
Ayurvedische Ernährungs-
coach, www.lisakerbler.at;
St. Ulrich

Kosten 49,00 Euro exkl. Lebensmittel
Anmeldung bis 28.02.2025

Samstag
08.
März
2025

09.30 –
16.30

Seminar

Christine Roth
**Franklin®
Aktivworkshop**



Themen rund um die
Franklin-Methode®

Wie man über "Bewegung, die im Kopf beginnt" zu "Entspannten Schultern und einem gelösten Nacken" kommt, oder, dass "Locker sein stark macht" und man sich "Jung denken kann", wird bei dieser faszinierenden Körperarbeit gelehrt und noch mehr selbst erlebt und gespürt.

Dadurch haben Energie und Lockerheit freie Bahn!

Christine Roth
Bewegungspädagogin Franklin
Methode®, Yogalehrerin und
Therapeutin; Linz

Kosten 115,00 Euro
Anmeldung bis
4.03.2025



Mittwoch 18.30 –
12. 21.30
März Kurs
2025 2 Abende

Dietlinde Maiwöger Yoga & Atem



Alle Termine:
12.03. / 26.03.

2 Abende für Männer und Frauen

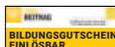
Yoga verbindet mentale Einstellung und körperliches Erforschen.

Kraft, Freude, Leichtigkeit und Beweglichkeit sind erwünschte Nebenwirkungen.

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet. Herzlich willkommen!

Mag.^a Dietlinde Maiwöger
Luna Yoga Lehrerin,
Shiatsutrainerin, Pädagogin;
Garsten

Kosten 65,00 Euro
Anmeldung bis
7.03.2025



Dienstag 19.30 –
25. 21.30
März Kurs
2025 6 Abende

Dietlinde Maiwöger Luna Yoga



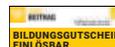
Alle Termine:
25.03. / 1.04. / 8.04. / 22.04. /
29.04. / 6.05.

Luna Yoga ist eine köstliche Körperkunst. Es ist Zeit zum Durchatmen, Aufrichten, Entspannen, Kräftigen, Bewegen, Beleben im Kreis von Frauen. Bewusst experimentieren wir mit körperlichen Impulsen (Spürübungen und Asanas), mit dem Atem und mit innerer Ausrichtung - im Wechsel mit Tiefenentspannung. Uns selbst gut kennenlernen auf verschiedenen Ebenen ist die Ernte.

Willkommen mit deiner Lebensfreude, mit deiner Vitalität und in deiner Zartheit, mit deinen Geschichten, deinem Rhythmus und deiner Eigenart!

Mag.^a Dietlinde Maiwöger
Luna Yoga Lehrerin,
Shiatsutrainerin; Garsten

Kosten 129,00 Euro
Anmeldung bis
20.03.2025





Montag 18.00 –
31. 19.30
 März Kurs
 2025 5 Termine

Ursula Kerec
Basenfasten - auf ins Fastenglück
Präsenz & Online



Alle Termine:
 Montag, 31. März: 18.00 - 19.30 (Dominikanerhaus)
 Freitag, 4. April: 19.00 - 20.30 (online)
 Montag, 7. April: 19.00 - 20.00 (online)
 Mittwoch, 9. April: 16.00 - 17.30 (Fastentalk in Bewegung beim Freibad Garsten)
 Freitag, 11. April: 18.00 - 19.30 (Dominikanerhaus)

"Regelmäßig basische Mahlzeiten genießen und dabei sanft entschlacken" - diese Art des Fastens ist zu 100 % alltagstauglich. Ideal für alle die sich der Gesundheit etwas Gutes tun wollen.

- Ablauf:
- 2 sanfte Einstiegstage
 - 7 basische Genussstage
 - 2 Aufbau tage
 - 5 x Gruppentreffen (2 x Präsenz, 2 x online über Zoom, 1 x Fastentalk in Bewegung)
 - Impulse für die Woche via E-Mail

"TUN WIR WAS, DANN TUT SICH WAS"

Ursula Kerec MSC
 DGKP, Dipl. Basenfasten- und Vitaltrainerin, Gesundheitswissenschaftlerin; Steyr

Kosten 138,00 Euro inkl. Skript
 Anmeldung bis 26.03.2025



Mittwoch 09.00 –
02. 10.30
 April Kurs
 2025 6 Vormittage

Hans Günter Srajer
Feldenkrais -
Bewusstheit durch
Bewegung



Alle Termine:
 2.04. / 9.04. / 23.04. / 30.04. /
 7.05. / 14.05.

Die Feldenkrais-Methode nutzt sanfte, aufmerksam ausgeführte Bewegungen, um Lernprozesse anzuregen. Tief verwurzelte Haltung- und Gewohnheitsmuster können so erkannt und bei Bedarf geändert werden. Damit verbessert sich immer der körperliche Komfort, die Möglichkeit für eine gesunde Haltung, jegliche Bewegung, die Organisation des Bewegungsapparates, das Gleichgewicht und das gesamte Wohlbefinden. Feldenkrais hilft Menschen sich selbst integrativ kennenzulernen und dadurch die Qualität ihres gesamten Tuns zu verbessern.

Mag. Hans Günter Srajer
 Zertifizierter Feldenkrais Practitioner, Gentle Moving Trainer, Eingetragener Mediator; Steyr

Kosten 100,00 Euro
 Anmeldung bis
 28.03.2025



Samstag 14.00 –
26. 19.00
April Ausflug
2025

Dagmar Grünwald
Wie sind wir gestrickt? Ein anatomisches Theater der etwas anderen Art
Ausflug in den Zirkus des Wissens in Linz



© Nick Mangafas MAN 6463

Wie sieht es eigentlich in unserem Inneren aus? Welche Aufgaben haben unsere Organe? Wie schaffen es unsere Blutkörperchen, uns zu beschützen - und wie hängt das alles zusammen?

Wir wollen die faszinierende Innenwelt des Wunders Mensch erkunden - auf eine ganz andere Art und Weise als gewöhnlich: Den roten Faden unserer Entdeckungsreise durch die Dschungellandschaft unserer Organe bilden die von der Ärztin und Anthropologin Katharina Sabernig liebevoll gestrickten Objekte aus Wolle. Wunderschön, faszinierend, anziehend! Nora Dirisamer wird diese anatomischen Kunstwerke zum Leben erwecken.

Wissenschaftskommunikation in lebendigen Bildern, Objekten, Tönen und Emotionen! Ein Theaterstück über das Innere des Menschen von Katharina Sabernig, Nora Dirisamer und Rebekah Wild. Musik: Alexander Brosch

Für alle Menschen ab 6 Jahren!

Treffpunkt: 14.00 Uhr Bahnhof Steyr
Gemeinsam fahren wir nach Linz und kommen um 18.45 Uhr zurück. Nähere Infos bei der Anmeldung!

Dagmar Grünwald
Pädagogische Mitarbeiterin
Dominikanerhaus; Steyr

Kosten 10,00 Euro exkl. Zugkarte und Öffentlicher Verkehr Linz
Eintritt Zirkus des Wissens: "pay as you can"
Anmeldung bis 22.04.2025

Mittwoch 16.00 –
07. 20.00
Mai Kochkurs
2025

Annemarie Schinnerl
Gute Laune kann man essen



Mood-Food - Essen, das glücklich macht?!

Wir verwenden verschiedene Lebensmittel deren Inhaltsstoffe sich positiv auf das seelische und geistige Wohlbefinden auswirken - sich glücklich essen ist also möglich!

Wir verwöhnen uns mit Gute-Laune-Gerichten. Probieren Sie und entscheiden Sie selbst, welches Gericht Labsal für Ihre Seele ist.

Annemarie Schinnerl
Dipl. Ernährungstrainerin;
Langenstein

Kosten 36,00 Euro
exkl. Lebensmittelkosten
Anmeldung bis 30.04.2025



Samstag
24.
Mai
2025

14.00 –
19.00
Seminar

Michaela Lechner
Frauenwohlbefinden



In diesem Praxisseminar widmen wir uns gänzlich unserer Frauengesundheit. Wir sprechen über die essenziellen Phasen einer Frau: vom Monatszyklus über Zeit zu zweit bis hin zu den Wechseljahren. Für jedes Thema gibt es wunderbare pflanzliche Begleiter. Einige von ihnen lernst du näher kennen und erhältst praktische Tipps, wie du deinen Frauenalltag wohltuender gestalten kannst.

Im Anschluss geht es an die Zubereitung und du stellst deine eigenen Formulierungen für dein weibliches Wohlbefinden her.



Mag.^a Michaela Lechner
FH MA MBA
Ref. Pflanzenheilkunde, Natur- und Grüne Kosmetik; Steyr

Kosten 108,00 Euro exkl. 35,00 Euro Materialkosten
Anmeldung bis 10.05.2025

Dienstag
03.
Juni
2025

16.00 –
20.00
Kochkurs

Elfriede Traxler
**Einfach und
genussvoll vegan!**



Veganer Kochkurs

Veganes Essen, das einfach in der Zubereitung und klimafreundlich ist? Eine alltags- und kühlstranktaugliche Lebensmittelliste, aus der Speisen entstehen, deren Geschmack zwar vertraut, aber auch irgendwie neu ist?

Diesen Ansprüchen werden die Rezepturen, die bei diesem Kochkurs gemeinsam zubereitet und verkostet werden, gerecht. Pikante Speisen entstehen, die zum veganen Genießen verführen und jederzeit zuhause nachgekocht werden können. Rezeptunterlagen inklusive!

Elfriede Traxler
Dipl.-Päd.ⁱⁿ für ernährungswirtschaftlichen Fachunterricht, Wellnesscoach; Steyr

Kosten 47,00 Euro inkl. Skript, exkl. Lebensmittelkosten
Anmeldung bis 28.05.2025

Freitag
13.
Juni
2025

ab 17.00
Seminar

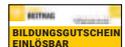
Helga Gussner-Peham
**Yoga - Innerer Halt
und Geschmeidigkeit**



© Lisa Rastl

Freitag, 13. Juni: 17.00 - 20.00
Samstag, 14. Juni: 9.00 - 17.00

Gesunde Faszien mit Yoga! Mit dem Fokus auf dem vieldimensionalen Netz der Faszien vertiefen wir uns in eine Yogapraxis, in der wir uns von gefühlter Bewegung leiten lassen. Wir spüren Verbindungen im Körper auf und stärken sie. Faszien mögen vielfältige Bewegungsreize um geschmeidig zu bleiben. Wir erkunden, wie klassische Yoga-Haltungen so geübt werden können, dass sie die Gesundheit der Faszien unterstützen. Das erworbene (Erfahrungs-) Wissen und kleine Anregungen für den Alltag zeigen, wie wir, "on and off the mat", unsere Geschmeidigkeit fördern können.



Helga Gussner-Peham
Yogalehrerin, Tänzerin; Neustift

Kosten 130,00 Euro
Anmeldung bis 6.06.2025
Kooperation mit Hotel - Restaurant - Bar Mader



Kultur



Donnerstag 19.30

30.

Jänner
2025

Multimediashow

Wolfgang Kunstmann Chile-Argentinien - Von der Atacama bis ans Ende der Welt



Das neue Abenteuer von Wolfgang Kunstmann

Begleiten Sie die 3 Kunstmann-Brüder auf ihrer unvergesslichen Reise entlang der längsten Gebirgskette der Welt, den Anden. Von den trockenen, surrealen Landschaften im Norden Chiles und Argentiniens führen die abenteuerlichen Herausforderungen bis zu den abgelegenen Weiten des patagonischen "Endes der Welt", sowie nach Feuerland und den Osterinseln.

Diese fesselnde Multimedia-Show bietet einen atemberaubenden Blick, die Sie von den extremen Gegensätzen Südamerikas begeistern wird. Höhepunkte sind u. a. Aufnahmen von oben, teils mit Hubschrauber, einer Cessna und mittels Drohnen, die die Landschaften in anderen und unbekanntem Perspektiven erstrahlen lässt.

Wolfgang Kunstmann
Fotograf; Seeham

Kosten 18,00 Euro VVK und 20,00 Euro AK

ABO Frauengruppe



Wir springen über unseren Schatten und

wir wagen es ...

- unsere Sorgen und Ängste,
- unsere Scham- und Schuldgefühle
welche durch schädlichen Alkoholkonsum entstanden sind, in der ABO-Frauengruppe mit anderen zu teilen!

**14-tägige Treffen,
ab 25.02.2025
jeweils dienstags,
9.30 - 11.30 Uhr**

Alle Termine:
25.02./11.03./25.03./
8.04./22.04./6.05./
20.05./3.06./17.06/1.07.

Sie können auch telefonisch Einzelberatung bzw. Video-telefonberatung in Anspruch nehmen.

Mag.^a Hämmerle
0664/ 600 72 892 10

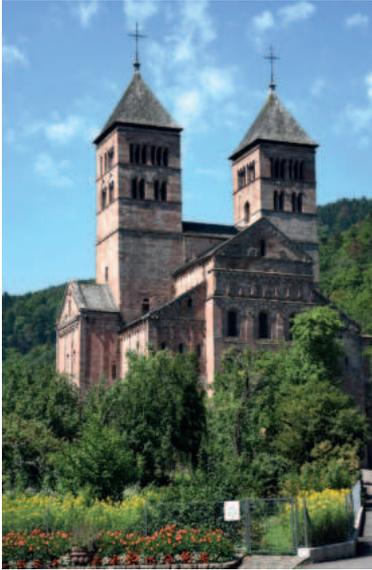
Helga Ratzenböck
0664/ 600 72 895 53

Donnerstag 19.30

13.

März Vortrag
2025

Raimund Ločičnik Von Basel nach Straßburg



Kunst, Kultur und Landschaft am Mittelrhein

Zu den interessantesten und qualitativsten Kulturgegenständen Mitteleuropas gehört zweifelsfrei die Gegend entlang des Rheins. Dabei bietet der Abschnitt von Basel bis Straßburg eine besondere Dichte an außergewöhnlichen Kunst- Kultur- und Landschaftszonen.

Hier bzw. dort, an der Schnittstelle zwischen deutscher und französischer Hochkunst, entfaltete sich eine kulturelle Vielfalt, die seinesgleichen sucht und die weder durch kriegerische Auseinandersetzungen, noch durch politische Plan-spiele der beiden großen Nationen eingeschränkt werden konnte.

Dr. Raimund Ločičnik
Ehemaliger Stadtarchivar von Steyr, Kul-turhistoriker, Buchautor; Steinbach/Steyr

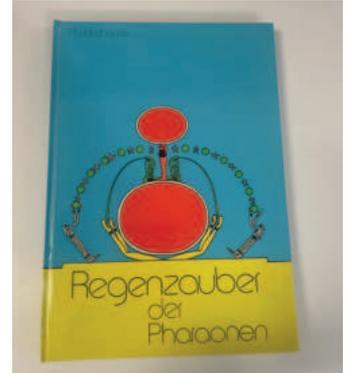
Kosten 9,00 Euro VVK und 11,00 Euro AK

Freitag 19.30

21.

März Vortrag
2025

Reinhard und Arno Waldhauser Die Cheops Pyramide



Theorie von Hermann
Waldhauser

Herr Hermann Waldhauser hatte eine spezielle Ansicht über den eigentlichen Bau-zweck der Cheops Pyramide entwickelt. Seiner Meinung nach wurde sie nicht als Grabmal konzipiert und ge-baut, sondern als ein techni-sches Bauwerk errichtet.

Sein Buch "Regenzauber der Pharaonen" ist ein faszinie-rendes Werk über die große Pyramide und verschiedene Beweise untermauern seine Theorie.

Reinhard und Arno Waldhauser
Söhne des Theorie-Entwicklers;
Steyr

Kosten 5,00 Euro VVK und
7,00 Euro AK



Donnerstag 17.00 –
24. 18.30
April Kochkurs
2025

Marlene Kelnreiter **Easy cheesy**



In 60 Minuten zu Grillkäse, Frischkäse, Butter & Buttermilch

Was die Verwandlung von Milch zu Käse braucht, ist im Küchenalltag nicht immer vorhanden: Zeit. Darum verarbeiten wir die Milch in diesem Kurs sportlich.

Zum Warm-Up heißt es "Shake it", nämlich die Butter und Buttermilch aus dem Rahm. Hernach erzielen wir chemielaborartig anmutende Knalleffekte durch eine geschickte Kombination aus schwingendem Schneebesens und Essig - im Handumdrehen erhalten wir so Grill- und Frischkäse. Insgesamt ein köstliches Zack bumm - aber sicher ohne hudeln.

Mag.^a Marlene Kelnreiter
Autorin und Sennerin; Wien

Kosten 32,00 Euro
inkl. Materialkosten und Handout
Anmeldung bis 11.04.2025

Donnerstag 19.30
24.
April Märchenklänge
2025

Adelheid Derflinger, Ilse Irauschek **"Im Zauber des Weiblichen"**



Ein Abend voller Geschichten und Klänge

Zärtlich, weich und warm kraftvoll, klug und einfallsreich von wundersamer Schönheit - verlockend und sinnlich klar wie der junge Morgen - verträumt wie die Abenddämmerung und die Nacht.

Es ist das Weibliche, das uns magisch anzieht und einen Gegenpol bildet zu unserer technokratischen, hektischen, konkurrenz- und gewaltbereiten Alltagswelt.

In gemütlicher Atmosphäre, bei Kerzenschein mit Begrüßungsdrink und kleinen Snacks erwartet euch ein wahrhaft märchenhafter Abend.

Erzähl & Klangtheater "Märchenklänge"

Adelheid Derflinger
Erzählung & Spiel; Steyr

Ilse Irauschek
Musik & Klang; Garsten

Kosten 16,00 Euro VVK und 18,00 Euro AK
Kooperation mit Drehscheibe Kind



Samstag 09.00 – 15.30
10.
 Mai Seminar
 2025

Christine Mahringer
Jodeln im Frühling



Wer jodelt sagt alles und zugleich nichts, er jubiliert in Höhen und Tiefen, kommt an im Moment.

Wer möchte mitjodeln?

- ein- und auswendig
- ein- und mehrstimmig
- miteinander und füreinander

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Jeder kann jodeln! Ich freue mich auf ein kraftvolles und auch einwendiges "Hollareiduljo"!

Christine Mahringer
 Jodlerin, Sängerin, Geigerin;
 Steyr

Kosten 69,00 Euro
Anmeldung bis 6.05.2025

Donnerstag 16.00 – 20.00
22.
 Mai Kochkurs
 2025

Anush Asatryan
Armenische Küche



Über den Tellerrand geschaut

Bei den internationalen Kochabenden steht jeweils ein bestimmtes Land im Mittelpunkt. Die Köch*innen erzählen beim gemeinsamen Schnipseln und Würzen über Esskultur, Lieblingsgewürze und Traditionen in ihren Herkunftsländern.

Es werden einfache Rezepte ausprobiert und manche "Geheimtipps" verraten. Im Anschluss wird das miteinander Gekochte auch gemeinsam genossen.

Anush Asatryan
 Steyr

Kosten 35,00 Euro inkl. Lebensmittel
Anmeldung bis 16.05.2025
 Kooperation mit Caritas
 Integrationszentrum Paraplü

*online oder persönlich
 in der buchhandlung:
 wir freuen uns auf deinen besuch!*

ennsthaler.at
 wo bücher
 freund*innen
 finden

Stadtplatz 26, 4400 Steyr
 Mo-Fr 9-18, Sa 9-13 Uhr

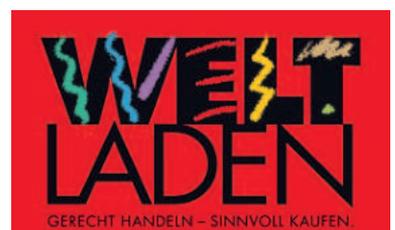
Folge uns auf:  

**Wir suchen
 DICH!**

**MITMACHEN IM
 WELTLADEN STEYR**

Du findest die Idee des fairen Handels gut und hast Lust, dich bei der Umsetzung konkret einzubringen? Dann nutze die Gelegenheit, und arbeite ehrenamtlich beim Weltladen Steyr mit.

Ruf uns an!
 Unter 07252/530 77
 oder schreib ein E-Mail an
 weltladen-steyr@weltladen-steyr.at





Freitag

23.

Mai
2025

13.00 –

18.00

Wanderung

Markus Leonhartsberger Genusswandern und Singen im Steyrtal



Wir gehen zur Rinnenden Mauer

Wir gehen eine einfache Tour mit moderater Streckenlänge und sehr wenigen Höhenmetern. Der Weg selbst ist alpin, aber gut begehbar. Wir nehmen uns Zeit für das Wandern und es sind alle eingeladen, die die Streckenlänge und die Höhenmeter bewältigen können und trittsicher sind. Zusätzlich zum genussvollen Wandern steht das gemeinsame Singen von Volks- und Wanderliedern und Liedern aus anderen Musikstilen wie Pop am Programm, wahlweise im Stehen oder im Gehen. Gesangskünste sind nicht erforderlich!

Liedertexte werden in Form von Liederbüchern zu Beginn der Wanderung ausgeteilt und am Ende wieder eingesammelt. Musik wird über Akku-Lautsprecher zu hören sein und wer mag, singt mit. Liederwünsche während der Wanderung sind willkommen!

Tourdaten:

Streckenlänge: zw. 6,5 und 8,5 km (verschiedene Varianten),
ca. 100 Hm

Treffpunkt: Parkplatz der Pizzeria Dolce Vita in Molln

Markus Leonhartsberger
Wander- und Schneeschuhführer, Naturvermittler, Gordon-Familien-Trainer,
wanderbar-markus.at; Linz

Kosten 32,00 Euro (Kinder bis 12 Jahre gratis)
Anmeldung bis 19.05.2025



Kreativität



Donnerstag 14.00 –
23. 15.30
 Jänner Café
 2025

Kreativcafé



Alle Terminmöglichkeiten:
 23.01. / 10.04. / 12.06.

Wir treffen uns in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee / Tee und Kuchen und basteln, häkeln, nähen, ... der Jahreszeit entsprechend einfache Dinge. Es ist auch eine Gelegenheit "Unfertiges" zu vollenden.

Gerne können Sie auch Ideen miteinbringen, die dann in einem der nächsten Treffen umgesetzt werden. Eine Woche vor jedem Termin können Sie in unserem Büro erfragen, was wir gemeinsam gestalten werden.

Gemeinsam kreativ sein macht einfach mehr Spaß!
 Wir freuen uns auf Sie!

Sabine Gamsjäger
 Leiterin Dominikanerhaus

freiwillige Spende
 Anmeldung bis 4 Tage vorher

Donnerstag 18.30 –
23. 21.30
 Jänner Kurs
 2025 3 Abende

Rosemarie König Aquarellieren



Alle Termine:
 23.01. / 30.01. / 6.02.

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Im faszinierenden Spiel mit Wasser und Farbe beschäftigen wir uns mit verschiedenen Themenbereichen. Unser Ziel ist es, vorhandene Erfahrungen zu vertiefen bzw. zu erweitern und eine persönliche Bildsprache zu finden.

Für Neueinsteiger*innen werden Grundkenntnisse zur Technik des Aquarells, zu Bildaufbau und Farbgestaltung vermittelt.

Rosemarie König
 Künstlerin; Haag

Kosten 100,00 Euro
 Anmeldung bis 21.01.2025

Dienstag 17.30 –
25. 20.30
 Februar Workshop
 2025 online

Astrid Gaisberger Lebenslieder - Meine Biografie in Melodien



Schreibwerkstatt - online

Tauchen Sie ein in die einzigartige Melodie Ihres Lebens! Jeder Song, jeder Klang, jedes Arrangement ist ein Kapitel in Ihrer Lebensgeschichte. Inspiriert von Ihrer persönlichen Playlist werden wir die Geschichten hinter den Songs erkunden und sie in Worte fassen. Von den ersten Kindheitserinnerungen bis zu den prägenden Momenten im Erwachsenenleben - jede Etappe Ihrer Reise wird durch die Musik begleitet. Das Schreibseminar richtet sich an alle, die ihre Lebensgeschichte auf eine einzigartige und kreative Weise erkunden möchten. Es sind keine Vorkenntnisse im Schreiben erforderlich.

Astrid Gaisberger
 Trainerin für Biographiearbeit,
 Schriftstellerin; Steyregg

Kosten 35,00 Euro
 25,00 Euro für EA Mitglieder des KBW
 Anmeldung bis 13.02.2025
 Kooperation mit SelBA ÖÖ





Samstag 10.00 –
15. 17.00
 März Workshop
 2025

Lisbeth Koller, Gabriela Brocksch
Visible Mending



Bei diesem Workshop haben Sie die Gelegenheit, das Leben Ihrer geliebten Kleidungsstücke mit kreativen Stopftechniken zu verlängern! Sie können Techniken des visible mendings (beispielsweise die japanische Stopf-Technik Sashiko) erlernen und damit Ihre Kleidungsstücke veredeln. Oder auch die Kleidungsstücke Ihrer Enkelkinder. Löcher und Flecken im Gewebe werden kreativ zu Eye-Catchern.

Ziel ist es, die Verwendungsdauer der Kleidungsstücke zu verlängern. Es wird mit der Hand gearbeitet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Nehmen Sie einfach Ihre löchrigen oder sonst wie beschädigten Kleidungsstücke mit und lassen Sie sich auf den kreativen Prozess ein.

2 ehrenamtliche Mitarbeiterinnen der Nähküche Linz stehen mit Rat und Tat zur Seite.

Lisbeth Koller
 Ehrenamtliche Mitarbeiterin
 Nähküche Linz

Gabriela Brocksch
 Ehrenamtliche Mitarbeiterin
 Nähküche Linz

Kosten 85,00 Euro
Anmeldung bis 11.03.2025
Kooperation mit Nähküche Linz - eine offene Nähwerkstatt

Donnerstag 17.00 –
20. 19.00
 März Workshop
 2025

Carina Vorderwinkler
Upcycling Basteln - aus alt mach neu



Inklusionsangebot - für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

Upcycling ist englisch und spricht man so aus: apseik-ling

Upcycling heißt, dass man aus Müll und alten Sachen neue Dinge herstellt. Wir stellen in diesem Kurs Spiel aus alten Sachen her, zum Beispiel das Spiel "Mensch ärgere dich nicht". Dazu verwenden wir alte Stofftaschen und Flaschen-Verschlüsse. Oder wir basteln ein Wurfspiel aus alten Dosen. Das Wurfspiel kann man drinnen und draußen verwenden.

Dieser Kurs wird vom Land OÖ gefördert!

Carina Vorderwinkler
 Linz



Kosten 10,00 Euro inkl. Material
Anmeldung bis 14.03.2025
Kooperation mit Projekt EULE / FAB



Dienstag
01. 17.30 –
20.30
April
2025 Seminar
online

Astrid Gaisberger Jubelnde Zeilen



Schreibseminar zur Erstellung Ihrer
Freudenbiografie - online

Sind Sie bereit, Ihre Lebensgeschichte auf eine
einzigartige Weise zu erkunden und Ihre persön-
lichen Freuden und Höhepunkte festzuhalten?

In diesem Seminar werden wir uns gemeinsam
auf eine kreative Reise begeben, um die Freuden
und Glücksmomente Ihres Lebens zu erforschen
und in Worte zu fassen. Sie lernen, wie Sie Ihre
Erinnerungen in lebendige Geschichten verwan-
deln können, die nicht nur Sie selbst, sondern
auch andere inspirieren und berühren werden.

Egal, ob Sie bereits Erfahrung im Schreiben
haben oder gerade erst damit beginnen möch-
ten - dieses Seminar richtet sich an alle, die ihre
Lebensfreude durch das Medium der Schrift ent-
decken und teilen möchten.

Astrid Gaisberger
Trainerin für Biographiearbeit,
Schriftstellerin; Steyrregg

Kosten 35,00 Euro
25,00 Euro für EA Mitglieder des KBW
Anmeldung bis 27.03.2025
Kooperation mit SelbA OÖ



Dienstag
08. 09.00 –
11.00
April
2025 Spieletreff

Bernhard Schnaubelt Spiel und Spaß mit "Quatschivity"



Ein neu entwickeltes Brett-
spiel zum persönlichen
Austausch und gegenseitigen
Kennenlernen.

Nach dem gemütlichen An-
kommen bei Kaffee / Tee und
Gebäck, starten wir in einen
gemeinsamen Vormittag
voller Spaß, Austausch und
Kennenlernen.

Bei Quatschivity werden
Begriffe erklärt, gezeichnet
oder pantomimisch darge-
stellt. Durch das Erraten der
Begriffe kommt dein Team
auf dem Spielfeld voran und
kann gewinnen. Zusätzlich
wird zu jedem Begriff eine
tiefgründige Frage gestellt,
die zum persönlichen Aus-
tausch und gegenseitigen
Kennenlernen anregt.

Bernhard Schnaubelt
Spielbegleiter; Steyr

freiwillige Spende
Anmeldung bis 3.04.2025



Einrichtungen im Haus

Freitag
16. 17.00 – 20.00
Mai Workshop
2025

Bernadette Hartl Buchseiten Upcycling



Sommerlich luftige
Buchseiten-Deko
Sommerlektüre mal anders,
vielleicht dieses Mal drei-
dimensional?

Wörter, Sätze, wissenschaftliche Abhandlungen oder prosaische Texte - wenn nicht mehr gelesen - werden bei diesem Workshop in frühsummerliche Dekorationen verwandelt. Schöpfen Sie Inspiration aus dem kreativen Ideenreichtum der Buch-Taschen-Künstlerin Bernadette Hartl! Sie zeigt Ihnen, wie Sie aus blumigen Gedichten Rosen zaubern oder beflügelte Worte in Schmetterlinge verwandeln können. An diesem Abend steigen Sie in die weiten Sphären des dekorativen Buchseiten-Upcyclings ein.

Bernadette Hartl
Buchupcycling Künstlerin; Steyr

Kosten 49,00 Euro
exkl. 5,00 Euro Materialkosten
Anmeldung bis 12.05.2025



Sie haben eine Frage oder ein Anliegen zu Ihrem Kirchenbeitrag und möchten darüber persönlich mit uns sprechen?

Wir sind vor Ort gerne für Sie da:

Dominikanerhaus Steyr | Grünmarkt 1 | 4400 Steyr
Di, Mi & Do: 8.00 - 12.00 Uhr | **Do:** 14.00 - 17.00 Uhr
T.: 07252 53610 0 | kb.traunviertel@dioezese-linz.at

Ps: Wussten Sie, dass Sie mit Ihrem Kirchenbeitrag, unter anderem das Angebot in Bildungs- und Begegnungseinrichtungen wie dem Dominikanerhaus erst ermöglichen?

Dafür sagen wir DANKE!

Citypastoral Steyr – Neue Ideen von Kirche für uns

*Büro im 1. Stock, Freitag von 9:30 bis 12:30
und nach Vereinbarung*

Die spirituellen Schätze, die Christen seit Jahrtausenden leben, sind leider oft so „verpackt“, als hätten sie nichts mehr mit uns zu tun. Dabei haben Sie auch heute noch eine große Kraft.

Ich liebe es, unsere christlichen Schätze für heute so zum Leben zu erwecken, dass wir uns angesprochen fühlen und Kraft und Zuversicht im täglichen Leben daraus schöpfen. Das erlebe ich selbst jeden Tag und möchte es an Sie/Dich weitergeben. Z.B. mit Meditationsangeboten, spirituellen Rundgängen im Advent, Seelsorge im Café, u.v.m.



**Auf ein Kennenlernen/Wiedersehen freut sich
Mag.^a Heidi Staltner-Kix,
kath. Theologin und Seelsorgerin**

Kontakt:

heidi.staltner-kix@dioezese-linz.at



Beratung ermöglicht Veränderung

Partner-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Beratung für Paare und Einzelpersonen

- in Beziehungskrisen
- bei Erziehungsfragen
- bei Generationskonflikten
- bei Trennung und Scheidung
- bei Verlust und Trauer
- Unterstützung und Begleitung in schwierigen Zeiten
- bei häuslicher Gewalt (Beziehung und Erziehung)
- bei sozialen und rechtlichen Fragen ...

Terminvereinbarung: 0732/77 36 76
Erstgespräch auch ohne Anmeldung:
jeden 2. und 4. Mittwoch 14 bis 16 Uhr

Caritas
Oberösterreich

Caritas Angebote im Dominikanerhaus in Steyr, Grünmarkt 1

Caritas Sozialberatung Steyr

- Für alle volljährigen Personen in OÖ, die sich in einer existenziellen Notlage befinden, in Steyr und Steyr Land wohnen, Überbrückungshilfe benötigen und über einen rechtmäßigen Aufenthalt in Österreich verfügen.

Terminvereinbarung am Mo, Di und Do von 9 - 12 Uhr unter **Tel.: 0676 87 76 80 29**
sozialberatung.steyr@caritas-ooe.at
www.caritas-ooe.at/sozialberatung

RegionalCaritas in Steyr & Linz Land

- Ansprechpartnerin für Anfragen zur Caritas **RegionalKoordinatorin**
Termine nach tel. Vereinbarung
Tel.: 0676 87 76 20 11
regionalcaritas-steyrstadt@caritas-ooe.at

Projekt I-C-E

- Das Projekt I-C-E unterstützt Asylberechtigte und Subsidiär Schutzberechtigte.

Kontakt Projekt I-C-E

Tel.: 0732 76 10 - 27 65
ice@caritas-ooe.at

Angebote für pflegende und betreuende Angehörige

- Beratung, Kurse, Vorträge, Treffpunkte, Erholungsangebote

Kontakt

Servicestelle Pflegende Angehörige

Terminvereinbarung am Di, Mi, Do 8 - 12 Uhr
unter Tel.: 0676 87 76 24 47
birgit.freidhager@caritas-ooe.at
www.pflegende-angehoerige.or.at

Jänner 2025

Samstag	18.01.	8.30 - 16.00	Schneeschuhwandern	Seite 40
Montag	ab 20.01.	9.00 - 10.00	Bewegt in den Tag	Seite 41
Montag	20.01.	18.30 - 20.00	Stammtisch Grundeinkommen	Seite 14
Montag	ab 20.01.	18.30 - 21.00	Gesund & gestärkt mit Achtsamkeit	Seite 26
Dienstag	21.01.	19.30	Gesunder Darm - gesunder Mensch	Seite 41
Donnerstag	23.01.	14.00 - 15.30	Kreativcafé	Seite 54
Donnerstag	ab 23.01.	18.30 - 21.30	Aquarellieren	Seite 54
Donnerstag	23.01.	19.30	Westspange Steyr	Seite 14
Freitag	24.01.	17.00 - 20.00	Gewaltfreie Kommunikation	Seite 36
Samstag	25.01.	9.00 - 13.00	Hoffnung ... in mir ...	Seite 6
Donnerstag	30.01.	19.30	Chile - Argentinien	Seite 48

Februar 2025

Samstag	1.02.	9.00 - 17.00	Wahrnehmen was ist	Seite 26
Montag	ab 3.02.	9.00 - 10.30	Beckenbalance	Seite 42
Donnerstag	6.02.	9.30 - 11.00	MEHRsamkeit - Wir sind da	Seite 27
Freitag	7.02.	16.30 - 18.30	Dankbar leben	Seite 6
Samstag	8.02.	8.30 - 16.00	Schneeschuhwandern	Seite 40
Samstag	8.02.	9.00 - 18.00	Ehevorbereitung.aktiv	Seite 27
Mittwoch	12.02.	18.15 - 19.30	Meditative Auszeit	Seite 7
Freitag	14.02.	19.00 - 22.00	Paarsegnung zum Valentinstag	Seite 8
Dienstag	25.02.	17.30 - 20.30	Schreibwerkstatt	Seite 54
Freitag	28.02.	13.30 - 22.00	Ehevorbereitung.aktiv	Seite 27

März 2025

Samstag	1.03.	8.30 - 16.00	Schneeschuhwandern	Seite 40
Samstag	1.03.	10.00 - 13.00	Raum für dich	Seite 28
Montag	ab 3.03.	18.30 - 21.00	Achtsamer Weg - Schwangerschaft	Seite 28
Donnerstag	6.03.	9.30 - 11.00	MEHRsamkeit - Wir sind da	Seite 27
Donnerstag	6.03.	16.00 - 19.00	Ayurvedisch - Basisch - Vegan	Seite 42
Freitag	7.03.	9.00 - 12.00	Tipps & Tricks rund um WhatsApp	Seite 36
Freitag	7.03.	13.00 - 16.00	KI auf dem Smartphone und PC	Seite 36
Freitag	7.03.	16.30 - 18.30	Dankbar leben	Seite 6

Samstag	8.03.	9.00 - 11.00	Dialog Brunch	Seite 15
Samstag	8.03.	9.30 - 16.30	Franklin® Aktivworkshop	Seite 42
Mittwoch	12.03.	18.15 - 19.30	Meditative Auszeit	Seite 7
Mittwoch	ab 12.03.	18.30 - 21.30	Yoga & Atem	Seite 43
Donnerstag	13.03.	9.00 - 11.00	Frauencafé	Seite 15
Donnerstag	ab 13.03.	19.00 - 21.00	Improvisationstheater	Seite 29
Donnerstag	13.03.	19.30	Von Basel nach Straßburg	Seite 49
Freitag	14.03.	9.00 - 16.00	Auszeit-Tag	Seite 29
Samstag	15.03.	9.00 - 18.00	Ehevorbereitung.aktiv	Seite 27
Samstag	15.03.	10.00 - 17.00	Visible Mending	Seite 55
Montag	17.03.	18.30 - 20.00	Stammtisch Grundeinkommen	Seite 14
Mittwoch	19.03.	16.00 - 18.00	Elternberatung	Seite 30
Donnerstag	20.03.	17.00 - 19.00	Upcycling Basteln	Seite 55
Freitag	21.03.	17.00 - 20.00	Gewaltfreie Kommunikation	Seite 37
Freitag	21.03.	19.30	Die Cheops Pyramide	Seite 49
Samstag	22.03.	9.00 - 16.00	Frauen*Barcamp	Seite 16
Dienstag	ab 25.03.	19.30 - 21.30	Luna Yoga	Seite 43
Dienstag	25.03.	19.30	Was hat Donald Trump mit uns zu tun?	Seite 16
Donnerstag	ab 27.03.	7.00 - 17.00	Exkursion: Gletscherschwund	Seite 17
Freitag	28.03.	13.30 - 22.00	Ehevorbereitung.aktiv	Seite 27
Samstag	29.03.	13.00 - 18.00	Exkursion: Theater des Wissens	Seite 18
Montag	ab 31.03.	18.00 - 19.30	Basenfasten - auf ins Fastenglück	Seite 44
April 2025				
Dienstag	1.04.	17.30 - 20.30	Schreibwerkstatt	Seite 56
Mittwoch	ab 2.04.	9.00 - 10.30	Feldenkrais	Seite 44
Donnerstag	3.04.	9.30 - 11.00	MEHRsamkeit - Wir sind da	Seite 27
Donnerstag	3.04.	15.00 - 17.00	Science Talk	Seite 19
Donnerstag	3.04.	19.30	Hochsensible Kinder	Seite 30
Freitag	4.04.	16.30 - 18.30	Dankbar leben	Seite 6
Samstag	5.04.	9.00 - 19.00	Familienaufstellung	Seite 31
Samstag	5.04.	9.00 - 12.00	Klug entscheiden	Seite 19
Samstag	5.04.	14.00 - 17.00	Zukunftsradeln	Seite 20
Sonntag	6.04.	9.00 - 18.00	Ehevorbereitung.aktiv	Seite 27
Dienstag	8.04.	9.00 - 11.00	Quatschitivity	Seite 56

Mittwoch	ab 9.04.	14.30 - 16.00	Selba	Seite 31
Mittwoch	9.04.	18.15 - 19.30	Meditative Auszeit	Seite 7
Mittwoch	9.04.	19.00	Die Rolle der Kirche(n) im dritten Reich	Seite 9
Donnerstag	10.04.	14.00 - 15.30	Kreativcafé	Seite 54
Donnerstag	10.04.	19.00	Wehret den Anfängen!	Seite 20
Freitag	11.04.	9.00 - 12.00	Wie kommt die App aufs Smartphone	Seite 37
Donnerstag	24.04.	17.00 - 18.30	Easy Cheesy	Seite 50
Donnerstag	24.04.	19.30 - 21.30	Im Zauber des Weiblichen	Seite 50
Samstag	26.04.	9.00 - 18.00	Ehevorbereitung.aktiv	Seite 27
Samstag	26.04.	9.00 - 11.00	Dialog Brunch	Seite 21
Samstag	26.04.	10.00 - 15.00	PILGERN: Frühling	Seite 9
Samstag	26.04.	14.00 - 19.00	Exkursion: Theater des Wissens	Seite 45
Dienstag	29.04.	7.00 - 19.00	Exkursion: Wetterextreme & Klima	Seite 22
Mittwoch	30.04.	17.00 - 20.00	Gewaltfreie Kommunikation	Seite 38
Mai 2025				
Freitag	ab 2.05.	16.30 - 22.00	Dankbar leben Wochenende	Seite 10
Mittwoch	7.05.	16.00 - 20.00	Gute Laune kann man essen	Seite 45
Donnerstag	8.05.	9.30 - 11.00	MEHRsamkeit - Wir sind da	Seite 27
Donnerstag	8.05.	19.30	PFAS - die Ewigkeits-Chemikalien	Seite 22
Freitag	9.05.	16.30 - 18.30	Dankbar leben	Seite 6
Samstag	10.05.	9.00 - 15.30	Jodeln im Frühling	Seite 51
Samstag	10.05.	14.00 - 17.00	Zukunftsradeln	Seite 20
Mittwoch	14.05.	18.15 - 19.30	Meditative Auszeit	Seite 7
Donnerstag	15.05.	19.00	Kamingespräch: Klimarat	Seite 23
Freitag	16.05.	13.30 - 22.00	Ehevorbereitung.aktiv.outdoor	Seite 32
Freitag	16.05.	17.00 - 20.00	Buchseiten Upcycling	Seite 57
Montag	19.05.	18.30 - 20.00	Stammtisch Grundeinkommen	Seite 14
Donnerstag	22.05.	9.00 - 12.00	Straßenaktion: #proMobil	Seite 32
Donnerstag	22.05.	16.00 - 20.00	Armenische Küche	Seite 51
Freitag	23.05.	13.00 - 18.00	Genusswandern im Steyrtal	Seite 52
Freitag	23.05.	14.00 - 19.30	Der Tanz mit den Eisbergen	Seite 38
Samstag	24.05.	14.00 - 19.00	Frauenwohlbefinden	Seite 46
Donnerstag	ab 29.05.	8.30 - 17.30	PILGERN: 4 Tage am Sebaldusweg	Seite 11

Juni 2025

Dienstag	3.06.	7.00 - 19.00	Exkursion: Stadtentwicklung	Seite 23
Dienstag	3.06.	16.00 - 20.00	Einfach und genussvoll vegan!	Seite 46
Donnerstag	5.06.	9.00 - 11.00	Straßenaktion: aufgedeckt	Seite 24
Donnerstag	5.06.	9.30 - 11.00	MEHRsamkeit - Wir sind da	Seite 27
Donnerstag	5.06.	14.00 - 17.00	Ein Nachmittag für mich	Seite 33
Freitag	6.06.	16.30 - 18.30	Dankbar leben	Seite 6
Mittwoch	11.06.	18.15 - 19.30	Meditative Auszeit	Seite 7
Donnerstag	12.06.	14.00 - 15.30	Kreativcafé	Seite 54
Freitag	ab 13.06.	17.00 - 20.00	Yoga - Innerer Halt & Geschmeidigkeit	Seite 46
Freitag	13.06.	22.00 - 23.30	Unterirdische Stille	Seite 12
Samstag	14.06.	9.00 - 18.00	Ehevorbereitung.aktiv.outdoor	Seite 32
Samstag	14.06.	14.00 - 17.00	Zukunftsradeln	Seite 20
Dienstag	17.06.	16.00 - 18.00	Elternberatung	Seite 30
Mittwoch	25.06.	17.00 - 20.00	Gewaltfreie Kommunikation	Seite 38

Juli 2025

Freitag	4.07.	19.00	Im Dialog mit der inneren Stimme	Seite 34
Samstag	5.07.	10.00 - 15.00	PILGERN: Sommer	Seite 12
Samstag	5.07.	14.00 - 17.00	Zukunftsradeln	Seite 20
Mittwoch	9.07.	18.15 - 19.30	Meditative Auszeit	Seite 7
Montag	21.07.	18.30 - 20.00	Stammtisch Grundeinkommen	Seite 14



Anmeldung

1. **Programmänderungen**
sind vorbehalten und werden den angemeldeten Interessent*innen mitgeteilt.
2. **Anmeldung und Anmeldebestätigung**
Bei Seminaren, Kursen und Veranstaltungen mit begrenzter Teilnehmer*innenanzahl ist eine Anmeldung online (Homepage), per Mail oder telefonisch bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn erforderlich.
Die Anmeldungen werden nach Eingang gereiht. Nur Anmeldungen mit genauer Angabe des Vor- und Nachnamens, Adresse und Telefon können berücksichtigt werden. Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung für alle gebuchten Veranstaltungen, die Sie über Veranstaltungstermin, -ort, Regiebeitrag und mitzubringende Materialien informiert. Damit ist ihre Anmeldung verbindlich.
3. **Kosten und Einzahlung**
Vorträge und Einzelveranstaltungen können direkt vor Veranstaltungsbeginn beglichen werden. Der Regiebeitrag bei anmeldepflichtigen Veranstaltungen ist mit dem der Anmeldebestätigung beiliegenden Zahlschein zu überweisen. Die Einzahlung wird bis spätestens 10 Tage vor dem Veranstaltungstermin erbeten. Ihre rechtzeitige Bezahlung sichert Ihren Kursplatz. Die Materialkosten sind direkt mit der Veranstaltungsleitung abzurechnen.
4. **Teilnahmebestätigungen**
Jede(r) Teilnehmer*in, die/der 75 % der jeweiligen Veranstaltung besucht hat, erhält auf Wunsch am letzten Kurstag eine Teilnahmebestätigung.
5. **Anmeldung**
Wir garantieren, dass Ihre Daten nicht an Dritte weitergegeben werden. Sie bekommen in Zukunft unser Veranstaltungsprogramm, wenn Sie es nicht ohnehin schon erhalten.

Abmeldung

Falls Sie an einer gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, ersuchen wir um sofortige Abmeldung. Bei einer Abmeldung innerhalb von einer Woche vor Kursbeginn müssen wir Ihnen den Kursbeitrag verrechnen, es sei denn, Sie nennen eine Ersatzperson. Wenn Sie eine laufende Veranstaltung vorzeitig unterbrechen oder beenden, kann der Regiebeitrag nicht rückerstattet werden.

Ausrichtung

Halbjährlich erscheinendes Programm des Dominikanerhauses Steyr, Bildungs- und Begegnungszentrum, mit Impulsen und Veranstaltungen zu den Themenbereichen Spiritualität, Gesellschaft, Lebensorientierung, Kommunikation, Gesundheit, Kultur und Kreativität. Erhältlich ist dieses Programmheft im Dominikanerhaus und wird gerne per Post als Gratis-Abonnement zugesandt. Infos & Programmabo: www.dominikanerhaus.at

Das Dominikanerhaus ist bemüht, seine Prozesse so klimaneutral wie möglich zugestalten. Als Klimabündnisbetrieb achten wir auf hohe ökologische Standards im Alltag, richten unsere Veranstaltungen „grün“ aus und produzieren dieses Programmheft mit mineralölfreier Farbe auf 100%-Recycling-Papier in einer regionalen Druckerei.
Mehr zum Thema Nachhaltigkeit: www.dominikanerhaus.at

Impressum

Medieninhaberin: Diözese Linz
Herausgeberin: Katholische Frauenbewegung ÖÖ.
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz
Für Inhalt / Layout verantwortlich: Sabine Gamsjäger
Grafisches Konzept & Design: Andrea Ettinger, honigkuchenpferd
Bildnachweis: Dominikanerhaus, Referent*innen, pixabay
Druck: Gutenberg Werbering GmbH.

Datenschutz

Bei der Anmeldung willigen Sie ausdrücklich ein, dass die von Ihnen angegebenen personenbezogenen Daten zum Zweck der Veranstaltungsadministration und Information über das Kursprogramm des Treffpunkt Dominikanerhauses elektronisch gespeichert und verarbeitet werden. Diese Zustimmung können Sie jederzeit mittels Brief oder Mail an das Dominikanerhaus widerrufen. Es wird darauf hingewiesen, dass alle bis zum Widerruf vorgenommenen Verarbeitungen weiterhin rechtmäßig bleiben.

Alle Termine und Anmeldung:
www.dominikanerhaus.at

Österreichische Post AG, MZ 07Z037542M
kfb-Zeitung Nr. 1/2025
Medieninhaberin: Diözese Linz
Herausgeberin: Kath. Frauenbewegung OÖ
Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz

"An dieser Perspektive,
an einer sinnvollen Zukunft,
in der ich leben kann und
die mich mit einer
sinnvollen, lesbaren
Gegenwart verbindet,
hängt das ganze
Geheimnis der Hoffnung."

Philipp Blom (Buch "Hoffnung")



Dominikanerhaus

Grünmarkt 1
4400 Steyr
07252 / 45400

Montag – Freitag
8.30 – 12.00 Uhr
(an Schultagen)

www.dominikanerhaus.at