

Das Leben feiern: Spirituelle Pilgerwanderung von Innichen nach Kals

Sieben Tage zu Fuß über den Hoch & Heilig Bergpilgerweg durch Osttirol. Ein spirituell unvergessliches Erlebnis. Über einsame Almen und Gipfel, entlang rauschender Bäche, durch stille Wälder und urwüchsige Dörfer. Mit offenen Augen und Ohren, mit wachen Sinnen. Schauen, Horchen, nach außen und nach innen. Du findest im Gehen zu dir. Und erkennst deinen Sinn im Leben. An der Hälfte des Weges sorgt ein Kreativtag in den Bergen für erholsame Entfaltung. Spirituell geschulte Bergerfahrene begleiten die Gruppe.

Was uns erwartet:

Eine geführte Pilgerwanderung mit spiritueller Begleitung durch Bergwanderführer, Pilgerbegleiter und Nationalparkranger Hans Goldberger und Inge Egger (ab 9 TN), spirituelle Impulse, Zeiten der Stille, ein ganz besonderer Workshop im Haus des Wassers, „Z’sammsitzen“ in gemütlicher Runde, Humor, ...

Voraussetzungen:

gute Kondition und Trittsicherheit auf Steigen in den Bergen (alle Etappen führen durch alpines Gelände). Training für „1.500-hm-und-8-Stunden-Tagesetappen-mit-Rucksack“ notwendig! Da wir einen Gepäcktransfer inkludiert haben, braucht es für jede Etappe nur das Tagesgepäck.

Zeit: Sonntag, 5. September – Samstag, 11. September 2021

Anmeldung bei: TrailAngels, 04782 93093; info@trail-angels.com

Seminar für Paare, die kirchlich heiraten wollen

Zeit: Samstag, 11. September, 09:00 - 17:00 Uhr

Referent/in: Barbara und Hermann Beihammer, Brixen im Thale

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 25,00 € pro Person

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Tanztechnik für Erwachsene – 7 Termine

Klassisches Training in Kombination mit African Dance & Modern
Ziel ist es, den Körper in Achse zu bringen. Ein Genuss für alle! Dieses ganzheitliche Training bringt den Körper in Form. Das Training wird mit modernen und afrikanischen Bewegungselementen ergänzt.

Beginn: Montag, 13. September 2021, 17:00 - 18:30 Uhr

Referent/in: Mag.a(FH) Irina Falkner, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 84,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Tabletkurs für SeniorInnen: „Tableteria“ - 3 Nachmittage

Tablets sind mobiler, handlicher und leichter als Laptops oder PC und so einfach zu bedienen, dass selbst Oma und Opa damit klarkommen. Außerdem sind sie größer als Smartphones und dadurch leichter zu benutzen und bieten ein Plus an Anwendungsmöglichkeiten.

Leihgeräte und ein mobiles WLAN stehen zur Verfügung. Es können auch Personen mit eigenen Tablets teilnehmen. Die maximale TN-Zahl ist auf 8 Personen beschränkt.

Beginn: Dienstag, 14. September 2021, 14:30 - 16:30 Uhr

Referent/in: Elisabeth Striednig, Lienz, Sabine Theurl, Assling

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 45,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich - begrenzte TN-Zahl!

Gebärdensprache Grundkurs - 15 Abende

Lerninhalte und -ziele:

Fingeralphabet; Begrüßung; Basiswortschatz (Zahlen, Größenangaben, Farben, Tiere, etc.); Mimik; einfache Kommunikation in Alltagssituationen; Grundregeln der ÖGS (österreichische Gebärdensprache); Vermittlung von Gehörlosenkultur und -identität

Beginn: Dienstag, 14. September, 18:30 - 20:00 Uhr

Referent/in: Victoria Kirchmair, Leisach

Beitrag: 190,00 € (up date Förderung möglich)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

RückenFit - 6 Termine

Du genau richtig, wenn du deinen Rücken und die umliegende Muskulatur kräftigen möchtest. Dieser Kurs erfordert etwas Trainingserfahrung.

Beginn: Mittwoch, 15. September, 08:30 - 09:30 Uhr

Referent/in: Mag.^a Sabine Lexer, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 54,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Gymnastik mit Schwerpunkt Wirbelsäule - 6 Termine

Schwerpunkte: Beweglichkeit, Koordination und Technik, Gleichgewicht/Balance, Kraft, Beckenboden und Rumpfstabilität, Faszien Training. Der Kurs ist auch für untrainierte Personen geeignet.

Beginn: Mittwoch, 15. September, 09:40 - 10:40 Uhr

Referent/in: Mag.^a Sabine Lexer, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 54,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Im Leben ankommen: Spirituelle Wanderreise von Kalkstein nach Heiligenblut

Vier Tage zu Fuß über den Hoch & Heilig Bergpilgerweg. Eine spirituelle Entdeckungsreise zu den Schätzen der Osttiroler Bergwelt und dir selbst. Ungeahnte Kostbarkeiten entlang des Weges. Natürliche und kulturelle Juwelen. Ein Fest der Sinne. Zugleich öffnet sich im Gehen eine Tür zu deinem inneren Reichtum. Begleitung: spirituell geschulte Bergerfahrene.

Was uns erwartet:

Eine geführte Pilgerwanderung mit spiritueller Begleitung durch Bergwanderführer und Pilgerbegleiter und Nationalparkranger Edi Unterweger und Hans Schwingshackl (ab 9 TN), spirituelle Impulse, Zeiten der Stille, „Z’sammsitzen“ in gemütlicher Runde, Humor, ...

Voraussetzungen:

gute Kondition und Trittsicherheit auf Steigen in den Bergen (alle Etappen führen durch alpines Gelände). Training für „1.500-hm-und-8-Stunden-Tagesetappen-mit-Rucksack“ notwendig! Da wir einen Gepäcktransfer inkludiert haben, braucht es für jede Etappe nur das Tagesgepäck.

Beginn: Donnerstag, 16. September – Sonntag, 19. September 2021s

Anmeldung bei: TrailAngels, 04782 93093; info@trail-angels.com

Hatha Yoga kreativ - 10 Termine

Hatha Yoga Kreativ eignet sich für all jene, die kraftvolle körperliche Bewegung, sowie klassische Yoga Techniken mit tiefer Entspannung und spielerischen Elementen verbinden möchten.

Beginn: Donnerstag, 16. September, 19:30 - 21:00 Uhr

Referent/in: Barbara Brunner MSc, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 105,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Hoch & Heilig - ein Weg in die nachhaltige Zukunft

Spirituelle Wanderung im Rahmen der Woche der Nachhaltigkeit
Pilgerbegleiterin Inge Egger stimmt Sie entlang des Wegabschnittes von Lavant über Amlach nach Lienz auf einzelne Nachhaltigkeitsziele ein. Unter Anleitung tauchen Sie im Gehen in die nachhaltige Zukunft ein.

Anreise mit Öffis empfohlen (Bus ab Lienz/Bahnhof 8:40 Uhr)

Zeit: Samstag, 18. September, 09:00 - 15:00 Uhr

Ort: Treffpunkt: 9:00 Uhr beim Dorfbrunnen Lavant

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich - begrenzte TN-Zahl!

Zur Mitte tanzen - Kreise ziehen

Kreistänze - traditionell, meditativ, sakral - 10 Abende

Man braucht keinerlei Erfahrung, nur Spaß an der Bewegung und vielleicht Neugierde einmal etwas Neues auszuprobieren.

Beginn: Montag, 20. September, 19:00 - 20:45 Uhr

Referent/in: Dr.ⁱⁿ Gertraud Glantschnig, Lienz, Marlen Schmid, Nußdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 70,00 € (für MG 60 €)

Begrenzte TN-Zahl - rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Qigong - Energie tanken für den Herbst und Winter - 8 Termine

Nerven und Immunsystem stärken

Durchblutung und Stoffwechsel werden angeregt, unser Nieren Qi wird gestärkt. Die Übungen machen Meridiane wieder durchlässig, das Qi kann ungehindert frei fließen und wirkt positiv regulierend, auch auf Emotionen. Bringt innere Ruhe, wirkt regenerierend, stärkt Sehnen, Muskeln sowie Wirbelsäule.

Auch für Neueinsteiger!

Beginn: Mittwoch, 22. September, 14:30 - 15:45 Uhr

Referent/in: Christiane Schwaberl, Dellach im Drautal

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 104,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Heilsames Tanzen

Kreistänze - traditionell, meditativ, sakral - 10 Vormittage

Meditatives Tanzen schafft die Möglichkeit, zur Ruhe zu kommen, Kraft zu schöpfen und in Einklang mit dem eigenen Körper, mit sich, mit der Gruppe und dem ganzen Umfeld zu kommen.

Beginn: Donnerstag, 23. September, 09:30 - 11:15 Uhr

Referent/in: Dr.ⁱⁿ Gertraud Glantschnig, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 70,00 € (für MG 60 €)

Begrenzte TN-Zahl - rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Entwicklung und Wahrnehmung mit allen Sinnen

Eltern Kids Coach-Seminar

Fühlen, Tasten, Sehen, Hören, Schmecken, Riechen – Sinneserlebnisse bilden das Fundament für Entwicklung. Welche Zusammenhänge bestehen zwischen Sinneserfahrungen, individuellen Interessen und Wahrnehmung?

Wie hängen die Entwicklung des Denkens, der Sprache, motorischer und sozialer Fähigkeiten zusammen?

Was ist das Modell der multiplen Intelligenzen nach Howard Gardner?

Wie können vielfältige Sinnes- und Bewegungserlebnisse in den Alltag integriert werden?

Zeit: Samstag, 25. September, 09:00 - 17:00 Uhr

Referent/in: Mag.^a Claudia Neuwirth-Lechleitner

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 30,00 € (5 € für Kursunterlagen)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Anmerkungen: Alle Seminarteile können auf das Gütesiegel des LGs Eltern Kids Coach angerechnet werden.

The global rhythm - Trommeln mit Djembe, Congas, Cajon & Co

Gemeinsames Trommeln für AnfängerInnen und Fortgeschrittene – jeder Termin kann einzeln besucht werden

Es werden die Grundlagen des Trommel-Spiels gezeigt und gemeinsam geübt. Je nach Niveau der TeilnehmerInnen spielen wir mehrstimmige Rhythmen aus Afrika, Lateinamerika, Europa und dem Orient auf Djembe und Cajon, aber auch auf Congas, Bongos und anderen Percussion-Instrumenten. Zusätzlich gibt es viele Geschichten und damit einen ganzheitlichen Einblick in die Welt der Trommel-Musik.

Wichtigste Voraussetzung: Spaß am Trommeln!

Termine: 26.9., 31.10., 28.11.2021 – jeweils sonntags von 9 – 14 Uhr

Referent/in: Mag. Thomas Puch, Ehrenhausen

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 60,00 € pro Termin

Rechtzeitige Anmeldung erbeten!

Ganz Ohr: Kamishibai-Workshop

Mit Freude und Kompetenz vorlesen

Wie setze ich eine Geschichte in ein Erzähltheater um?

Wie gestalte ich Kamishibai-Blätter?

Wie führe ich ein Kamishibai vor?

Wir erarbeiten gemeinsam eine Geschichte (2 Bücher stehen zur Auswahl) – mit wichtigen Informationen, worauf zu achten ist. Wir basteln dazu die Kamishibai-Blätter - Bilder zum Nacharbeiten und Schablonen für die Figuren stehen zur Verfügung. Wer möchte, kann zum Abschluss seine Bilder/Geschichte vorführen.

Zeit: Samstag, 2. Oktober, 08:00 - 16:00 Uhr

Referent/in: Sylvia Farnik, Innsbruck

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 40,00 € (kostenlos für TN, die beim FWZ sind)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Qigong - mit Hui Chun Gong - 7 Termine

Energie tanken für den Herbst u. Winter - Nerven und Immunsystem stärken
Auch für NeueinsteigerInnen!

Beginn: Mittwoch, 6. Oktober 2021, 19:00 - 20:15 Uhr

Referent/in: Christiane Schwaberl, Dellach im Drautal

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 91,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Seid heilig, denn ich, der HERR, euer Gott, bin heilig

Bibelkurs 2021-2022

Der Begriff „Heiligkeit“ klingt nach Strenge, langweiliger Formalität, Blutleere und unpersönlicher Lebensferne. Wir begegnen ihm in liturgischen Formeln und im Vorwurf der „Scheinheiligkeit“. Trotzdem ist der biblische Offenbarungsglaube nicht möglich ohne die Rede vom ganz heiligen Gott, von heiligen Zeiten und Orten, vom Anspruch Gottes, dass sein Bundesvolk ein „heiliges Volk“ sein solle. Was heißt also „heilig“?

Zeit: Freitag, 8. Oktober, 19:00 - 21:00 Uhr

Referent/in: MMag. Dr. Martin Lang, Innsbruck

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 10,00 € (für gesamten Kurs 50 €)

Rechtzeitige Anmeldung erbeten!

Erziehung und Entwicklung von Anfang an mit MINT (Mathematik Informatik Naturwissenschaften Technik)

Eltern Kids Coach-Seminar

Erziehungsvorstellungen von Eltern

5 Säulen der Erziehung nach Tschöpe-Scheffler

Was ist entwicklungsfördernd für Kinder?

Empathie und Feinfühligkeit

Was ist MINT und wie können MINT-Themen für Kinder bis ca. 6 Jahren vielfältig und anregend für alle Sinne gestaltet werden?

Bedeutung von Reimen und Rhythmus

Tipps und praktische Umsetzung in Gruppen

Zeit: Samstag, 9. Oktober, 09:00 - 17:00 Uhr

Referent/in: Sylvia Farnik, Innsbruck

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 30,00 € (5 € für Kursunterlagen)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Anmerkungen: Alle Seminarteile können auf das Gütesiegel des LGs Eltern Kids Coach angerechnet werden.

Smart & Fit am Handy - 3 Nachmittage

Kennen Sie Ihr Smartphone bereits gut genug?

Viele SeniorInnen besitzen ein Smartphone, nutzen aber noch lange nicht all seine alltagspraktischen Funktionen. Zwei erfahrene TrainerInnen arbeiten mit maximal 8 TeilnehmerInnen. Geübt wird auf den eigenen Geräten.

Dieses Angebot beschränkt sich auf Android-Geräte (Samsung od. Huawei).

Beginn: Montag, 11. Oktober, 09:30 - 11:30 Uhr

Referent/in: Georg Weiler, Lienz, Elisabeth Striednig, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 45,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich - begrenzte TN-Zahl!

Resilienz: Vom guten Umgang mit Veränderungen

Vortrag und Workshop im Rahmen der Reihe: "Die neue Normalität - wie leben nach der Krise"

Gerade in Krisenzeiten wird deutlich, wie sehr wir als Gesellschaft Strategien zur positiven Lebensbewältigung und Neuorientierung brauchen. Menschen, die gut mit Veränderungen umgehen und Chancen für Innovationen erkennen, leben leichter und gestalten meist bewusster.

Was ist Resilienz und wie kann diese Haltung und Fähigkeit individuell und als Gemeinschaft trainiert werden, um regional und global handlungsfähig und zukunftsgerichtet zu bleiben?

Vortrag: Dienstag, 12. Oktober, 19:30 Uhr (kostenlos)

Workshop: Freitag, 15. Oktober 2021, 14:00 - 19:00 Uhr (17 €)

Referent/in: Barbara Pichler, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Rechtzeitige Anmeldung erbeten

Gefördert von: Österreichische Gesellschaft f. politische Bildung Wien

Seelsorge im Krankenhaus - Lehrgang für ehrenamtliche Krankenhaus-SeelsorgerInnen

Oktober 2021 - September 2022

Diese Ausbildung soll Einblick geben in die Aufgaben und Wirkungsbereiche der Seelsorge im BKH Lienz. Die TeilnehmerInnen sollen befähigt werden, im Ausmaß von einigen Stunden pro Woche in Absprache und unter Leitung der Krankenhaus-Seelsorgerin Maria Radziwon in der Krankenhaus-Seelsorge im BKH Lienz ehrenamtlich mitzuarbeiten. In erster Linie geht es dabei um das Begleiten von Menschen, um das Da-Sein für- und miteinander, aber auch um das Gestalten von Ritualen, Andachten und Wortgottesdiensten.

Der Lehrgang ist in 11 Module gegliedert (Praktikum nach dem 10. Modul).

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 140,00 € (inkl. Unterlagen und Pausengetränke)

Anmeldung erforderlich bis 10. September 2021 - begrenzte TN-Zahl

Kräuterzubereitungen für Kinder

Workshop

Welche Kräuter sind für Kinder geeignet? Worauf sollte man achten?

Was unterstützt bei kleinen Wehwehchen, Unwohlsein, Angst, Unruhe usw..?

Kräuterzubereitungen für Kinder:

Welche Verarbeitung von Kräutern ist für Kinder besonders gut geeignet – z.B.

Kräuterbad, Kräuterzucker- oder salz, Oxymel, Sirup

Herstellen einer Kräuterzubereitung zum Mitnehmen

Zeit: Donnerstag, 21. Oktober, 18:30 - 21:00 Uhr

Referent/in: Monika Bachlechner, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 25,00 € (inkl. Skript u. Materialkosten)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Jede Veränderung beginnt mit einem Gedanken...

Mentaltraining – 3 Abende

Die moderne Hirnforschung hilft uns zu verstehen, warum wir wie reagieren und wie wir unser Fühlen, Denken und Handeln am wirkungsvollsten beeinflussen. Neben dem theoretischen Wissen wird in diesem Kurs auch eine ganze Reihe von praktischen Übungen vermittelt, um beispielsweise Stress gelassener zu begegnen oder gewünschte Veränderungen und Ziele zu erreichen.

Beginn: Freitag, 22. Oktober, 18:00 - 20:30 Uhr

Referent/in: Katrin Mataln, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 69,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

LookUp: Workshop "Besen/Bürsten binden"

mit dem Handwerksbetrieb "Besen Bürsten Rainer"

Im zweistündigen Workshop werden verschiedene Materialien und Techniken vorgestellt sowie eine Topfbürste unter fachkundiger Anleitung selbst gebunden.

Zeit: Samstag, 23. Oktober, 14:00 - 16:00 Uhr

Referent/in: Ludwig Rainer, Innervillgraten

Ort: Burg Heinfels, Workshopraum

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich - begrenzte TN-Zahl:

Bildungshaus Osttirol, office@bildungshaus.info; tel. 04852/65 1 33-0

Burg Heinfels, info@burg-heinfels.com; Tel. 0664 16 77 078

RückenFit - 6 Termine

Du genau richtig, wenn du deinen Rücken und die umliegende Muskulatur kräftigen möchtest. Dieser Kurs erfordert etwas Trainingserfahrung.

Beginn: Mittwoch, 27. Oktober, 08:30 - 09:30 Uhr

Referent/in: Mag.a Sabine Lexer, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 54,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Gymnastik mit Schwerpunkt Wirbelsäule - 6 Termine

Schwerpunkte: Beweglichkeit, Koordination und Technik, Gleichgewicht/Balance, Kraft, Beckenboden und Rumpfstabilität, Faszien Training. Der Kurs ist auch für untrainierte Personen geeignet.

Beginn: Mittwoch, 27. Oktober, 09:40 - 10:40 Uhr

Referent/in: Mag.a Sabine Lexer, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 54,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Feldenkrais - Lernen durch Selbstbeobachtung

Seminar für Anfänger und Fortgeschrittene

Durch die Feldenkrais-Methode ist es möglich, zur Gewohnheit gewordene Muskelspannungen zu erkennen und aufzugeben. Auch bereits chronische Schmerzen aufgrund von Fehlbelastungen können beseitigt werden. Eine Verbesserung unserer Bewegungsqualität steigert unser gesamtes Wohlbefinden und nährt unsere Persönlichkeit.

Für alle Alters- und Beweglichkeitsstufen geeignet, jeder lernt ausgehend von den

individuellen Bedürfnissen.

Zeit: Samstag, 30. Oktober, 09:30 - 17:00 Uhr

Referent/in: Martin Brunner-Kühr, Klagenfurt - Viktring

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 89,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Bibliolog: Menschen wie du und ich

Workshop

Sie kennen das: Bei einem spannenden Buch oder Film lebt man mit den Personen mit, nimmt Anteil an ihren Schicksalen. Das ist auch bei biblischen Geschichten möglich - mit Hilfe des Bibliologs. Gemeinsam versetzen wir uns in verschiedene Lebenssituationen hinein und entdecken - auch biblische Personen waren Menschen wie du und ich. Ein spannender Abend!

Zeit: Freitag, 5. November, 18:00 - 20:30 Uhr

Referent/in: Mag.a Irene Weinold, Innsbruck

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 15,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Mitveranstalter: Katholische Frauenbewegung Lienz

Tanztechnik für Erwachsene – 6 Termine

Klassisches Training in Kombination mit African Dance & Modern

Ziel ist es, den Körper in Achse zu bringen. Ein Genuss für alle! Dieses ganzheitliche Training bringt den Körper in Form. Das Training wird mit modernen und afrikanischen Bewegungselementen ergänzt.

Beginn: Montag, 8. November, 17:00 - 18:30 Uhr

Referent/in: Mag.^a(FH) Irina Falkner, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 72,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Medienerziehung zwischen pädagogischem Anspruch

Eltern Kids Coach-Seminar

Moderne Medien sind Teil unser aller Lebensrealität, auch der kindlichen von Anfang an.

Wie gestaltet sich Mediennutzung innerhalb der Familie?

Welche Bedürfnisse haben Kinder im Alter von 1-6 Jahren?

Wie beeinflussen Medien Kinder von 1-6 Jahren?

Welche Möglichkeiten gibt es, moderne Medien im Zusammenleben mit Kindern sinnvoll und hilfreich einzusetzen?

Zeit: Samstag, 13. November, 09:00 - 17:00 Uhr

Referent/in: Mag.^a Neuwirth-Lechleitner Claudia

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 30,00 € (+ 5,00 € Kursunterlagen)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Naturkosmetik selbstgerührt - Gepflegt durch Herbst und Winter

Workshop

In der kalten Jahreszeit benötigt unsere Haut besondere Zuwendung. Wir lernen wertvolle Pflanzenöle und ätherische Öle kennen, die besonders hautpflegend wirken. Dabei erfahren den richtigen Umgang mit ihnen und stellen daraus einen

Winterschutzbalsam, eine Lippenpflege, ein immunstärkendes Fußbad sowie einen Riechstift her.

Zeit: Mittwoch, 17. November, 18:00 - 21:00 Uhr

Referent/in: Andrea Huber, Irschen

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 35,00 € (+ 9 € für Materialkosten, Skriptum)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Lukas und die Gastfreundschaft Gottes

Bibelkurs 2021-2022

Nur bei Lukas gibt es ein Weihnachten mit Krippe, Hirten und singenden Engeln auf dem Feld. Zachäus, der barmherzige Samariter und der verlorene Sohn erscheinen nur bei Lukas. Seine Geschichten sind unmittelbar zugänglich und attraktiv. Doch Lukas ist mehr als ein guter Erzähler. Er ist auch ein großer Theologe. Mit viel Gespür und auch manchem Augenzwinkern erzählt er, wie Gott selbst sich als Gast in diese Welt begibt, um alle Menschen zu seiner eigenen Herrlichkeit einzuladen.

Zeit: Freitag, 19. November, 19:00 - 21:00 Uhr

Referent/in: Univ.Prof.Dr. Boris Repschinski SJ, Innsbruck

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 10,00 € (für gesamten Kurs 50 €)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Ran an die Nähmaschine! Weihnachten!

Workshop mit BOBS

Liebevoll von Hand gefertigte Geschenke sind mega angesagt und immer etwas ganz Besonderes: Adventskalender, Weihnachtsschmuck, Geschenksverpackungen, Applikationen aus Stoff und/oder Swarovskikristallen usw.

Zeit: Samstag, 20. November, 14:00 - 18:00 Uhr

Referent/in: Barbara Schusteritsch, Schlaiten

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 55,00 € (excl. Materialbeitrag)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich - begrenzte TN-Zahl!

Weihnachtsdeko und kleine Geschenke aus Wolle gefilzt

Filzworkshop

An diesem Nachmittag filzen wir gemeinsam Weihnachtdekorationen bzw. kleine Geschenke. So stellen wir unter der fachkundigen Leitung von Helga Walchensteiner Weihnachtswichtel, Teelichthüllen oder kleine Engel her. Es können auch kleine Geschenke gefilzt werden. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Zeit: Samstag, 4. Dezember, 14:00 - 17:00 Uhr

Referent/in: Helga Walchensteiner, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 35,00 € (plus Material nach Verbrauch)

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich!

Abend der Stille: WARTEN - nichts erwarten, alles erreichen

Warten und nichts ERwarten

warten ist eine geschenkte Zeit

warten können in Stille, denn da wird Gottes Stimme laut

kannst du warten auf das Wesentliche?

die Liebe wartet und erwartet nicht
was ich vom anderen erwarte, bin ich eigentlich nicht bereit, selber zu geben -
gerade in Beziehungen

Zeit: Dienstag, 7. Dezember, 19:00 - 21:00 Uhr

Referent/in: Rudolf Rumpl, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 9,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erbeten!

Entspannte Weihnachten mit Meditation & Yoga

Impulsabend

Der alljährliche Weihnachtstrubel kann selbst die Endspanntesten unter uns aus der Ruhe bringen. Gerade wenn sich die Vorweihnachtszeit zu schnell anfühlt, tun Meditation und Yoga dem Körper und der Seele gut. Dieser meditative Impulsabend ist für alle, die Weihnachten als eine ruhige, friedliche Zeit in Erinnerung haben und sich fern von Hektik an diesem Abend vor Weihnachten Zeit für Reflexion, Zeit für Stille, Zeit für Frieden, ja einfach Zeit für SICH SELBST schenken möchten.

Zeit: Samstag, 11. Dezember, 17:00 - 21:00 Uhr

Referent/in: Barbara Brunner MSc, Nikolsdorf

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 32,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erforderlich – begrenzte TN-Zahl!

Abend der Stille: HOFFNUNG - VERTRAUEN

Hoffnung hat viel mit Vertrauen zu tun

Hoffnung ist auch Ausrichtung auf Gott - ich vertraue auf die Verbindung zu IHM

Hoffnung in der Krankheit

Hoffnung auf Versöhnung

Hoffnung auf Klärung

Man sagt: Die Hoffnung stirbt zum Schluss...

Zeit: Dienstag, 14. Dezember, 19:00 - 21:00 Uhr

Referent/in: Rudolf Rumpl, Lienz

Ort: Bildungshaus Osttirol

Beitrag: 9,00 €

Rechtzeitige Anmeldung erbeten!