

Validation® nach Naomi Feil Level 1 - AnwenderInnenkurs

Validation ist eine Methode, um mit desorientierten, sehr alten Menschen zu kommunizieren. Diese Technik hilft, Stress abzubauen und ermöglicht diesem Personenkreis, Würde und Glück wiederzu erlangen.

1. Block: Freitag, 24. bis Samstag, 25. Mai 2019

Zwischentreffen: Samstag, 15. Juni 2019

2. Block: Donnerstag, 12. bis Freitag, 13. September 2019

3. Block: Donnerstag, 12. bis Freitag, 13. Dezember 2019

4. Block: Donnerstag, 27. bis Freitag, 28. Februar 2020

5. Block Prüfung: Donnerstag, 23. bis Freitag, 24. April 2020

Referentin: Hildegard Nachum
Teilnahmebeitrag: € 1.550,00
für den gesamten Lehrgang



Waldbaden im Frühling

Beim sogenannten „Waldbaden“ intensiviert man die natürliche Heilwirkung des Waldes mittels einfacher Übungen.

Freitag, 24. Mai 2019, 14.00 bis 17.00 Uhr

Referentin: Ulli Felber
Teilnahmebeitrag: € 40,00



Die heilende Kraft des Singens

2-teilige Kompakt Weiterbildung - Die Teilnehmenden erlernen grundlegende Fertigkeiten für die eigenständige Leitung von Singgruppen.

Donnerstag, 30. bis Sonntag, 2. Juni 2019

Montag, 22. bis Samstag, 27. Juli 2019

ReferentInnen:
Katharina Bossinger
Wolfgang Bossinger
Teilnahmebeitrag: € 1.350,00
für den gesamten Lehrgang



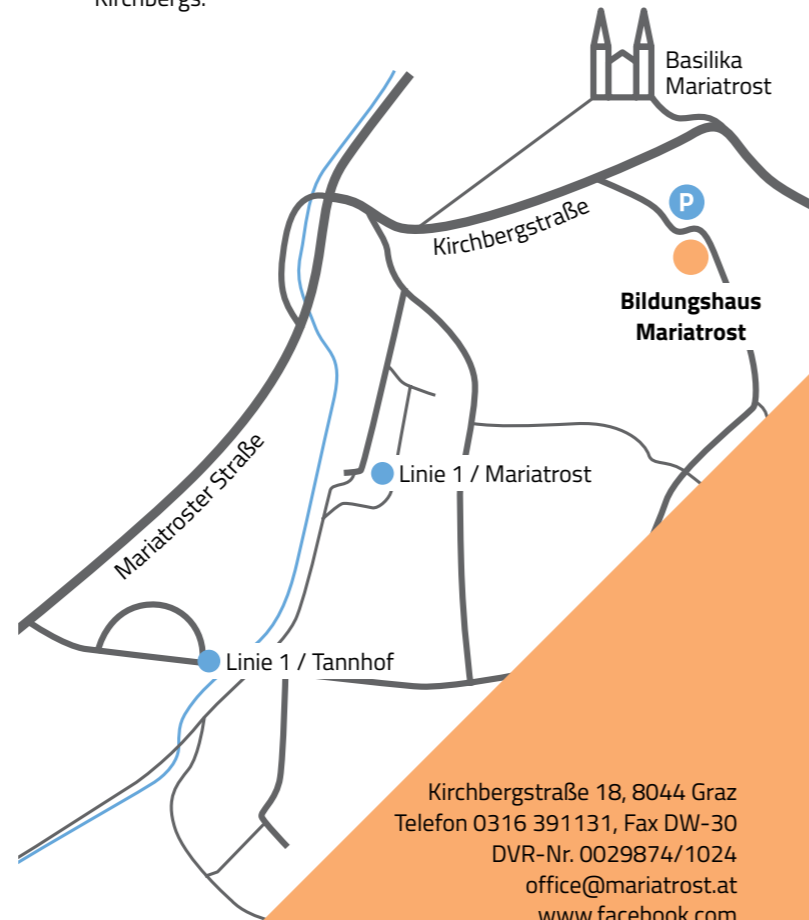
Anmeldungen erforderlich unter:
Telefon: +43 316 391131 / **Mail:** office@mariatrost.at
www.mariatrost.at / **Layout:** Ulrike Erler

So erreichen Sie uns:

Mit Bim und Bahn: Hauptbahnhof Graz, mit der Straßenbahnlinie 1 zur Station Tannhof (leicht ansteigender, 10-minütiger Fußweg) oder zur Endstation Mariatrost (stark ansteigender, 5-minütiger Fußweg).

Öffi-Bon: Mit einem **gratis Kaffee** oder **Tee** bedanken wir uns für Ihre umweltfreundliche Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Einfach am Tag der Anreise das entwertete Fahrticket in der Rezeption vorweisen.

Mit dem Auto: Vom Zentrum kommend in Richtung Weiz bis zur Basilika Mariatrost. Das Bildungshaus liegt auf halber Höhe des Kirchbergs.



Kirchbergstraße 18, 8044 Graz
Telefon 0316 391131, Fax DW-30
DVR-Nr. 0029874/1024
office@mariatrost.at
www.facebook.com



Veranstaltungen April bis Mai 2019



Leuchtpuren der Hoffnung

Perspektiven für ein gelingendes Leben - Vorörterliche Besinnung mit Abt Otto Strohmaier OSB

Ostern ist getragen von der Hoffnung, die vom Fest der Auferstehung unseres Herrn ausgeht und einen jeden von uns die Botschaft der Erlösung durch Gottes Liebe spürbar werden lässt. Wir können diese Zeit wahrnehmen als eine Gelegenheit, uns von unnötigem Ballast zu befreien.

Montag, 1. April, 10 Uhr bis Mittwoch, 3. April 2019, 12 Uhr

Referent: Abt Otto Strohmaier OSB



Teilnahmebeitrag: € 45,00

Aufstellungsseminar: Führen und Organisation

Im Jahr 2019 werden im Bildungshaus Mariatrost Aufstellungsseminare zum Thema „Führen und Organisation“ angeboten. Die Organisationsaufstellung kann in persönlichen Veränderungsprozessen eingesetzt werden, aber auch in organisatorischen Entwicklungsprozessen unterstützen.

Samstag, 6. April 2019, 9.30 bis 18.00 Uhr

Samstag, 28. September 2019, 9.30 - 18.00 Uhr

Samstag, 7. Dezember 2019, 9.30 - 18.00 Uhr

ReferentInnen: Dipl. Ing. Sabine Pelzmann, MSc MBA
Harald Lang, MSc MBA Bakk.rer.nat

Teilnahmebeitrag: € 280,00
für eine Aufstellung
RepräsentantIn: € 60,00



Herzensgespräche im Frühling

Beginn der Meditationsreihe

Mittwoch, 24. April 2019, 19.00 bis 20.00 Uhr

Referentin: Mag^a Verena Kompacher



Teilnahmebeitrag: € 45,00 für alle Termine
Weitere Termine siehe: www.mariatrost.at

BILDUNG & BEGEGNUNG
BILDUNGSHAUS
MARIATROST

www.mariatrost.at

April 2019

MI, 3.4.2019, 16.00–20.00 Uhr **Überleben – Suizidprävention wirkt**

Suizid und Suizidprävention in den verschiedenen Lebensaltern/-phasen. Suizid ist verhinderbar und Suizidprävention beginnt damit, Warnzeichen zu erkennen und ernst zu nehmen. Offen zu sprechen, kann ein Leben retten.
Impulsvorträge mit:
Prim. Dr. Christian Jagsch, Prim. Dr. Katharina Purtscher-Penz, Drin Ulrike Schrittwieser, Mag. Dr. Regina Seibl
Teilnahmebeitrag: € 50,00

MI, 3.4.2019, 19.00–21.00 Uhr **Kräuterwissen vertiefen**

3. April: „Berufskräuter“
8. Mai: „Rotklee/Heilziest“
Referentin:
Mag. pharm. Ursula Gerhold
Teilnahmebeitrag: € 15,00
pro Abend
Weitere Termine siehe:
www.mariatrost.at

MI, 3.4.2019, 19.00–21.00 Uhr **Von Herzen singen**

Spirituelle Lieder und heilsames Tönen.
Referentin: Ingrid Huber
Teilnahmebeitrag: € 15,00
pro Abend
Weitere Termine siehe:
www.mariatrost.at

MI, 3.4.2019, 19.00 Uhr **Wandlungsfähig und handlungsfähig**

Frauen feiern Liturgie.
Referentin:
Mag. Adelheid Berger
Die Teilnahme ist kostenlos!

DO, 4.4.2019, 17:30–19:00
Mariatroster Tafelmusik
Kammermusik für HobbymusikerInnen.
Referent: Mag. Benedek Fülep
Teilnahmebeitrag: € 15,00
pro Abend
Weitere Termine siehe:
www.mariatrost.at

DO, 4.4.2019, 19.00 Uhr **Philosophisches Theater “GÄRTEN DER VENUS”**

Nach Texten der **Ars amatoria** von Publius Ovidius Naso (Ovid). Theaterstück in 5 Szenen mit Chor und Flöte.
Referent:
Dr. Anton Grabner-Haider
Teilnahmebeitrag: € 15,00
Studierende € 10,00

FR, 5.4.2019, 16.00 Uhr bis SO, 7.4.2019, 12.30 Uhr **Im Fokus: Die Kraft der Hüftgelenke**

Ein Seminar in der Feldenkrais® Methode.
Referentin: Ulli Jaksch
Teilnahmebeitrag: € 165,00

FR, 5.4.2019, 16.00–18.30 Uhr **Schöpfung erleben: Wildkräuter und Baumblatt**

Kräuterwanderung am Lustbühel.
Referentin:
Mag. Anna Ebenbauer
Teilnahmebeitrag: € 30,00
inkl. einer kleinen Kräuterjause

FR, 5.4.2019, 18.00–19.30 Uhr
Fasten nach Hildegard von Bingen für mehr Wohlbefinden, Gesundheit und Regeneration

Einführungs- und Motivationsfastenvortrag:
Fr. 5.4.2019, 18 Uhr
Fastenwoche:
Mo, 8.4. bis 12.4.2019
Täglich: 7.30 – 19.30 Uhr
Referentin:
Mag. Maria Painold
Teilnahmebeitrag: € 276,00
inkl. Fastenverpflegung und Nächtigung im Einzelzimmer.
Teilnahmebeitrag: € 150,00
inkl. der für Sie vorbereiteten Fastenverpflegung **ohne** Nächtigung.

SO, 7.4.2019, 9.00–17.00 Uhr **Eheseminar**

Nicht nur für Paare, die in nächster Zeit heiraten wollen.
ReferentInnen:
Silvia Kirchberger, Herbert Kirchberger
Teilnahmebeitrag: € 50,00
pro Paar

SO, 7.4.2019, 15.00–18.00 Uhr **Treffpunkt für Alleinerziehende**

Ort: Projekt Alleinerziehende, Kirchengasse 4, 8010 Graz.
Die Teilnahme ist kostenlos!

FR, 12.4.2019, 15.00–21.00 Uhr
Liturgische Stolpersteine biblisch entschärfen
Bibeltheologisches Seminar.
Referent: Peter Trummer
Teilnahmebeitrag: € 35,00



FR, 12.4.2019 bis DO, 18.4.2019 **Oberitalien**

Kunst und Kultur zwischen Verona, Piacenza und Ferrara – Bildungs- und Kulturfahrt.
Referent: Dr. Friedl Melichar
Teilnahmebeitrag: € 798,00
Preis auf Basis Halbpension im DZ EZ-Zuschlag: € 176,00

SA, 13.4.2019, 9.00–17.00 Uhr **Heilkräftiges von Bäumen**

Kräuterseminar.
Referentin:
Mag. pharm. Ursula Gerhold
Teilnahmebeitrag: € 70,00
Materialbeitrag nach Bedarf

SA, 13.4.2019, 9.00–12.00 Uhr **Mit Kindern wachsen – Elternkompass**

SEMINARREIHE – Achtsamkeit und Selbstmitgefühl im Leben mit Kindern.
Referentin: Christine Minixhofer
Teilnahmebeitrag: € 190,00
Einzelpersonen / € 350,00 Paare
Für alle Termine, die Abende können nicht einzeln gebucht werden!
Weitere Termine siehe:
www.mariatrost.at
Sie können den zwei und mehr-Elternbildungsgutschein einlösen!

MO, 22.4.2019, 7.45–18.45 Uhr
Pilgerstart 2019
Von der Pfarrkirche Wies zur Emmauskapelle nach Wernersdorf.
Treffpunkt: 7.45 Uhr
Hauptbahnhof Graz (bei der Rolltreppe) Fahrt um 8.04 Uhr nach Wies.
Referentin: Mag. Maria Painold
Unkostenbeitrag: € 5,00

DO, 25.4.2019, 18.00–21.30 Uhr **Pagat ultimo – oder lieber nicht?**

Tarockblatt – Übungsabende.
Referentinnen:
Mag. Claudia Kapeller, Dr. Gabriela Radwan
Teilnahmebeitrag: € 12,00
pro Abend
Weitere Termine siehe:
www.mariatrost.at

Mai 2019

SA, 27.4.2019, 9.30–17.00 Uhr **Emotions- und Stressregulation durch Achtsamkeit**

Achtsamkeitsübungen.
Referentin: Dr. Isolde Wilding
Teilnahmebeitrag: € 85,00

DI, 7.5.2019, 9.00–11.00 Uhr
Schreibfrühstück
Sie schreiben gern oder wollen es einfach einmal ausprobieren?
Referentin: Heidi Rath
Teilnahmebeitrag: € 28,00
inkl. Kaffee und Kuchen

DI, 7.5.2019, 18.00–21.00 Uhr **Die Kraft der Ermutigung im Familien- und Erziehungsalltag**

In diesem Seminar beschäftigen wir uns anhand konkreter Fallbeispiele aus dem pädagogischen und Familien Alltag mit Ermutigung und mit Kooperation.
Referentin: Sabine Felgitsch
Teilnahmebeitrag: € 30,00
Sie können den zwei und mehr-Elternbildungsgutschein einlösen!

MI, 8.5.2019, 19.00–21.00 Uhr **Was nährt unser Herz?**

Welche Herzensqualitäten sind uns vertraut? Vortrag über unser wunderbares Lebens- und Liebesorgan.
Referent: Dr. med. Albin Perz
Teilnahmebeitrag: € 15,00

SA, 11.5.2019, 9.30–17.00 Uhr **ALLES GRÜNT!**

Eine Spurensuche in Bewegung, Experiment, Spiel und Tanz.
Referentin: Maria Schweiger
Teilnahmebeitrag: € 80,00

MI, 15.5.2019, 17.30–19.30 Uhr
Schöpfung erleben: Vögel und Vogelstimmen
Vogelkundliche Wanderung im Leechwald.
Referentin:
Mag. Roya Payandeh, MSC
Teilnahmebeitrag: € 25,00

MI, 15.5.2019 bis SO, 19.5.2019 **Übergänge zu neuem Leben**

Wandern auf der Insel Krk.
Referent:
Ing. Wolfgang Kubassa
Teilnahmebeitrag: € 300,00

DO, 16.5.2019, 9.30–12.00 Uhr
Lebenskunst für Fortgeschrittene
Offenes Treffen für Menschen im Älterwerden.
Referentin:
Christa Carina Kokol
Teilnahmebeitrag: € 7,00

FR, 17.5.2019, 15.30 Uhr bis SA, 18.5.2019, 16.00 Uhr **Spezialkurs Die Bibel VI**

Die Evangelien.
Leitung: Mag. Oliver Achilles
Teilnahmebeitrag: € 140,00
inkl. Begleitbuch

SO, 19.5.2019, 10.00–17.00 Uhr **Singen befreit – befreit Singen!**

Wir werden uns mit Atem und Bewegung beschäftigen.
Referentin:
Eva Campbell-Haidl
Teilnahmebeitrag: € 65,00

MO, 20.5.2019, 19.00–21.00 Uhr
Buddhistische Mystiker
Thich Nhat Hanh (geb. 1926)
Lesung mystischer Texte und Übungen der Meditation.
ReferentInnen:
Dr. Bettina Scharfetter, Dr. Anton Grabner-Haider
Teilnahmebeitrag: € 7,00

MI, 22.5.2019, 19.30 Uhr **360° Respekt – unser Navigationssystem in die Zukunft:**

Eine Orientierungshilfe für Kinder, Eltern und PädagogInnen.
Referent: Gerald Koller
Teilnahmebeitrag: € 15,00
Sie können den zwei und mehr-Elternbildungsgutschein einlösen!

DI, 28.5.2019, 6.30–20.00
Kultur ohne Koffer
Sehenswertes rund um den österr.-ungarischen Nationalpark Neusiedlersee – Seewinkel
Referent: Dr. Friedl Melichar
Teilnahmebeitrag: € 48,00