

ZEIT für Bildung

STEIERMARKHOF®

PERSÖNLICHKEIT & LITERATUR | ERNÄHRUNG & GESUNDHEIT | KREATIVES GESTALTEN | KUNST & KULTUR

1. österreichisches Bildungsmagazin mit Seminarprogramm

Ausgabe Nr. 15, 2022/2023



Persönlichkeiten bewegen.



Mag.ª phil. Nicole Salsnig
 Verantwortliche für die Bereiche
 Kreatives Gestalten, Marketing,
 Persönlichkeit und Literatur
 Tel.: 0316 8050-7102
 nicole.salsnig@steiermarkhof.at

FOTO PACHERNEGG



Ing. Johann Baumgartner, MAS
 Bildungsreferent im Steiermarkhof,
 Kurator, Kunstmediator
 Tel.: 0316 8050-7191
 johann.baumgartner@steiermarkhof.at

FOTO PACHERNEGG

Persönliche Weiterentwicklung

Wie wir denken, fühlen und handeln, zeichnet unsere Persönlichkeit aus. Die eigene Persönlichkeit durch lebenslanges Lernen und durch den Kontakt und Austausch mit anderen Menschen zu entwickeln, ist unser Ziel. Das Bewusstsein für nachhaltiges Denken und Handeln zu fördern, ist nicht nur unser Leitsatz, sondern auch gelebte Praxis. Im Bereich „Persönlichkeit und Literatur“ haben wir in dieser Bildungssaison zwei Schwerpunkte gesetzt, die Ihre persönliche Weiterentwicklung unterstützen: zum einen gibt es umfassende Ausbildungen in Präsenz- und Onlineformaten und zum anderen Buchpräsentationen von renommierten Persönlichkeiten. Freuen Sie sich auf informative Inputs rund um's Thema Persönlichkeit und entwickeln Sie sich mit uns ein Stück weiter, denn „Lernen ist wie Rudern gegen den Strom. Hört man damit auf, treibt man zurück.“ (Laotse)

BUCHTIPP

Der Horizont hat Flügel Die Zukunft der Bildung

Wer sich weiterbildet, sucht Orientierung für sein Denken und Handeln. Gebildet zu sein heißt kritische Fragen zu stellen, zu reflektieren und eine eigenständige Meinung und Position zu haben. Durch ständige Weiterbildung wird diese Urteilsfähigkeit in einem sozialen Kontext geschärft und geformt. Es ist uns möglich, Vorgegebenes zu überprüfen, anzunehmen oder abzulehnen und ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben zu führen. Daniel Goeudevert, einer der großen Wirtschaftsbosse Europas sowie später Berater des Generaldirektors der UNESCO, hat ein Buch veröffentlicht, das sich ganz der Frage der Bildung, der rasant wandelnden Berufswelt sowie den dazugehörigen Bildungserfordernissen widmet. Er meint: „Wer sich künftig in der Berufswelt behaupten will, wird also gar nicht umhinkönnen, sich permanent auf dem Laufenden zu halten, sich lebenslang weiterzubilden.“ Nach Goeudevert ist Bildung für die/den Einzelne:n eine Lebensfrage und für die Gemeinschaft eine Überlebensfrage. Der/Die Einzelne braucht sie, um erfolgreich Mensch zu sein. Die Gesellschaft braucht gebildete Menschen, um miteinander menschenwürdig leben zu können.



**Persönlichkeit
 und Literatur**

**Persönlichkeit und
 Literatur**

**Ernährung und
 Gesundheit**

**Kreatives
 Gestalten**

**Kunst und
 Kultur**

Das PERMA-Modell und die fünf Fässer des Glücks

Viele Menschen sind auf der Suche nach dem Glück und zerbrechen sich den Kopf über die Frage: „Wie kann ich glücklich(er) werden?“ Eine allgemeingültige „Anleitung zum Glück“ gibt es nicht. Jeder Mensch ist einzigartig und darum benötigt jedes Individuum auch andere Zutaten, um glücklich zu sein. Es ist ähnlich wie beim Kochen, die einen bevorzugen es eher würzig und scharf, andere mögen es lieber süß oder salzig. In der positiven Psychologie gibt es allerdings wissenschaftlich fundierte Theorien und daraus abgeleitete Strategien, Methoden und Werkzeuge, die viel dazu beitragen können, Wege zu einem glücklich(er)en Leben zu finden. Martin Seligman (einer der Begründer der positiven Psychologie) hat seine Forschungsergebnisse zu einem gelingenden Leben im sogenannten PERMA-Modell zusammengestellt:

PERMA steht für

- P**ositive Emotions (positive Emotionen)
- E**ngagement (Stärken einsetzen)
- R**elationships (Beziehungen)
- M**eaning (Sinn)
- A**chievement (Zielerreichung)

Man stelle sich diese fünf Bereiche als Fässer vor und überlege sich, wie hoch diese jeweils gefüllt sind. Wenn darin noch etwas Platz hat, dann ist es sinnvoll, sich mit dem Thema Glücklichein zu beschäftigen. Für jeden dieser fünf Bereiche, deren Bedeutung in diesem Zusammenhang nachstehend kurz beschrieben wird, gibt es vielfältige Möglichkeiten, die eigenen „Glücksfässer“, z. B. im Rahmen von Workshops oder Online-Seminaren – positiv angeleitet durch entsprechend geschulte „Glückstrainer:innen“ – wieder reichlich aufzufüllen.

Positive Emotions (Positive Emotionen)

Evolutionsbedingt nehmen wir negative Emotionen eher wahr als positive. Für unsere Vorfahren war es notwendig, sich vor wilden Tieren und Räubern zu schützen, dadurch waren negative Gefühle ein guter und oft überlebensnotwendiger

Indikator für Gefahr. In diesen Zeiten war es nicht möglich oder sinnvoll, sich auf den sonnigen Tag oder die schöne Blume am Waldesrand zu konzentrieren, aber heutzutage können und sollen wir uns unbedingt darum bemühen, mehr positive Gefühle in unseren Alltag zu integrieren. Was konkret machst du, um mehr positive Emotionen in dein Leben zu bringen?

Engagement (Stärken einsetzen)

Es gibt Phasen, da ist man in einer Tätigkeit so „im Flow“, dass man Zeit und Raum vergisst. In diesem Zustand setzt man seine Stärken optimal ein und ist weder über- noch unterfordert. Für das Wohlbefinden sind laut der positiven Psychologie fünf Stärken besonders wichtig: Dankbarkeit, Interesse, Hoffnung, Bindungsvermögen und Begeisterung. Wann warst du das letzte Mal im Flow? Welche Stärken setzt du bewusst im Alltag ein?

Relationships (Beziehungen)

Menschen, mit denen man eine Verbindung hat, lösen Gefühle aus. Egal, welche Art der Beziehung man führt (Ehe, Freundschaft, Familie, Arbeitskollegen), das persönliche Glückslevel wird von diesen Menschen maßgeblich beeinflusst. Menschen, mit denen man gute Gespräche führen kann, die einen zum Lachen bringen oder die einem Vertrauen schenken (also Personen, die einem gut tun), verhelfen zu einem Glücksgefühl. Umgekehrt ist es wichtig zu erkennen, welche Beziehungen einem eher schaden, und zu überlegen, welchen Stellenwert diese Beziehungen im Leben haben (oder haben sollten). Bronnie Ware schreibt in ihrem Buch „5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen“, dass viele Menschen rückblickend feststellen, dass sie sich unter anderem zu wenig Zeit für Kontakte mit Freunden und Familie genommen haben und sich nicht erlaubt haben, wirklich glücklich zu sein. Wann hast du das letzte Mal jemandem eine Freude bereitet?





GREGOR EICHINGER



ANITA BÜRGLER

Mag.^a Berit Manninger

zertifizierte Glückstrainerin, Biologin
www.lucky.you.at

DI (FH) Bernhard Binder-Reisinger

Mentaltrainer und
zertifizierter Glückstrainer

Webinar: Anleitung zum Glücklichsein – Glück ist erlernbar!

Meaning (Sinn)

Viele Menschen machen sich auf die Suche nach dem Sinn des Lebens oder forschen nach der eigenen Berufung oder Bestimmung. Wichtig ist zu erkennen, dass nur du selbst deinem Leben Sinn geben kannst, nur du kannst bestimmen, was für dich wirklich wichtig ist, wofür du lebst und was du der Welt hinterlassen möchtest.

Dalai Lama bringt es auf den Punkt:

„Unsere wahre Aufgabe ist es, glücklich zu sein.“
Wo stehst du bei deiner Reise als Sinnsucher:in?

Achievement (Zielerreichung)

Ziele und Sinn gehen oft Hand in Hand, denn mit dem Erreichen von sinnvollen Zielen erhält das Leben Erfüllung. Wer es schafft, seine eigenen Wünsche, Träume und Visionen zu (er-)kennen, kann sich „sinn“-volle, persönliche Ziele setzen und sein Leben danach ausrichten. Zwischendurch benötigt es immer wieder Zeit zur Reflexion: Ist das wirklich mein Ziel? Welches Gefühl löst es aus, wenn ich es erreicht habe? Macht es mich wirklich glücklich?

GLÜCK: Es gibt zwar kein Patent, um glücklich zu werden, aber unsere Lebenszufriedenheit liegt dennoch in unserer Hand!

Mithilfe des PERMA-Modells, das viele spannende Blickwinkel und gute Ansätze für ein gelingendes Leben beinhaltet, können wir mit unzähligen Übungen, Tipps und abwechslungsreichen Werkzeugen in den Bereichen Positive Emotionen, Stärken, Beziehungen, Sinn und Zielerreichung an uns arbeiten. GLÜCK ist also tatsächlich erlernbar!

Ist jede:r ihres oder seines Glückes Schmied? Ja, zu einem erheblichen Teil. Laut der Wissenschaft der positiven Psychologie und Glücksforscherinnen und -forschern wie Martin Seligman oder Sonja Lyubomirsky haben wir unser Glücksempfinden zu etwa 40 % selbst in der Hand und können dieses auch aktiv beeinflussen. Das geschieht durch die aktive Förderung der Ausschüttung von Glücksbotenstoffen wie Dopamin, Serotonin, Noradrenalin und Endorphin. Wie das in der Praxis aussieht, erfahren Sie in unserem Online-Workshop, der gezielt Ihre Lebenszufriedenheit erhöhen wird und Ihnen Anleitungen bietet, um auch mit schwierigen Situationen besser umzugehen. Jede Woche werden wir uns aktiv einem anderen Thema rund um's Glück widmen. Dies geschieht durch die Vorstellung von wissenschaftlichen Erkenntnissen und Theorien sowie vielen praktischen Übungen. Hinzu kommt der äußerst wertvolle Austausch mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern über deren Erlebnisse und Erfahrungen. Zwischen den einzelnen Online-Meetings gibt es tägliche Anleitungen und Aufgaben zum jeweiligen Wochenthema, um das Erlernte zu üben und im Alltag zu integrieren. Sollten Sie an einem der Termine nicht dabei sein können, erhalten Sie eine Aufzeichnung von uns zur Verfügung gestellt.

Zielgruppe

Alle, die nach mehr Lebenszufriedenheit streben und mehr Glücksmomente in ihrem Leben erfahren wollen, sind herzlich willkommen!
Voraussetzung: Internetzugang via PC, Tablet oder Smartphone inkl. Kamera und Mikrofon.

Kosten

€ 165,- (1 ECTS)

Dauer/Teilnehmer:innen

8 Termine zu je 1,5 Unterrichtseinheiten
max. 12 Teilnehmer:innen

Termine **online**

8 Module ab 03. Okt. 2022,
jeweils montags von 17:30 bis 19:00 Uhr



Anmeldung: 0316 8050-1305, zentrale@lfi-steiermark.at, www.steiermarkhof.at

Akkreditierung durch die
Weiterbildungsakademie
Österreich.



WeiterBildungsAkademie Österreich

Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur

Bernhard Binder-Reisinger

Dipl.-Wirtsch.Ing.(FH), Mentaltrainer
und zertifizierter Glückstrainer

Neue Wege, neue Pfade – dem Leben neue Richtung geben

Unsere Lebenszeit ist etwas sehr Kostbares, denn jeden einzelnen Moment gibt es in unserer Biografie nur ein einziges Mal. Mittels welcher Kriterien lässt sich am Ende festmachen, ob es ein Dornröschenschlaf oder ein sinnerfülltes Leben war? Wie sieht ein glücklich gelebtes Leben aus? Was ist das Geheimnis des guten Alterns? Dazu muss man wissen, was einen erfüllt und dementsprechend sein Leben ausrichten. Wenn wir uns Ziele setzen, sind wir im Durchschnitt erfolgreicher, organisierter, fokussierter und handeln aktiver als ohne. Wir warten nicht auf Wunder, sondern tun etwas dafür. Wir werfen nicht so schnell das Handtuch, wenn wir auf Hindernisse oder Schwierigkeiten stoßen, sondern sehen mehr Lösungsmöglichkeiten und Handlungsoptionen. Durch das Setzen von Zielen sind wir glücklicher und motivierter durchzuhalten und stellen nicht immer wieder unser Leben in Frage. Entscheidend ist allerdings, ob wir den richtigen Zielen folgen, denn verfolgen wir nur die Ziele anderer, wird uns das auf Dauer nicht glücklich machen. Gibst du deinem Leben eine neue Richtung, so erlebst du persönliches Wachstum und Glücksmomente. Du gestaltest dir ein Leben, das du liebst!

Inhalt und Ziele

An diesem Wochenende werden wir mit gefühlvollem Tiefgang, gepaart mit sehr viel Humor, Ihre Wünsche und individuellen Visionen erarbeiten und diese in konkrete Ziele überführen. Sie werden herausfinden und immer wieder erspüren, ob Sie noch auf dem für Sie richtigen Weg sind, oder sich Ihre kurz- oder langfristigen Ziele verändert haben. Hierfür nutzen wir Werkzeuge und Methoden aus der positiven Psychologie, dem Mentaltraining, der Glücksforschung und vielem mehr. Am Ende des Workshops werden Sie mit Ihrem individuell erarbeiteten Plan nach Hause gehen und möglicherweise Ihrem Leben eine neue Richtung geben. Indem Sie neue Wege einschlagen, kommen Sie ihrem individuellen Glück womöglich ein großes Stück näher.

Kosten

€ 259,- exkl. Verpflegung und Nächtigung (1 ECTS)

Dauer/Teilnehmer:innen

18 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termin

Fr., 10. Mrz. 2023, 14:00 bis 19:00 Uhr und
Sa., 11. Mrz. 2023, 09:00 bis 18:00 Uhr sowie
So., 12. Mrz. 2023, 09:00 bis 13:00 Uhr

Akkreditierung durch die
Weiterbildungsakademie
Österreich.



WeiterBildungsAkademie Österreich

Mag.^a Marietheres Arvay

ist ausgebildete Kunsthistorikerin, Restauratorin, Tadelakt-Künstlerin, Yogatrainerin (Ausbildung bei Josefine Selander in Schweden und Weiterbildung bei diversen Yogalehrenden), Atemlehrerin und Fastenleiterin, Lehrerin für Yogatherapie im Einzelcoaching („Svastha“/Niessen und Mohan und „therapeutic wisdom“ nach Doug Keller).

Embodiment – mit dem Körper die Seele stärken

Der menschliche Geist lebt in einem Körper. Dieser Körper wiederum ist eingebettet in die Umwelt. Nichts existiert getrennt voneinander. Dass Körper und seelisch-geistige Aspekte eines Menschen untrennbar miteinander verbunden sind, ist schon lange, vor allem in östlichen Traditionen, bekannt. Embodiment ist der moderne Begriff, der genau das ausdrücken möchte: die Wechselbeziehung zwischen dem Körper und der Psyche. Dabei steht das Arbeiten mit dem Körper im Zentrum, um auf die mentale Befindlichkeit einzuwirken. Wie können wir mit einfachen Bewegungen dunkle, drückende Gedanken vertreiben? Werden wir durch kleine Bewegungsabläufe ausgeglichener und können dadurch besser schlafen? Wie können wir uns mit Atemtechniken stärken, um Angst und Unsicherheit zu begegnen? Macht es einen Unterschied für unser Denken und Entscheiden, ob wir aufrecht sitzen und stehen oder gekrümmt? Welche Muskeln müssen wir anspannen, welche loslassen, damit wir mit stressigen Situationen besser umgehen können und wie bemerken wir das alles eigentlich? Die Übungen, die wir anwenden, sind einfach zu erlernen und leicht in den Alltag zu integrieren. Wie bei allem, geht es darum, es zu tun und zu üben, damit Leichtigkeit, Weite und Freiheit auch gefühlt, gelebt, verinnerlicht und ausgestrahlt werden können.

Mitzubringen

Bequeme Kleidung, eine Decke, eine Matte (falls vorhanden), Trinkflasche

Dauer/Teilnehmer:innen

4 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 15

Kosten

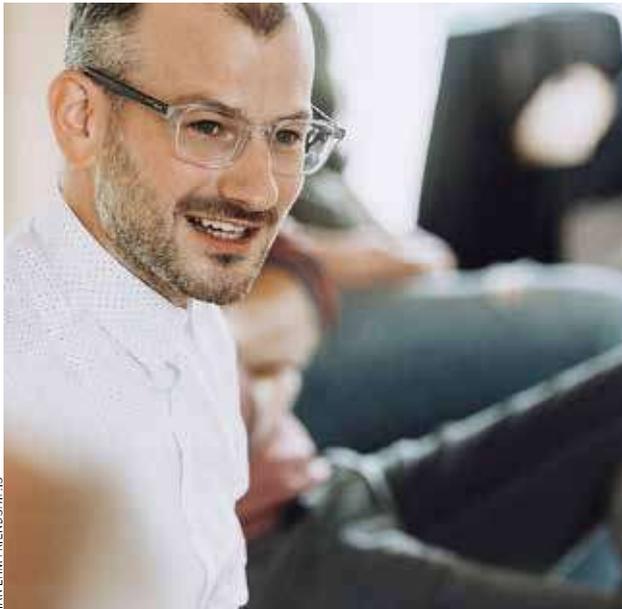
€ 59,-

Termin

Mi., 19. Apr. 2023, 18:00 bis 20:00 Uhr und
Mi., 26. Apr. 2023, 18:00 bis 20:00 Uhr



MARIJA KANJAJ



JAN LEHM, FRENDSHIP/IS

Philipp Oberlohr

(*1983) studierte Theologie und Philosophie (Universität Innsbruck) sowie Mentalismus, Illusionskunst und Körpertheater (International School of Physical Theatre, London, UK). Seit 2010 tourt Oberlohr mit seinen Shows durch Europa, welche die Welten der Zuschauer:innen auf den Kopf stellen. Seine Ideen und Visionen zur #Versuchskultur begleiten ihn stets dabei.

www.philippoberlohr.com

Tabula Rasa Project: www.tr-project.info

Akkreditierung durch die
Weiterbildungsakademie
Österreich.



WeiterBildungsAkademie Österreich

Das*Un*Denkbare*Tun – Impulse für eine #Versuchskultur

Wie entwickeln wir richtig gute Visionen und wie lassen wir diese Wirklichkeit werden? Wie bewahren wir dabei eine spielerische Leichtigkeit? Das*Un*Denkbare*Tun gibt Antworten auf diese Fragen und unterstützt die Teilnehmer:innen darin, ihren Weg zu gehen. Unterschiedliche Methoden – Kreativ-Techniken, strukturierte Gespräche, Spiel und viel gedankliche Bewegung – führen dabei zu einem Ziel: Die Teilnehmer:innen entwickeln ihre persönliche Versuchskultur, mit der sie aus der Box des alten Denkens herauskommen und neue, bisher un*denkbare Lösungen finden. #Versuchskultur ermöglicht einen spielerischen Umgang mit Herausforderungen. Sie ist eine Einstellung der Leichtigkeit, die Schwierigkeiten anerkennt, und uns mit Freude neue Wege finden lässt in den Un*Möglichkeiten dieser Welt.

Zielgruppe

Menschen, die weniger Fehlerkultur und mehr #Versuchskultur wollen.

Mitzubringen

Notizbuch und Schreibwerkzeug

Kosten

€ 103,- (0,5 ECTS)

Dauer/Teilnehmer:innen

7 Unterrichtseinheiten

Teilnehmer:innen: max. 16

Termin

Fr., 10. Feb. 2023, 14:00 bis 21:00 Uhr

Das*Un*Denkbare*Tun – Masterclass

Die Masterclass bringt die Vision des Einführungsworkshops konkret in die Umsetzung. Die Vision wird im Detail geschärft und die nächsten Schritte werden identifiziert. Dabei lernst du die Angst vorm Scheitern in Antrieb zu verwandeln und Niederlagen als die besten Entwicklungsschritte zu erkennen. Du entdeckst, dass Zweifel das Potenzial zur Superpower haben und dich jeden Tag deiner Vision ein Stück näher bringen. Dabei kultivierst du die Offenheit und die Bereitschaft, den Weg beim Gehen zu entdecken. Denn die wahren Blockaden liegen im Kopf. Die Konzepte der Masterclass helfen dir, diese Blockaden bewusst aufzulösen, so oft es nötig ist, bis das Un*Denkbare mit Leichtigkeit getan werden kann.

Zielgruppe

Absolventinnen und Absolventen des Einführungsworkshops Das*Un*Denkbare*Tun – Impulse für eine #Versuchskultur

Mitzubringen

Notizbuch und Schreibwerkzeug

Kosten

€ 103,- (0,5 ECTS)

Dauer/Teilnehmer:innen

7 Unterrichtseinheiten

Teilnehmer:innen: max. 16

Termin

Sa., 11. Feb. 2023, 09:00 bis 16:00 Uhr

Kostenlose Informationsveranstaltung

zu den Workshops Das*Un*Denkbare*Tun am 10. Jänner 2023, 19:00 bis 19:30 Uhr
online über ZOOM



PIXARBY

Ausbildung zum/zur zertifizierten Resilienztrainer:in

Resilienz ist die psychische Widerstandsfähigkeit, die innere Kraft, die es uns ermöglicht, mit den wechselnden Anforderungen des Lebens gelassen umzugehen und Veränderungen als Teil der Weiterentwicklung zu sehen und an ihnen zu wachsen. Doch was macht die eine bei einer Belastung stark und den anderen vulnerabel?

Wir werden in diesem Lehrgang der Frage nachgehen, welche Fähigkeiten und Grundhaltungen zu innerer Balance und Gelassenheit und somit zu mehr Lebensfreude führen und welche wichtige Rolle hierbei die Kommunikation, aber auch das Entdecken der eigenen Potenziale und Talente spielt. Sie lernen die verschiedenen Resilienzfaktoren kennen und Methoden, um diese zur Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit einzusetzen. Weiters erwerben Sie die Fähigkeit, dieses Wissen im Unterricht an andere Personen weiterzugeben.

Zielgruppe

Alle, die ihre eigene Resilienz stärken wollen und dieses Wissen auch als Resilienztrainer:in im Unterricht in Seminaren und Workshops weitergeben möchten.

Teilnehmer:innen

max. 18

Kosten

€ 1.870,- (9 ECTS)

Das Seminar wurde zur
Akkreditierung bei der
wba eingereicht.



WeiterBildungsAkademie Österreich



FEUGLER

Mag.ª Alexandra Kleindienst

Studium der Rechtswissenschaften an der Karl-Franzens-Universität Graz, zertifizierte Resilienztrainerin, Mentaltrainerin, diplomierte Entspannungstrainerin, Diplomausbildung zur Lehrbeauftragten in der Erwachsenenbildung, Aroma- und Kräuterpraktikerin

Modul 1 – Grundlagen der Resilienz

Fr., 17. Mrz. 2023, 13:00 bis 21:00 Uhr

Sa., 18. Mrz. 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 2 – Zusammenhang zwischen Stress und Resilienz

Do., 30. Mrz. 2023, 16:00 bis 20:00 Uhr **online**

Fr., 31. Mrz. 2023, 16:00 bis 20:00 Uhr

Sa., 01. Apr. 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 3 – Kommunikation

Fr., 21. Apr. 2023, 14:00 bis 22:00 Uhr

Sa., 22. Apr. 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 4 – Kreative Lebensplanung

Fr., 12. Mai 2023, 13:00 bis 21:00 Uhr

Sa., 13. Mai 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 5 – Resilienz am Arbeitsplatz

Fr., 16. Jun. 2023, 13:00 bis 21:00 Uhr

Sa., 17. Jun. 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 6 – Methodik und Didaktik im Unterricht

Do., 14. Sep. 2023, 16:00 bis 20:00 Uhr **online**

Fr., 15. Sep. 2023, 16:00 bis 20:00 Uhr

Sa., 16. Sep. 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr

Präsentation der Projektarbeit

Sa., 30. Sep. 2023, 09:00 bis 17:00 Uhr

Abschlussprüfung und Zertifikatsverleihung

Sa., 07. Okt. 2023, 09:00 bis 12:00 Uhr

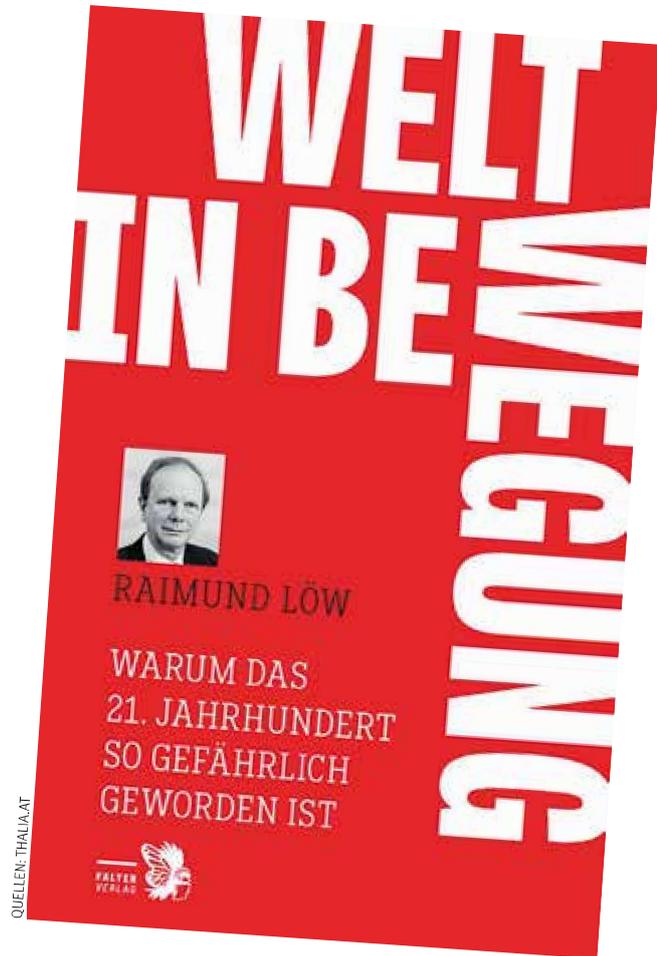
Mit Expertinnen und Experten aus dem Bereich Kommunikation und Stressmanagement als Gastreferentinnen und -referenten in den Modulen 2 und 3.

Welt in Bewegung – warum das 21. Jahrhundert so gefährlich geworden ist

In „Welt in Bewegung“ erzählt Raimund Löw von der krisenhaften Entwicklung der Weltpolitik, die zur bisher gefährlichsten Situation des 21. Jahrhunderts geführt hat. Im Zentrum stehen die aktuellsten Themen: Russlands Konfrontationen mit dem Westen seit den demokratischen Revolutionen 1989, Putins Angriffskrieg auf die Ukraine im Jahr 2022, die Turbulenzen der USA – von Barack Obama über Donald Trump bis hin zu Joe Bidens Weg zum Präsidenten der USA und von der Resilienz Europas gegen zentrifugale Kräfte, der dieser Titel besondere Bedeutung beimisst. Das Buch umfasst auf 224 Seiten exklusive Reportagen von Raimund Löw aus zahlreichen Regionen der Welt, die er laufend für die Wiener Wochenzeitung FALTER verfasst und nun überarbeitet hat. Der Autor war 1989 in Moskau Zeuge der Umwälzungen in der Sowjetunion und hat den Totalitarismus Nordkoreas erlebt. Er konnte im Presseraum des Weißen Hauses in Washington, D. C., am Sitz der Europäischen Kommission in Brüssel und auf dem Platz des Himmlischen Friedens in Peking beobachten, wie die Welt auf ein sich veränderndes 21. Jahrhunderts zutreibt. Mit „Welt in Bewegung“ schafft es Raimund Löw, den Blick auf das große Ganze treffsicher zu vermitteln. Es werden Zusammenhänge hergestellt und hinterfragt, die nachdenklich stimmen.

Termin

Fr., 30. Sep. 2022, 19:30 Uhr



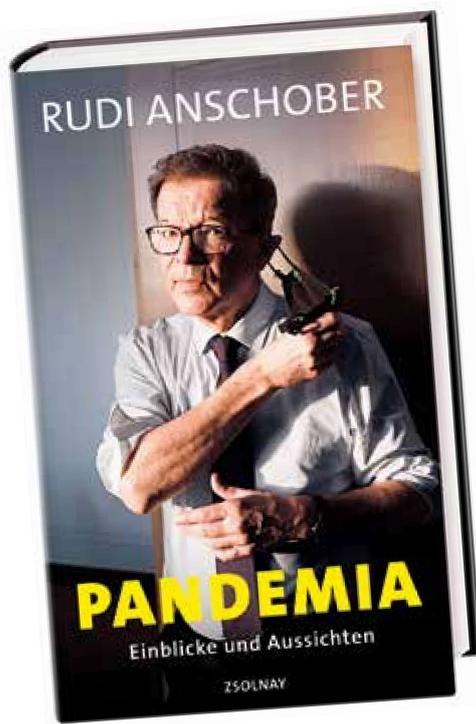
Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten



Kunst und
Kultur



Pandemia – Einblicke und Aussichten

Die erste Innenansicht eines europäischen Gesundheitsministers in der Pandemie: Rudi Anschober schildert die Herausforderungen des Ausnahmezustands unter Corona. Der Ausbruch der Corona-Pandemie steht für den Beginn einer neuen Zeitrechnung. Als frisch angelegter Grüner Gesundheitsminister Österreichs stand Rudi Anschober vor einer der größten Krisen des 21. Jahrhunderts. Für seine Arbeit erntete er begeisterte Zustimmung von der einen, leidenschaftliche Kritik von der anderen Seite. Nun, einige Monate nach seinem aus Gesundheitsgründen erfolgten Rücktritt, schildert Anschober am Beispiel von fünf Personen – einer Intensivmedizinerin, einer Forschungsorganisatorin, einer Long-Covid-Patientin, einer alleinerziehenden Buchhändlerin und eines Ministers – von den beispiellosen Herausforderungen durch die Pandemie. Die Innenansicht eines Ausnahmezustandes.

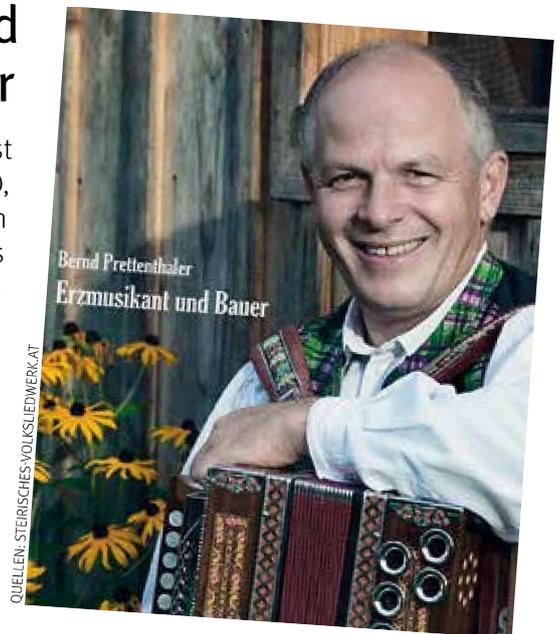
BUCHPRÄSENTATION

Erzmusicant und Bauer

Der bekannte Harmonikaspieler, Moderator, Kolumnist und Bauer Bernd Pretenthaler aus Stiwoll, geboren 1960, hat seine reich bebilderte Biografie veröffentlicht. Darin erzählt er von seinem Leben und Wirken, besonders von den zahlreichen Reisen, die ihn als Musikanten in die ganze Welt geführt haben. Ergänzt werden diese Erzählungen von elf seiner Kompositionen, darunter „Krapfen-Franzé“, „Schafhalter-Marsch“, „Sender-Polka“ und „Gemeinsam durchs Leben – Walzer“ und rund 30 Kolumnen aus dem Bereich der steirischen Volkskultur, die Pretenthaler für die Kleine Zeitung verfasst hat.

Termin

Fr., 02. Dez. 2022, 19:30 Uhr



Mein Journalistenleben zwischen Darth Vader und Jungfrau Maria

Seit zwei Jahrzehnten ist Christian Wehrschütz als Korrespondent am Balkan und in der Ukraine unterwegs, immer nah am Geschehen und mit dem Herzen bei den Menschen. Hier erzählt er, wie seine Beiträge zustande kommen und wie wichtig sein Team ist, das ihn bei schwierigen oder gefährlichen Unternehmungen unterstützt. Fahrer, Sekretärinnen, Kameraleute und Cutter – ohne sie könnte Christian Wehrschütz nicht auf seinem Niveau berichten. Die außergewöhnlichen Einblicke in die oft verwirrenden Situationen in Kriegsgebieten verdanken wir einer besonderen Leistung des Korrespondenten: Er erlernt die jeweilige Landessprache der Länder, aus denen er berichtet. Auf diese Weise kommt er zu Informationen, die anderen verborgen bleiben.

Termin

Mo., 05. Dez. 2022, 19:30 Uhr



Die wba ist eine Anerkennungs- und Zertifizierungseinrichtung für Erwachsenenbildner:innen, die breit anerkannte Abschlüsse vergibt. Das wba-Zertifikat und die wba-Diplome können berufsbegleitend und durch Anerkennung bereits vorhandener Kompetenzen erworben werden. Wer mehr zum Verfahren wissen möchte, kann sich unter www.wba.or.at informieren.

Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur

MIT UNS HAT DER **Wald** ZUKUNFT!



„Unsere Wälder in der Grünen Mark sind nicht nur wahre Klimahelden, sondern vor allem auch ein Ort der Artenvielfalt.“

Franz Titschenbacher
Präsident der Landwirtschaftskammer Steiermark

Teufelskreuz

Der Teufel ruft ...

... und wen er einmal gerufen hat, den holt er sich auch, der Teufel. Das weiß Pater Mano Urian genau, schließlich kennt er sich aus mit den Kräften zwischen Himmel und Hölle. Seit dem Ableben des Dorfpfarrers geht es reichlich komisch zu in Ursprung, einer 69-Seelen-Gemeinde im Dunkelsteinerwald. Dabei sind es nicht nur brennende Stadt und heulende Wölfe, die die wohlgehütete Gleichförmigkeit des niederösterreichischen Landlebens ins Wanken bringen. Manch einer ist überzeugt, dass hier der Teufel höchstpersönlich am Werke ist. Und auch Mano Urian, der neue Pater, hat sein seltsam anderes Verständnis vom Seelenheil seiner Schäfchen. So geht es unaufhaltsam bergab mit Pflicht, Moral und Tradition, während sich an jeder Ecke neue Versuchungen auftun. Mit messerscharfer Ironie spürt Kultkabarettist Joesi Prokopetz menschlichen Abgründen nach und stellt dabei auf herrlich schräge Weise althergebrachte Werte und Traditionen auf den Prüfstand. Ein teuflisch guter Krimi von einem der beliebtesten Kabarettisten Österreichs – pointiert, scharfsinnig und voller schwarzem Humor.

Termin

Fr., 07. Nov. 2023, 19:30 Uhr

TEXT- UND BILDQUELLE: MORAWA.AT



Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur



