

ZEIT in Bildung

STEIERMARKHOF®

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

1. österreichisches Bildungsmagazin mit Seminarprogramm

Ausgabe Nr. 18, 2025/2026



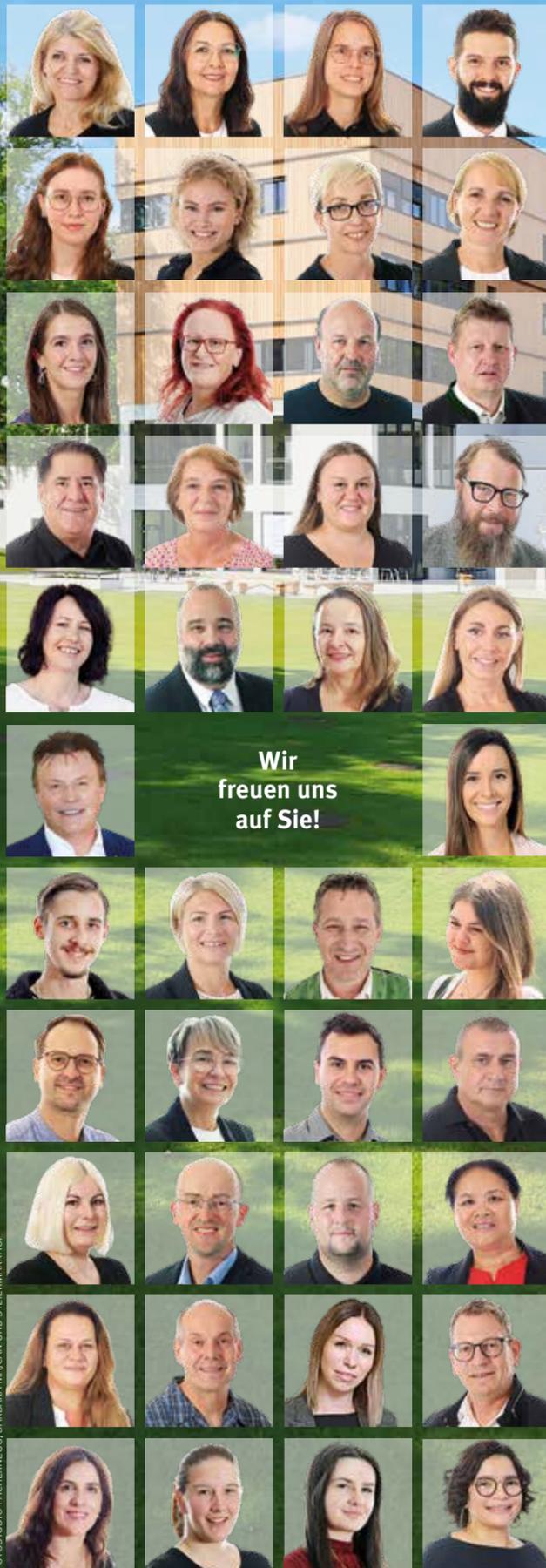
JÜRGEN FLUCHS

- Persönlichkeit in Stärkung
- Ernährung in Veränderung
- Kreativität in Gestaltung
- Kultur in Bewegung

www.steiermarkhof.at

Bildung bewegt.

Steiermarkhof-Team



Wir
freuen uns
auf Sie!



ÖR MMSt. Andreas Steinegger
Präsident der
Landwirtschaftskammer
Steiermark

NADJA FUCHS

Geschätzte Gäste!

Der Steiermarkhof hat sich über die Jahre hinweg als ein bedeutendes Zentrum für Bildung und Begegnung in der Steiermark etabliert. Mit seinem modernen Seminarhotel, das durch seine einzigartige Holzbauweise besticht, bietet der Steiermarkhof nicht nur eine angenehme und beruhigende Atmosphäre, sondern auch ein gesundes Nächtigen auf höchstem Niveau. Unser Bildungsprogramm ist in vier zentrale Themenblöcke gegliedert: Persönlichkeit und Literatur, Ernährung und Gesundheit, Kreatives Gestalten sowie Kunst und Kultur. Diese Bereiche decken ein breites Spektrum an Interessen und Bedürfnissen ab und bieten unseren Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, sich sowohl persönlich als auch beruflich weiterzuentwickeln. Die Referentinnen und Referenten sind Expertinnen und Experten auf ihrem Gebiet und bringen sich mit großem Einsatz in die Seminare ein, um ein tiefgehendes und bereicherndes Lernerlebnis zu gewährleisten. Besonders stolz sind wir auf die enge Zusammenarbeit mit regionalen Produzentinnen und Produzenten, die es uns ermöglicht, in unserer Küche ausschließlich Gerichte aus regionalen Produkten anzubieten. Dies unterstreicht unser Engagement für Nachhaltigkeit und regionale Wertschöpfung und trägt maßgeblich zum Wohlbefinden unserer Gäste bei. Der Steiermarkhof ist mehr als nur ein Ort des Lernens – er ist ein Ort des Austauschs, der Inspiration und der Gemeinschaft. Unsere modernen Seminarräume, die Hofkochschule, das Hofrestaurant und der vielseitige Hofgarten bieten ideale Voraussetzungen für eine erfolgreiche und angenehme Bildungszeit. Ich lade Sie herzlich ein, Teil dieser besonderen Gemeinschaft zu werden und die vielfältigen Möglichkeiten, die der Steiermarkhof bietet, zu entdecken. Ob als Seminar-, Hotelgast oder Besucherin und Besucher einer unserer zahlreichen Veranstaltungen und Ausstellungen – wir freuen uns darauf, Sie bei uns willkommen zu heißen.

Vorwort

Bildung für ein selbstbestimmtes Leben

Mit großer Freude präsentieren wir Ihnen das aktuelle Bildungsmagazin des Steiermarkhofs für das Bildungsjahr 2025/26. Im vergangenen Jahr konnten zahlreiche Vorhaben erfolgreich umgesetzt werden. Auch für die kommende Saison ist ein vielfältiges und ambitioniertes Angebot geplant.



DI Dieter Frei
Leiter



Svetlana Schaffler, MSc.
Geschäftsführerin



Prof. Ing. Johann Baumgartner, MAs
Bildungs- und Kulturreferent

Willkommen im Steiermarkhof!

Kultur. Bildung. Kreativität.

Unser Bildungsangebot, das sich in vier Bereiche gliedert, kann als eine Art „Medizin“ verstanden werden – eine essenzielle Voraussetzung für persönliches Wachstum. Ihre Wirkung entfaltet sich auf vielfältigen Ebenen: Zunächst beeinflusst Bildung die individuelle Entwicklung und trägt entscheidend zur Gestaltung eines erfüllten, reflektierten Lebens bei. Gleichzeitig wirken unsere Bildungsangebote auf gesellschaftlicher Ebene als Motor für sozialen Zusammenhalt und kulturelle Teilhabe.

Demokratische Kompetenz

Im Kontext der Erwachsenenbildung übernimmt der Steiermarkhof eine zentrale Rolle. Er fördert nicht nur lebensbegleitendes Lernen, sondern trägt auch wesentlich zur Entwicklung demokratischer Kompetenzen und zur gesellschaftlichen Integration bei.

Selbstbestimmtes Denken

Ein zentrales Ziel der Bildungsarbeit im Steiermarkhof ist die Erweiterung individueller Handlungsspielräume. Bildung soll Menschen dazu befähigen, selbstbestimmt zu denken, zu handeln und sich kontinuierlich weiterzuentwickeln. Voraussetzung dafür ist ein Bildungssystem, das sowohl soziale Rahmenbedingungen als auch alltagsrelevante, geistige und kulturelle Kompetenzen berücksichtigt. Gerade im Bereich der Erwachsenenbildung gilt es, verstärkt europäische Grundwerte wie Humanismus, Toleranz und Solidarität zu vermitteln. Diese

Werte bilden das Fundament für ein gemeinsames zukunftsfähiges Zusammenleben und sind unverzichtbar für eine offene, demokratische Gesellschaft.

Hotel. Kongress. Bildung

Haben Sie sich schon einmal gefragt, was passiert, wenn sich Bildung, Gastfreundschaft und Vision an einem Ort die Hand geben? Seit unserer feierlichen Neueröffnung am 18. September 2024 ist bei uns kein Stein auf dem anderen geblieben – und das ist gut so. 66 neue Zimmer, die nicht einfach nur modern sind, sondern steirische Regionen erlebbar machen. Ein Hoteltrakt aus Holz, in dem man besser atmet, tiefer schläft und nachhaltiger denkt. Und: unsere 4-Sterne-Klassifizierung, die uns ehrt – und anspornt. „Und was kommt jetzt?“, werden Sie fragen. Unsere Antwort: das Umweltzeichen. Denn wir reden nicht nur über Nachhaltigkeit, wir handeln danach. Die „Grüne Linie“ ist mehr als ein Konzept – sie ist unser Kompass. Am 18. September 2025 feiern wir das gemeinsam mit Ihnen: Wir laden Sie herzlich zu unserem exklusiven Firmenkund:innen-Event ein. Inmitten all dessen bleibt Bildung für uns Herzstück und Haltung. Sie bringt Menschen weiter – und Menschen bringen Häuser zum Leuchten. Und wir? Wir freuen uns auf das, was wir mit Ihnen noch alles gestalten dürfen. Vielleicht bei einem Kaffee? Oder bei Ihrer nächsten Tagung? Lassen Sie uns Zukunft leben.

Steiermarkhof – Bildung bewegt.

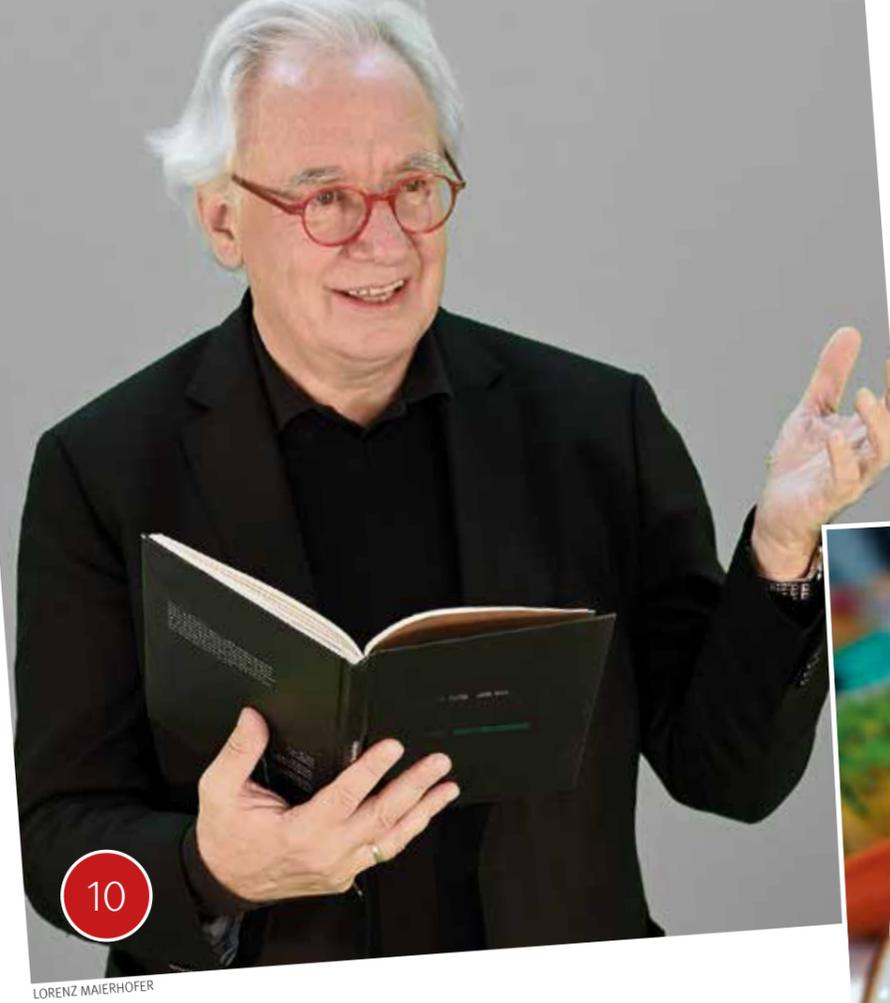
Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur

3



10

LORENZ MAIERHÖFER



49



19

LK ARCHIV



65

WOLFGANG GANGL „PHYTIA“ – 2024

Persönlichkeit und Literatur

10 Lorenz Maierhofer

Buchpräsentation:
„Der Wildbacher“

11 Nicole Stranzl

Buchpräsentation Steiermark-Krimi:
„Waldgeheimnis“

16 Ausbildung zertifizierte:r Resilienztrainer:in

Stressbewältigung und
Widerstandsfähigkeit stärken

17 Ausbildung zertifizierte:r Mentaltrainer:in

Mentales Training mit
Mag.^a Alexandra Kleindienst

Ernährung und Gesundheit

27 Pikante Aufläufe und Gratins

Schicht für Schicht ein Genuss

30 One-Pot-Gerichte – einfach, schnell und voller Geschmack

Wenig Abwasch, viel Genuss

31 Vom ersten Löffelchen bis zum Familientisch

Kochen für Babys und Kinder

33 Saisonal vegan – Kochen im Veganuary

Pflanzliche Vielfalt auf dem Teller

41 LFI Steiermark

Kurse und Lehrgänge

Kreatives Gestalten

53 Zwirnköpfe kunstvoll wickeln

Altes Handwerk neu entdecken

55 Dekorativer floraler Sternenzauber für den Advent

Geschenke für die Weihnachtszeit

56 Dirndlschürze nähen – handgezogen und einzigartig

Tradition neu erleben –
Schritt für Schritt zum Unikat

62 Blumenkranzerl binden

Als Haarschmuck, Armband
oder Dekoration

Kunst und Kultur

67 Serienbrüche – das Werk von Herbert Soltys

Die subversive Revision
postmoderner Ästhetik

69 Isolde und Dieter Bornemann AUFGEESSEN!

70 Künstlerhof-Schau

150 Jahre Rainer Maria Rilke

75 Wolfgang Gangl

European Professional
Photographer of the Year

81 Impressum



Alle Kurse und Seminare
finden Sie hier

Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur



Persönlichkeit und
Literatur

Herzliche Einladung!

„So steirisch kann
der Steiermarkhof“

Gute Stimmung, Livemusik, Flying Buffet,
Networking und Gewinnspiel

Exklusives Firmenkund:innen-Event
18. September 2025, ab 16:00 Uhr

Um eine Anmeldung bis 5. September 2025 wird
gebeten unter office@steiermarkhof.at

„Mehr Steiermark
geht nicht“

Aperitif und Livemusik,
kulinarische Highlights

Muttertagsbrunch
10. Mai 2026, ab 10:00 Uhr

Um Anmeldung wird gebeten unter
office@steiermarkhof.at



Ernährung und
Gesundheit



Kreatives
Gestalten



Kunst und
Kultur



NEU

STEIERMARKHOF®
HOTEL • KONGRESS • BILDUNG

→ **Österreichisches Umweltzeichen**
Das unabhängige Gütesiegel
für Umwelt und Qualität
→ **Auszeichnung 4 Sterne**
Noch mehr Qualität für unser Hotel

Bildungsauftakt
Mi., 22. Okt. 2025, 18:00 Uhr

Moderation: Prof. Ing. Johann Baumgartner, MAS
Fachreferent des Steiermarkhofs



Mag. Dr. Petra H. Steiner

Studium der Psychologie, Philosophie, Pädagogik und Germanistik für das Lehramt, Absolventin des Universitätslehrgangs Bildungsmanagement, pädagogische Mitarbeiterin der Weiterbildungsakademie Österreich, Trainerin und Programmplanung in der Erwachsenenbildung, externe Lektorin für Erwachsenenbildung an Fachhochschulen und Universitäten

WBA

Bildungsauftakt zum Thema
„Verhaltenskodex KI-Modelle“ im Steiermarkhof
in Kooperation mit der Weiterbildungsakademie Österreich (wba)

Gestaltungsräume für professionelle Erwachsenenbildung

KI fordert uns heraus. Erwachsenenbildner:innen wollen die Anforderung an schnelles, effizientes Handeln mit ganzheitlicher, nachhaltiger Bildungsarbeit verbinden. Welche Erwachsenenpädagogik bietet hier Orientierung? Was leistet das Qualifikationsmodell der wba und gibt es Richtlinien und Anforderungen im Umgang mit KI? Dieser Abend bietet fachliche Impulse und öffnet einen Diskussionsraum für die gemeinsame Gestaltung professioneller Erwachsenenbildung.

Programm:

- Vorstellung Bildungsmagazin „Zeit in Bildung“
- Das wba-Zertifikat – ein erwachsenenpädagogisch orientiertes Professionsmodell für Erwachsenenbildner:innen
- Gestaltungsräume professioneller Erwachsenenbildung Verhaltenskodex im Umgang mit KI (AI-Act der EU)
- Open Space: Fragen und Diskussion



Kofinanziert von der Europäischen Union

wba | Weiterbildungsakademie Österreich
Universitätsstraße 5/1, 1010 Wien
Tel: +43/(0)1/524 2000
info@wba.or.at
wba.or.at



Kompetenz braucht Anerkennung

... Persönlichkeit in Stärkung

Die Art und Weise wie wir denken, fühlen und handeln, prägt unsere Persönlichkeit maßgeblich. Im Themenfeld „Persönlichkeit und Literatur“ setzen wir zwei zentrale Schwerpunkte, die auf die Förderung Ihrer individuellen Weiterentwicklung ausgerichtet sind: Zum einen bieten wir fundierte Aus- und Weiterbildungsformate an. Zum anderen präsentieren wir aktuelle Buchveröffentlichungen namhafter Persönlichkeiten, die neue Impulse und Perspektiven eröffnen. Freuen Sie sich auf fundierte Beiträge rund um das Thema Persönlichkeitsentwicklung und begleiten Sie uns auf einem gemeinsamen Weg des persönlichen und fachlichen Wachstums.

Persönlichkeit und Literatur



Mag. phil. Nicole Pötz

Verantwortliche für die Bereiche Kreatives Gestalten, Marketing, Persönlichkeit und Literatur
Tel.: 0316 8050-7102
nicole.poetz@steiermarkhof.at

FOTO PACHERNEGG



Prof. Ing. Johann Baumgartner, MAS

Bildungsreferent im Steiermarkhof, Persönlichkeit und Literatur
Tel.: 0316 8050-7191
johann.baumgartner@steiermarkhof.at

FOTO PACHERNEGG

JÜRGEN FUCHS





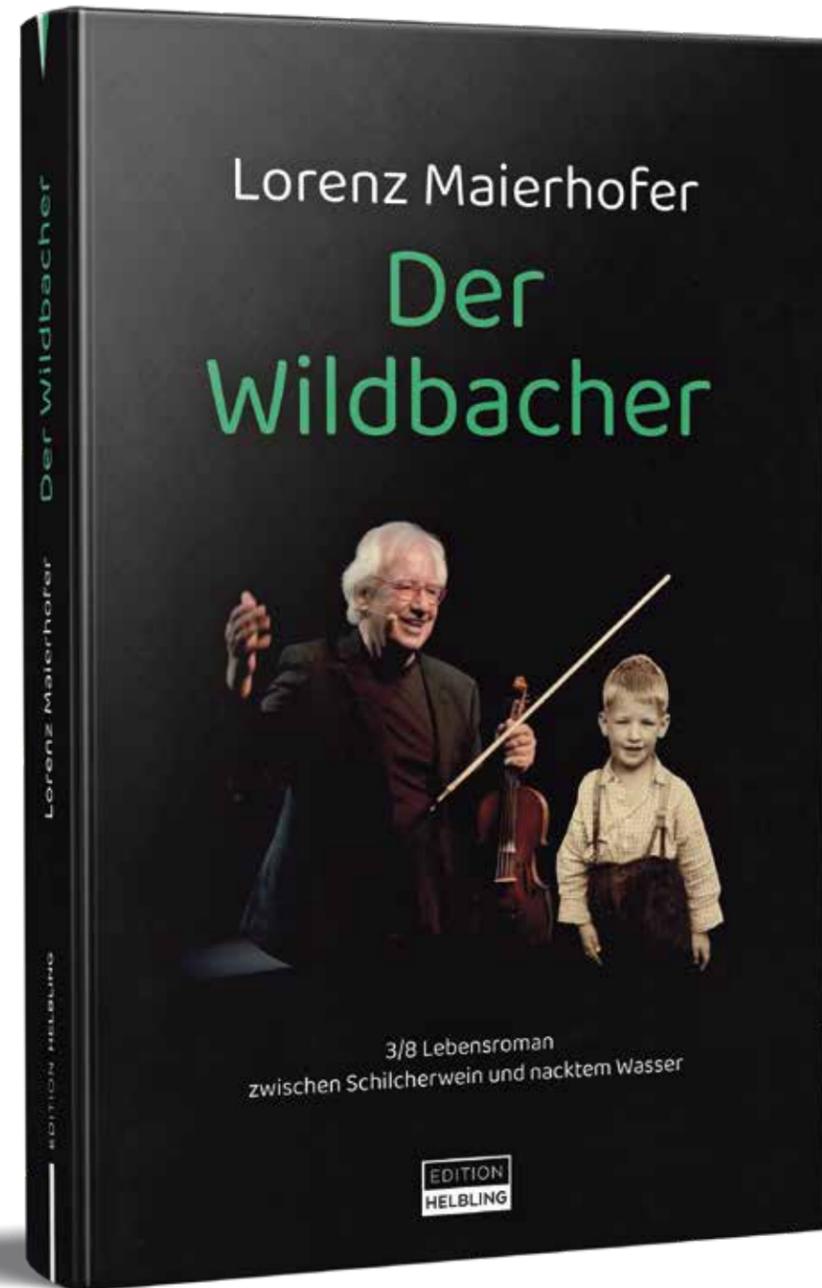
Prof. Lorenz Maierhofer

Buchpräsentation

Do., 2. Okt. 2025, 19:00 Uhr

Der Wildbacher

3/8 Lebensroman zwischen Schilcherwein und nacktem Wasser von und mit dem bekannten Komponisten und Autor Lorenz Maierhofer.



Lorenz Maierhofers feinsinnig komponierter Lebensroman führt in das Wildbachtal seiner Geburt. Hier erblickte er das Licht der Weststeiermark, wo die Blutanalyse der Menschen ein Zweitaktgemisch aus Schilcherwein und Kürbiskernöl ergab, wo die Nachkriegszeit noch manch geheime Schatten versteckt hielten und nacktbadende Hippies die Enge in den Köpfen sprengten. Geboren als zweites von neun Bauernkindern waren seine Kindheit und Jugend ärmlich und doch reich an außergewöhnlichen Begegnungen, Erfahrungen und Lebensphilosophien. Das junge Leben des später international erfolgreichen Komponisten und Autors Lorenz Maierhofer ist ein besonderes Stück Literatur. Als Zeitdokument kann Der Wildbacher Menschen von heute erstaunen und faszinieren. Eine berührende Liebeserklärung an die Natur und Menschlichkeit. Durch Lorenz Maierhofers jahrzehntelange Bühnenerfahrung wird die Lesung zum literarisch-musikalischen Erlebnis: Er liest, erzählt, singt und performt, und auch das Publikum wird interaktiv eingebunden.



Nicole Stranzl

Buchpräsentation

Do., 19. Feb. 2026, 19:00 Uhr

Waldgeheimnis

Steiermark-Krimi – die Autorin Nicole Stranzl hat eine Vorliebe für Tabuthemen und leitet ihre Figuren in psychische Abgründe.

Tristan Wittmann, ein junger, erfolgreicher IT-Unternehmer, wird mit seinem eigenen Golfschläger getötet. Die LKA-Ermittler Alina Fink und Alexander Thaler suchen den Mörder, doch bald überschlagen sich die Ereignisse: Nikolas Novak, ein psychopathischer Serienkiller, bricht aus der Justizanstalt Graz-Karlau aus und versetzt die Bevölkerung in Angst und Aufruhr. Vor seiner Verhaftung tötete Novak fünf Frauen auf brutale Art und Weise und schnitt Tattoos aus deren Haut. Daraus gestaltete er ein Kunstwerk. Nun plant er ein neues. Vor zwei Jahren brachte Alina den Serienkiller hinter Gitter. Wird er an ihr Rache nehmen? Wo hält er sich versteckt und wie ist ihm die Flucht gelungen? Was hat es mit der mysteriösen „Hannah“ auf sich, mit der Novak seit Monaten in Briefkontakt stand? Und in welcher Verbindung steht der Killer mit dem toten Unternehmer? Ein Wettlauf mit der Zeit beginnt. Gelingt es den Ermittlern, die beiden Fälle zu lösen, ehe weitere Menschen ihr Leben verlieren?

Nicole Stranzl

wurde am 13. Juli 1994 in Graz geboren und studierte Journalismus und PR an der FH Joanneum in Graz. Einige Jahre arbeitete sie im Kundenservice einer Pflegeagentur und moderierte parallel bei einem Webradio. Seit April 2021 ist sie als Regionalredakteurin bei der Tageszeitung „Kleine Zeitung“ angestellt. Ihren ersten Thriller veröffentlichte sie mit 19 Jahren, seither sind bereits zehn Bücher von ihr erschienen. Die Autorin hat eine Vorliebe für Tabuthemen und die psychischen Abgründe ihrer Figuren. 2023 erhielt sie beim Fine Crime Festival in Graz den Newcomer Award. Zuvor schrieb Stranzl preisgekrönte Kurzgeschichten.



Persönlichkeit und Literatur

Ernährung und Gesundheit

Kreatives Gestalten

Kunst und Kultur



Bernd Kögler

Buchpräsentation

Do., 4. Sep., 2025, 17:00 Uhr

Lehre. Lernen. Leben.

In einer Welt des rasanten Wandels steht die Lehrlingsausbildung vor beispiellosen Herausforderungen.

Demografischer Wandel, Digitalisierung und eine neue Generation mit veränderten Werten prägen die Arbeitswelt von morgen. Bernd Kögler, erfahrener Ausbildungsleiter und leidenschaftlicher Mentor, verbindet in diesem Buch persönliche Erfahrungen mit fundierten Konzepten für eine zukunftsorientierte Ausbildung. Anhand der Geschichte von Marie und ihrer Familie zeigt er den Weg von der ersten Berufsentscheidung über die Lehrzeit bis zum erfolgreichen Abschluss – mit allen Höhen und Tiefen. Das Werk bietet konkrete Lösungsansätze für Ausbildungsbetriebe, wertvolle Einblicke für Eltern und Lehrlinge sowie innovative Ideen zur Kompetenzentwicklung. Dabei stehen vier zentrale Bereiche im Fokus: fachliche, soziale, methodische und digitale Fähigkeiten als Schlüssel zum nachhaltigen Erfolg. „Lehre.Lernen.Leben.“ ist mehr als ein Fachbuch – es ist ein Plädoyer für eine wertschätzende, strukturierte und zukunftsorientierte Lehrlingsausbildung, die nicht nur wirtschaftlich sinnvoll ist, sondern vor allen für alle Beteiligten bereichernd.



Facharbeiter:innen- und Meister:innenausbildung – Basis einer erfolgreichen Betriebsführung in der Land- und Forstwirtschaft

Eine fundierte Berufsausbildung ist das Fundament einer nachhaltig erfolgreichen Betriebsführung. In den 15 land- und forstwirtschaftlichen Berufen kann auf unterschiedlichen Wegen die Qualifikation auf Facharbeiter:innen- und Meister:innenebene erworben werden. Der Steiermarkhof bietet zahlreiche Vorbereitungslehrgänge für die Facharbeiter:innenprüfung im zweiten Bildungsweg sowie die Meister:innenprüfung in einem der land- und forstwirtschaftlichen Berufe an. Für die Zulassung zur Ausbildung und die Abnahme der Prüfungen ist die Lehrlings- und Fachausbildungsstelle der Landwirtschaftskammer zuständig.



Information, Termine und Anmeldung

Lehrlings- und Fachausbildungsstelle Steiermark
Tel.: 0316 8050-1322
E-Mail: lfa@lk-stmk.at
www.lehrlingsstelle.at



Buchpräsentation

Ganzheitliche Bildungsprozesse und soziale Kompetenz als Grundlage für eine gelungene Lebensbildung

Charakterformung zur Menschlichkeit

Bildung stellt für das Individuum eine existenzielle Notwendigkeit und für die Gesellschaft eine strukturelle Überlebensfrage dar. Individuen benötigen Bildung, um ihre Persönlichkeit, Sozialität und Reflexivität entfalten zu können. Gesellschaften wiederum sind auf gebildete Mitglieder angewiesen, um demokratische, soziale und kulturelle Ordnungen aufrechtzuerhalten und weiterzuentwickeln.

Bildung ereignet sich in relationalen Erfahrungszusammenhängen

Eine fundierte Auseinandersetzung mit dem Bildungsbegriff führt zwangsläufig zur Thematisierung von Begleitung. Bildung und Begleitung sind keine statischen Zustände, sondern dynamische, interaktive und prozesshafte Geschehen, die in sozialen Kontexten eingebettet sind. Bildung ereignet sich in relationalen Erfahrungszusammenhängen – in der Auseinandersetzung des Subjekts mit sich selbst, mit anderen und mit der Welt. Insofern ist Bildung stets mit Formung und Gestaltung verbunden – im Sinne einer Selbst- und Weltverhältnisklärung. Der Bildungsbegriff trägt im Deutschen bereits die Konnotation des „Bildes“ und „Vorbildes“ in sich, was auf die normative Dimension von Bildung verweist: Es geht nicht nur um die Aneignung von Wissen und Fähigkeiten, sondern um die Entwicklung von Urteils-kraft, Verantwortung und moralischer Integrität. Bildung umfasst damit kognitive, soziale und ethische Dimensionen und zielt auf die Befähigung zu einem verantwortungsbewussten und autonomen Leben in gesellschaftlicher Verbundenheit.

Was dem Kind in den ersten Lebensjahren passiert, schlägt unweigerlich auf die ganze Gesellschaft zurück

Charakterformung fungiert in diesem Zusammenhang als intentionaler Teil des Bildungsprozesses. Sie ist auf die Förderung personaler und sozialer Kompetenzen ausgerichtet und beginnt idealerweise bereits im familialen Kontext, der als primärer Sozialisationsraum zentrale Weichenstellungen vornimmt. Die

elterliche Präsenz und das pädagogische Engagement stellen hierbei essenzielle Faktoren für eine gelingende Begleitung dar. In diesem Sinne mahnt Alice Miller zurecht: „Was dem Kind in den ersten Lebensjahren passiert, schlägt unweigerlich auf die ganze Gesellschaft zurück.“ Frühkindliche Erfahrungen sind prägend für spätere Bildungsbiografien und beeinflussen die gesellschaftliche Kohäsion nachhaltig.

Bildungsprozesse müssen Fähigkeiten fördern

Im Kontext formaler Bildungseinrichtungen muss soziale und personale Kompetenz daher als tragende Säule eines umfassenden Bildungsverständnisses etabliert werden. Abschlüsse, Zertifikate und Noten bilden lediglich formale Nachweise – sie garantieren jedoch nicht per se Bildung im ganzheitlichen Sinne. Bildungsprozesse müssen auch die Fähigkeit fördern, in soziale Beziehungsgeflechte einzutreten, kulturelle Kontexte zu verstehen und gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen. Ein auf Ganzheitlichkeit ausgerichtetes Bildungsideal widersetzt sich damit reduktionistischen Tendenzen eines rein kognitiv-instrumentellen Bildungsbegriffs. Statt dem Irrglauben zu erliegen, dass Wissen allein ausreicht, bedarf es einer Charakterformung zur Menschlichkeit – in der Verbindung von fachlichem Können, moralischer Urteilsfähigkeit und sozialer Handlungsfähigkeit.



ADOBE STOCK



Mag.^a Alexandra Kleindienst

Studium der Rechtswissenschaften, zertifizierte und betriebliche Resilienztrainerin, Diplom-Mentaltrainerin, Diplom-Entspannungstrainerin, Diplomausbildung zur Lehrbeauftragten in der Erwachsenenbildung und langjährige Trainerin in diesem Bereich

Die positive Wirkung von Farben

Farben haben in der Menschheitsgeschichte immer schon eine wichtige Rolle gespielt, in den alten Kulturen Ägyptens, Griechenlands, Chinas und Tibets herrschte ein tiefes Wissen über die Bedeutung der Farben für den Menschen. Der Psychiater Carl Gustav Jung hat Farben als die Muttersprache des Unbewussten beschrieben.

Farben beeinflussen unsere Wahrnehmung und Kommunikation, sie können Emotionen hervorrufen, Stimmungen erzeugen und Botschaften vermitteln.

„Farbe ist eine Kraft, die die Seele direkt beeinflusst.“

Wassily Kandinsky

Durch die verschiedenen Schwingungen wirken sie durch das Betrachten auf das limbische System und lösen auf körperlicher Ebene Gefühle aus. Wir werden in diesem Seminar der Frage nachgehen, wie Farben unser Verhalten steuern, welche Botschaften Farben aussenden können und wie man die Wirkung der Farben für das eigene Wohlbefinden sinnvoll nutzen kann.

Dauer/Teilnehmer:innen

16 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Kosten

€ 260,- inkl. Skriptum

Termin

Fr., 6. Mrz. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr und
Sa., 7. Mrz. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr

Mag.^a Marietheres Arvay

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

€ 79,-

Termin

Mi., 21. Jan. 2026,
18:00 bis 20:00 Uhr und
Mi., 4. Feb. 2026,
18:00 bis 20:00 Uhr



MARIKANTZAI

Wie Resilienz helfen kann, versteckte Talente und Potenziale zu entdecken

Der Weg zu mehr Gelassenheit und innerer Stärke durch Resilienztraining und Mentaltraining

Gerade in der heutigen schnelllebigen Zeit ist es besonders wichtig, die psychische Widerstandsfähigkeit zu stärken und mehr Gelassenheit ins Leben zu bringen – Resilienztraining und Mentaltraining können hierbei hilfreich sein.

Im Lehrgang zum/zur zertifizierten Resilienztrainer:in lernt man diese Resilienzfaktoren kennen und erfährt, wie man sie bestmöglich zur Förderung der inneren Stärke nutzen kann. Auch das Entdecken der eigenen Talente und Potenziale ist ein wichtiges Thema dieses Lehrgangs.

Doch was bedeutet Resilienz und was ist Mentaltraining?

Resilienz ist die psychische Widerstandsfähigkeit, die es uns ermöglicht, gelassen mit den wechselnden Anforderungen des Lebens umzugehen. Um dies zu erreichen, beschäftigt man sich im Resilienztraining mit dem Aneignen von neuen Fähigkeiten und dem Verändern von Verhaltensweisen.

Ein Leben lang lernen

Resilienz ist ein dynamischer Prozess, das Anpassungsverhalten bezüglich Stressoren ist veränderbar und entwickelt sich über ein ganzes Leben hinweg. Lebenslang kann man lernen, in herausfordernden Situationen auf bestimmte Fähigkeiten und Verhaltensweisen zurückzugreifen, diese Fähigkeiten werden auch Schutz- oder Resilienzfaktoren genannt.

Lebensfreude und Wohlbefinden

Im Lehrgang zum/zur zertifizierten Mentaltrainer:in lernt man die Techniken des mentalen Trainings kennen, die das Selbstbewusstsein, die Selbstwahrnehmung und die Lebensfreude fördern und so entscheidend zu unserem Wohlbefinden beitragen können.



PIXABAY

Kraft der Imagination

Das mentale Training kann ebenfalls hilfreich sein, um mehr Gelassenheit und Glücksgefühle in das eigene Leben zu bringen.

Mentales Training ist eine geistige Form des Trainings und arbeitet mit der Kraft der Imagination. Die Vorstellungskraft ist die elementarste Kraft, die wir Menschen besitzen. Im mentalen Training lernen wir, diese Kraft gezielt einzusetzen. So können wir uns selbst und unser Leben zum Positiven hin verändern.

„Das Leben ist wie ein Fahrrad. Um das Gleichgewicht zu halten musst du in Bewegung bleiben.“

Albert Einstein



PIXABAY



Lehrgangsleitung:
Mag.ª Alexandra Kleindienst

Studium der Rechtswissenschaften, zertifizierte und betriebliche Resilienztrainerin, Diplom-Mentaltrainerin, Diplom-Entspannungstrainerin, Diplombildung zur Lehrbeauftragten in der Erwachsenenbildung und langjährige Trainerin in diesem Bereich



Gastreferent:
Mag. Johannes Gosch

Sportwissenschaftler, Mentalcoach im Nachwuchs- und Spitzensport, Trainer in der Erwachsenenbildung, Yogalehrer und Entspannungskoach, Buchautor

Ausbildung zum/zur zertifizierten Resilienztrainer:in

Resilienz ist die Fähigkeit, Stress und herausfordernde Situationen im Leben besser zu bewältigen und sie als Chance zur Weiterentwicklung zu nutzen. Doch wie kann man diese Fähigkeit der inneren Stärke erlangen? 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 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. 14

Kosten

€ 2.195,- (8,5 ECTS)

Modul 1 – Grundlagen der Resilienz

Fr., 16. Jan. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr
Sa., 17. Jan. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 2 – Achtsamkeit und Resilienz

Fr., 6. Feb. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr
Sa., 7. Feb. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 3 – Kreative Lebensplanung

Fr., 27. Feb. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr
Sa., 28. Feb. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 4 – Resilienz am Arbeitsplatz

Fr., 27. Mrz. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr
Sa., 28. Mrz. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr

Modul 5 – Stress und Resilienz

Fr., 8. Mai 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr
Sa., 9. Mai 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr (Johannes Gosch)

Modul 6 – Methodik und Didaktik im Unterricht

Fr., 12. Jun. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr
Sa., 13. Jun. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr

Präsentation der Projektarbeit

Fr., 26. Jun. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr

Abschlussprüfung und Zertifikatsverleihung

Sa., 27. Jun. 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr

Kostenloser Impulsvortrag und Infoabend

Di., 18. Nov. 2025, 18:00 bis 20:00 Uhr



Lehrgangsleitung:
Mag.ª Alexandra Kleindienst

Studium der Rechtswissenschaften, zertifizierte Resilienztrainerin, betriebliche Resilienztrainerin, Diplom-Mentaltrainerin, Diplom-Entspannungstrainerin, Diplombildung zur Lehrbeauftragten in der Erwachsenenbildung und langjährige Trainerin in diesem Bereich
KLEINDIENST, PIXABAY

Ausbildung zum/zur zertifizierten Mentaltrainer:in

„Egal, ob du glaubst, dass du etwas kannst oder nicht kannst, du hast Recht.“ (Henry Ford)

Dieses Zitat von Henry Ford beschreibt, welche enorme Kraft unsere Gedanken haben, denn was wir denken, beeinflusst unser Tun. Mentales Training beschreibt eine Vielzahl von Maßnahmen mit dem Ziel, einschränkende Denkmuster zu identifizieren und sie in erfolgreiche Strategien umzuwandeln. Die Techniken des mentalen Trainings fördern das Selbstbewusstsein, die Selbstwahrnehmung und die Lebensfreude und tragen so entscheidend zu unserem Wohlbefinden bei. Sie lernen in dieser Ausbildung die Methoden des mentalen Trainings kennen und wie diese in den verschiedenen Lebensbereichen eingesetzt werden können, um zur Steigerung der mentalen Stärke beizutragen und welche wichtige Rolle die Gedanken für unser Wohlbefinden spielen.

Zielgruppe

Alle, die mentale Trainingstechniken zur Steigerung der Leistungsfähigkeit und der Stressresistenz einsetzen wollen und dieses Wissen auch in Seminaren und Workshops weitergeben möchten.

Teilnehmer:innen

max. 14

Kosten

€ 2.195,- (8,5 ECTS)

Das Seminar wurde von der wba akkreditiert.

WeiterBildungsAkademie Österreich



Alle Module finden jeweils freitags von 13:00 bis 21:00 Uhr und samstags von 09:00 bis 17:00 Uhr statt.

Modul 1 – Grundlagen des mentalen Trainings

19. bis 20. Jun. 2026

- Grundlagen des mentalen Trainings
- Ziele und Wirkungen des mentalen Trainings
- Techniken des mentalen Trainings
- Anker
- Resonanzgesetz, Gesetz der Polarität
- Achtsamkeitsübungen

Modul 2 – Die Kraft der Gedanken

28. bis 29. Aug. 2026

- Die Macht der Gedanken und Gefühle
- Wie Gedanken entstehen – Erkennen von Denkmustern
- Visualisierungstechniken
- Wünsche und Visionen

Modul 3 – Wege zum Glück

18. bis 19. Sep. 2026

- Wege zum Glück – Flow
- Glücksforschung
- Selbstfürsorge
- Positive Emotionen erzeugen

Modul 4 – Werte und Ziele

2. bis 3. Okt. 2026

- Zielarbeit – Ziele definieren
- Werte und Überzeugungen
- Selbstvertrauen und Selbstwert steigern
- Gruppendynamik – Umgang mit anderen

Modul 5 – Entspannung und Kommunikation

6. bis 7. Nov. 2026

- Was bedeutet Stress? Eustress und Distress
- Wirkungsmechanismen der Entspannung
- Phantasiereisen
- Die Wirkung von Farben
- Natur als Kraftquelle
- Entspannung in der Kommunikation

Modul 6 – Pädagogische Grundlagen

27. bis 28. Nov. 2026

- Seminarplanung
- Präsentationstechniken
- Richtiger Einsatz von Medien
- Rechtliche Grundlagen

Abschlusspräsentationen

Fr., 11. Dez. 2026, 13:00 bis 21:00 Uhr

Mündliche Abschlussprüfung und Zertifikatsverleihung

Sa., 12. Dez. 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr

Kostenloser Impulsvortrag und Infoabend

Mi., 11. Mrz. 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr



Persönlichkeit und Literatur

Ernährung und Gesundheit

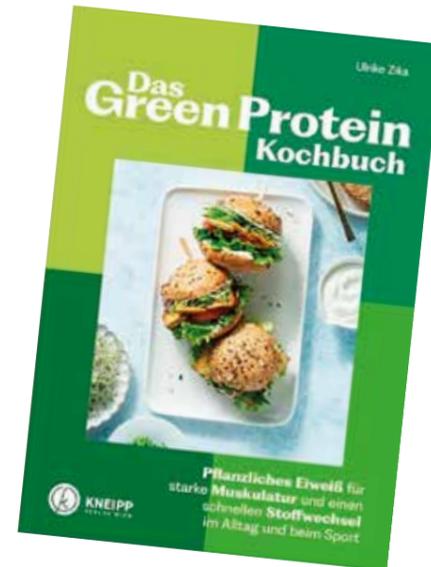
Kreatives Gestalten

Kunst und Kultur

Das Green Protein Kochbuch

Pflanzliches Eiweiß für starke Muskulatur und einen schnellen Stoffwechsel im Alltag und beim Sport.

Mythen wie „Ohne Fleisch kann man doch gar nicht genug Eiweiß aufnehmen“ oder „Muskeln lassen sich nur mit Proteinshakes aufbauen“ halten sich hartnäckig. Das Green Protein Kochbuch räumt mit diesen und anderen gängigen Vorurteilen auf und informiert in leicht verständlicher Sprache über alles, was man über pflanzliches Protein wissen sollte. Ja, zu wenig Eiweiß ist schlecht für den Körper – Haarausfall, Muskelschwund, schlechtes Immunsystem usw. Aber nein, es braucht keine tierischen Lebensmittel oder Proteinshakes, um den Körper optimal mit Proteinen zu versorgen, egal ob im Alltag, als Sportler:in oder als heranwachsende Person. In über 50 Rezepten zeigt uns die Autorin die besten Quellen für pflanzliches Protein und wie wir die Lebensmittel optimal kombinieren können, um unseren Bedarf ohne Ersatzprodukte und Pülverchen natürlich zu decken. Durch kleine grüne Punkte, die den Proteingehalt der Rezepte kennzeichnen, erhält man immer den Überblick über die Zufuhr.



„Pflanzliches Protein statt Eiweißshake“

Ulrike Zirka
Das Green Protein Kochbuch
Erschienen am 14.10.2024, Kneipp Verlag Wien, 127 Seiten



Elisabeth Pucher-Lanz
Diätologin, Kräuterpädagogin, Darmgesundheitstrainerin,
Verantwortliche für den Bereich Ernährung und Gesundheit
Tel.: 0316 8050-1420
elisabeth.pucher-lanz@lk-stmk.at

BARBARA MAJCAN

Ernährung in Veränderung

Unser Gesundheitssystem steht vor großen Herausforderungen. Umso wichtiger ist es, Verantwortung für das eigene Wohlbefinden zu übernehmen. Selbstfürsorge bedeutet, die eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen – nicht aus Egoismus, sondern aus Achtsamkeit. Wer sich selbst achtsam wahrnimmt, schafft die Basis für ganzheitliche Gesundheit. Mit dem KochSchulprogramm möchte ich Sie inspirieren, stärken und begleiten – auf dem Weg zu mehr Balance, Lebensfreude und einem bewussten Umgang mit Ernährung und Gesundheit.

Ernährung und
Gesundheit

Ernährung für die Psyche: Das Kochbuch

Kann man psychische Erkrankungen mit der richtigen Ernährung behandeln?

Ja, das zeigen die beiden Autor:innen in diesem Buch. Der Darm beeinflusst unser Gehirn, und funktioniert er nicht richtig, können Stress, Schlafstörungen, Vergesslichkeit, Unruhe oder Erschöpfung entstehen. Das kann sogar zur Entwicklung psychischer Erkrankungen wie zum Beispiel Panikattacken, Depressionen und Zwängen führen. Eine Ernährung mit vielen wichtigen Vitalstoffen wie Antioxidantien, Omega-3 aus Gemüse, Hülsenfrüchten, Fisch, Nüssen und Vollkornprodukten trägt zu einer normalen Darm- und somit Gehirnfunktion bei. Das führt zu einer besseren Stressbewältigung und Schlafqualität, mehr Energie und Wohlbefinden. Die 60 ausgewogenen und alltagstauglichen Rezeptideen in diesem Buch, die speziell auf psychische Erkrankungen zugeschnitten sind, stärken Ihre mentale Gesundheit und Ihr Immunsystem und sorgen so für mehr Entspannung und weniger seelische Belastung im Alltag!



„Richtig Essen für die Seele“

Dr.ⁱⁿ med. Sabrina Mörtl, Attila Várnagy
Ernährung für die Psyche: Das Kochbuch
Erschienen am 12. Dez. 2023, Verlag Riva, 256 Seiten



Cookinare: kochen und backen @home

Ein Cookinar ist ein online durchgeführter Kochkurs. Gemeinsam mit unseren Profis aus Der frische KochSchule können Sie unter fachkundiger Anleitung ganz bequem zu Hause in Ihrem gewohnten Umfeld mitkochen und mitbacken. Es ist jederzeit möglich, Fragen zu stellen. Alles, was Sie brauchen, sind ca. zwei Stunden Zeit, ein paar Zutaten und Gäste oder Familie zum Verkosten.



Lernen durch Tun! Zuhause und doch mitten in einem Kochkurs. Wir freuen uns auf Sie!

Einloggen, mitmachen und genießen! Nach der Anmeldung werden zeitnahe zum Seminartermin die Zutatenliste sowie alle notwendigen Informationen zur Vorbereitung und der Link zur Teilnahme zugesendet.

Herbstliche Blitzgerichte – in 30 Minuten auf dem Tisch
Do., 16. Okt. 2025, 18:00 bis 20:00 Uhr
Referentin: Petra Wippel

Steirisches Superfood – die Käferbohne im Rampenlicht
Do., 6. Nov. 2025, 18:00 bis 20:00 Uhr
Referentin: Petra Wippel

Weihnachtsmenü – festlicher Genuss aus heimischen Produkten
Fr., 12. Dez. 2025, 18:00 bis 20:00 Uhr
Referentin: Christina Grammelhofer

Spezialbrote – Vollkorn und eiweißreiche Brote
Do., 29. Jän. 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr
Referentin: Ing.ⁱⁿ Eva Maria Lipp

Schnelle Backideen – Kuchen und Mehlspeisen für spontane Gäste
Do., 26. Mrz. 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr
Referentin: Petra Wippel



Sommerliche Blitzgerichte in 30 Minuten auf dem Tisch – schnell und preiswert selber kochen
Do., 21. Mai 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr
Referentin: Petra Wippel

Sommerparty – herzhaftes Gebäck und köstliche Begleiter
Di., 30. Jun. 2026, 18:00 bis 20:00 Uhr
Referentin: Christina Thir

Technische Voraussetzungen:
Breitbandinternetzugang
PC, Notebook, Handy oder Tablet
Lautsprecher und Mikrofon (z.B. Headset)

Kosten
€ 30,-



www.gscheitessen.at

- fundiertes Lebensmittelwissen
- Frische KochSchule Seminartermine
- Bestellservice für Rezeptbroschüren und Materialien für den Unterricht



- Freude mit heimischen Lebensmitteln
- Spaß am Selberkochen
- Genuss beim Essen

regional | saisonal | kreativ | informativ

Die frische KochSchule der Landwirtschaftskammer bietet Ihnen die Möglichkeit, das Kochen von Grund auf zu erlernen oder Ihre Kochkenntnisse zu vertiefen. Unter fachkundiger Anleitung werden gemeinsam einfache schnelle Gerichte sowie exklusive Gaumenfreuden frisch zubereitet. Unser Kochschulteam verrät Ihnen praktische Kochtipps und vermittelt Freude an der Zubereitung. Gekocht wird mit frischen Produkten aus der Region zur jeweiligen Saison. Somit wird das Kochen im Alltag leichter, interessanter und kreativer. Neben der richtigen Handhabung und schonenden Zubereitung der Lebensmittel erfahren Sie Wissenswertes über die Produktion und Qualitätsmerkmale heimischer Produkte. Der Einkauf und die Lagerung, die richtige Getränkeauswahl, kreatives Anrichten und Dekorieren sind ebenso Inhalte der Seminare. G'sundes Essen, gemeinsam gekocht und verkostet, schafft besonderen Genuss.

Das Angebot der Kochschule

- Grundkochkurse für verschiedene Zielgruppen, in denen Basiswissen vermittelt wird
- Kulinarik-Kochschule zu ausgewählten Themen sowohl für traditionelles, gesundes, saisonales als auch für festliches Kochen und Backen
- Eventkochen/Teamkochen: Kochen für und mit geschlossenen Gruppen (Firmen und Privatpersonen)
- kochen@home – Cookinare

Mit dem saisonalen Angebot der steirischen Landwirtschaft ist der Tisch das ganze Jahr über abwechslungsreich gedeckt. Ihr Kochschulteam freut sich auf gemeinsame kulinarische Erlebnisse.



Übernachten Sie bei uns – als Seminarteilnehmer:in erhalten Sie **15% Rabatt**

Doris Wartbichler
Seminarbäuerin, Brotsommelière

Petra Wippel
Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin

Grundkochschule – Schritt für Schritt zur abwechslungsreichen Alltagsküche

In fünf Seminaren zu je vier Stunden lernen Sie die wichtigsten Kochtechniken und Garmachungsmethoden kennen. Gemeinsam zubereitet werden Vorspeisen und kalte Gerichte, Suppen und Suppeneinlagen, Fleischgerichte, vegetarische und vollwertige Speisen, süße und pikante Bäckereien und Desserts. Weiters gibt es Informationen zu den Grundregeln schmackhafter Speisen- und Beilagenkombinationen sowie Anregungen zur Tischgestaltung. Sie werden sehen: Selbst zu kochen und so Neues zu entdecken, zahlt sich aus. Sie können sich selbst und Ihre Lieben mit köstlichem, abwechslungsreichem Essen verwöhnen und beeindrucken.

Kosten
€ 285,- inkl. Lebensmittelkosten, Getränke und Unterlagen

Dauer/Teilnehmer:innen
20 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termine
Fr., 9., 16., 23., 30. Jän. und Fr., 6. Feb. 2026
jeweils von 17:00 bis 21:00 Uhr

Petra Wippel
Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: ADOBE STOCK

Kochwerkstatt für Jugendliche und Studierende – schnelle, preiswerte und vollwertige Gerichte

Immer etwas in Eile und mit wenig Geld ausgestattet und trotzdem sollte was Flottes auf den Tisch? Wir zeigen dir, wie du mit wenig Aufwand und einfachen Zutaten aus der Region piffige Gerichte zaubern kannst. Das zweiteilige Seminar zeigt dir die Basics rund ums Kochen, Tipps und Tricks zum richtigen Einkauf und zur Zubereitung einfacher, schneller und preiswerter Gerichte. Entdecke die kreative Seite des Kochens und erlebe mit Gleichgesinnten in ungezwungener Atmosphäre genussvolle Alternativen zu Dosen- und Fertiggerichten.

Zielgruppe
Jugendliche, Studierende, Lehrlinge und alle, die bald von zu Hause ausziehen.

Kosten
€ 87,- pro Termin inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Dauer/Teilnehmer:innen
8 Unterrichtseinheiten, Teilnehmer:innen: max. 10

Termin 1: Mo., 12., 19. Jän. 2026, 16:00 bis 20:00 Uhr

Termin 2: Di., 14. und Mi., 15. Jul. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Doris Wartbichler
Seminarbäuerin, Brotsommelière

Petra Wippel
Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin

Man(n) kocht – ein Kochkurs für Männer

Kochen wie Jamie Oliver oder Johann Lafer – männliche Küchenchefs treffen das kulinarische Herz mehr denn je. Wie Sie sich selbst oder Ihre Liebsten mit raffinierten, köstlichen und dennoch schnell zubereiteten Gerichten mit Lebensmitteln aus der Region und zur Saison verwöhnen können, zeigen wir in unserem exklusiven Männerkochkurs. Auch ohne Vorkenntnisse werden Sie lernen, selbstständig ein mehrgängiges Menü zu kochen, das garantiert für Bewunderung sorgen wird. Ob Hobbykoch oder Anfänger, dieser Kurs macht jedem Spaß und bringt jedem etwas!

Kosten
€ 175,- inkl. Lebensmittelkosten, Getränke und Unterlagen

Dauer/Teilnehmer
12 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer: max. 10

Termine
Fr., 17., 24., 31. Okt. 2025
jeweils von 17:00 bis 21:00 Uhr



Weihnachtsbäckerei – himmlisch köstlich

Der Duft von Weihnachtskekse versüßt uns die Adventzeit. Sie bekochen und verwöhnen Ihre Lieben und Gäste gerne? Besuchen Sie unser Seminar, dann überraschen Sie heuer mit neuen, kreativen und traditionellen Bäckereien und Ideen.

Im Seminar werden verschiedenste Arten von Kleinbäckereien zubereitet, die Sie mit nach Hause nehmen können.

Mitzubringen
Keksdosen

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termine
Fr., 14. Nov. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr, **Doris Wartbichler**
Fr., 21. Nov. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr, **Carina Malli**
Sa., 22. Nov. 2025, 09:00 bis 13:00 Uhr, **Elfi Wöls**
Fr., 5. Dez. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr, **Doris Wartbichler**

Elfi Wöls
Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: EVA MARIA LIPP

Lebkuchenvariationen – Vorboten des Weihnachtsfestes

Gestalten Sie Ihr Weihnachtsfest aktiv mit und erleben Sie die Weihnachtsvorfreude von ihrer schönsten kulinarischen Seite. Backen Sie dazu mit uns Lebkuchen in verschiedensten Ausführungen. Gestalten Sie Ihr Lebkuchenhaus, Ihren persönlichen Christbaumschmuck oder Lebkuchen zum Vernaschen. In diesem Seminar zeigen wir Ihnen Lebkuchen in verschiedenen Geschmacksvariationen und Gestalten. Dazu gibt es viele Tipps und Tricks zum Glasieren, Verzieren und Füllen. Der Duft und der Formenreichtum der Lebkuchen werden nicht nur Kinderaugen zum Leuchten bringen.

Mitzubringen
Keksdosen

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Di., 2. Dez. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr

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

Ing.ⁱⁿ Barbara Zenz
Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: BARBARA ZENZ

Adventbrunch – Tipps und Tricks für ein entspanntes Brunchen

Über eine Einladung zum Brunch freuen sich Verwandte, Freunde und Nachbarn gleichermaßen. In geselliger Runde Essen, Reden und Genießen bereitet Freude und lässt uns Kraft tanken. Damit auch Sie als Gastgeber:in Zeit und Muße für die Gäste haben, sollten Sie Ihren Adventbrunch gut planen. Wir werden gemeinsam eine große Auswahl an kalten und warmen, süßen und herzhaften weihnachtlichen Speisen zubereiten. Eine essbare adventliche Tischdekoration und ein kleines weihnachtliches „Give-away“ für Ihre Gäste runden das Programm ab. Viele Tipps und Tricks warten auf Sie.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten, Getränke und Unterlagen

Termin
Fr., 28. Nov. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr

Katharina Harden
Produktentwicklerin bei Artemis GmbH, begeisterte Köchin
BILD: VOLUMETHINGS_STOCK.ADOBE.COM

Weihnachtsmenü zum Verlieben: vegetarische/vegane Festtagsküche

Entdecken Sie den Geschmack der Feiertage neu! Dieser festliche Kochworkshop lädt Sie ein, die traditionellen Aromen der Weihnachtszeit neu und pflanzenbasiert zu interpretieren. Sie erwartet die gemeinsame Zubereitung eines mehrgängigen Menüs: von appetitanregenden Vorspeisen über herzhaft Hauptgerichte bis hin zu verlockenden Desserts – gan(s)z ohne! Tipps zur Planung, Organisation und Präsentation eines stimmungsvollen Weihnachtsessens runden das Programm ab. Ebenso erfahren Sie, wie Sie traditionelle Rezepte vegan interpretieren können. Lassen Sie sich inspirieren und gestalten Sie ein Weihnachtsfest, das sowohl für Vegetarier als auch für Fleischliebhaber unvergesslich wird.

Kosten
€ 69,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Mi., 10. Dez. 2025, 16:00 bis 21:00 Uhr



Petra Wippel
Seminarbäuerin,
Kräuterpädagogin
BILD: SEWCREAMSTUDIO/STOCK.ADOBE.COM



Das perfekte Weihnachtsmenü – stressfrei genießen

Sie möchten Ihre Familie mit einem festlichen Menü verwöhnen, aber nicht den ganzen Abend alleine in der Küche verbringen? Wir nehmen Ihnen die Planung ab. In diesem Kochseminar kochen wir gemeinsam ein exquisites Dinner und geben Ihnen viele Tipps, wie Sie vorab alles gut vorbereiten können, um dann auch entspannt den Feiertag mit Ihren Lieben zu genießen. Von der Vorspeise bis zum Dessert – Sie werden heuer zu Weihnachten stressfrei und gut organisiert Ihr perfektes Festtagsmenü zaubern.

Kosten
€ 69,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin
Di., 9. Dez. 2025, 16:00 bis 21:00 Uhr

Christina Grammelhofer
Seminarbäuerin, Brotsommelière, Biobäuerin
mit Schwerpunkt Direktvermarktung
BILD: EVA MARIA LIPP

Fermentieren von Gemüse – natürliches Probiotikum selbst gemacht

Fermentieren ist eine alte und bewährte Methode, um Gemüse und Kräuter zu konservieren.

Vitamine, Mineralstoffe und Enzyme bleiben erhalten. Fermentiertes Gemüse ist auch ein probiotisches Lebensmittel.

Bei der Fermentation entstehen Milchsäurebakterien, deren Verzehr unsere Darmflora verbessert. Diese traditionelle Konservierungsmethode ist kostengünstig, nachhaltig und liegt voll im Trend. In diesem Workshop werden nach einer kurzen theoretischen Übersicht Gemüse und Kräuter fermentiert. Die selbst gemachten Kostproben können mit nach Hause genommen werden.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin 1
Mo., 15. Sep. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr
Termin 2
Mo., 29. Sep. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr



Ing.ⁱⁿ Barbara Zenz
Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
FOTO FISCHER

Kunterbunte Krapfenvielfalt

Kulinarisch kann man sich ganz wunderbar von einem Event zum nächsten backen, und zwar durch's ganze Jahr. Kaum ist die Weihnachtsbäckerei verzehrt, kann man sich schon überlegen, wie der Faschingskrapfen am besten gelingt. Aber natürlich sind Kugelkrapfen nicht das einzige typische Krapfengebäck. Je nach Region gibt es unterschiedliche traditionelle Gebäcke, in der Steiermark z. B. Strauben, Schneeballen, Schlosserbuben, Polsterzipfel und Rosenkrapfen. In diesem Seminar möchten wir Ihnen diese Vielfalt an Ausgebackenem zeigen.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin
Sa., 24. Jan. 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr



Petra Wippel
Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: HAIDER

Eingekocht – Sommergenüsse im Glas für den Winter

Wer sich an kalten Wintertagen den Geschmack des Sommers nach Hause holen möchte, ist in diesem Kurs genau richtig. Während sich zur Erntezeit Obst- und Gemüseberge zu Hause türmen, sehnt man sich in der kalten Jahreszeit oftmals nach dem Gang in den hauseigenen Garten. Deshalb wollen wir mit Ihnen gemeinsam den Sommer im Glas festhalten. Fruchtiges und Pikantes wie Marmeladen, Kompotte, Chutneys, Essiggemüse, Sugas und Pestos stehen dabei auf dem Programm. Kreative Kompositionen und hilfreiche Tipps und Tricks für ein sicheres Gelingen warten ebenso auf Sie wie genügend Spielraum für eigene kulinarische Experimente. Los geht's – ab ins Glas!

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin
Do., 9. Okt. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr



Carina Malli
Seminarbäuerin
BILD: MAREN WINTER/STOCK.ADOBE.COM

Steirisch „WOKen“ – schnelle Gerichte aus dem Wok

Machen Sie es wie die Asiat:innen: Kochen Sie mit Wok! Aus frischen Zutaten mit aromatischen Kräutern und Gewürzen lassen sich knackig-bunte Mahlzeiten zubereiten. Erlernen Sie die Grundtechniken des Pfannerrührens, die Schnitttechnik und passende Kombinationsmöglichkeiten von Gemüse mit Fleisch oder Fisch. Minutenschnell werden Gerichte ganz nach Ihren Wünschen frisch kreiert.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin 1
Sa., 11. Okt. 2025, 09:00 bis 13:00 Uhr
Termin 2
Fr., 12. Jun. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Alexandra Rothschild
Diplom-Kräuterfachfrau und Heilkräuterpädagogin
BILD: ALEXANDRA ROTHSCHÄDL

Energieküche nach Hildegard von Bingen

Wie häufig kommt es vor, dass wir den falschen Treibstoff in unsere Autos tanken? Wohl eher selten. Wieso achten wir nicht auch in gleicher Weise auf unseren Körper und geben ihm das, was er braucht, um richtig zu funktionieren? Die Lehren nach Hildegard von Bingen zeigen auf, welche Lebensmittel (= Mittel zum Leben) uns dabei unterstützen, ein aus dem Gleichgewicht geratenes System wieder in Balance zu bringen und es mit neuer Energie zu füllen. Im Rahmen dieses Workshops befassen wir uns mit traditionellem Heilwissen nach Hildegard von Bingen, in genussvoller Weise neu interpretiert. Im Fokus stehen herbstliche Rezepte und Zutaten wie Dinkel, Kastanie, Kürbis und Apfel, kombiniert mit den für Hildegard von Bingen typischen Gewürzen.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin
Di., 21. Okt. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr



Elfi Wöls
Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: BARBARA MAJCAN

Schnelle und leichte Küche im Alltag

Wir alle wünschen uns eine Ernährung, die fit statt fett, lustig statt launisch und aktiv statt müde macht. Was dafür fehlt, ist meist die Zeit, um sich ein Menü zu zaubern, das diesen Vorstellungen gerecht wird. Dass das allerdings nicht so sein muss und man sich genauso gut schnell ein leichtes Gericht ganz frisch zubereiten kann, erfahren Sie in diesem Kurs.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin
Di., 14. Okt. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr



Christina Grammelhofer
Seminarbäuerin, Brotsommelière, Biobäuerin
mit Schwerpunkt Direktvermarktung
BILD: GRAMMELHOFER

Hausgemachte Nudeln – Vielfalt aus Ei und Gries

Nudeln – kaum noch aus unserem Speiseplan wegzudenken und bei vielen sehr beliebt. Nudeln selbst herzustellen ist keine Hexerei. In diesem Kochworkshop werden verschiedene Nudelteige hergestellt. Gemeinsam werden vielfältige Variationen und Formen, von einfachen Tagliatelle über Ravioli bis hin zu Tortellini handgefertigt. Auch „Krendeln“, die traditionelle Technik zur Herstellung der Kärntner Nudel, wird geübt. Die Zubereitung passender Beilagen und Soßen runden das Programm ab. Abschließend werden die süßen und pikanten Kreationen gemeinsam verkostet.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen
Termin 1
Mo., 20. Okt. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr
Termin 2
Mo., 9. Feb. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Mag.^a Anita Winkler

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin,
dipl. Ernährungstrainerin, Natur- und Landschaftsführerin
BILD: ADOBE STOCK

Low-Carb-Speisen – schnell und geschmackvoll

Die Low-Carb-Ernährung basiert auf der einfachen Idee, Kohlenhydrate, insbesondere einfache Kohlenhydrate, zu vermeiden. Das führt zu einer Stabilisierung des Blutzuckerspiegels und langfristig auch zu einem Verlust von Körperfett. Aber wie kann man diese Ernährungsweise auch auf Dauer in der eigenen Küche umsetzen? Die wichtigsten Grundsätze der Low-Carb-Ernährung, einfache und schnelle Rezepte und viele Ideen für den Ersatz von kohlenhydratreichen Lieblingsspeisen sind Thema dieses Kochkurses.



Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 6. Nov. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr

Sabine Bichler

Seminarbäuerin, dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin,
dipl. Fachberaterin für Darmgesundheit
BILD: CANVA

Darm fit – Kochen rund ums gute Bauchgefühl

Unser Darm mit seinen Darmbewohnern, dem Mikrobiom, ist ein komplexes System und bildet das Zentrum für Gesundheit. Es beeinflusst Immunsystem, vielfältige Gehirnfunktionen und mentale Gesundheit. Entdecken Sie im Kochseminar einfache, köstliche Gerichte mit einer Fülle an Nährstoffen, Ballaststoffen und probiotischen Bakterien – alles für ein gutes Bauchgefühl. Lernen Sie regionale und saisonale Lebensmittel kreativ zu integrieren und ihre natürlichen Vorteile zu nutzen.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin 1

Sa., 25. Okt. 2025, 09:00 bis 13:00 Uhr

Termin 2

Sa., 9. Mai 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr

Ing.ⁱⁿ Barbara Zenz

Seminarbäuerin, Meisterin der
ländlichen Hauswirtschaft
BILD: ANNA ZENZ

Wildgerichte – g'sund und g'schmackig

Wildfleisch ist eine willkommene Abwechslung und wird gerne bei Festessen serviert. Mit köstlichen Kombinationen wie Wildfleisch mit Kürbis, Äpfeln, Kastanien und Preiselbeeren, je nach Jahreszeit, werden Sie künftig Ihre Gäste überraschen.

Inhalt

- Informationen über das heimische Wild
- gesundheitlicher Wert von Wildfleisch, die richtige Zubereitung und Tipps für den Einkauf
- Zubereitung von Wildgerichten wie Vorspeisen, Suppen, Hauptspeisen, Salaten sowie harmonisch darauf abgestimmten Beilagen
- „Wilde“ Tischdekoration aus dem Wald

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Fr., 7. Nov. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr

Ing.ⁱⁿ Barbara Zenz

Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: HEIDEGGER

Fingerfood – kleine Köstlichkeiten für jeden Anlass

Diese mundgerechten Kleinigkeiten sind oft nicht nur als Gruß aus der Küche gedacht, sondern werden sehr gerne als nette, schmackhafte Häppchen zu einem Glas Bier oder Wein gereicht. Als Gastgeber:in für Familienfeste, für Bekannte und Freundinnen und Freunde oder für ein Treffen mit Geschäftspartner:innen unterstreichen Sie mit dieser Art der exklusiven, aber nicht aufdringlichen Gastfreundschaft in Zukunft die Wertschätzung des Besuches der Gäste. Als Gastgeber:in haben Sie mit dem Eintreffen der Gäste die Vorbereitungen bereits abgeschlossen und können somit gemeinsam den Anlass in Ruhe genießen. Gegessen werden diese Köstlichkeiten von der Hand in den Mund – ganz unkompliziert und gesellig.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 8. Jan. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Mag.^a Anita Winkler

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin,
dipl. Ernährungstrainerin, Natur- und Landschaftsführerin
BILD: PIXABAY

Hülsenfrüchte – die gesunden Sattmacher

Bohnen, Erbsen und Linsen sind wertvolle Quellen für pflanzliches Eiweiß und Mineralstoffe. In diesem Kochseminar wollen wir beweisen, dass Hülsenfrüchte vielseitig einsetzbar sind. Neben vielen Informationen über den gesundheitlichen Wert wird auch auf die Verwendung von blähungshemmenden Küchenkräutern eingegangen.

Inhalt

- Kennenlernen verschiedener Hülsenfrüchte und Anwendungsmöglichkeiten von Sprossen bis zur Süßspeise
- Küchen- und Wildkräuter zur Verdauungsanregung
- Zubereitung eines Vier-Gänge-Menüs

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 13. Jan. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Margarethe Auer

Seminarbäuerin, Direktvermarktung für Brot und Gebäck, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: ADOBE STOCK

Pikante Aufläufe und Gratins

Schicht für Schicht ein Genuss. Aufläufe und Gratins sind praktisch, einfach vorzubereiten und schnell gemacht. Dabei kann man so kreativ sein wie bei kaum einem anderen Gericht. Je nach Gusto können verschiedenste Zutaten kombiniert und mit würzigem oder leichtem Käse überbacken werden. Ob mit ausgewählten frischen Zutaten oder als einfache Resteverwertung von Fleisch, Gemüse, Obst oder Nudeln – Aufläufe und Gratins überzeugen durch ihre Vielfalt. Lassen auch Sie sich im Seminar von diesen schnellen und geschmacklich variationsreichen Speisen überzeugen.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 20. Jan. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Ing.ⁱⁿ Barbara Zenz

Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: AMA

Strudelvariationen – süß und pikant

Strudel – ein Klassiker, der jedoch ein gewisses Maß an Fingerspitzengefühl erfordert. Wer aber einmal die richtige Technik gefunden hat, wird mit einer Vielfalt an Köstlichkeiten belohnt. Ob süß oder pikant – Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Inhalt

- Strudelteige zubereiten, ausrollen und ausziehen
- köstliche Füllungen mit Gemüse, Spinat, Fleisch, Erdäpfeln, Topfen, Früchten etc.
- Strudel backen, kochen, anrichten
- warme und kalte Soßen zu den Strudeln

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 15. Jan. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Christina Grammelhofer

Seminarbäuerin, Brotsommelière, Biobäuerin
mit Schwerpunkt Direktvermarktung
BILD: LEXPIX

Knödelvariationen – kugelrunder Genuss

Duftig, deftig, luftig und locker leicht, traditionell bis kultig, süß oder pikant – so vielfältig können Knödel sein. Neben traditionellen Knödelklassikern lohnt es sich, sich auch auf innovative runde Gaumenerlebnisse einzulassen. Lernen Sie so das Knödelparadies Österreich in allen möglichen Formen, Hüllen, Füllen und Varianten kennen. Ob traditionell oder modern, Knödel bringen Sie in Form.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin 1

Mi., 28. Jan. 2026 17:00 bis 21:00 Uhr

Termin 2

Mi., 29. Apr. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: PETRA WIPPEL

Kreative Ideen für's steirische Buffet – Snacks, Häppchen und Co.

Ob Geburtstagsparty, sommerliches Gartenfest oder Hauseinweihung – bei Feiern mit vielen Gästen ist ein Buffet ideal und unkompliziert.

In diesem Seminar zeigen wir Ihnen Möglichkeiten, aus regionalen Köstlichkeiten ansprechende Speisenkreationen zuzubereiten und Buffettische dekorativ zu gestalten.

Wir liefern praktische Tipps zur Vorbereitung, Präsentation, entsprechenden Mengen und vielem mehr.

Nach dem Seminar werden Sie Ihre Gäste mit Terrinen, Aufstrichen, traditionellen Gerichten, vegan-vegetarischen Alternativen und optisch und geschmacklich ansprechenden Desserts aus heimischen Produkten überraschen. Auch das Legen dekorativer Platten ist Thema des Kurses.

Kosten

€ 69,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Sa., 7. Feb. 2026, 09:00 bis 14:00 Uhr

Doris Wartbichler

Seminarbäuerin, Brotsensommelière
BILD: EVA-MARIA LIPP

Milchprodukte hausgemacht

Sie wollten immer schon einmal Milchprodukte selber herstellen? Wenn Sie Lust haben, in Zukunft selbstgemachte Produkte wie Joghurt, Butter, Frischkäse, Labtopfen u.v.m.

zu genießen, sind Sie hier genau richtig. Unter professioneller Anleitung lernen Sie Rohmilch sowie pasteurisierte Milch Schritt für Schritt zu unterschiedlichen Milchspezialitäten zu verarbeiten.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 10. Feb. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: ADOBE STOCK

Essen zum Verführen – für prickelnde Stunden zu zweit

Schon lange Zeit versucht der Mensch, der Liebe mit betörenden Zutaten auf die Sprünge zu helfen. Vielen Pflanzen, Früchten und Kräutern sagt man schon jahrhundertlang eine aphrodisierende Wirkung nach. In diesem Kochseminar lernen Sie verschiedenste Lebensmittel kennen, die sich durch ihre Inhaltsstoffe positiv auf das Zwischenmenschliche auswirken. Gemeinsam werden Speisen kombiniert, zubereitet und genossen. Begeistern Sie sich für die erotische Komponente des Kochens. Sie werden es lieben!

Kosten

€ 69,- für Einzelpersonen

€ 125,- pro Paar

Termin

Fr., 13., Feb. 2026, 16:00 bis 21:00 Uhr

Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: AMA

Polenta, Sterz und Schmarren – Traditionelles aus Getreide

Polenta, Buchweizen, Weizen und Dinkel stehen im Mittelpunkt des Geschehens. Die Fastenzeit bietet die Gelegenheit, sich an einfache, bekannte und doch nicht mehr alltägliche Speisen zu wagen. Ergänzt mit Obst und Gemüse der Saison, haben diese typisch traditionellen Gerichte wieder einen Platz auf den Speisekarten der modernen Küche gefunden.

Inhalt

→ Wissenswertes zum „Sterzland Steiermark“

→ Infos zu „alten und neuen“ Getreidearten und ihren Verwendungsmöglichkeiten

→ Zubereitung fleischloser Vor-, Haupt- und Nachspeisen

→ typische traditionelle Speisen wie „Heidentommerl“, Heidensterz etc.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Fr., 27. Feb. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Alexandra Rothschädl

Diplom-Kräuterfachfrau und Heilkräuterpädagogin
BILD: ALEXANDRA ROTHSCHÄDL

„Das rechte Maß“ – Fasten nach Hildegard von Bingen

Frei nach dem Motto: „Weniger ist oft mehr.“, liegt es an uns, auf unseren Körper zu hören und zu verstehen, was er braucht und welches Maß davon das rechte ist. Gerade im Frühjahr bietet es sich an, alten Ballast abzuwerfen, um neue Energie zu sammeln. Im Fokus dieses Workshops steht die Kernphilosophie der Lehre von Hildegard von Bingen in Form von einfachen, leicht in den Tagesablauf integrierbaren Rezepten und Grundlagen für das typische „Hildegard-Fasten“. Eingesetzt werden hierbei Produkte und Zutaten wie Dinkel, saisonales Obst und Gemüse, verschiedene Tees und Kräuterweine.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Sa., 28. Feb. 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr

Elfi Wöls

Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: AMA

Vegetarische Gerichte – köstliche Menüs ohne Fleisch

Die vegetarische Küche kann sehr vielseitig gestaltet werden. Ob als Vorspeise, Suppe, Hauptspeise oder auch für zwischendurch – mit etwas Fantasie und Lust, Neues auszuprobieren, lässt sich auch ohne Fleisch ein köstliches Menü auf den Tisch zaubern. Auch wenn Sie kein:e Vegetarier:in sind, werden Sie bei diesem Kurs auf Ihre Kosten kommen. Keine Angst vor Einheitsbrei und Eintönigkeit! Sie werden erleben, wie köstlich man ohne Fleisch speisen kann.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Fr., 6. Mrz. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Christina Grammelhofer

Seminarbäuerin, Brotsommelière, Biobäuerin mit Schwerpunkt Direktvermarktung
BILD: LEXPIX

Heimischer Fisch – frisch auf den Tisch

Tauchen Sie ein in das Reich von „Fischers Fritz“ und lernen Sie dabei die verschiedenen Schätze aus unseren heimischen Gewässern kennen. Ob selbst gefangen oder gekauft, ob roh, mariniert, geräuchert oder gegart, die Zubereitung von Fisch erlaubt viele Variationen. Erfahren Sie, wie man Fisch delikater kombiniert und ansprechend präsentiert.

Inhalt

- gemeinsame Zubereitung heimischer Fische mit gut abgestimmten Beilagen und passendem Wein
- ernährungsphysiologische Bedeutung von Fisch
- Tipps für den Einkauf von Qualitätsfischen
- Wasserwelt als Tischdekoration

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Mo., 2. Mrz. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: ADOBE STOCK

Hausmannskost für jeden Tag – Klassiker aus Omas Küche

Tauchen Sie ein in die Welt der steirischen Hausmannskost, die immer schmeckt. Entdecken Sie längst verloren geglaubte Schätze aus Omas Küche neu. Von einfachen Suppen bis hin zu köstlichen Klassiker-Rezepten wie Eiernockerl, Käsespätzle, Gröstl, Grenadiermarsch, Laibchen und Puffer und süße zeitlose Schmankerl wie z. B. den Kaiserschmarrn. Lassen Sie sich inspirieren, holen Sie sich neue Ideen für eine unkomplizierte, herzhaft Alltagsküche und erleben Sie den Geschmack der Kindheit neu.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Fr., 10. Apr. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Mag. Anita Winkler

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin,
dipl. Ernährungstrainerin, Natur- und Landschaftsführerin
BILD: ADOBE STOCK

Genussvolle Basenküche

Der Säure-Basen-Haushalt im Körper ist der Schlüssel für Wohlbefinden und kann Ursache für viele Beschwerden sein. Konzentrationsstörungen, Müdigkeit usw. sind oft Folgen von Übersäuerung. Dieser Kochkurs bringt in einem theoretischen Teil viele Informationen zu den Ursachen und Symptomen einer gestörten Säure-Basen-Bilanz, die praktische Umsetzung der modernen Basenküche mit leichten und schnellen Rezepten im Alltag und wie man eine Basenkur gestaltet. Anschließend wird ein 4-gängiges Menü gekocht, das der Übersäuerung entgegenwirkt. Lassen Sie sich überraschen, wie genussvoll basische Gerichte sein können.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 14. Apr. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: ADOBE STOCK

One-Pot-Gerichte – einfach, schnell, voller Geschmack

Wenig Abwasch, viel Genuss: In diesem Seminar dreht sich alles um One-Pot-Gerichte, bei denen alle Zutaten gemeinsam in einem Topf, einer Pfanne oder auf einem Blech gegart werden. Ob herzhaft-eintöpfige, cremige Pasta, aromatische Getreidegerichte oder saisonale Gemüsepfannen – die Zubereitung ist unkompliziert, spart Zeit und bringt dennoch jede Menge Geschmack auf den Teller. Gemeinsam entdecken wir vielseitige Rezepte, lernen praktische Küchentricks für die richtige Garzeit und erfahren, wie sich auch Reste spontan in leckere Alltagsgerichte verwandeln lassen. Ideal für alle, die gerne gut essen, aber nicht lange in der Küche stehen möchten. Für Anfänger:innen und Vielbeschäftigte ebenso geeignet wie für Genussmenschen mit wenig Spülfreude!

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Mi., 22. Apr. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: EVA MARIA LIPP

Burritos, Wraps und Burger – gerollt oder gestapelt

Ursprünglich beheimatet in der amerikanisch-mexikanischen Küche, sind Burritos, Wraps und Burger mittlerweile auch bei uns beliebt. Sie sind ein kulinarisches Highlight für ein Picknick, für den fixen Büro-Snack oder ein schnelles raffiniertes Gericht, wenn Gäste kommen. Rasch zubereitet, gut vorzubereiten und mit allem zu füllen, was die Saison und Region im Moment hervorbringen. Diese Köstlichkeiten sind das perfekte Fingerfood und noch dazu ein echter Hingucker. Ob mit Fleisch, vegetarisch oder vegan, die Welt der Wraps und Burger ist bunt, reichhaltig und bringt eine riesige Geschmacksvielfalt mit sich. In diesem Seminar lernen Sie, wie schnell und einfach Weckerl, Tortillas oder Fladenbrote selbst zubereitet werden können, die Sie dann nach Belieben als Wrap, Burrito oder Burger füllen.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 16. Apr. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: PETRA WIPPEL

Frühlingszauber – festliches Frühlingmenü für besondere Anlässe

Mit den saisonalen Highlights des Frühlings kreieren wir ein beeindruckendes Menü für besondere Anlässe. Der Teller wird dann zu einem Spiel frühlingshafter Farben und Aromen. Leichte und erfrischende Vorspeisen, bunte Salate mit frischen Frühlingskräutern und Beeren, als Hauptgang zartes Fleisch oder Fisch, kombiniert mit Frühlingsgemüse, Soßen und Beilagen werden die Gaumen Ihrer künftigen Gäste begeistern. Ein leichtes Gebäck oder ein kunstvolles Fruchtdessert bilden den Abschluss dieses kulinarischen Frühlingszaubers. Tipps für die perfekte Vorbereitung für eine gesellige Zeit mit den Gästen runden das Seminar ab.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Fr., 24. Apr. 2026, 16:00 bis 21:00 Uhr



Carina Malli

Seminarbäuerin
BILD: LEXPIX

Vom ersten Löffelchen bis zum Familientisch – Kochen für Babys und Kinder

In diesem praxisnahen Workshop begleiten wir Sie von Babys ersten Breien bis hin zu fantasievollen, kindgerechten Familiengerichten. Gemeinsam bereiten wir einfache, gesunde Mahlzeiten zu – vom selbst gemachten Brei bis zu kreativen Lieblingsgerichten wie „Ufo im Salatbett“ oder „Segelregatta im Wurzelkraftsee“. Neben vielen Tipps zur ausgewogenen Kinderernährung geht es auch darum, wie man mit ein bisschen Fantasie und Geduld kleine Feinschmecker:innen für gesundes Essen begeistert. Der Kurs lädt außerdem zum Austausch mit Eltern, Großeltern und allen ein, die in der Küche für die Kleinen zuständig sind. Selbst gekocht schmeckt's nicht nur besser, sondern macht auch Spaß!

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 28. Apr. 2026, 16:00 bis 20:00 Uhr

Petra Wippel

Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin
BILD: KK

Genial kombiniert – einmal kochen, zweimal essen

Wer möchte nicht sowohl zu Hause als auch am Arbeitsplatz ein frisches, selbst gekochtes Essen genießen? Ein wenig Planung und die richtigen Kombinationen machen dies ganz einfach möglich. Daheim wird für die Familie gekocht und gleichzeitig ein vollwertiges Essen für den nächsten Arbeitstag vorbereitet. Wir zeigen Ihnen in diesem Kochkurs Beispiele für geschickte Kombinationen und haben viele Tipps parat, wie Sie diese optimal aufbewahren und transportieren.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 7. Mai 2026,
17:00 bis 21:00 Uhr



Christina Grammelhofer

Seminarbäuerin, Brotsommelière, Biobäuerin
mit Schwerpunkt Direktvermarktung
BILD: CHRISTINA GRAMMELHOFFER

Frühlingsküche – Kreatives aus Gemüse von Wald und Wiese

Tauchen Sie ein in die kulinarische Welt der frühlingshaften Schätze unserer heimischen Wälder und Wiesen. In diesem einzigartigen Seminar lernen Sie, wie Sie das frische und saisonale Angebot der Natur in köstliche und gesunde Gerichte verwandeln können. Sie erfahren, welche Wildkräuter und essbaren Pflanzen im Frühling zu finden sind und erhalten praktische Tipps und Techniken zum Sammeln und Vorbereiten von Wildgemüse, damit die wertvollen Aromen und Nährstoffe bestmöglich erhalten bleiben. Erleben Sie beim gemeinsamen Kochen die Frische und Vielfalt des Frühlings und bringen Sie die Natur auf Ihren Teller!

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Mo., 4. Mai 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Doris Wartbichler

Seminarbäuerin, Brotsommelière
BILD: ADOBE STOCK

Frühlingsbrunch – leicht, frisch und raffiniert

Entdecken Sie die bunte Vielfalt des Frühlings bei einem genussvollen Brunch. Von klassisch bis kreativ neu interpretiert. Freuen Sie sich auf fluffige Omeletts mit frischen Kräutern, selbst gebackene Bagel mit herzhaften Belägen und überraschend würzige pikante Buchteln – ein echtes Highlight auf jedem Brunchbuffet. Ob als Inspiration für Ihr nächstes Familienfrühstück, den Osterbrunch oder ein entspanntes Treffen mit Freunden: Dieser Kurs bietet Ihnen abwechslungsreiche Rezeptideen und praktische Tipps zur Vorbereitung und ansprechenden Präsentation, denn das Auge will als erstes überzeugt werden. Ideal für alle, die gerne gemeinsam genießen und Lust auf frische Frühlingsküche haben!

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Fr., 8. Mai 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Katharina Harden

Produktentwicklerin bei Artemis GmbH, begeisterte Köchin
BILD: KATHARINA HARDEN

Steirische Lupine – Vielfalt vom veganen Schnitzel bis zum Kaffee

Die kaum bekannte „Süßlupine“ vereint alle Vorteile der Hülsenfrüchte und Ansprüche einer modernen Ernährung in sich. Sie besticht durch wenig Kohlenhydrate bei gleichzeitig hohem Ballaststoff-, Mineralstoff- und Vitamingehalt und ist dabei eine vegane Proteinbombe. Sie schmeckt lieblich, nussig und lässt sich in der Küche mannigfaltig einsetzen. In diesem Kochseminar informieren wir Sie über den Anbau bis hin zur kreativen Speisenvielfalt. Frühstücks-Smoothies, Müsliriegel, Muffins, Aufstriche, Bratlinge, salzige und süße Snacks, Brot, Knabbereien und vieles, vieles mehr lässt sich aus der Lupine kreieren.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 28. Mai 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Kochworkshop: Gemeinsam kochen und genießen

Ein kulinarisches Angebot für Firmen, Institutionen und Familien. Kulinarische Events sind ein Highlight für Firmenfeiern, Betriebsausflüge, Geburtstagsfeiern, Weihnachtsfeiern oder auch Mitarbeiter:innenseminare. Möchten Sie Ihr Team für eine tolle Leistung belohnen oder für ein neues Vorhaben begeistern? Dann kochen Sie mit uns! In entspannter und fröhlicher Atmosphäre bereiten Sie unter fachkundiger Anleitung ein mehrgängiges Menü zu. Im Anschluss wird das Kochmeisterwerk in gemütlichem Ambiente mit allen Sinnen genossen. Miteinander kochen und genießen fördert die Gemeinschaft, stärkt den Teamgeist und regt die Kreativität im Arbeitsalltag an. Überraschen und motivieren Sie Ihre Mitarbeiter:innen mit einem außergewöhnlichen und genussreichen Erlebnis.

Gerne organisieren wir für Sie und Ihre Mitarbeiter:innen einen Kochworkshop zu einem gewünschten Thema!

Infos und Anmeldung

Elisabeth Pucher-Lanz
Hamerlinggasse 3, 8010 Graz
Tel.: 0316 8050-1420
E-Mail: elisabeth.pucher-lanz@lk-stmk.at

Veranstaltungsort

Steiermarkhof
Ekkehard-Hauer-Straße 33
8052 Graz

Carina Malli

Seminarbäuerin
BILD: EVA MARIA LIPP

Gemüsekekuchen – bunt und gesund

Statistiken weisen darauf hin: wir essen zu wenig Gemüse und Obst. Nach diesem Kochworkshop wird das auf Sie nicht mehr zutreffen, denn wir zeigen Ihnen, wie Gemüse auch in „Kuchenart“ gegessen werden kann. Ob pikant oder süß, vegetarisch, vegan oder all in all – die Variationen sind hier schier endlos. Von deftig bis leicht, mit Mürb- und Germteigen ist vieles möglich. Probieren Sie es mit uns aus, gemeinsam wird kreiert, gebacken und verkostet – so werden die Ideen zu einem nachhaltigen Gemüsekonsum führen. Ein bunt duftender Gemüsegenuss wartet auf Sie.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Fr., 19. Jun. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



Sigrid Stadler

TCM Ernährungsberaterin
BILD: SIGRID STADLER

Vegan trifft TCM – schnelle, federleichte Gerichte

Sie kreieren mit einer TCM-Ernährungsexpertin köstliche vegane Gerichte und lernen, wie Sie mit saisonalen, regionalen und vorwiegend biologischen Lebensmitteln leicht verdauliche Speisen schnell zubereiten können und somit Ihre Energie steigern. Der Kurs startet mit einer theoretischen Einführung in die Prinzipien der TCM-Ernährungslehre und Meal-Prep Tipps. Nach der Theorie geht es ran an den Kochlöffel. Sie können sich beim gemeinsamen Essen austauschen und erhalten weitere, praktische Tipps zur TCM-Küche im Alltag. Der Kochworkshop startet mit einem für Sie gekochten Frühstück.

Kosten

€ 99,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Sa., 31. Jan. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr

Sura Dreier, BSc

Gesundheitstrainerin im Bereich Ernährung,
Brotsozialmeliere, Koordinatorin Grüne Haube
BILD: ADOBE STOCK

Saisonal vegan – Kochen im Veganuary

Pflanzliche Vielfalt auf dem Teller die schmeckt, einfach zubereitet ist und satt macht. Dieser Kurs ist für alle, die den Schwung der Neujahrsvorsätze nutzen möchten, über eine Ernährungsumstellung nachdenken oder ihren Speiseplan pflanzlich aufpeppen möchten. Köstliche Rezepte und wichtige Hintergrundinformationen über vegane Ernährung in Theorie und Praxis erwarten Sie in diesem Kochworkshop.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Sa., 10. Jan. 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr



NEU

Anmeldung:

mark.at, www.steiermarkhof.at

Sigrid Stadler

TCM Ernährungsberaterin
BILD: SIGRID STADLER

Meal Prep – vegane TCM-Küche auf Vorrat

Wie gelingt eine bewusste Ernährung? Was spart Zeit, Geld und macht flexibel? „Meal Prep“ – die Vorbereitung von Mahlzeiten auf Basis der TCM! In diesem Kochworkshop werden schnelle, alltagstaugliche Möglichkeiten vorgestellt, wie „Meal Prep“ mit saisonalen, regionalen und vorwiegend biologischen Lebensmitteln gelingt. Sie bekommen Tipps und Empfehlungen für den Einkauf und die Aufbewahrung. Der Kurs beginnt mit einem theoretischen Input, danach geht es ran an den Kochlöffel. Sie können sich beim gemeinsamen Essen austauschen und weitere praktische Tipps für den Alltag sammeln.

Kosten

€ 89,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Sa., 13. Jun. 2026, 09:00 bis 14:00 Uhr

Sura Dreier, BSc

Gesundheitstrainerin im Bereich Ernährung,
Brotsozialmeliere, Koordinatorin Grüne Haube
BILD: ADOBE STOCK

Sweet & Vegan – Backspaß ohne Kompromisse

Die österreichische Backkultur hat eine lange Tradition. Manche Rezepte sind ursprünglich vegan, man denke an den Apfelstrudel, andere wiederum lassen sich einfach „veganisieren“. Süße Verführungen von Bananenbrot über Germgebäck bis hin zur Sachertorte lassen sich problemlos vegan zubereiten. Warum nicht mal die Familie oder Freunde zu einem veganen Kaffeekränzchen einladen? Lassen Sie sich von gelingsicheren Rezepten überzeugen.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 23. Apr. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr



NEU

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten



Margarethe Auer

Seminarbäuerin, Direktvermarktung für Brot und Gebäck, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: PIXABAY

Brotbackkurs – lerne selbst Brot zu backen

Lassen Sie den herrlichen Duft von frisch gebackenem Brot ab jetzt auch bei Ihnen zu Hause einziehen. In diesem Kurs lernen Sie, Ihr eigenes Brot zu backen. Aus rein natürlichen Zutaten entstehen köstliche Brote: Bauernbrot, Roggenbrot, Vollkornbrot und vieles mehr steht auf dem Programm. Vom Sauerteig bis zur Verkostung des frischen Brotes wird jeder Schritt im Detail erklärt. Versprochen, nach diesem Kurs beginnen auch Sie mit dem Brotbacken.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termine

Di. 30. Sep. 2025
Mo., 27. Okt. 2025
Di., 27. Jan. 2026
Di., 10. Mrz. 2026
Mo., 20. Apr. 2026
Di., 12. Mai 2026
Di., 16. Jun. 2026
jeweils von 17:00 bis 21:00 Uhr

Doris Wartbichler

Seminarbäuerin, Brotsommelière
BILD: EVA MARIA LIPP

Innovatives Kleingebäck – Formen, Varianten, Spezialitäten

Kleingebäck wird immer beliebter, ob zum Frühstück, als Zwischenmahlzeit oder zur Jause. Dieser Spezialkurs bietet ein breites Spektrum vom einfachen Weckerl bis hin zu speziellen Varianten. Zum einen werden grundsätzliche Informationen über die Teigführung und Grundteigarten vermittelt, zum anderen wird insbesondere auf verschiedene Formen und Varianten von Kleingebäck und Spezialitäten eingegangen. Ideen zu Gebilde- bzw. Brauch- tumsgebäck runden dieses Seminar ab.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 3. Mrz. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Doris Wartbichler

Seminarbäuerin, Brotsommelière
BILD: NICOLE ZÖHRER

Brot.Back.Genuss. Brot harmonisch kombinieren

Dies ist ein Workshop für alle, die ihr Brot selber backen und perfekt kombiniert genießen möchten. Von der Sauerteigbereitung bis zur Verkostung der Brote in Kombination mit regionalen, saisonalen Lebensmitteln und Getränken wird jeder Schritt genau erklärt. Brot ist ein Grundnahrungsmittel, harmoniert als Begleiter mit jeder Mahlzeit und eignet sich hervorragend als Snack für Zwischendurch. Gemäß persönlicher Vorlieben oder klassischer Vorgaben gibt es grundsätzlich keine richtige oder falsche Speisekombination. Jedoch finden wir Gerichte mit unterschiedlichen Texturen besonders verlockend, durch kontrastierende Geschmacksrichtungen lassen sich Geschmacksnuancen betonen, ausgleichen oder reduzieren. Sobald wir uns mit Kombinationsmöglichkeiten beschäftigen, gibt es unzählige Varianten, die nur darauf warten, entdeckt und geweckt zu werden. Ihr selbst gebackenes Brot wird noch mehr Wertschätzung erfahren und auf ganz besondere Weise genossen werden.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 3. Feb. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Ing.ⁱⁿ Eva Maria Lipp

Spezialberaterin für Brot und Gebäck, zertifizierte Paneologin
BILD: EVA MARIA LIPP

Duftende Brote

Eine neue Art, Brote zu backen! Mit diesen Duftbroten bringt man noch mehr und unterschiedlichste Düfte ins Haus. Gebacken wird mit Heu, Hopfen, Blüten, Kräutern und Gewürzen. Dazu gibt es viele neue Brotformen. Es macht einfach Spaß, in der Backstube Kreativität zuzulassen.

Kosten

€ 71,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Mi., 10. Jun. 2026,
17:00 bis 21:00 Uhr



Ing.ⁱⁿ Eva Maria Lipp

Spezialberaterin für Brot und Gebäck, zertifizierte Paneologin
BILD: CHRISTINA THIR

Gut Ding braucht Weile – Backen mit Langzeit- Sauerteig-Führung

Wer Brotteigen mehrere Stunden Zeit zur Reifung gibt, wird dafür mit herausragendem Geschmack, besserer Bekömmlichkeit und längerer Haltbarkeit von Brot und Gebäck belohnt. Auch Vorteige wie Quell- oder Brühstücke kommen hier zum Einsatz. Nicht nur Brot lässt sich auf diese Art zubereiten, auch Ciabatta, Baguettes oder Striezel danken Ihnen diese Herangehensweise. Lassen Sie sich in die hohe Kunst des Brotbackens einführen. Vorkenntnisse beim Brotbacken sind erforderlich!

Kosten

€ 129,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termine

Fr., 27. Mrz. 2026, 17:00 bis 20:00 Uhr und
Sa., 28. Mrz. 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr

Ing.ⁱⁿ Eva Maria Lipp

Spezialberaterin für Brot und Gebäck, zertifizierte Paneologin
BILD: LEIMLEHNER

Brot backen im Lehmbackofen

Brot selbst zu backen, liegt seit einigen Jahren wieder voll im Trend, doch den besonderen Geschmack gibt nicht nur die liebevolle Zubereitung mit hochwertigen Zutaten, sondern auch das Backen des Brotes im Holzbackofen. Bei diesem Workshop wird im mit Holz beheizten Lehmbackofen im Garten unseres Bildungshauses die alte Tradition des Brotbackens von Holzofenbrot gezeigt. Die Auswahl und Menge des Holzes, der richtige Zeitpunkt und das Einschließen erfordern viel Fingerspitzengefühl. Diese Form des Brotbackens hat etwas ganz Besonderes, Erdiges, Urtümliches an sich. Auch das Backen anderer Gebäcke wie Pizza oder Kleingebäck im Lehmbackofen wird gezeigt.

Kosten

€ 71,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Do., 25. Jun. 2026, 16:00 bis 20:00 Uhr



Dipl.-Päd.ⁱⁿ Ing.ⁱⁿ Monika Winter

Brotsommelière

Dipl.-Päd.ⁱⁿ Ing.ⁱⁿ Karin Kohl

Brotsommelière

BILD: EVA-MARIA LIPP

Toastbrot selbst backen und kreativ genießen

In diesem Seminar dreht sich alles um ein vermeintlich simples, aber vielseitiges Grundnahrungsmittel: Toastbrot! Gemeinsam werden klassische Toastbrote, aber auch Varianten mit kreativen Formen und Zutaten gebacken – außen goldbraun knusprig und innen herrlich fluffig. Es entstehen Toastbrote ganz ohne Fertigmischungen oder Zusatzstoffe. Ob mit Germ oder Sauerteig, Sie bekommen wertvolle Tipps zu Teigführung, Backzeit und zur idealen Form. Zusätzlich zeigen wir Ihnen, welche Speisen mit Toastbrot kreiert werden können. Freuen Sie sich auf kreative, schnelle Rezepte – perfekt für Frühstück, Mittagspause oder den kleinen Hunger zwischendurch.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Di., 24. Mrz. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Margarethe Auer

Seminarbäuerin, Direktvermarktung für Brot und Gebäck, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: ANTONIO&PHOTOS_STOCK.ADOBE.COM

Striezel und Flechtkunst – traditionelles Brauchtums- gebäck im Jahreslauf

Backen Sie Ihren Allerheiligen-Striezel heuer direkt bei uns in der Frischen KochSchule. Unter fachkundiger Anleitung wird geknetet, geformt und geflochten – vom klassische Germteigstriezel bis hin zu genussvollen Vollkornvarianten. Auch weitere Gebäcke, die das ganze Jahr über traditionell zu verschiedenen Anlässen gebacken werden, stehen am Programm. Tauchen Sie ein in die Welt des traditionellen Backens und verwöhnen Sie Ihre Familie und Freunde mit selbst gemachtem Brauchtumsgebäck.

Kosten

€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin

Mi., 29. Okt. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr



NEU

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur



Elfi Wöls
Seminarbäuerin, Meisterin der ländlichen Hauswirtschaft
BILD: MARCUS Z-PICS/STOCK.ADOBE.COM

Gugelhupf – Tradition trifft Moderne



Entdecken Sie vielfältige Möglichkeiten, wie sich der klassische Gugelhupf zu einem modernen Highlight verwandeln lässt. In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie klassische Rezepte mit angesagten Zutaten und innovativen Methoden neu interpretieren können. Dazu gehören ausgefallene Gewürze, ungewöhnliche süße und pikante Füllungen sowie kreative Glasuren. Gemeinsam backen wir eine Auswahl an traditionellen und modernen Gugelhupf-Variationen – von der Teigzubereitung bis zur Dekoration. Einige Ideen zur stilvollen Präsentation Ihrer Gugelhupf-Kreationen ergänzen das Backerlebnis. Lassen Sie sich von neuen Geschmacksrichtungen und kreativen Präsentationsmöglichkeiten überraschen.

Kosten
€ 66,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Mi., 4. Feb. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Ing.ⁱⁿ Eva Maria Lipp
Spezialberaterin für Brot und Gebäck,
zertifizierte Paneologin
BILD: EVA MARIA LIPP

Glutenfreie Weihnachtsbäckerei

Selbst gebackene Weihnachtsbäckerei schmeckt aufgrund bester natürlicher Zutaten einfach besser. Eine bunte Vielfalt wird bei diesem Seminar hergestellt und kann dann ohne Reue genossen werden. Geschmacklich unterscheiden sie sich kaum von herkömmlicher Bäckerei, die einfach zum Weihnachtsfest dazugehört.

Kosten
€ 71,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Mi., 19. Nov. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr



Christina Grammelhofer
Seminarbäuerin, Brotsommelière,
Biobäuerin mit Schwerpunkt
Direktvermarktung
BILD: OLEG_STOCK.ADOBE.COM

Süße und pikante Blätter- und Plundergermteiggebäcke

Blätter- und Plundergermteige werden heute nur noch selten selbst gemacht, da ihre Zubereitung als aufwendig empfunden wird. Doch für alle, die den köstlich blättrigen Germ-Butterteig oder Blätterteig selbst ausprobieren möchten, bietet dieses Seminar wertvolle Tipps und Tricks für das perfekte Gelingen. Ein Plunderteig aus bester Butter ist ein wahrer Genuss und überraschend einfach herzustellen, zudem bietet er eine Vielzahl an Variationsmöglichkeiten. Im Kurs stellen wir verschiedene süße und pikante Gebäcke her, die nach Belieben gefüllt und gestaltet werden können. Ihrer Kreativität und Ihren Geschmacksvorlieben sind dabei keine Grenzen gesetzt.

Kosten
€ 75,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Sa., 7. Mrz. 2026, 09:00 bis 15:00 Uhr



Ing.ⁱⁿ Eva Maria Lipp
Spezialberaterin für Brot und Gebäck,
zertifizierte Paneologin
BILD: EVA MARIA LIPP

Glutenfrei – Germgebäcke und Brot

Gutes glutenfreies Brot zu backen, ist eine besondere Herausforderung. Durch Wissen und viele gute Tipps ist dies aber sehr gut machbar. Auch Germgebäcke können in sehr guter Qualität und Vielfalt hergestellt werden. Abwechslung kann so mit persönlichen Vorlieben sehr gut kombiniert werden. Es werden ausschließlich natürliche Zutaten verwendet.

Kosten
€ 71,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Di., 17. Mrz. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Viktoria Wöls
Konditormeisterin
BILD: VIKTORIA WÖLS, ADOBE STOCK, KI

Nikolaus-Bäckerei

In diesem süßen Backkurs zaubern Sie genussvolle Nikolaus-Köstlichkeiten und kreative Geschenkideen. Von feinem Kleingebäck, aromatischen Keksen und raffinierten Schokoladekreationen bis hin zu originellen Geschenken für Ihre Liebsten – lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie mit Spaß und Leidenschaft neue Rezepte. Es werden Techniken und Dekoideen vermittelt, die garantiert für leuchtende Augen sorgen.

Kosten
€ 85,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Do., 4. Dez. 2025, 16:30 bis 20:30 Uhr



Sweet Table „Weihnachtsedition“

Ein festlich gedeckter Tisch voller süßer Köstlichkeiten – das perfekte Highlight für die Weihnachtsfeiertage im Kreise Ihrer Liebsten! In diesem Seminar erhalten Sie vielfältige Ideen für Ihr weihnachtliches Dessertbuffet, Tipps zum perfekten Styling sowie kreative Inspirationen für den Aufbau Ihres festlichen, süßen Hinguckers.

Kosten
€ 85,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Do., 11. Dezember 2025, 16:30 bis 20:30 Uhr



Tarte-Liebe am Valentinstag

Tarte-Love zum Valentinstag: Kreieren Sie verführerische Tartes – von fruchtig frisch bis schokoladig zart – die Herzen höher schlagen lassen. Süße Versuchungen aus feinstem Mürbeteig, die nicht nur den Gaumen, sondern auch das Herz erobern. Die Kreationen eignen sich perfekt als süßes Valentinstagsgeschenk oder als romantisches Dessert.

Kosten
€ 85,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Sa., 14. Feb. 2026, 09:00 bis 12:00 Uhr



Sweet Table „Osteredition“

Ein österlich gedeckter Tisch voller süßer Köstlichkeiten – das besondere Highlight für unvergessliche Ostertage mit Familie und Freunden! Lassen Sie sich im Seminar von kreativen Ideen, raffinierten Rezepten und inspirierenden Gestaltungstipps begeistern und zaubern Sie einen festlichen, süßen Blickfang.

Kosten
€ 85,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Do., 26. Mrz. 2026, 16:30 bis 20:30 Uhr



Brot und Gebäck/Aus der süßen Küche

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



Peter Schmuck
Küchenmeister, Pâtissier
BILDER: ADOBE STOCK, PETER SCHMUCK

Pralinenkunst für Fortgeschrittene – von der Füllung bis zur Perfektion

Möchten Sie Ihr Können in der Pralinenherstellung erweitern? In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie exquisite Kugel-, Form- und Schnittpralinen herstellen, die visuell ansprechend sind und mit Aromen und Texturen überraschen. Profi Peter Schmuck zeigt Ihnen, wie Sie Gewürze, Früchte oder Liköre einarbeiten und die Airbrush-Technik anwenden, um kunstvolle Dekorationen zu kreieren. Voraussetzung für diesen Kurs ist der Umgang mit Schokolade, insbesondere das Temperieren. Perfektionieren Sie Ihre Fähigkeiten in diesem Fortgeschrittenen-Workshop.

Kosten
€ 119,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Sa., 6. Dez. 2025, 09:00 bis 17:00 Uhr

Eis, Parfait und Sorbet

Möchten Sie lernen, wie man selbst köstliches Eis, Sorbets und Parfaits herstellen kann? Wir haben einen spannenden Workshop für Sie! Sie erlernen die Grundlagen bzw. die unterschiedlichen Herstellungsmöglichkeiten von Milcheis, Fruchteis, Sorbets und Parfaits inklusive veganer Varianten. Zudem gibt es Tipps zu verschiedenen Dekor- und Topping-Möglichkeiten wie Frucht- und Karamellsaucen und Hippen. Abgerundet wird das Aktiv-Seminar durch elegante Präsentationsformen.

Kosten
€ 109,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Sa., 30. Mai 2026, 09:00 bis 15:30 Uhr



Nicole Maria Steinwender
Pharmazeutisch-kaufmännische-Assistentin, dipl. Bachblüten-Beraterin, Gesundheitsreferentin, Balancearbeit für Körper, Geist und Seele, Bio- & Naturladen, www.steinwenders-wendepunkt.at

Elisabeth Gartner
Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, dipl. Kräuterexpertin, Bio-Kräuterbäuerin
BILD: NICOLE MARIA STEINWENDER

Räuchern – die kraftvollen Helfer der Natur nutzen

In diesem Seminar bekommen Sie das Basiswissen, wie unsere kraftvollen Helfer der Natur in vielen Lebensbereichen und Situationen unterstützen können. Durch das Verräuchern von Kräutern, Harzen und Hölzern können wir unsere Lebens- und Arbeitsräume reinigen und klären, unsere persönliche Entwicklung auf liebevolle Weise fördern und begleiten und unser

wahres ICH entdecken und leben. Schon unsere Vorfahren schätzten diese natürlichen Geschenke unserer Erde, um wichtige Anlässe im Leben damit zu begleiten. Ob bei Festen und Ritualen, großen Lebensveränderungen, neuen Lebensabschnitten, einem Neubezug von einem Haus oder einer Wohnung, den Jahreskreisfesten (Schwerpunkt „Raunächte“) oder im alltäglichen Leben. Sie erfahren vieles über die Einsatz- und Wirkungsbereiche von heimischen Kräutern, Harzen und Wurzeln, aber auch von fertigen Räuchermischungen. Weiters werden wir uns auch durch die verschiedensten Düfte durchschnuppeln und den praktischen Ablauf kennenlernen – für mehr Klarheit und Wohlgefühl in Ihren Wohnräumen und Ihrem Körper.

und begleiten und unser wahres ICH entdecken und leben. Schon unsere Vorfahren schätzten diese natürlichen Geschenke unserer Erde, um wichtige Anlässe im Leben damit zu begleiten. Ob bei Festen und Ritualen, großen Lebensveränderungen, neuen Lebensabschnitten, einem Neubezug von einem Haus oder einer Wohnung, den Jahreskreisfesten (Schwerpunkt „Raunächte“) oder im alltäglichen Leben. Sie erfahren vieles über die Einsatz- und Wirkungsbereiche von heimischen Kräutern, Harzen und Wurzeln, aber auch von fertigen Räuchermischungen. Weiters werden wir uns auch durch die verschiedensten Düfte durchschnuppeln und den praktischen Ablauf kennenlernen – für mehr Klarheit und Wohlgefühl in Ihren Wohnräumen und Ihrem Körper.

Kosten
€ 99,-
Termin
So., 12. Oktober 2025, 09:00 bis 16:30 Uhr



Lukas Kain
Gastronomiefachmann, Koch in den besten Küchen Österreichs, Biobauer
BILD: LUKAS KAIN

Von „Kopf bis Schwanz“ – Verarbeitung eines halben Bio-Schweins für den Hausgebrauch

„Nose to Tail Cooking“ – was als trendiges Modewort daher kommt, ist eigentlich die Wiederentdeckung dessen, was früher gang und gäbe war: Das ganze Tier mit all seinen Teilen steht zur Verfügung. Außer den Edelteilen wie Schnitzel, Kotelett und Braten gibt es auch noch Schweinekopf, Schweinshaxen, Innereien, Fett und Schwarten, die mit dem richtigen Know-how in die schmackhaftesten Delikatessen verwandelt werden können. Mit diesem Wissen und Können ausgerüstet, macht es Sinn, ein ganzes Schwein oder eine Schweinehälfte zu kaufen und selbst zu verarbeiten.

In diesem Kurs geht es um
→ Vorteile und Eigenschaften von Bio-Schweinefleisch
→ das richtige Lagern und Konservieren von Frischfleisch
→ die Herstellung von Bratwurst, Sulz, Leberstreichwurst, Schmalz, Grammeln uvm.
→ wertvolle Informationen über Bezugsmöglichkeiten direkt bei Bio-Bäuerinnen und -Bauern sowie Bio-Fleischer:innen.

Zielgruppe
Alle, die ein ganzes Schwein oder eine Schweinehälfte kaufen und verarbeiten möchten.

Kosten
€ 119,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Sa., 18. Okt. 2025, 09:00 bis 16:00 Uhr



Ann... www.steiermarkhof.at



Lukas Kain
Gastronomiefachmann, Koch in den besten Küchen Österreichs, Biobauer
BILD: ADOBE STOCK

Lamm-Kochkurs – Köstlichkeiten vom Bio-Lamm vom Hals bis zur Haxe

Bio-Lammfleisch direkt vom Hof beziehen hat einen besonderen Vorteil: Frischer und direkter geht's kaum. Wichtig beim Fleischeinkauf ist es, sich nicht nur auf die Edelteile zu fokussieren, sondern das Lamm als Ganzes wertzuschätzen. Bei diesem Kochkurs erhalten Sie das essenzielle Know-how, um ein Lamm Nose-to-tail zu verwerten und in geschmacklichen Hochgenuss zu verwandeln.

Beim Lamm-Kochkurs wird Lukas Kain zeigen,
→ welche Köstlichkeiten sich aus einem halben Lamm zaubern lassen,
→ welche Teile vom Lamm sich für welche Zubereitungsarten eignen,
→ welche Besonderheiten Lammfleisch hat und
→ Tipps und Tricks für die Zubereitung und Lagerung von Lammfleisch.

Kosten
€ 119,- inkl. Lebensmittelkosten und Unterlagen

Termin
Sa., 14. Mrz 2026, 09:00 bis 16:00 Uhr

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur

Referent:innen Ernährung und Gesundheit

Margarethe Auer
Seminarbäuerin, Direktvermarktung
für Brot und Gebäck, Meisterin der
ländlichen Hauswirtschaft



Alexandra Rothschild
Diplom-Kräuterfachfrau
und Heilkräuterpädagogin



Sabine Bichler
Seminarbäuerin, dipl. Gesundheits- und Kranken-
pflegerin, dipl. Fachberaterin für Darmgesundheit



Peter Schmuck
Küchenmeister, Pâtissier



Sura Dreier, BSc
Gesundheitstrainerin im Bereich Ernährung,
Brotsummeliere,
Koordination Grüne Haube



Sigrid Stadler
TCM Ernährungsberaterin



Elisabeth Gartner
Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester,
dipl. Kräuterexpertin,
Bio-Kräuterbäuerin



Nicole Maria Steinwender
Pharmazeutisch-kaufmännische-Assistentin,
dipl. Bachblüten-Beraterin, Gesundheitsreferentin,
Balancearbeit für Körper, Geist und Seele, Bio- &
Naturladen, www.steinwenders-wendepunkt.at



Christina Grammelhofer
Seminarbäuerin, Brotsummeliere,
Biobäuerin mit Schwerpunkt
Direktvermarktung



Doris Wartbichler
Seminarbäuerin,
Brotsummeliere



Katharina Harden
Produktentwicklerin bei
Artemis GmbH,
begeisterte Köchin



Mag.^a Anita Winkler
Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin,
dipl. Ernährungstrainerin,
Natur- und Landschaftsführerin



Lukas Kain
Gastroniefachmann,
Koch in den besten Küchen Österreichs,
Biobauer



Petra Wippel
Seminarbäuerin, Kräuterpädagogin



Dipl.-Päd. in Karin Kohl
Brotsummeliere



Elfi Wöls
Seminarbäuerin, Meisterin der
ländlichen Hauswirtschaft



Ing. in Eva Maria Lipp
Spezialberaterin für Brot und Gebäck,
zertifizierte Paneologin



Viktoria Wöls
Konditormeisterin



Carina Malli
Seminarbäuerin



Dipl.-Päd. in Ing. in Monika Winter
Brotsummeliere



Ing. in Barbara Zenz
Seminarbäuerin, Meisterin der
ländlichen Hauswirtschaft



BILDQUELLEN PRIVAT, BARBARA MAJCAN

Ihr Wissen wächst.

Bildungsprogramm

LFI Steiermark | stmk.lfi.at

2025/26



Einblick in unser
Bildungsprogramm

Mehr online unter:
stmk.lfi.at

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union



LANDWIRTSCHAFT

- Unternehmensführung
- Tierhaltung
- Pflanzenproduktion
- Almwirtschaft
- Biolandbau

➤ Abscannen, Informieren, Anmelden!
Alle Kursdetails zum Thema „Landwirtschaft und Umwelt“ finden Sie online.



NATUR UND GARTEN

- Kräuterkurse
- Gartenkurse
- Naturpädagogik

➤ Abscannen, Informieren, Anmelden!
Alle Kursdetails zum Thema „Natur und Garten“ finden Sie online.



PERSÖNLICHKEIT UND KREATIVITÄT

➤ Abscannen, Informieren, Anmelden!
Alle Kursdetails zum Thema „Lebensqualität“ oder „Kreativität“ finden Sie online.



GESUNDHEIT UND ERNÄHRUNG

- Gesundheit
- Frische Kochschule

➤ Abscannen, Informieren, Anmelden!
Alle Kursdetails zum Thema „Gesundheit und Ernährung“ finden Sie online.



DIENSTLEISTUNGEN & EINKOMMENSKOMBINATION

- Urlaub am Bauernhof
- Direktvermarktung
- Green Care
- Seminarbäuerinnen

➤ Abscannen, Informieren, Anmelden!
Alle Kursdetails zum Thema „Dienstleistungen und Einkommenskombinationen“ finden Sie online.



DIGITALISIERUNG & TECHNIK

- Technik
- Digitales Lernen

➤ Abscannen, Informieren, Anmelden!
Alle Kursdetails zum Thema „Landwirtschaft und Umwelt“ finden Sie online.



Kurse und Lehrgänge 2025/26



Workshop - Die Kunst der Ginherstellung
Der Workshop vermittelt Ihnen die Grundlagen der Gin-Herstellung. Nach einer kurzen theoretischen Einleitung geht es direkt zur Tat: Sie werden Ihren eigenen Gin unter fachkundiger Anleitung brennen, aromatisieren und verfeinern. Nehmen Sie den Destillationsprozess selbst in die Hand und fangen Sie Ihre Kreativität in einer Flasche ein!
Kosten: € 162,00 TN-Beitrag, € 55,00 TN-Beitrag gefördert*
Termine und Ort:
Kurs 1: Fr., 10. Okt. 2025, 13:00 bis 17:00 Uhr, HE Liköre, Lannach
Kurs 2: Fr., 16. Jän. 2026, 13:00 bis 17:00 Uhr, HE Liköre, Lannach
Kurs 3: Fr., 24. Apr. 2026, 13:00 bis 17:00 Uhr, HE Liköre, Lannach

© Igor Normann.stock.adobe.com

Zertifikatslehrgang Altes Wissen aus der Natur
In diesem Lehrgang gehen wir den Weg zurück zur Natur und verbinden altes Wissen mit neuen Erkenntnissen. Wir lernen alles, was wir über die Grundversorgung aus der Natur bzw. aus natürlichen Mitteln wissen müssen. Gemeinsam werden wir für die verschiedenen Lebensbereiche nachhaltige Konzepte und Alternativen für die Grundversorgung entdecken. Wir werden uns mit der Bevorratung und Erstellung einer vitaminreichen Vorratskammer für die Eigenversorgung aus Wildpflanzen und Wildgemüse befassen.
Dauer: 112 UE
Kosten: € 1.592,00 TN-Beitrag, € 796,00 TN-Beitrag gefördert*
Starttermin: Di., 14. Okt. 2025, 08:30 bis 16:30 Uhr, Steiermarkhof, Graz



©stock.adobe.com



Aufstellungswerkstatt
Betrieblich erfolgreich, familiär zufrieden – wie geht das? Mit der Methode der Systemaufstellung können Sie Lösungsansätze und Klarheit für Ihre individuelle, betriebliche Fragestellung erlangen. Mögliche Themen sind z.B. Hofübergabe, ein gutes Leben für alle Generationen am Hof oder die zukünftige Ausrichtung des Betriebes.
Kosten: € 779,00 TN-Beitrag, € 265,00 TN-Beitrag gefördert*
für Anliegenbringer:innen,
€ 21,00 TN-Beitrag für Repräsentant:innen
Termin und Ort: Mi., 22. Okt. 2025, 13:30 bis 18:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz

© Fotofreundin.stock.adobe.com

Zertifikatslehrgang Professionelle Vertretungsarbeit im ländlichen Raum
2026 ist das „Internationale Jahr der Bäuerinnen“ – eine Chance, Frauen in der Landwirtschaft sichtbar zu machen. Unser Lehrgang stärkt Ihr Wissen, Selbstvertrauen und Ihre Position als Bäuerin. In einem unterstützenden Netzwerk engagierter Frauen entwickeln Sie Ihre Fähigkeiten weiter, um selbstbewusst und kompetent in der Landwirtschaft zu handeln. Seien Sie Teil dieser Bewegung und gestalten Sie die Zukunft aktiv mit!
Dauer: 80 UE
Kosten: € 2.570,00 TN-Beitrag, € 514,00 TN-Beitrag gefördert*
Starttermin und Ort: Mi., 12. Nov. 2025, 09:00 bis 17:00 Uhr, Haus der Frauen, St. Johann bei Herberstein



© Jakob Lund.stock.adobe.com

Anmeldung und Information: LFI Steiermark, Hamerlinggasse 3, 8010 Graz, T 0316/8050 1305, zentrale@lfi-steiermark.at, www.stmk.lfi.at



Webinar Kräuterrecht

In diesem interaktiven Webinar erfahren Sie, welche rechtlichen Aspekte zur Kräutergewinnung, -verarbeitung und -verkauf beachtet werden müssen, um erfolgreich Kräuter zu vermarkten. Aufgezeigt wird, wie die Abgrenzung von Landwirtschaft und Gewerbe möglich sein kann.

Kosten: € 76,00 TN-Beitrag, € 38,00 TN-Beitrag gefördert*

Termine:

Kurs 1: Do., 13. Nov. 2025, 14:00 bis 17:00 Uhr, online
Kurs 2: Mi., 25. Feb. 2026, 14:00 bis 17:00 Uhr, online

© stock.adobe.com

Altes Wissen - Flechten und Moose in der Naturmedizin

Bartflechten, Isländisches Moos und andere Flechtenarten werden seit Jahrtausenden als Mittel, in Notzeiten als Nahrungsmittel für den Menschen, als Futtermittel für Tiere und zum Färben von Textilien eingesetzt. Doch dieses Wissen geriet im Laufe der Zeit immer mehr in Vergessenheit. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie die antibiotische und kräftigende Wirkung von Bartflechten und Isländischem Moos nutzen können und lernen zahlreiche Arten der Verwendung kennen: als Kräuteröl, Salbe, Hautpflegeprodukt und Tee.

Kosten: € 118,00 TN-Beitrag, € 59,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Fr., 14. Nov. 2025, 13:00 bis 17:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz



© Trippi Andrea



Landwirtschaftliche Pilzzucht

Die Veranstaltung vermittelt Ihnen fundiertes Basiswissen, um erfolgreich mit der landwirtschaftlichen Pilzzucht zu starten. Sie lernen die Zucht von Austernpilzen und Seitlingsarten kennen, beschäftigen sich mit den notwendigen Zuchtbedingungen für gute Erträge und eine optimale Pilzqualität, mit dem ressourcenschonenden Zuchtzyklus sowie den technischen und räumlichen Anforderungen. Sie setzen sich mit Hygienevorschriften, Kostenkalkulationen und einer möglichen Bio-Zertifizierung auseinander.

Kosten: € 253,00 TN-Beitrag, € 86,00 TN-Beitrag gefördert*

Termine und Ort:

Kurs 1: Fr., 21. Nov. 2025, 09:00 bis 17:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz
Kurs 2: Fr., 06. Mrz. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz

© photo5000.stock.adobe.com

Obstbaumschnitt einfach & praktisch

Sie haben Obstbäume im Garten, aber keine Erfahrung mit dem Schnitt? Dann ist dieser Einsteigerkurs genau das Richtige! Nach einer kurzen Theorieeinheit üben Sie am Nachmittag unter fachkundiger Anleitung den Obstbaumschnitt direkt in der Praxis. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Kosten: € 98,00 TN-Beitrag, € 49,00 TN-Beitrag gefördert*

Termine und Ort:

Kurs 1: Fr., 21. Nov. 2025, 09:00 bis 15:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz
Kurs 2: Sa., 22. Nov. 2025, 09:00 bis 15:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz



© stock.adobe.com



„Unserer Geschichte auf der Spur...“

Einführung in die Hof- und Familiengeschichtsforschung

Dieses Seminar gibt wertvolle Anregungen, Tipps und vermittelt Ihnen Grundkenntnisse zur Erforschung der eigenen Hof- und Familiengeschichte. Sie erfahren, welche Möglichkeiten es gibt, um zu Informationen über die historische Entwicklung Ihres Hofes und Ihrer Familie zu gelangen, welche Institutionen dabei hilfreich sind, was Sie aus alten Schriftstücken und Dokumenten herauslesen können und wie Sie diese Puzzleteile am besten zusammenfügen.

Kosten: € 194,00 TN-Beitrag, € 66,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Mi., 26. Nov. 2025, 09:00 bis 16:30 Uhr, Steiermärkisches Landesarchiv, Graz

© Franz Jäger



Gewürze in ihrer ganzen Vielfalt erleben

Die vielfältigen Aromastoffe in Gewürzen sind wichtige Geschmacks-träger für Speisen und steigern deren Bekömmlichkeit. Im Theorieteil dieses Tagesseminars werden Fragen zu Sortenwahl, Anbau, Ernte, Lagerung und Konservierung und Wirksamkeit der Gewürze beantwortet. Im Praxisteil wird die Herstellung von pikanten und süßen Gewürzmischungen, wie z.B. von Senf, Ketchup, Suppenwürze, Blütenzucker, Kräuternessigen und Kräutersalz gezeigt.

Kosten: € 216,00 TN-Beitrag, € 108,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Do., 27. Nov. 2025, 09:00 bis 17:00 Uhr, Hügellandhalle, St. Margarethen an der Raab

© andriigorulko.stock.adobe.com

Webinar: Nachhaltig mit Grüner Kosmetik - Pechsalbe selber machen

Aktiver Austausch live mit Trainer:innen und Teilnehmer:innen In diesem Onlineworkshop lernen Sie, wie Harze von Nadelbäumen zu hochwertigen und intensiven Pechsalben verarbeitet werden. Dazu wird die Herstellung einer Fichtenpechsalbe direkt aus der Küche gezeigt. Sie erfahren wie universell diese Salbe eingesetzt werden kann. Neben einem theoretischen Exkurs, erfahren Sie außerdem wie Harze richtig gesammelt, gelagert und verarbeitet werden können.

Kosten: € 29,00 TN-Beitrag

Termin und Ort: Do., 04. Dez. 2025, 16:00 bis 17:30 Uhr, online



© Tina Rosenkranz



Zertifikatslehrgang Kräuterpädagogik

In erster Linie geht es in diesem Lehrgang um fundierte Kenntnisse über Wildkräuter, Wildgemüse und Wildobst, welche uns in der Region auf Schritt und Tritt begegnen. Altes Kräuterwissen mit neuen Forschungserkenntnissen wird in vielen Praxismodulen den Teilnehmer:innen anschaulich vermittelt.

Denn durch Nichtwissen werden viele Pflanzen, Blumen und Gräser oft zum unerwünschten, nutzlosen Unkraut degradiert.

Dauer: 160 UE

Kosten: € 1.794,00 TN-Beitrag, € 897,00 TN-Beitrag gefördert*

Starttermin und Ort: Do., 22. Jan. 2026, 08:30 bis 16:30 Uhr, Steiermarkhof, Graz

© stock.adobe.com

LFI Zertifikatslehrgang Green Care - Senior:innenbetreuung am Hof

Personen mit aktivem landwirtschaftlichem Betrieb, die ein niederschwelliges Betreuungs- und Freizeitangebot für ältere Menschen aufbauen möchten, erhalten bei diesem Lehrgang umfangreiches Wissen zur Umsetzung am eigenen Hof vermittelt.

Der Lehrgang wird in Kooperation mit dem LFI Kärnten veranstaltet. Die Kursblöcke finden zum Teil in der Steiermark, in Kärnten sowie online statt.

Dauer: 103 UE

Kosten: € 2.426,00 TN-Beitrag, € 825,00 TN-Beitrag gefördert*

Starttermin und Ort: Do., 22. Jan. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz



© ndabcreativ.stock.adobe.com



Pflanzendüfte – ätherische Öle und die Wasserdampfdestillation

In diesem Workshop erläutern wir die Wasserdampfdestillation als das wichtigste Herstellungsverfahren von ätherischen Ölen. Bei manchen Pflanzen ist es möglich, auch mit einer kleinen Heimdestille ätherisches Öl aus ihnen zu gewinnen. Nach einem theoretischen Input wird Schritt für Schritt der Vorgang der Destillation erläutert. In einem Praxisteil zeigt die Referentin den Aufbau der Destille und den Vorgang der Destillation.

Kosten: € 96,00 TN-Beitrag, € 48,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Do., 29. Jan. 2026, 14:00 bis 18:00 Uhr, Seminarbauernhof Flitsch-Höllner, St. Marein bei Graz

© Andrea Bregar



© Brajan-Treitler

Alles Seife

In diesem Seminar erhalten Sie eine Einführung in die Rohstoffkunde und experimentieren mit Kräutern, ätherischen Ölen und natürlichen Farbstoffen. Sie versuchen sich in der Herstellung von Schmierseife, Aromaduschen auf Zuckertensidbasis, Waschpasten sowie einem Blattlausmittel und einem Fettlöser. Dieser Kurs liefert einen wertvollen Beitrag zur Wiederentdeckung alten Wissens und zur Nutzung heimisch nachwachsender Rohstoffe.

Kosten: € 216,00 TN-Beitrag, € 108,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Do., 12. Feb. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr, Hügellandhalle, St. Margarethen an der Raab

Von Null auf Bauernhof – und jetzt?

Der Lehrgang zu den Impulsvorträgen von „Plötzlich Bäuerin“.

Du bist neu am Hof – durch Rückkehr, Quereinstieg oder Partnerschaft – und willst deinen Weg als Bäuerin aktiv gestalten?

Im fünftägigen Seminar bekommst du das nötige Wissen: von Agrarpolitik, Betriebswirtschaft und Absicherung bis zu Kommunikation, Rollenklärung und unternehmerischem Denken. Entdecke Erwerbskombinationen, Kooperationen und werde Teil einer starken Gemeinschaft. Bäuerin sein heißt mitgestalten – dein Neubeginn startet hier!

Kosten: € 1.047,00 TN-Beitrag, € 356,00 TN-Beitrag gefördert*

Startermine und Ort: Do., 05. Mrz. 2026, Steiermarkhof, Graz



© Halfpoint.stock.adobe.com



© Max d. Photography.stock.adobe.com

Kombucha und Kefir

Tauche ein in die faszinierende Welt der Arbeit mit Mikroorganismen und entdecke die Kunst der Fermentation. Dieser Workshop ist für alle gedacht, die sich für moderne Ernährungstrends interessieren. Von der Geschichte der Fermentation über detaillierte Arbeitsanleitungen bis hin zu vielfältigen Rezepten und wertvollen Tipps und Tricks erwarten dich umfassende Informationen über die gesundheitlichen Vorteile von Kombucha und Kefir.

Kosten: € 126,00 TN-Beitrag, € 63,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Mi., 11. Mrz. 2026, 09:00 bis 13:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz

Kräutertag 2026

Wir freuen uns, dass wir Ihnen an diesem Tag wieder neues und traditionelles Wissen über Kräuter und deren Anwendungsmöglichkeiten von unseren Kräuterexpert:innen vermitteln dürfen. Erläutert wird die Einzigartigkeit der Kräuter sowie die einfache und nachhaltige Wirkung. Sie erhalten wertvolle Informationen und starten mit viel Wissen in die neue Kräutersaison.

Kosten: € 96,00 TN-Beitrag, € 48,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Fr., 20. Mrz. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr, Hügellandhalle, St. Margarethen an der Raab



© behewa.stock.adobe.com



© Niko Reinberg

Bio-Shiitake Pilze auf Baumstämmen anbauen

Outdoor-Pilzzucht auf Baumstämmen ist günstig, ressourcenschonend und kann einfach umgesetzt werden. Gemeinsam produzieren wir Shiitake Pilzstämme in einer dafür konstruierten Anlage und erfahren Wissenswertes über den Anbau und dazugehörige Geräte. Alle Teilnehmenden bekommen einen selbst beimpften Shiitake Stamm inklusive Kulturanleitung. Ein Kurs für alle interessierten Personen!

Kosten: € 195,00 TN-Beitrag, € 65,00 TN-Beitrag gefördert*

Termine und Ort:

Kurs 1: Fr., 20. Mrz. 2026, 13:00 bis 16:00, Jaklhof, Kainbach bei Graz

Kurs 2: Fr., 17. Apr. 2026, 13:00 bis 16:00, Jaklhof, Kainbach bei Graz



© M.studio.stock.adobe.com

Das ABC der professionellen Konfitürenherstellung

Sie sind Einsteiger:in oder Profi? Ganz egal - starten Sie mit neuen Fähigkeiten in die Saison und kreieren Sie selbst unterschiedlichste Leckereien. In diesem Kurs geht es um die professionelle Herstellung von köstlichen Fruchtaufstrichen. Ob Marmelade, Konfitüre oder Chutney - Sie erfahren alles über die Herstellung der beliebten Fruchtaufstriche. Es wird gelernt, diskutiert und produziert!

Kosten: € 174,00 TN-Beitrag, € 59,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Mi., 01. Apr. 2026 13:00 bis 18:00 Uhr, FS Silberberg, Leibnitz

Workshop: Fermentieren von Gemüse und Kräutern

Fermentieren ist eine alte und sehr bewährte Methode, Gemüse und Kräuter zu konservieren. Vitamine, Mineralstoffe und Enzyme bleiben erhalten. Zudem ist der Geschmack von Sauergemüse einzigartig intensiv und höchst aromatisch. Diese traditionelle Konservierungsmethode ist kostengünstig, sehr nachhaltig und liegt voll im Trend. Nach einem kurzen theoretischen Überblick geht es auch schon ans Eingemachte.

Kosten: € 154,00 TN-Beitrag, € 77,00 TN-Beitrag gefördert*

Termine und Orte:

Kurs 1: Mi., 08. Apr. 2026, 09:00 bis 15:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz

Kurs 2: Mi., 13. Mai 2026, 09:00 bis 15:00 Uhr, 12-er-Haus, Pöllau



© Mjucha.stock.adobe.com



© Robert Kneschke.stock.adobe.com

Kräuterdetektive unterwegs...

Ein Seminar für Kräuterpädagog:innen, die ihr Kräuterwissen erlebnisreich an Kinder weitergeben möchten. Inhalte sind: kindergerechte Naturvermittlung, heimische Kräuter und Früchte, Erforschung der bunten Blütenwelt auf der Wiese und am Waldrand, eine Entdeckungsreise durch die duftende Welt der Kräuter nach dem Motto „Riechen, Schmecken, Tasten, Probieren, Lernen und Experimentieren“. Für alle, die Spaß und Freude am „Experimentieren“ und Spielen haben und Ihre Erfahrungen an Kinder weitergeben möchten.

Kosten: € 174,00 TN-Beitrag, € 87,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Do., 07. Mai 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr, Seminarbauernhof Flitsch-Höllner, St. Marein bei Graz

Natürliche Selbstversorgung: Tipps und Tricks für Garten und Balkon

Entdecken Sie die Freude des eigenen Anbaus, selbst auf begrenztem Raum! Ob Fensterbank, Balkon oder Terrasse - unser Workshop bietet Ihnen das Know-how, um Blumen, Kräuter, Obst und Gemüse in Gefäßen erfolgreich anzubauen. Erfahren Sie, welche Pflanzen sich eignen und erhalten Sie wertvolle Tipps zur Pflege Ihrer grünen Oase.

Kosten: € 106,00 TN-Beitrag, € 53,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Fr., 08. Mai 2026, 13:30 bis 18:30 Uhr, Gartenparadies Painer, Eggersdorf bei Graz



©stock.adobe.com



©vsnyder.stock.adobe.com

Der klimafitte Bauerngarten

Erfahren Sie in unserem Workshop, wie Sie Ihren Bauerngarten klimafit gestalten und sich auf die Herausforderungen des Klimawandels vorbereiten. Lernen Sie, welche Pflanzen besonders widerstandsfähig gegen Trockenheit sind, wie Sie den Boden optimal bearbeiten und welche weiteren Maßnahmen Sie ergreifen können, um Ihren Garten nachhaltig und zukunftssicher zu gestalten.

Kosten: € 114,00 TN-Beitrag, € 57,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Do., 21. Mai 2026, 14:00 bis 18:00 Uhr, 12er-Haus Pöllau



© behewa.stock.adobe.com

Die pflanzliche Hausapotheke

Sie stellen selbst eine kleine pflanzliche Hausapotheke her: Arnikatur, Hustensaft und Kräuterbitter helfen genauso wie Karmelitergeist und Sauwettertee über die kleinen Unzulänglichkeiten des Alltags hinweg. Anhand einer Hausteemischung wird auf die Prinzipien der Teekomposition genauso eingegangen wie auf die generellen Vorteile, Kräutertees zu trinken. Die Wirkungen der Pflanzen auf den Körper werden von Kopf bis Fuß besprochen.

Kosten: € 216,00 TN-Beitrag, € 108,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Do., 28. Mai 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr, Hügellandhalle, St. Margarethen an der Raab

Workshop: Einkochen

Beim Einkochen werden durch Erhitzen Lebensmittel haltbar gemacht, auch bekannt als Pasteurisieren. Mit den richtigen Kenntnissen und Geräten kann diese Arbeit sehr lohnend sein: Die Ernte kann sorgfältig konserviert werden und die Vorratskammer mit Schätzen aus dem eigenen Garten gefüllt werden. In diesem Kurs erhalten Sie nicht nur eine theoretische Einführung, sondern auch praktische Vorführungen, um das notwendige Wissen zu erlangen.

Kosten: € 154,00 TN-Beitrag, € 77,00 TN-Beitrag gefördert*

Termin und Ort: Mi., 17. Jun. 2026, 09:00 bis 15:00 Uhr, Steiermarkhof, Graz



© ACESTEEL.stock.adobe.com



© LightfieldStudios.stock.adobe.com

Flexibel weiterbilden - online & überall

Lernen, wann und wo Sie wollen: Die Onlinekurse des LFI bieten maximale Flexibilität – ideal für alle mit vollem Terminkalender. Am PC, Tablet oder Smartphone lernen Sie im eigenen Tempo mit interaktiven Übungen, Videos und Wissenschecks. Unsere Live-Onlineformate wie Webinare, Farminare® und Cookinare ergänzen das Angebot und bringen zusätzlichen Austausch durch Live-Chats und Diskussionen. Alles, was Sie brauchen: Internet, aktuellen Browser und Headset.

Jetzt entdecken: stmk.lfi.at/onlinekurse

LFI Information



Interessante Kursangebote und aktuelle Informationen finden Sie auf: stmk.lfi.at

LFI Steiermark
Hamerlinggasse 3, 8010 Graz
T 0316/8050 1305
E zentrale@lfi-steiermark.at

Besuchen Sie uns auch auf unseren Social Media Kanälen!

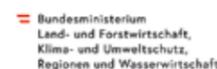


Achtung: Frühbucherbonus -10 %

Sichern Sie sich den Frühbucherbonus für **Zertifikatslehrgänge!** Bei Anmeldung einen Monat vor Kursstart erhalten Sie 10 % Rabatt!

*Informationen zum geförderten Personenkreis erhalten Sie unter: www.stmk.lfi.at/bildungsfoerderung

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union



Anmeldung und Information: LFI Steiermark, Hamerlinggasse 3, 8010 Graz, T 0316/8050 1305, zentrale@lfi-steiermark.at, www.stmk.lfi.at



... Kreativität in Gestaltung

„Kreativität ist Intelligenz, die Spaß hat.“ *Albert Einstein*

Gestalterische Tätigkeiten fördern nachweislich die Konzentration, wirken stress-reduzierend und stärken die persönliche Entwicklung. Unsere Kurse im Bereich Kreatives Gestalten bieten die Möglichkeit, neue Techniken kennenzulernen, den eigenen Ausdruck zu verbessern und in angenehmer Atmosphäre mit Gleichgesinnten schöpferisch tätig zu sein. Statt Leistung oder Perfektion stehen Experimentierfreude und der persönliche Zugang zum kreativen Tun im Vordergrund.



Mag.ª phil. Nicole Pötz

Verantwortliche für die Bereiche Kreatives Gestalten, Marketing, Persönlichkeit und Literatur
Tel.: 0316 8050-7102
nicole.poetz@steiermarkhof.at

FOTO PACHERNEGG



„Wir sind schöpferische Wesen, bewusst oder unbewusst, ob wir wollen oder nicht.“

Mag.^a Karin Siakkos



Mag.^a Karin Siakkos

Studium der Bildnerischen Erziehung und Germanistik, Künstlerin, Autorin, Vortragende und Elternbegleiterin, jahrzehntelange Erfahrung mit Workshops, Kursen, Seminaren, Sommercamps in vielen Bereichen des kreativen Ausdrucks sowohl in der Erwachsenenbildung als auch im Bildungssystem, breite künstlerische Tätigkeit mit Schwerpunkt auf Malerei und Keramik

BILD: PRIVAT

Mehr als „nur Kunst“

Warum kreative Ausdruckskraft kein Luxus, sondern menschliches Grundbedürfnis ist

In unserer modernen Welt tun wir kreativen Ausdruck gerne ein wenig beiläufig ab: „Es ist ja nur Kunst, das hab ich noch nie verstanden.“ – „Ich war noch nie kreativ und habe keinerlei Begabung.“ – „Ich hab' seit Jahrzehnten nichts mehr gemalt – das ist nichts für mich.“, diese Sätze höre ich in meiner Arbeit mit Menschen aller Altersstufen und mit unterschiedlichsten Hintergründen leider fast durchgehend. Und sie tun mir im Herzen weh.

Singen, sprechen, tanzen, malen ...

Kreatives Gestalten ist der Kern menschlicher Existenz – wir können praktisch nicht nicht kreativ sein! Wir sind schöpferische Wesen, bewusst oder unbewusst, ob wir wollen oder nicht. Wir singen, bevor wir sprechen, wir tanzen, bevor wir gehen und wir malen, bevor wir schreiben. Etwas Einzigartiges aus uns heraus erschaffen zu können, unterscheidet uns von der Tierwelt und nicht zuletzt auch (noch) von jeder künstlichen Intelligenz.

Jeder Mensch ist ein/e Künstler:in

Kreativität macht sich dabei immer und überall bemerkbar. „Jeder Mensch ist ein Künstler.“, sagte Beuys – und wurde damit oft missverstanden. Wir alle kreieren unsere Welt, jede Sekunde neu – alles, was wir tun, ist kreativer Ausdruck. Von der Art und Weise wie wir Entscheidungen treffen über unseren Kleidungsstil, unsere Handschrift, die Einrichtung, die wir wählen, bis hin zur Musik, die wir hören.

Neue Wege

Das Großartige dabei: Keine Ausdrucksweise ist besser als die andere, kein Mensch drückt sich jemals ident aus, keine Handschrift gleich sich. Selbst wenn wir absichtlich etwas nachahmen, werden wir immer unsere persönliche Note einbringen. Wir inspirieren

uns gegenseitig, wir stecken uns an mit Ideen und Möglichkeiten, wir lernen, dass es kein Scheitern gibt, denn wir entdecken durch angebliche Fehler neue Wege. Und genau das macht es so wundervoll: Wir sind einzigartig kreativ – miteinander!

Wertungsfreier Raum

Der Schwerpunkt meiner Arbeit ist es, mit Menschen jeden Alters, in- und außerhalb des Bildungssystems, einen wertungsfreien Raum für individuellen kreativen Ausdruck zu schaffen, eine Rückbesinnung und das Erinnern daran, was wir alle in unserem Kern immer schon waren, nämlich Schöpfer:innen. Ich will den Menschen Mut machen und sie dazu inspirieren, ihrem eigenen Inneren wieder zu vertrauen, ihre Freude am spielerischen Umgang mit Materialien, Farben und Formen auszugraben, ihr Selbstvertrauen zu stärken mit der Botschaft: Das, was aus dir heraus entsteht, ist gut, genau so wie du/es (b)ist. Das ist der Antrieb, die große Erfüllung, die ich empfinde, wenn ich Menschen dabei begleiten darf, die Freude am Tun wiederzuentdecken. Das begeisterte Leuchten in den Augen von Menschen zu sehen, die gespürt haben, dass das, was aus ihnen herauskommt, „schön“ ist, das ist meine „Droge“.

Yes, we can!

Wieso diese Erfahrung niemals „nur Kunst“ sein kann? Weil wir alle dieses zutiefst zufriedenstellende Gefühl, dass wir etwas Einzigartiges in die Welt bringen können, Eigenwirksamkeit (er)leben, in ALLE Bereiche unseres Lebens übersetzen können. Weil wir uns dann wieder zutrauen, etwas auszuprobieren, zu experimentieren, uns einzubringen, zu spielen und möglicherweise Großes zu erschaffen, gerade weil wir erfahren haben, dass wir es auch „im Kleinen“ können. Und deshalb kommt das Wort Kunst von können. Yes, we can!

Herbert Eisel

ist selbstständig seit 2015. Er kreiert Liköre, leitet Kurse im Korbflechten und repariert Körbe in seiner „Korbklinik“.

BILD: NICOLE PÖTZ

Brotkorb aus Weide

Das Korbflechten mit Weiden ist eine der ältesten Handwerkstechniken und erlebt derzeit einen großen Aufschwung. Viele Menschen wollen dieses Handwerk erlernen und ihren eigenen Korb flechten. In diesem Tageskurs zeigen wir Ihnen, wie Sie anhand der drei Grundflechttechniken einen kleinen Brotkorb herstellen können. Sie erfahren dabei Wissenswertes über Anpflanzung, Ernte und Aufbewahrung der Weide und bekommen Tipps, woher Sie diese beziehen können. Somit ist jede:r in der Lage, die Flechttechnik auch zu Hause auszuüben. Erleben Sie die Vielfalt und Freude, die die Flechtkunst in uns zum Ausdruck bringt.

Mitzubringen

Schurz, strapazierfähige Kleidung, Gartenschere, Taschenmesser, 12 Wäscheklammern

Kosten

€ 107,- inkl. Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen

9 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termine

Fr., 17. Okt. 2025, 13:00 bis 22:00 Uhr
Sa., 18. Apr. 2026, 08:30 bis 17:30 Uhr



Mag.^a Karin Siakkos

Studium der Bildnerischen Erziehung, langjährige Unterrichtserfahrung an privaten und öffentlichen Schulen im In- und Ausland, Leitung der KREATIVwerkstatt am MITANANDA H.O.F. (www.mitanandahof.com)

BILD: KARIN SIAKKOS

Mandalas – meditative Gestaltung

Mit wenigen grundlegenden Bausteinen mitten hinein in eine jahrtausendealte Tradition aus vielen Kulturkreisen rund um die Welt! Gemeinsames meditatives Gestalten von farbenfrohen Mandalas – vom Entwurf über die Konstruktion bis hin zur selbst gewählten Ausgestaltung mit Buntstiften und wasserfestem Fineliner. Unserer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt, alles ist möglich – von strenger Geometrie bis hin zu freifließenden Pflanzenformen, von klein bis groß, monochrom oder das gesamte Spektrum des Regenbogens. Zudem beschäftigen wir uns mit der fachgerechten Nutzung von qualitativ hochwertigen Buntstiften und der Erstellung von Farbverläufen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Mitzubringen

Bleistift, Geodreieck, Radiergummi und Zirkel, sofern vorhanden auch gerne eigene, gute Buntstifte.

Kosten

€ 45,- exkl. € 10,- Materialkosten (Kursunterlagen, Papiere und Stifte werden zur Verfügung gestellt)

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Do., 6. Nov. 2025, 18:00 bis 21:00 Uhr

Monika Farkas, MAS

Sozialmanagerin, Kräuterpädagogin und Grüne-Kosmetik-Pädagogin, Waldorf-Mama, seit einigen Jahren leidenschaftliche Nadelfilzerin und Ausstellerin bei Kunsthandwerksmärkten

BILD: MONIKA FARKAS

Krippenfiguren einmal anders – Nadelfilzen mit Schafwolle

Passend zur Adventzeit gestalten wir zauberhafte Krippenfiguren aus Schafwolle, die weich und warm zum Angreifen einladen. Mithilfe der Nadelfilztechnik entstehen nach Vorlage oder eigenen Ideen die Heilige Familie und weitere Krippenfiguren. Wir brauchen dazu lediglich eine Filznadel und einen weichen Untergrund, schon können wir beginnen. Schritt für Schritt erlernen wir die Technik des Nadelfilzens. Das Material wird zur Gänze von der Referentin zur Verfügung gestellt. Stimmen Sie sich ein auf die besinnliche Zeit und erleben Sie die Faszination in der Gestaltungsvielfalt von kardierter Schafwolle.

Kosten

€ 55,- exkl. € 12,- Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen

4 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termin

Mi., 12. Nov. 2025, 17:00 bis 21:00 Uhr



Maria Pachler

... hat die kunstvolle Welt der Zwirn- und Posamentenknöpfe zu ihrem Herzensprojekt gemacht.

BILD: MARIA PACHLER

Zwirnknöpfe kunstvoll wickeln – altes Handwerk neu entdecken

Zwirnknöpfe – kunstvoll von Hand gewickelte Knöpfe aus Garn – gehören zu den fast vergessenen Handwerkstechniken. Ursprünglich als praktische Verschlüsse für Bettwäsche verwendet, erleben sie mittlerweile eine Renaissance als bunte Kunstwerke und bieten eine Vielzahl an Gestaltungs- und Verwendungsmöglichkeiten. Anhand des einfachen Wäscheknopfes wird die Grundtechnik des Knöpfelns anschaulich vermittelt. Diese bildet die Basis für jeden weiteren Zwirnknopf. Mit diesem Wissen gestalten Sie die ersten Zwirnknöpfe, schmücken sie mit bunten, dekorativen Zierstichen aus und vollenden sie zu einem attraktiven Kunstwerk.

Mitzubringen

Stumpfe Nadel, Schere

Kosten

€ 75,- inkl. Material

Dauer/Teilnehmer:innen

3,5 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termin

Do., 20. Nov. 2025, 18:00 bis 21:30 Uhr

Übernachten Sie bei uns – als Seminarteilnehmer:in erhalten Sie **15 % Rabatt**



NEU

Stelle deine Zero-Waste-Produkte selbst her

Dieser Workshop ist eine Kombination aus „Zero Waste Haushalt“ und „Zero Waste Badezimmer.“ Vermittelt werden die Grundlagen und die Bedeutung des „Zero Waste Ansatzes“ sowie die Herstellung von Produkten. Gezeigt wird, wie man pflegende, verpackungsfreie Körperpflegeprodukte und natürliche Reinigungsmittel selbst herstellt – mit Kräutern, Ölen und der Kraft der Natur. Dabei entstehen nachhaltige Zero-Waste-Geschenke, die Weihnachten sinnvoller und umweltfreundlicher machen. Was sonst im Altpapier landet, wird zu liebevoll gestalteter Zero-Waste-Weihnachtsverpackung. „Gemeinsam für eine bessere Zukunft!“ – ich teile meine Zero Waste Leidenschaft, um gemeinsam nachhaltige Veränderungen zu bewirken. Verschenken Sie dieses Jahr selbst hergestellte Pflegeprodukte zu Weihnachten. Viele Ideen und Anregungen warten auf Sie!

Gemeinsam stellen wir her:

- Lippenpflege
- Badebomben
- Zahnpasta
- Hautcreme
- Dusch Bar
- Shampoo Bar
- Allzweckreiniger
- Lavendel-Pulver
- Bienenwachstücher
- Waschmittel für die Wäsche
- Badezimmerreiniger
- Möbelpflege Öl

Kosten

€ 139,- exkl. € 29,- Materialkosten (hochwertige BIO-zertifizierte Rohstoffe etc.)

Dauer/Teilnehmer:innen

8 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Sa., 22. Nov. 2025, 10:00 bis 18:00 Uhr

Mstⁱⁿ Elisabeth Rois-Weissinger BSc.

Gründerin von „kopfüber“ und dipl. Zero-Waste-Coachin mit langjähriger Erfahrung in der Erwachsenenbildung
BILD: MARGIT KUNDIGRABER

Mag.^a Karin Siakkos

Studium der Bildnerischen Erziehung, langjährige Unterrichtserfahrung an privaten und öffentlichen Schulen im In- und Ausland, Leitung der KREATIVwerkstatt am MITANANDA H.O.F. (www.mitanandahof.com)
BILD: KARIN SIAKKOS

Handlettering – die Kunst der schönen Schrift

Ansprechende Schriftgestaltung, künstlerischer Ausdruck und die Anwendbarkeit im Alltag sind die Inhalte unseres Workshops. Wir erarbeiten gemeinsam zwei unterschiedliche Schriftarten und kombinieren diese, um hübsche Einladungskarten, Bilder, Poster, Menükarten und Aufsteller zu entwerfen. Wir probieren die unterschiedlichsten Lettering-Stifte aus und versuchen uns an verschiedenen Papieren. Alle Teilnehmer:innen bekommen die Basisausrüstung zum Handlettering sowie ein praktisches Skriptum und eine Übungsmappe mit nach Hause. Anfänger:innen und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.

Kosten

€ 49,- exkl. ca. € 15,- für drei Letteringstifte, Papiere, Karton, Skriptum und Mappe

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termine

Mi., 26. Nov. 2025, 17:00 bis 20:00 Uhr
Mi., 11. Mrz. 2026, 17:00 bis 20:00 Uhr



NEU

Maria Gabriele Propst

ist Schafbäuerin und führt einen „Schule-am-Bauernhof-Betrieb“, sie ist Gärtnerin und erfahrene Kräuterpädagogin.
BILD: LEXPIX

Dekorativer floraler Sternenzauber für den Advent

Diese Handarbeiten sind ein schönes Geschenk für die Advent- und Weihnachtszeit, die lange halten und viele Jahre Freude bereiten. Zum Aufhängen an der Wand, als Willkommensgruß an der Tür oder als Tischschmuck. Gemeinsam gestalten wir drei verschiedene florale Sterne!

Mitzubringen

Gartenschere und wenn vorhanden eine Klebepistole. Die benötigten Materialien stehen vor Ort ausreichend zur Verfügung.

Kosten

€ 75,- inkl. Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Mi., 26. Nov. 2025, 18:00 bis 21:00 Uhr

Renate Mempör

gelangte über Stricken, Nähen und Kreuzstich zum Stoffdruck – der Kreativvorrat für den Eigenbedarf ist gedeckt, daher erfolgen Auftragsarbeiten für Kreuzstich und Stoffdruck mittlerweile auf gewerblicher Ebene.
BILD: CAROLINE WAGNER

Stoffdrucke mit alten Modeln

Textilien mit Holz- und Metallmodellen zu bedrucken, ist ein sehr altes Handwerk und wieder im Trend. Sie erlernen die Verwendung der Holz- und Metallmodel und erhalten Tipps, wie Sie Ihre Textilien am besten bedrucken können. Lassen Sie sich von der Stoffdruckkunst mit alten Modellen verzaubern. Zum Bedrucken eignen sich Stoffe aus Naturfaser wie z. B. Leinen, Baumwolle, Viskose oder Seide. Alle Stoffe müssen vorgewaschen und gebügelt sein, da die Appretur im neuen Stoff die Farbaufnahme erschwert. Sie können selbstverständlich auch fertige Textilien wie z. B. Tischtücher, Schürzen, Blusen, Taschen etc., ebenso wie Stoffe, die für die weitere Verarbeitung bestimmt sind, bedrucken.

Mitzubringen

Verschiedenste Stoffe (am besten in hellen Farben), Borstenpinsel flach (2 cm Breite), Haarpinsel (Nr. 2), Maßband, Schere, Arbeitsschürze, Maltücher, Handbürste, Stoffreste für einen Probedruck, kleine Becher (200–:00 ml) zum Mischen der Farben, Stoffmalfarben der gleichen Marke (bitte selbst im Fachhandel besorgen)

Kosten

€ 85,- exkl. € 12,- für die Benützung der Modelle

Dauer/Teilnehmer:innen

8 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termine

Sa., 6. Dez. 2025, 09:00 bis 17:00 Uhr
Sa., 21. Mrz. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr



Persönlichkeit und Literatur

Ernährung und Gesundheit

Kreatives Gestalten



NEU

Mag.^a Karin Siakkos

Studium der Bildnerischen Erziehung, langjährige Unterrichtserfahrung an privaten und öffentlichen Schulen im In- und Ausland, Leitung der KREATIVwerkstatt am MITANANDA H.O.F. (www.mitanandahof.com)

BILD: KARIN SIAKKOS

Malen mit Naturpigmenten

Wir malen mit natürlichen, anorganischen Erdpigmenten, Kohle, Kreide und klassischen Bindemitteln wie Gummi Arabikum oder Ei. Wie die alten Meister stellen wir unsere Farben selbst her und staunen, welche Intensität solch einfache Materialien auf dem Papier entfalten können. Gemeinsam praktizieren wir intuitives Malen aus dem Bauch heraus, aus der Freude am Tun und am Experimentieren mit der Technik. Spielerisch tauchen wir ein in die Welt der Naturpigmente – lustvolles, haptisches Malen mit Mutter Erde! Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Materialien (Spezialpinsel, Pigmente, Kursunterlagen und Aquarellpapiere) werden zur Verfügung gestellt.

Kosten

€ 45,- exkl. € 20,- Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Do., 5. Feb. 2026, 18:00 bis 21:00 Uhr

Mst.ⁱⁿ Andrea Mandl-Binder

Schneidermeisterin, „SchneiderAtelier am Hof“, Haute Couture Austria Award

BILD: SOULPICTURES BY LARA MANDL

Dirndlschürze nähen – handgezogen und einzigartig

In diesem Kurs entsteht eine klassische handgezogene Dirndlschürze aus Baumwolle mit viel Liebe zum Detail. Die Teilnehmenden erlernen die traditionelle Ziehtechnik, den professionellen Zuschnitt sowie das exakte Zusammennähen der einzelnen Teile. Ob schlicht oder verspielt, dezent oder farbenfroh – jede Schürze wird zum Unikat und passt perfekt zum persönlichen Dirndl. Der Kurs eignet sich für alle Nähbegeisterten und alle, die ihr Können vertiefen möchten. Vorkenntnisse sind von Vorteil. Gemeinsam wird Schritt für Schritt ein Stück gelebte Tradition geschaffen. Hol' dein Dirndl aus den Kasten und mach' es mit einer neuen Dirndlschürze zum Hingucker!

Mitzubringen

Grundlegende Nähutensilien (Schere, Maßband, Nadeln etc.). Bringen Sie gern Ihren eigenen Stoff mit (1,20 m) oder wählen Sie vor Ort aus schönen Paketen der Steyrischen Zeugdruckerei.

Kosten

€ 90,- exkl. Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen

8 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termin

Sa., 7. Feb. 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr



NEU



Herbert Eisel

ist selbstständig seit 2015. Er kreiert Liköre, leitet Kurse im Korbflechten und repariert Körbe in seiner „Korbklinik“.

BILD: NICOLE PÖTZ

Weidenkorb mit Henkel – selbst geflochten

Das Korbflechten mit Weiden ist eine der ältesten Handwerkstechniken und erlebt derzeit einen großen Aufschwung. Viele Menschen wollen dieses Handwerk erlernen und ihren eigenen Korb flechten. In diesem Workshop zeigen wir Ihnen, wie Sie anhand der drei Grundflechtarten einen Weidenkorb mit Henkel herstellen können. Mit diesen Grundtechniken sind Sie in der Lage, alle Flechtwerke zu fertigen. Sie erhalten Informationen von der Anpflanzung bis hin zur Ernte und Aufbewahrung der Weiden und woher man diese beziehen kann. Erleben Sie die Vielfalt und Freude, die die Flechtkunst in uns entstehen lässt.

Mitzubringen

Schurz, strapazierfähige Kleidung, Gartenschere, Taschenmesser

Kosten

€ 190,- inkl. Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen

18 Unterrichtseinheiten,
Teilnehmer:innen: max. 10

Termin

Fr., 27. und Sa., 28. Feb. 2026,
08:30 bis 17:30 Uhr

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

Maria Pachler

ist begeisterte Handarbeiterin, entdeckte vor einigen Jahren das „Knöpfeln“ und hat darin ihre Passion gefunden.

BILD: MARIA PACHLER

Zwirnknopf „Lebensbaum“

Der Lebensbaum ist ein kraftvolles Symbol für Wachstum, Verbundenheit und Lebendigkeit. In diesem Workshop gestalten Sie Ihren persönlichen Zwirnknopf mit dem Motiv eines kunstvollen Lebensbaumes. Ob mit zarten Blüten, feinen Blättern oder in kräftigen Farben – Sie entscheiden, wie Ihr Baum aussehen soll. Schritt für Schritt entstehen einzigartige Kunstwerke aus Garn, die Tradition und Kreativität miteinander verbinden. Erfahrung im Knöpfeln ist von Vorteil, aber keine Voraussetzung. Neugierige, die Freude am Gestalten und Lust auf traditionelle Handarbeit haben, sind herzlich willkommen.

Mitzubringen

Stumpfe und spitze Nadeln, Schere

Kosten

€ 75,- inkl. Material

Dauer/Teilnehmer:innen

3,5 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termin

Mi., 11. Feb. 2026, 18:00 bis 21:30 Uhr



NEU

Persönlichkeit und Literatur

Ernährung und Gesundheit

Kreatives Gestalten

Arch.ⁱⁿ DIⁱⁿ Juanita Guerra Arellano
 Studium der Architektur in Kolumbien,
 leidenschaftliche Näherin, Fashion Design in
 England und Besitzerin von Juanita's Nähbox
 BILD: JUANITA GUERRA ARELLANO

Nähworkshop: frische Blusen für den Frühling selbst nähen



Willkommen zu unserem
 kreativen Nähworkshop
 im Steiermarkhof!
 Lassen Sie uns
 gemeinsam in den
 Frühling starten
 und einzig-
 artige hand-
 gemachte
 Blusen
 nähen,
 die Ihre
 Persönlichkeit
 und Ihren
 Stil perfekt
 widerspiegeln.
 In einer
 inspirierenden
 und kreativen
 Atmosphäre werden
 wir zusammen frische und
 einzigartige Blusen nähen, die

perfekt für die Frühjahrs- und Sommergarderobe
 sind. Unter fachkundiger Anleitung erlernen
 Sie die notwendigen Techniken und Tricks,
 um Ihre ganz persönliche Bluse zu gestalten
 und zu nähen. Starten Sie modisch in den
 Frühling mit einem selbstgemachten Unikat.

Mitzubringen

1,20 m Stoff Ihrer Wahl (leichter Baumwollstoff), 50 cm
 Bügelvlies für den Besatz, Nähmaschine, grundlegende
 Nähutensilien (Schere, Maßband, Nadeln etc.)

Kosten

€ 50,- exkl. € 15,- für Schnittmuster inkl. aller zusätzlich
 notwendigen Materialien (Knöpfe, Fäden etc.)

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
 Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Do., 12. Mrz. 2026, 18:00 bis 21:00 Uhr

Arch.ⁱⁿ DIⁱⁿ Juanita Guerra Arellano
 Studium der Architektur in Kolumbien,
 leidenschaftliche Näherin, Fashion Design in
 England und Besitzerin von Juanita's Nähbox
 BILD: JUANITA GUERRA ARELLANO

Näh deine eigene Clutch – praktisch und stilvoll

Man braucht keine große Tasche, sondern nur eine,
 die man selbst gemacht hat. In diesem Workshop
 nähen wir gemeinsam eine A4-große Clutch, die
 nicht nur praktisch ist, sondern auch ein echtes
 Statement. In inspirierender und angenehmer At-
 mosphäre lernen Sie unter fachkundiger Anleitung,
 wie Sie eine stilvolle, alltagstaugliche Tasche
 selbst nähen – ganz nach Ihrem Geschmack und
 passend zu Ihrem Stil. Ob als modisches Accessoire,
 als Begleiter für den Abend oder praktische
 Dokumententasche: Ihre selbst gemachte Clutch
 wird garantiert ein Unikat! Hier geht es nicht nur um
 Stoff und Nadel, sondern um die Freude am Tun, am
 Gestalten, am Schaffen mit den eigenen Händen.

Mitzubringen

Leder- oder Jeansnadel für die Nähmaschine.
 Nähmaschine (falls vorhanden, ansonsten stellen
 wir um € 25,- eine zur Verfügung), grundlegende
 Nähutensilien wie Schere, Maßband, Nadeln etc.

Kosten

€ 50,- exkl. Materialkosten: Kleine Tasche aus Jeansstoff
 mit kolumbianischen Applikation der Wayuu € 28,50.
 Große Leder Clutch mit kolumbianischen
 Applikation der Wayuu € 42,50.

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
 Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Mi., 15. Apr. 2026, 18:00 bis 21:00 Uhr

Stoffe erhalten Sie bei:

- T. O. Stoffe (Graz)
- Stoffwerkstatt Graz
- Iwinjak Stoffe & Nähzubehör (Knittelfeld)

Mit der Anmeldebestätigung des Kurses
 erhalten Sie **10 % Rabatt.**



NEU



NEU

Arch.ⁱⁿ DIⁱⁿ Juanita Guerra Arellano
 Studium der Architektur in Kolumbien, leidenschaftliche Näherin,
 Fashion Design in England und Besitzerin von Juanita's Nähbox
 BILD: JUANITA GUERRA ARELLANO

Make & Move – dein Yogaoutfit zum Selbernähen

Bewegung beginnt beim Wohlfühlen – und
 was wäre besser dafür geeignet als ein selbst-
 genähtes Yoga-Outfit, das nicht nur passt,
 sondern auch Ihren Stil widerspiegelt?
 In diesem Workshop nähen wir gemeinsam ein
 bequemes, stylisches Outfit für Yoga, Pilates
 oder einfach zum Entspannen. Leggings und
 Top – Sie entscheiden, was zu Ihnen und Ihrem
 Flow passt. Vermittelt werden Techniken für das
 Nähen mit dehnbaren Stoffen und Tipps, wie das
 Outfit auch beim Sonnengruß perfekt sitzt.
 In kreativer Atmosphäre und unter profes-
 sioneller Anleitung entsteht ein
 Unikat, das Sie mit Stolz tragen
 werden – handgemacht, funk-
 tional und ganz Sie selbst.

Mitzubringen

Für die Leggings 1,20 m Jersey Stoff,
 für das T-Shirt 1 m; grundlegende
 Nähutensilien (Schere, Maßband,
 Nadeln etc.), Nähmaschine (falls
 vorhanden, ansonsten stellen wir
 um € 45,- eine Overlock-Näh-
 maschine zur Verfügung),

Kosten

€ 60,- exkl. € 25,- für Schnitt-
 muster inkl. aller zusätzlich
 notwendigen Materialien
 (Knöpfe, Fäden etc.)

Dauer/Teilnehmer:innen

4 Unterrichtseinheiten
 Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Fr., 6. Feb. 2026, 17:30 bis 21:30 Uhr



Maria Gabriele Propst

ist Schafbäuerin und führt einen „Schule-am-Bauernhof-
 Betrieb“, sie ist Gärtnerin und erfahrene Kräuterpädagogin.
 BILD: NICOLE PÖTZ

Kreative Ideen aus eigener Papeterie

Handgeschöpftes Kräuterpapier mit Blüten
 und Blättern der Jahreszeit verzieren und
 dabei die unterschiedlichen Aromen, Farben
 und Formen der Pflanzen wahrnehmen.

- Papierbrei
- Papierherstellung
- abgautschen
- pressen, trocknen
- kreatives Gestalten

Wir gestalten Karten, Briefumschläge, Briefpapier,
 Geschenksverpackungen und Bilder, verarbeiten
 handgeschöpftes Papier variantenreich und
 erfahren dabei alles Wissenswerte über die
 einzelnen Arbeitsschritte im Herstellungsprozess.

Mitzubringen

Ein altes Leintuch, Bettwäsche oder Tischtuch aus
 glatter Baumwolle (wird zerschnitten), ein altes
 Badetuch und drei alte Handtücher, ein Nudelholz

Kosten

€ 65,- inkl. Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
 Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Do., 16. Apr. 2026, 18:00 bis 21:00 Uhr



NEU

Mstⁱⁿ Elisabeth Rois-Weissinger BSc.

Gründerin von „kopfüber“ und dipl. Zero-Waste-Coachin mit langjähriger Erfahrung in der Erwachsenenbildung
BILD: PEXELS

Lippenstift, Rouge und Lidschatten – individuelle Make-up-Kollektion aus eigener Hand

Natürlich schön – Ihr Einstieg in selbst gemachte dekorative Kosmetik. Sie haben bereits Freude am Selberrühren von Pflegeprodukten und möchten nun auch Make-up selbst herstellen? Kein Problem – in diesem Kurs zeige ich Ihnen, wie einfach es geht! Gemeinsam entdecken wir die wichtigsten Zutaten für dekorative Kosmetik. Sie lernen, wie man sorgfältig abmisst, richtig abfüllt und worauf es bei der Herstellung ankommt. Schritt für Schritt erhalten Sie hilfreiche Tipps, die Sie sicher durchs Rühren begleiten. Im praktischen Teil werden vier Make-up-Produkte Ihrer Wahl hergestellt – zum Beispiel Mascara, Lippenstift, Rouge, Lipgloss oder Foundation. Alles, was im Kurs entsteht, kann anschließend mit nach Hause genommen werden.

Der Workshop ist perfekt für Anfänger:innen geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig – nur Lust aufs kreative Ausprobieren!

Kosten
€ 88,- inkl. Skript und Rezepturen zum Nachmachen zu Hause, exkl. Rohstoffe und Leergebinde € 20,-

Dauer/Teilnehmer:innen
4 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin
Do., 5. Mrz. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

Herbert Eisel

ist selbstständig seit 2015. Er kreiert Liköre, leitet Kurse im Korbflechten und repariert Körbe in seiner „Korbklinik“.
BILD: NICOLE PÖTZ

Pflanzenkorb aus Weide – selbst geflochten

Sie lernen die Grundtechniken für alle Flechtwerke. Das Korbflechten mit Weiden ist eine der ältesten Handwerkstechniken und erlebt derzeit einen großen Aufschwung. Viele Menschen wollen dieses Handwerk erlernen und ihren eigenen Korb flechten. In diesem Tageskurs zeigen wir Ihnen, wie Sie anhand der drei Grundflechtarten einen Pflanzenkorb für Garten oder Terrasse herstellen können. Mit diesen Grundtechniken sind Sie in der Lage, alle Flechtwerke zu fertigen. Sie erhalten Informationen von der Anpflanzung bis hin zur Ernte, zur Aufbewahrung der Weiden und erfahren, woher man diese beziehen kann. Somit ist jede:r in der Lage, die Flechttechnik auch zu Hause auszuüben. Erleben Sie die Vielfalt und Freude, die die Flechtkunst in uns zum Ausdruck bringt.

Mitzubringen
Schurz, strapazierfähige Kleidung, Gartenschere, Taschenmesser

Kosten
€ 107,- inkl. Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen
9 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 10

Termine
Sa., 14. Mrz. 2026, 08:30 bis 17:30 Uhr
Sa., 9. Mai 2026, 08:30 bis 17:30 Uhr



Kreatives Gestalten



NEU

Monika Farkas, MAS

Sozialmanagerin, Kräuterpädagogin und Grüne-Kosmetik-Pädagogin, Waldorf-Mama, seit einigen Jahren leidenschaftliche Nadelfilzerin und Ausstellerin bei Kunsthandwerksmärkten
BILD: MONIKA FARKAS

Kleine Zauberwesen aus Schafwolle gefilzt

In diesem Workshop werden der Kreativität und der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Wir arbeiten mit kardierter Bergschafwolle und filzen mit der Nadel kleine Feen, Schutzengel, Märchenfiguren etc. – stehend oder auch zum Aufhängen. Die kleinen Wesen sind robust und z.B. für den Jahreszeitentisch sehr gut geeignet. Es könnte aber auch ein Mobile entstehen oder ein liebevoll selbst gemachtes Mitbringsel für einen Herzensmenschen. Sämtliches Material wird von der Referentin mitgebracht und steht reichlich zur Auswahl.

Kosten
€ 55,- exkl. € 12,- Materialkosten

Dauer/Teilnehmer:innen
4 Unterrichtseinheiten,
Teilnehmer:innen: max. 10

Termin
Mi., 29. Apr. 2026, 17:00 bis 21:00 Uhr

NEU

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

Mag.^a Karin Siakkos

Studium der Bildnerischen Erziehung, langjährige Unterrichtserfahrung an privaten und öffentlichen Schulen im In- und Ausland, Leitung der KREATIVwerkstatt am MITANANDA H.O.F. (www.mitanandahof.com)
BILD: KARIN SIAKKOS

Handlettering – Aufbaukurs

Für alle, die tiefer in die Welt der schönen Schriften und Schriftgestaltung eintauchen wollen. Im Kurs arbeiten wir mit verschiedenen Brush-Pens, verwenden einfache und effektive Techniken der farbigen Gestaltung (3D-Effekte, Hintergründe, Glanzlichter etc.) und versuchen uns in der Kombination von Schrift und einfachem Aquarell. Grundkenntnisse sind hilfreich, aber keine Voraussetzung.

Mitzubringen
Bleistift, Radiergummi, Geodreieck

Kosten
€ 49,- exkl. ca. € 15,- für drei Letteringstifte, Papiere, Karton, Skriptum und Mappe

Dauer/Teilnehmer:innen
3 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin
Do., 7. Mai 2026, 17:00 bis 20:00 Uhr



Persönlichkeit und Literatur

Ernährung und Gesundheit

Kreatives Gestalten



Maria Gabriele Propst

ist Schafsbäuerin und führt einen „Schule-am-Bauernhof-Betrieb“, sie ist Gärtnerin und erfahrene Kräuterpädagogin.

BILD: MARIA GABRIELE PROPST

Blumenkranzerl binden

Haarkranzerl und Armbändchen oder Kranzerl als Schmuck, beispielsweise um eine (Hochzeits-)Kerze herum oder zu einem Herz geformt...

Haarkranzerl und Armbändchen, ob für Erstkommunion, Hochzeit (Braut- oder Kranzdirndl), Polterrunde oder zum Aufsteigern – ein selbstgewickelt Haarkränzchen ist für Groß und Klein ein ganz besonders liebevoller Kopfschmuck.

Mitzubringen

Gartenschere

Kosten

€ 75,- inkl. Materialkosten (Bänder, Wellenring, Silberdrähte, Schmuckdrähte, Blumenschleier, Limonium, Wachsflower, Kräuter, Eukalyptus)

Dauer/Teilnehmer:innen

3 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Do., 7. Mai 2026, 18:00 bis 21:00 Uhr

Mag.ª Alexandra Kleindienst

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

BILD: PEXELS

Naturkosmetik – selbst hergestellt

In diesem Workshop werden wir der Frage nachgehen, warum Naturkosmetik so wirkungsvoll ist, welche Substanzen in der Naturkosmetik verwendet werden und wie Düfte und ätherische Öle hierbei eingesetzt werden können.

Wir werden gemeinsam natürliche Pflegeprodukte wie einen Lippenpflegebalsam, einen Badezusatz mit ätherischen Ölen, einen Körperbalsam aus Sheabutter, sprudelnde Badekugeln aus Kakaobutter, eine Körperbutter sowie ein selbst kreiertes Naturparfum herstellen.

Kosten

€ 104,- exkl. € 30,- Materialkosten und Skriptum

Dauer/Teilnehmer:innen

8 Unterrichtseinheiten
Teilnehmer:innen: max. 12

Termin

Sa., 30. Mai 2026, 09:00 bis 17:00 Uhr



„Sich kreativ zu betätigen fördert Problemlösungsfähigkeiten, reduziert Stress und stärkt das Selbstbewusstsein.“

Mag.ª phil. Nicole Pötz



Referent:innen Kreatives Gestalten



Herbert Eisel

ist selbstständig seit 2015. Er kreiert Liköre, leitet Kurse im Korbflechten und repariert Körbe in seiner „Korbklinik“.



Monika Farkas, MAS

Sozialmanagerin, Kräuterpädagogin und Grüne-Kosmetik-Pädagogin, Waldorf-Mama, seit einigen Jahren leidenschaftliche Nadelfilzerin und Ausstellerin bei Kunsthandwerksmärkten



Arch.ª DIª Juanita Guerra Arellano

Studium der Architektur in Kolumbien, leidenschaftliche Näherin, Fashion Design in England und Besitzerin von Juanita's Nähbox



Mag.ª Alexandra Kleindienst

Studium der Rechtswissenschaften an der Karl-Franzens-Universität Graz, zertifizierte Resilienztrainerin, Mentaltrainerin, dipl. Entspannungstrainerin, Aroma- und Kräuterpraktikerin



Mst.ª Andrea Mandl-Binder

Schneidermeisterin, „SchneiderAtelier am Hof“, Haute Couture Austria Award, jahrelange Erfahrung in einer traditionellen Grazer Schneiderei



Renate Mempör

gelangte über Stricken, Nähen und Kreuzstich zum Stoffdruck – der Kreativvorrat für den Eigenbedarf ist gedeckt, daher erfolgen Auftragsarbeiten für Kreuzstich und Stoffdruck mittlerweile auf gewerblicher Ebene.



Maria Pachler

... ist Pensionistin und hat die kunstvolle Welt der Zwirn- und Posamentenköpfe zu ihrem Herzensprojekt gemacht. Dieses kunstvolle alte Handwerk soll erhalten bleiben.



Maria Gabriele Propst

ist Schafsbäuerin und führt einen „Schule-am-Bauernhof-Betrieb“, sie ist Gärtnerin und erfahrene Kräuterpädagogin.



Mst.ª Elisabeth Rois-Weissinger, BSc.

Gründerin von „kopfüber“ und dipl. Zero Waste Coachin mit langjähriger Erfahrung in der Erwachsenenbildung



Mag.ª Karin Siakkos

Studium der Bildnerischen Erziehung, langjährige Unterrichtserfahrung an privaten und öffentlichen Schulen im In- und Ausland, Leitung der KREATIVwerkstatt am MITANANDA H.O.F. www.mitanandahof.com

FOTONACHWEISE DER PORTRÄTS IN REIHENFOLGE: HERBERT EISEL, GÜNTER LESNY, JUANITA GUERRA ARELLANO, ALEXANDRA KLEINDIENST, SOULPICTURES BY LARA MANDL, RENATE MEMPÖR, MARIA PACHLER, LEXPIX, MARGIT KUNDIGRABER, KARIN SIAKKOS

Filmpräsentation mit Isolde Leinholz

Termin

Mi., 15. Apr. 2026, 19:00 Uhr

Die filmische Dokumentation des Wirkens von Isolde Leinholz unterstützt den wichtigen Auftrag, lokale und regionale Künstler:innen sichtbar und greifbar zu machen. Der Film zeigt die Denk- und Handlungsweise der Künstlerin, einen Teil ihrer Werke in Bild, Stein und Holz im Entstehungsprozess sowie im Gespräch mit Dr.ⁱⁿ Tanja Gurke, wie auch ihre Ausstellungseröffnung im Kunst-, Kultur- und Bildungsverein Atelier12 in Graz.

Sweet 60 „Ein Huhn lässt Federn“ ART gerecht

Isolde Leinholz, geboren 1961 in Straß, lebt und arbeitet seit 1995 als freischaffende Künstlerin in Kalsdorf bei Graz. Sie studierte von 1983 bis 1988 an der Kunstakademie vor Beeldende Vormin in Tilburg (NL) und absolvierte 2005 eine Ausbildung zur Kreativtrainerin, Mal- und Gestaltungstherapeutin in Wien. Zudem nahm sie an vielen Bildhauersymposien im In- und Ausland teil. Leinholz hatte eine Reihe an Einzelausstellungen bzw. Ausstellungsbeteiligungen in Österreich, Deutschland, den Niederlanden und Italien. Bei vielen regionalen Projekten wie der steirischen Landesausstellung „Die Römer“, im Weberhaus in Weiz, im Kunsthaus Feldbach, im Knielyhaus in Leutschach und im Zehnerhaus in Radkersburg war die Künstlerin tätig und wurde zu Firmenausstellungen eingeladen. Eine Steinskulptur von ihr befindet sich im Kreisverkehr Hasendorf bei Leibnitz.

ISOLDE LEINHOLZ



WOLFGANG GANGL „ELEONORE“ – 2023



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

FOTO PACHERNEGG

... Kultur in Bewegung

Kunst für ALLE – ein demokratischer Kulturauftrag. Im Steiermarkhof wird jährlich über 75.000 Menschen ein niederschwelliger Zugang zur bildenden Kunst ermöglicht. Die Kunstvermittlung versteht sich dabei als Brücke zwischen Kunstschaffenden und einem vielfältigen Publikum – jenseits von sozialen, kulturellen oder weltanschaulichen Grenzen. In der Tradition einer offenen inklusiven Kulturarbeit sind unsere Ausstellungen und Veranstaltungen für alle Menschen kostenfrei zugänglich – unabhängig von Herkunft, Hautfarbe, Religion oder gesellschaftlichem Status. Denn Kunst gehört allen.

Kunst und
Kultur

„Die Kunst ist eine Vermittlerin des Unaussprechlichen“

Johann Wolfgang von Goethe verweist in seiner Aussage auf die Wirkung, die jegliche Art von Kunst nonverbal mitteilen kann.

Die vielfältige Sprache von Kunst setzt sich über die Schwelle einer notwendigen Begreifbarkeit hinweg. Durch das schier grenzenlose künstlerische Vokabular ist sie ein Sprachrohr für alle, die offen sind, sich inspirieren und weiterbilden zu lassen. Und sie kann bei ihrer Betrachtung weitere Bilder hervorrufen und damit mehr ausdrücken und bewirken, als sie es in ihrer augenscheinlichen Anwesenheit tut.

Am Puls der Zeit

Kunst und Kultur spielen im Steiermarkhof seit Jahrzehnten eine unverzichtbare Rolle. Sowohl das Ausstellungs- und Veranstaltungsprogramm als auch das Kursangebot für künstlerische Gestaltung weisen eine große Bandbreite auf, orientieren sich an nationalen wie internationalen Tendenzen und befinden sich stets am Puls der Zeit. Weiterbildung findet hier täglich statt und erreicht dabei die unterschiedlichsten Zielgruppen. Ist es einerseits die Möglichkeit, bei Ausstellungseröffnungen mit Künstler*innen ins Gespräch zu kommen und sich mit anderen Interessierten aus dem Kulturbereich auszutauschen, bietet das reichhaltige Ausbildungsprogramm andererseits die Möglichkeit, sich selbst kreativ auszudrücken und die eigenen technischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Das künstlerische Potenzial

Künstlerische Aktivitäten erlauben den Umgang mit Gefühlen, können mitunter eine therapeutische Wirkung haben und bestärken die Kraft, über sich hinaus zu denken, zu fühlen und zu arbeiten. Im Vertrauen



Dr. in Tanja Gurke
Kunsthistorikerin und
Kulturmanagerin
FOTO PACHERNEGG

auf das eigene künstlerische Talent und das Zulassen der individuellen Intuition können Werke realisiert werden, die man sich im Vorfeld noch gar nicht vorstellen konnte. Kunstwerke wirken wie Spiegel unserer Seele. Sie greifen Themen auf, die uns bewegen, erwecken Sehnsüchte, Ängste, Träume und Erinnerungen. In einem Gemälde, einer Skulptur, einer Fotografie, einem Video oder einer performativen Arbeit können wir uns selbst wiedererkennen und wiederfinden. Diese Resonanz zwischen Kunstwerk und Betrachtenden erzeugt eine emotionale Verbindung, die uns berührt und uns dazu animiert, selbst zu kreieren, die uns über uns hinauswachsen lässt.

Kunst als Mentorin

Wenn Kunst ein Bestandteil unseres Lebens wird, wird unser Dasein reich. Und wenn wir uns reich fühlen, kön-

nen sich plötzlich unendliche Türen öffnen, in uns wie in unserem Umfeld. Es braucht Mut und den ersten Schritt, um sich auf die Kunstwelt einzulassen, und es braucht Vermittlung, um Kunst zu verstehen. Im Steiermarkhof ist diese Schwelle niedrig, hier ist Begegnung auf Augenhöhe eine tägliche Selbstverständlichkeit. Kunst- und Kulturvermittlung basieren hier auf einem behutsamen Einführen in Theorie und Praxis, auf der Förderung von Vertrauen in das eigene kreative Tun und die Kraft, einen individuellen und persönlichen künstlerischen Ausdruck zu finden.

Herbert Soltys

Vernissage

Do., 11. Sep. 2025, 19:05 Uhr

Ausstellung

Fr., 12. Sep. bis Do., 9. Okt. 2025

Serienbrüche – das Werk von Herbert Soltys

Die Ausstellung Serienbruch steht exemplarisch für eine künstlerische Position, die sich als subversive Revision postmoderner Ästhetiken versteht. Soltys dekonstruiert tradierte Bildkonzepte, durchbricht serielle Wiederholung und verweigert sich damit der Reproduzierbarkeit visueller Konventionen. Seine figurativen Darstellungen operieren stets an der Schnittstelle zwischen gesellschaftlicher Kritik und existenzieller Befragung – sie sind Seismografen gegenwärtiger Zustände und öffnen zugleich den Raum für neue Wahrnehmungsweisen und visuelle Erzählformen. Soltys' Arbeiten wurden international in zahlreichen Museen und Ausstellungsinstitutionen in Europa und den USA gezeigt, was seine Bedeutung innerhalb des globalen Diskurses der Gegenwartskunst unterstreicht. In der steirischen Kunstlandschaft hat er durch raumgreifende Installationen wie Spielsinnenspiel im Rahmen des Steirischen Herbsts oder seine Turminstallation für das Festival La Strada markante Zeichen gesetzt und neue Maßstäbe im Umgang mit Raum, Materialität und Interaktion eingeführt.

„Mein Werk ist ein Serienbruch“, formuliert der Künstler selbst – ein prägnantes Bekenntnis zu einer künstlerischen Haltung, die sich dem linearen Fortschrittsglauben widersetzt und stattdessen Brüche, Widersprüche und Diskontinuitäten als produktive Impulse der Kunst anerkennt. In diesem Sinne ist Soltys' Schaffen nicht nur formal innovativ, sondern in hohem Maße auch gesellschaftlich relevant.



„Mein Werk ist ein Serienbruch“, formuliert der Künstler selbst – ein prägnantes Bekenntnis zu einer künstlerischen Haltung, die sich dem linearen Fortschrittsglauben widersetzt und stattdessen Brüche, Widersprüche und Diskontinuitäten als produktive Impulse der Kunst anerkennt. In diesem Sinne ist Soltys' Schaffen nicht nur formal innovativ, sondern in hohem Maße auch gesellschaftlich relevant.



PETER KRASSER

Benefizauktion Schule in Äthiopien

Benefizauktion

Do., 15. Jän. 2026, 19:00 Uhr

Ausstellung

Mi., 7. Jän. bis Do., 15. Jän. 2026

Auktion Schule Äthiopien

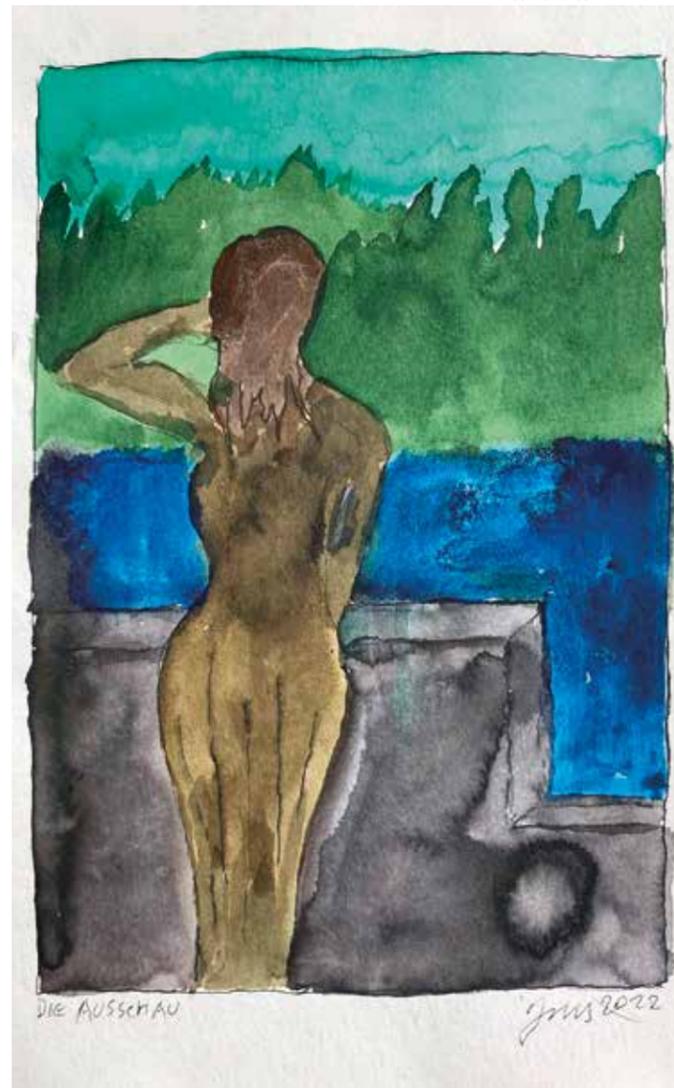
„Schule Äthiopien“ ist ein von Edith und Peter Krasser initiiertes humanitäres Projekt und hat zum Ziel, in Partnerschaft mit „Menschen für Menschen“ im Hochland von Äthiopien Schulen zu errichten, um Kindern die Möglichkeit zum Bildungserwerb und damit die Hoffnung auf eine bessere Zukunft in der Heimat zu geben. Bis 2027 sollen 21 Schulen für rund 25.000 Kinder in Betrieb sein. Die dafür notwendigen 4 Millionen Euro werden vorwiegend durch die Organisation von Benefizveranstaltungen wie z. B. die 16. Kunstauktion am 15. Jänner 2026 im Steiermarkhof aufgebracht. Der gesamte Erlös kommt dem Bau der Boreda Higher Primary School für 1.500 Schülerinnen und Schüler zugute, die mit rund 300.000 Euro im Hochland von Äthiopien geplant ist.

Spenden Sie für Schule Äthiopien!

Spendenkonto „Schule Äthiopien“:

Raiba Süd-Weststeiermark, AT91 3805 6000 0307 3038

www.schule-äthiopien.at



GÜNTER BRUS

DIE AUSSCHAU

EDUARD ANGELI



Benefizauktion Schule in Äthiopien

Isolde und Dieter Bornemann

Vernissage, Buchpräsentation

Di., 21. Okt. 2025, 19:00 Uhr

Ausstellung

Di., 14. Okt. bis Do., 23. Okt. 2025

Dieter Bornemann zeigt mit beeindruckenden Fotos die Verschwendung von Essen in privaten Haushalten in Österreich. Isolde Bornemann liefert dazu die Fakten und bietet Lösungen zum Abbau des kulinarischen Müllbergs.

Diese Ausstellung und das Buch machen die unglaubliche Verschwendung und die abstrakten Zahlen sichtbar und bieten Lösungen, Tipps und köstliche Rezepte mit „Restln“. Dieter Bornemann zeigt mit beeindruckenden Fotos die Verschwendung von Essen in privaten Haushalten in Österreich. Isolde Bornemann liefert dazu die Fakten und bietet Lösungen zum Abbau des kulinarischen Müllbergs. In einem Experiment haben elf Familien – mit großen und kleinen Kindern, junge und ältere Paare und eine Studentinnen-WG – vier Wochen lang notiert, was sie wegwerfen. Sie erzählen über ihre Erfahrungen und Erkenntnisse. Alle mussten außerdem bereit sein, sich mit den nachgekauften Lebensmitteln

AUFGEGESSEN! Isolde und Dieter Bornemann



fotografieren zu lassen. Und ein abschließender unangekündigter Blick in den Kühlschrank wurde ebenfalls fotografisch festgehalten. Viele waren begeistert von der Idee, einige haben aber abgewunken: „Wir werfen nichts weg!“, war oft zu hören. Die Statistik zeigt aber anderes. Rund 75 kg wirft laut Berechnungen der Universität für Bodenkultur in Wien (BOKU) jede Österreicherin und jeder Österreicher pro Jahr an Lebensmitteln zu Hause in den Müll – auch wenn die teilnehmenden Familien weit unter der Statistik mit dem Wegwerfen von Lebensmitteln blieben, kam ein ganz schöner Berg an Obst und Gemüse, Brot und Gebäck, Milchprodukten und Teigwaren vor die Kamera.



CHRISTIAN GROSS

Isolde und Dieter Bornemann

„Ein Kunstwerk ist gut, wenn es aus Notwendigkeit entstand. In dieser Art ihres Ursprungs liegt sein Urteil; es gibt kein anderes.“

150 Jahre Rainer Maria Rilke

Leben, Geduld, Arbeit und die bewusste Offenheit für Freude – diese Prinzipien waren für Rainer Maria Rilke nicht nur Wegweiser seines Lebens, sondern auch Grundpfeiler seiner poetischen Schöpfung. Geduld und Hingabe an die Arbeit, gepaart mit einer tiefen Sensibilität für die Schönheit des Augenblicks, prägten sein Dasein ebenso wie sein Werk. Diese Qualitäten verschmolzen in einer Dichtung, die in ihrer Präzision des Wahrnehmens und Benennens, in ihrem klaren Lobpreis der Existenz, zu einer zeitlosen kulturellen Errungenschaft wurde. Rilkes

Berufsvereinigung der Bildenden Künstler:innen Österreichs, LV Steiermark

1912 konstituierte sich im Wiener Künstlerhaus die Berufsvereinigung als Zentralverband der Bildenden Künstler Österreichs. 1950 wurde die alte Berufsvereinigung in Landesverbände unterteilt und der Zentralverband der Berufsvereinigung (BVZ) gegründet. Die BVBK fördert Kunstprojekte und Kulturaustausch, die von Mitgliedern initiiert werden oder in denen Mitglieder mitwirken, versucht Ausstellungsmöglichkeiten im In- und Ausland zu generieren, um die Arbeit der Mitglieder bekannt zu machen. Die BVBK veranstaltet im Jahr fünf Gemeinschaftsausstellungen, einschließlich einer Jugendausstellung, begleitend dazu werden Kleinkataloge produziert. Es gibt vierteljährlich ein Jour fixe und BVBK-News, um den Informationsfluss und die Transparenz der Arbeit der BVBK zu gewährleisten. 2020 zählte die BVBK 130 Mitglieder, die in den Gebieten Malerei, Grafik, Fotografie, Bildhauerei, Digitalkunst und Installation tätig sind. Seit 2024 ist Dr.ⁱⁿ Mag.^a Ulrike Schuster Präsidentin der BVBK Steiermark.



Präsidentin
Dr.ⁱⁿ Mag.^a Ulrike Schuster



Schriften und seine Lebenshaltung laden zu einer Haltung der Achtsamkeit ein, die das Miteinander-verstehen fördert. Gerade in einer Welt, die von Beschleunigung und Oberflächlichkeit geprägt ist, bieten sie eine dringend benötigte Ermutigung zur Besinnung und zur Würdigung der tieferen Dimensionen des Lebens. Seine Dichtung wird so zur Brücke zwischen den Menschen und erinnert daran, dass das Verweilen und Schauen ein Zugang zu wahrer Erkenntnis und menschlichem Verständnis ist.

Künstlerbund Graz

Der im Jahre 1925 ins Leben gerufene Künstlerbund Graz bildet mit seinen Persönlichkeiten und Aktivitäten ein wichtiges Element der kulturellen Identität des Landes sowie eine kulturschöpferische und kunstsinnige Institution, der es stets ein Anliegen ist, eine möglichst breite Streuung im stilistischen und technischen Bereich und somit eine Offenheit zu allen Kunstrichtungen zu halten. Der Künstlerbund verschafft seinen Mitgliedern ideale Möglichkeiten, sich in Graz und darüber hinaus zu präsentieren. Viele Künstler:innen, die Graz verließen, um im Ausland zu arbeiten, blieben dem Künstlerbund treu und bildeten so ein weitgespanntes Netzwerk, von welchem auch ihre Kolleginnen und Kollegen profitieren. Bedeutende Künstler:innenpersönlichkeiten wie Norbertine Bresslern-Roth, Leo Fellingner, Fred Hartig oder Werner Augustiner sind aus der Geschichte der Steirischen Moderne nicht wegzudenken.



Präsident
Harald
Mauerlechner



Sezession Graz

Die Sezession Graz ist die letzte Gründung innerhalb jener künstlerischen Bewegung, die man im mittleren Europa „sezeessionistisch“ nennt. Sie wurde 1923 von dem damals schon namhaften Maler Wilhelm Thöny sowie von den Malern Fritz Silberbauer und Alfred Wickenburg gegründet. Ausschlaggebend für die Gründung in Graz war die zeitnahe Kunst, die dem Lebensgefühl der damaligen Generation entsprach. Von Anfang an waren internationale Künstler:innen bei den Ausstellungen vertreten. Die Vielfalt der Ausdrucksformen zeigt die Spannweite der künstlerischen Möglichkeiten in einem Kunstverein. Nicht die künstlerische Gleichheit soll im Vordergrund stehen – die Verschiedenartigkeit der einzelnen Künstler:innenindividualitäten ist interessant und anziehend und bildet durch die hohe Qualität der Arbeiten eine Einheit.



Präsidentin
Edeltrud Arleitner



Vereinigung bildender Künstler Steiermark

In der Vereinigung bildender Künstler Steiermark haben sich 1899 Künstler:innen zusammengeschlossen, um ihre Kunst unabhängig präsentieren zu können. Viele namhafte Künstler:innen wie Thöny, Zoff, Ambrosi, Marie Egner etc. haben als Mitglieder und Gäste in den Ausstellungen der VBK ihre Werke gezeigt und das steirische Kunstleben nachhaltig geprägt. Die VBK arbeitete gemeinsam mit ihren Schwestervereinen schon ab 1909 intensiv an der Errichtung eines eigenen Künstlerhauses, das schließlich 1952, nach zahlreichen Rückschlägen, eröffnet wurde. Bis zur Umwidmung und Umbenennung 2021 ist das Grazer Künstlerhaus die Heimat der VBK gewesen. Künstlerisch konzentriert sich die VBK auf die Kernsegmente Malerei und Bildhauerei. So ist die VBK eine Heimat für Künstler:innen, die fernab des Zeitgeistes unbeirrt und mit großer Ernsthaftigkeit ihr Leben der Kunst widmen. Mit der Vielfalt der Künstler:innenpersönlichkeiten entstehen sehr individuelle Stilrichtungen, deren starke Ausprägung und zeitlose Qualität eine verbindende Klammer über die Mitglieder bildet.



Ausstellung Künstlerhof-Schau

Vernissage
Do., 30. Okt. 2025, 19:30 Uhr
Ausstellung
Fr., 31. Okt. bis Do., 18. Dez. 2025

Steiermärkischer Kunstverein Werkbund

Der Steiermärkische Kunstverein Werkbund (StKVWB) ist einer der ältesten Kunstvereine Steiermarks. Seine Geschichte geht bis zu Erzherzog Johann zurück. Gegründet wurde der Verein im Jahr 1865. Auch zahlreiche andere Künstler:innenvereinigungen sind auf den Kunstverein Werkbund zurückzuführen. Franz von Meran war der erste Präsident des Steiermärkischen Kunstvereins. Ihm folgten weitere bedeutende Persönlichkeiten, darunter der Grazer Bürgermeister Dr. Moritz Ritter von Schreiner und ab 1:00 der Archäologe August Franz Christian Wilhelm Gurlitt (1844–1905). Prof. Gurlitt förderte die Hinwendung zu modernen Strömungen in der Kunst und engagierte sich als wesentlicher Förderer der zeitgenössischen Grazer Kunst erfolgreich dafür, den namhaften deutschen Künstler Paul Schad-Rossa nach Graz zu holen, um die Moderne Kunst in der Steiermark zu etablieren. Der Steiermärkische Kunstverein Werkbund ist einer der Gründervereine des Künstlerhauses. Somit hat der Kunstverein in Zusammenarbeit mit Minister DDDr. Udo Illig wesentlich zur lokalen Kunstbewegung in Graz beigetragen. Unter der Präsidentschaft von Dir.-Rat Curt Schnecker (ab 1999) öffnete sich der Werkbund auch den Sparten der Objekt- und Materialkunst, der Keramik, Tapiserie, Glaskunst sowie der künstlerischen Fotografie und Musik. 2020 übernahm Dr. Bernd F. Holasek die Präsidentschaft.



Präsident
Dr. Bernd F. Holasek



Übernachten Sie bei uns – als Seminarteilnehmer:in erhalten Sie **15 % Rabatt**

Die Kraft der Weiblichkeit

Vernissage

Mi., 28. Jan. 2026, 19:30 Uhr

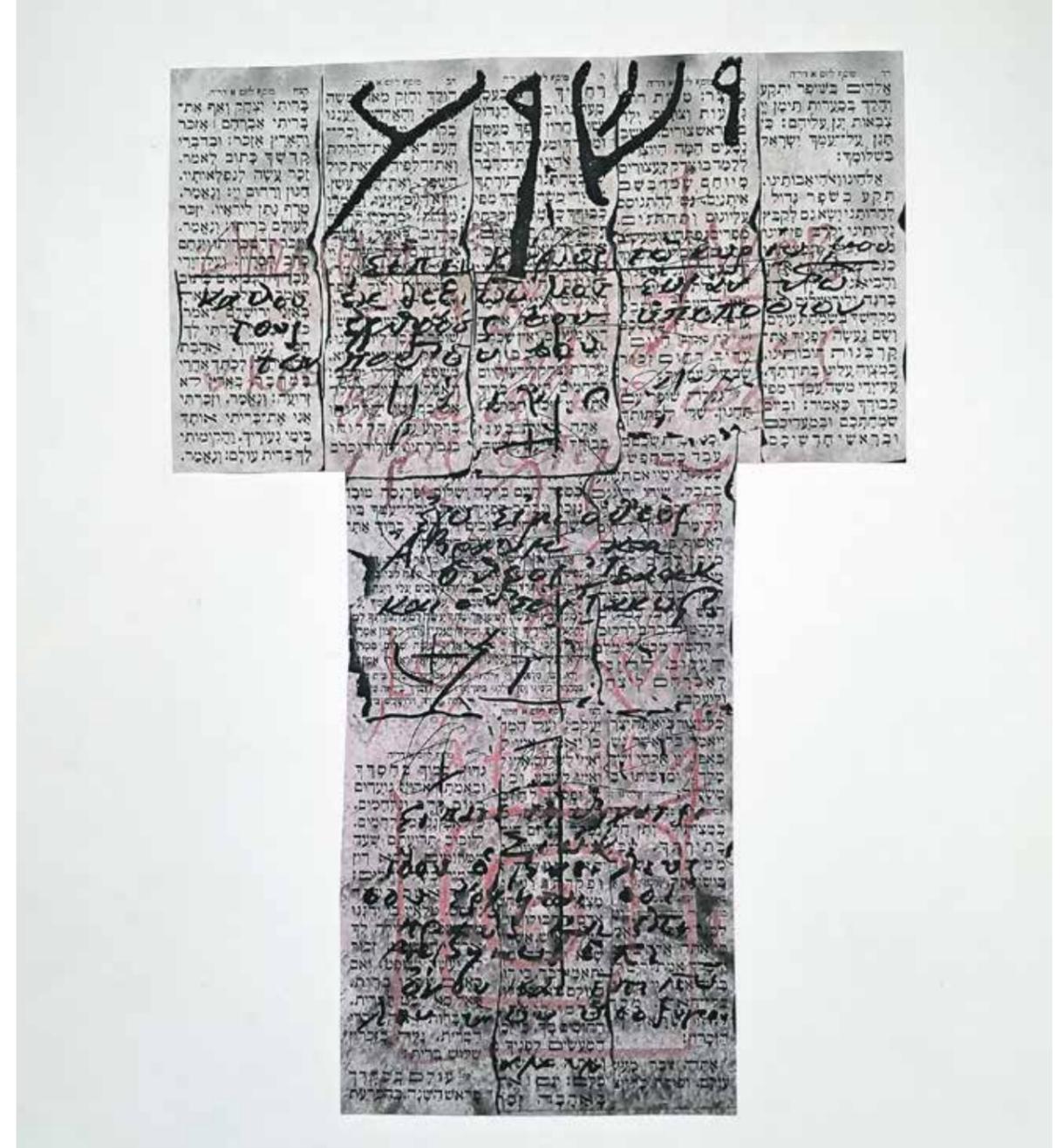
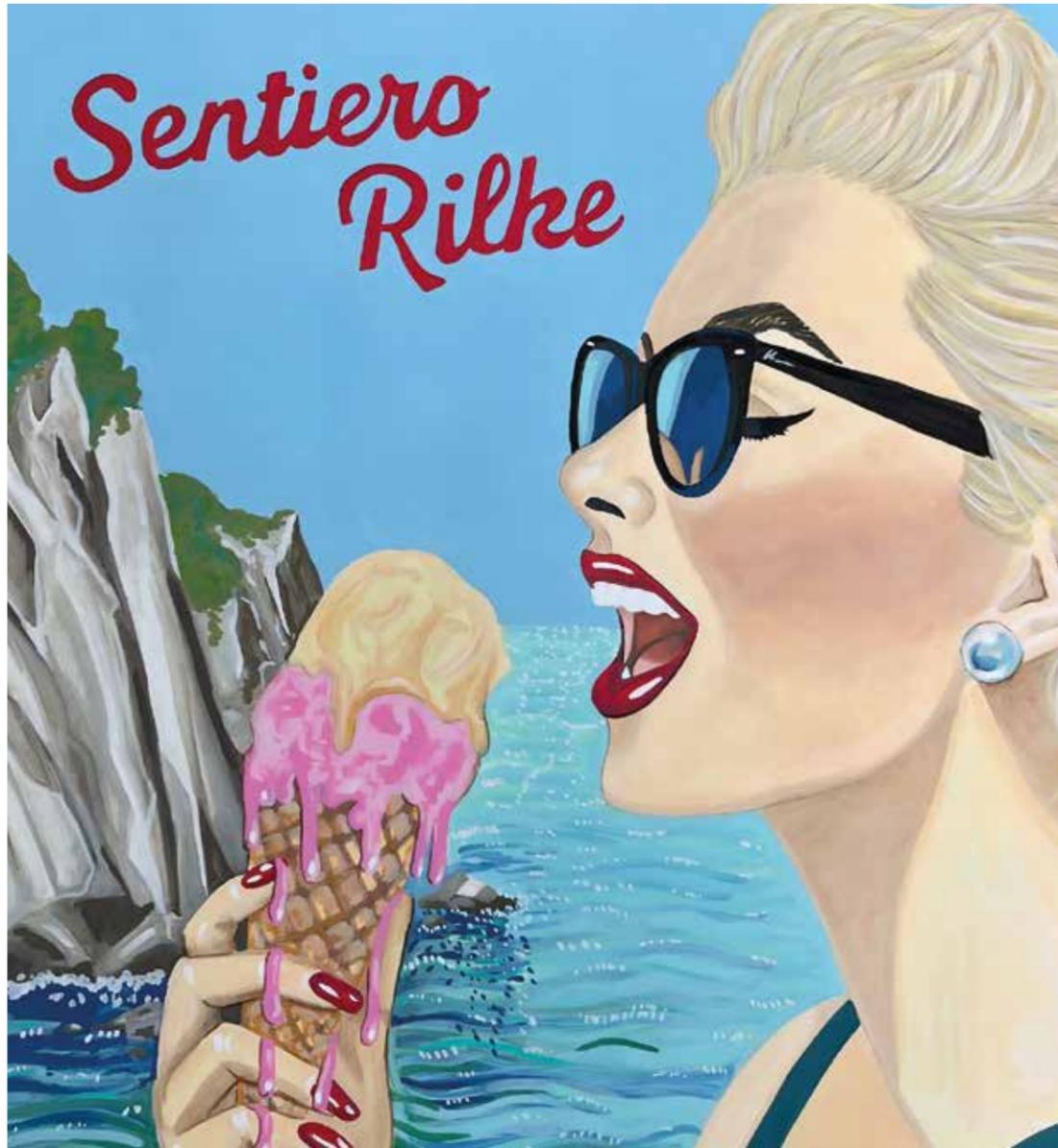
Ausstellung

Do., 29. Jan. bis Do., 19. Mrz. 2026

Die Kraft der Weiblichkeit – Rollenbilder, Körperlichkeit, Identität und Machtstrukturen

Die Ausstellung bietet einen umfassenden Einblick in die gegenwärtige Situation der zeitgenössischen Kulturlandschaft in der Steiermark und vereint rund 40 Werke von Künstlerinnen, die sich durch vielfältige mediale Ausdrucksformen und inhaltliche Zugänge auszeichnen. Diese künstlerischen Beiträge repräsentieren nicht nur ästhetische, sondern auch gesellschaftspolitische Aussagen und geben Einblick in ein vielschichtiges Selbstverständnis weiblicher Kunstproduktion. Ein zentrales Anliegen der Ausstellung ist es, die künstlerischen und kulturellen Leistungen von Frauen sichtbar zu machen und ihnen innerhalb des Kunstbetriebs eine repräsentative Plattform zu bieten. Die Werke thematisieren unter anderem Rollenbilder, Körperlichkeit, Identität, Machtstrukturen sowie den gesellschaftlichen Status von Frauen in der Kunst – sowohl im historischen Rückblick als auch in aktueller Auseinandersetzung. Viele der gezeigten Positionen werden provozieren, fordern heraus und regen zur kritischen Reflexion bestehender Konventionen an. Der Rezipient bzw. die Rezipientin wird eingeladen, sich in einen offenen, dialogischen Prozess mit den Arbeiten zu begeben. Dabei entsteht ein Resonanzraum, der individuelle Interpretationen zulässt und die künstlerische Auseinandersetzung als dynamischen und gesellschaftlich relevanten Prozess erfahrbar macht.

Carina Edler
Adrienne Egger
Valentina Eberhard
Larissa Holweg



ANTON KOLLER

Josef Fink

Vernissage

Do., 26. Mrz. 2026, 19:30 Uhr

Ausstellung

Fr., 27. Mrz. bis So., 10. Mai 2026

Josef Fink – Lebenszeichen

Josef Fink (1941–1999) war ein Künstler und Priester, dessen Werk tief von Spiritualität und der Suche nach Sinn geprägt war. Mit seiner einzigartigen Verbindung von Bild und Schrift hinterließ er ein künstlerisches Vermächtnis, das die großen Fragen des Lebens reflektiert: die Ursprünge, die Vergänglichkeit und die Hoffnung auf das Ewige. Zentrale Werkserien wie „Die Buchstaben des Lebens“ und „Jerusalem ist eine Hafenstadt am Ufer der Ewigkeit“ stehen exemplarisch für Finks künstlerische Spurensuche. Sie verbinden abstrahierte Schriftzeichen, persönliche Symbole und expressive Farbkompositionen zu einer eindringlichen Reflexion über die Verbindung von Mensch und Transzendenz. Seine Arbeiten sind geprägt von einem tiefen Respekt vor den kulturellen und spirituellen Ursprüngen, die er auf seinen Reisen und in seinen persönlichen Erfahrungen fand. Finks Werk wird in einem zeitgemäßen Rahmen präsentiert, der die unmittelbare Ausdruckskraft seiner Bilder hervorhebt. Die rahmenlose Inszenierung schafft Nähe und eröffnet neue Perspektiven auf sein Schaffen. „Zeichen der Ewigkeit“ würdigt einen Künstler, dessen Vielfalt und Tiefe auch heute noch berühren und inspirieren.

Ausstellungen in der Hofgalerie

Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur

Internationale Textilkunst Graz – 90 Jahre Renate Maak

Die Künstlerin und Professorin Mag.^a Renate Maak präsentiert im Steiermarkhof eine Auswahl ihrer Arbeiten zum Thema „Textile Points“. Die Ausstellung würdigt nicht nur ihr künstlerisches Schaffen, sondern auch ihren jahrzehntelangen Einsatz zur Entwicklung und Etablierung der Textilkunst als ernst zu nehmende zeitgenössische Kunstrichtung. Seit den 1980er-Jahren hat Maak durch die

Initiierung und Pflege internationaler Kooperationen maßgeblich zur transkulturellen Vernetzung im Bereich der Textilkunst beigetragen.

Insbesondere das erste Tapisseriesymposium im Jahr 1984

stellte in diesem Zusammenhang einen Meilenstein dar: Trotz erheblicher politischer Hürden nahmen Künstler:innen aus der damaligen Tschechoslowakei und dem ehemaligen Jugoslawien teil. Diese frühen Bemühungen um

künstlerischen Austausch trugen

dazu bei, kulturelle Barrieren zu überwinden und symbolische Brücken zwischen Ost und West zu schlagen – noch bevor sich entsprechende Entwicklungen in Politik und Wirtschaft vollzogen. Professorin Maak hat in den vergangenen 45 Jahren – trotz zahlreicher institutioneller wie gesellschaftlicher Herausforderungen – wesentlich dazu beigetragen, die Textilkunst sowohl konzeptionell als auch strukturell neu zu verorten. Ihrem nachhaltigen Engagement ist es zu verdanken, dass Graz heute als ein international anerkanntes Zentrum für zeitgenössische Textilkunst gilt.



Renate Maak

Vernissage

Mi., 4. Mrz. 2026, 19:30 Uhr

Ausstellung

Do., 5. Mrz. bis Mo., 18. Mai 2026

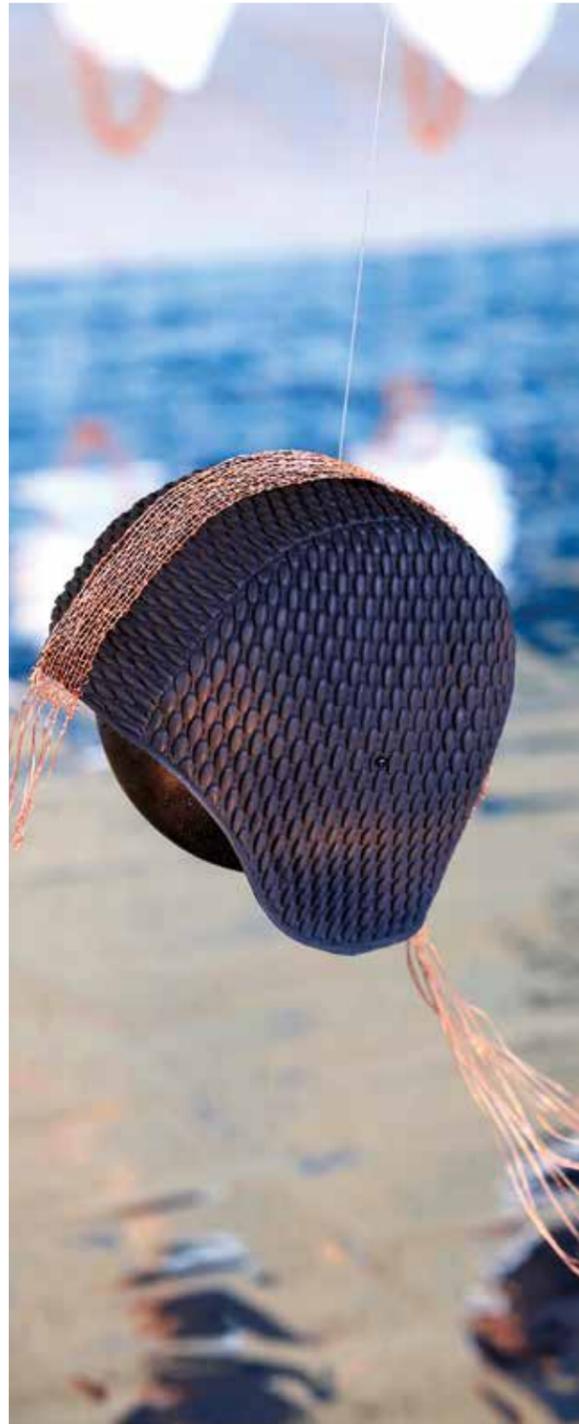


FOTO PACHERNEGG



Internationale Fotokunst

Vernissage

Mi., 27. Mai 2026, 19:30 Uhr

Ausstellung

Do., 28. Mai bis Do., 23. Juli 2026

Wolfgang Gangl – European Professional Photographer of the Year

Wolfgang Gangl ist eine der einflussreichsten Stimmen der zeitgenössischen Fotografie in Österreich und Europa. Die Arbeiten des international vielfach ausgezeichneten Fotografen sind in Ausstellungen auf der ganzen Welt zu sehen. Die gezeigten Bilder sind eine Sammlung aus seiner bewundernden und eigenwilligen Perspektive auf die Mode- und Porträtfotografie des 20. Jahrhunderts. Seine klare Vision des Chiaroscuro und seine sehr spezifische minimalistische Bildgestaltung, geprägt von seiner Vorliebe für geometrische Formen, zeichnen seine Arbeiten aus. Der 1977 in Vasoldsberg/Graz/Österreich geborene Fotokünstler Wolfgang Gangl fotografiert seit seiner frühen Kindheit. Damals waren es die Faszination für die einfache analoge Kamera, das Klicken und dann die Überraschung, wenn die Bilder vom Entwickeln zurückkamen, die das Interesse für die Fotografie auslösten. Die Faszination ist bis heute geblieben, auch als die analoge Kamera von damals gegen eine digitale Mittelformatkamera ausgetauscht wurde. In Anerkennung seiner herausragenden fotografischen Leistungen wurde der steirische Fotograf Wolfgang Gangl im Jahr 2025 in Kopenhagen mit dem Titel „European Professional Photographer of the Year“ ausgezeichnet. Mit dieser Ehrung schreibt Gangl ein bedeutendes Kapitel in der zeitgenössischen europäischen Kunstgeschichte.

WOLFGANG GANGL „TOXIC“ – 2023



Persönlichkeit und
Literatur

Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur



MIAS PHOTOART

My Playlist

Reinhard Summerer und das Blorchester des Johann Joseph Fux Konservatoriums – diese ideale Kombination garantiert dem Publikum einen schwungvollen Abend voller Höhepunkte der Unterhaltungs- und Filmmusik. Als Komponist und Arrangeur ist Reinhard Summerer in den verschiedensten postmodernen Stilrichtungen versiert, die er gemeinsam mit dem Blorchester des Konservatoriums in glänzende Klangwelten umzusetzen weiß. Ganz im Zeichen von „My Playlist“ werden viele persönliche Lieblingsstücke von Reinhard Summerer zum Besten gegeben.

Leitung

Reinhard Summerer

Termin

Do., 12. Feb. 2026, 19:30 Uhr



FOTOSTUDIO PACHERNEGG

Lieder und Weisen zur Vorweihnachtszeit – Weihnachtskonzert des Johann Joseph Fux Konservatoriums

Mittlerweile ist es eine liebgewordene Tradition, dass die Volksmusikklassen in den verschiedensten Besetzungen vorweihnachtliche Stimmung vermitteln. Zither-, Hackbrett- und Okarinamusik sowie Harmonika-, Streicher- und Bläserensembles schöpfen aus dem reichhaltigen Repertoire der traditionellen alpenländischen Volksmusik. Wie schon in den vergangenen Jahren wird auch 2025 die Programmabfolge durch einige Chorwerke ergänzt. Für eine besonders besinnliche Stimmung sorgen die von ORF-Moderatorin Caroline Koller vorgetragenen Weihnachtsgeschichten. Das Konzert wird von Radio Steiermark aufgenommen und zeitversetzt gesendet.

Moderation

Caroline Koller

Termin

Do., 11. Dez. 2025, 19:30 Uhr

Gospel-Night – Johann Joseph Fux Konservatorium

Was wäre Weihnachten ohne Gospelmusik, die es versteht, auf begeisternde Art und Weise Hoffnung zum Ausdruck zu bringen? Der Gospel- & Jazz Choir des Johann Joseph Fux Konservatoriums (unter der Leitung von Florian Groß) und die Styrian Voices aus der Ausbildungsklasse für Popgesang (unter der Leitung von Patrik Thurner) feiern das schönste Fest im Jahreskreis mit bekannten Gospelklassikern sowie einem speziell auf das Weihnachtsfest zugeschnittenen Programm, das zum Mitfeiern, Mitsingen und Mitswingen einlädt. Wir feiern die Ankunft des Erlösers, des „King of Kings“. Alle sollen erfahren, „that Jesus Christ is born“!

Leitung

Florian Groß, Patrik Thurner

Termin

Mi., 17. Dez. 2025, 19:30 Uhr



WETZELSDORF

Herbstkonzert 2025 – Trachtenkapelle Graz-Wetzelsdorf

Die Trachtenkapelle Graz-Wetzelsdorf lädt ein zum traditionellen Herbstkonzert, das in diesem Jahr schon zum 50. Mal im Steiermarkhof stattfindet. Wie schon in den vergangenen Jahren wollen wir unseren Gästen einen bunten Querschnitt von moderner sinfonischer bis hin zu traditioneller Blasmusikliteratur zu Gehör bringen. Die Trachtenkapelle Graz-Wetzelsdorf wurde 1949 gegründet. Neben den Ausrückungen für den eigenen Stadtbezirk und der Pflege der Blasmusiktradition legt sie ihr Augenmerk auf das Erarbeiten sinfonischer Blasmusik in verschiedenen Schwierigkeitsstufen sowie ganz besonders auf ihre Jugendarbeit.

Kapellmeister

Helmut Brandstätter

Blasorchesterproben

Jeden Mittwoch von 19:00 bis 21:00 Uhr

Termin

Sa., 15. Nov. 2025, 19:30 Uhr



CHRISTINE KIPPER



CHRISTINE KIPPER

On Stage! Preisträger:innenkonzert der Bläser- und Streicherwettbewerbe des Konservatoriums

Bühne frei für unseren hochkarätigen Nachwuchs! Das Konzert der Preisträger:innen des sechsten Bläserwettbewerbs sowie des fünften Streicherwettbewerbs des Johann Joseph Fux Konservatoriums präsentiert junge Ausnahmetalente auf der Bühne! Die beiden Wettbewerbe dienen der Förderung der jungen Virtuos:innen und begabten Nachwuchsmusiker:innen.

Termin

Do., 26. Feb. 2026, 19:30 Uhr

Gitarrenkonzert mit Zoran Dukić

Zoran Dukić, einer der bedeutendsten klassischen Gitarristen der Gegenwart, absolvierte seine Ausbildung in seiner Heimatstadt Zagreb sowie in Köln. Konzerte gab er bereits auf allen Kontinenten, wobei er in renommierten Konzertsälen wie der Carnegie Hall (New York), dem Tschaikowsky-Saal (Moskau), dem Palau de la Música Catalana (Barcelona) und dem Concertgebouw (Amsterdam) aufgetreten ist. Als Pädagoge wirkte er höchst erfolgreich am Königlichen Konservatorium für Musik in Den Haag, an der Escuela Superior in Barcelona und an der Hochschule für Musik in Aachen. Zudem ist er ein aktiver Kammermusiker und Gründungsmitglied des European Guitar Quartet, des Croatian Guitar Quartet und spielt im Duo mit Aniello Desiderio. Einspielungen auf diversen Labels in Deutschland, Spanien, Belgien, Brasilien und Kanada dokumentieren sein Schaffen.

Termin

Fr., 30. Jän. 2026, 19:30 Uhr



MELISSA KAVANAGH



PACHERNEGG

Next Generation – Jugendstreicherorchester und Kons Youth Wind Band in Concert

Vorhang auf für den begabten Nachwuchs! Das Jugendstreicherorchester des Johann Joseph Fux Konservatoriums hat in den letzten Jahren mehrfach auf sich aufmerksam gemacht und bereits eine Konzertreise nach Leipzig unternommen. 2025 wurde die Kons Youth Wind Band gegründet, die bei ihrem Antrittskonzert das Publikum im Steiermarkhof nachhaltig begeistert hat. Diese wunderbare Stimmung setzt sich nun fort, wenn sich die beiden Klangkörper, die sich aus dem Orchesternachwuchs des Johann Joseph Fux Konservatoriums zusammenfinden, von ihrer allerbesten Seite zeigen.

Jugendstreicherorchester des Johann Joseph Fux Konservatoriums

Leitung: Janez Krevel

Kons Youth Wind Band

Leitung: Wolfgang Tischhart

Termin

Di., 16. Jun. 2026, 19:00 Uhr

Solistinnen- und Solistenkonzert mit dem Sinfonieorchester des Konservatoriums

Klangvolle Werke der Orchesterliteratur bestimmen die Konzertabfolge. Die Solokonzerte geben den begabtesten Talenten des Konservatoriums die Möglichkeit, gemeinsam mit dem Sinfonieorchester des Johann Joseph Fux Konservatoriums aufzutreten.

Dirigent

Thomas Platzgummer

Termin

Mi., 10. Jun. 2026, 19:30 Uhr



CHRISTINE KIPPER

Konzerte im Steiermarkhof



CHRISTINE KIPPER

Operettenzauber und Opernklänge

Wie beeindruckend die Stimmen der jungen Gesangstalente aus dem Johann Joseph Fux Konservatorium sind, kann man beim abwechslungsreichen Konzertabend „Operettenzauber und Opernklänge“ erleben. Die jungen Sängerinnen und Solisten begeistern ihr Publikum durch unzählige Höhepunkte aus dem umfangreichen Repertoire an Opernhits. Nicht fehlen darf in der Programmabfolge ein Streifzug durch die Goldene und Silberne Operettenära. Schwungvolle Hits aus beliebten Musicalklassikern sorgen für einen stilistisch facetten- und inhaltlich abwechslungsreichen Konzertabend.

Es singen

Schüler:innen und Studierende der Gesangsklassen des Johann Joseph Fux Konservatoriums

Organisation

Nasrin Roßmann

Termin

Do., 7. Mai 2026, 19:30 Uhr

Musikalische Schmankerln – Frühlingskonzert der Volksmusik

Die Volksmusikklassen des Johann Joseph Fux Konservatoriums entlocken ihren Instrumenten besonders spannende, eingängige und virtuose Melodien, sodass ein wahrhaft mannigfaltiger Abend zu erwarten ist. So erklingen Zithermusi, Harmonikaduo, Tanzmusi, Dudelsack und Drehleier, Hackbrett- und Geigenmusi und viele andere Instrumente mehr neben einem Gesangsquartett. Dieser bunte Mix präsentiert die volksmusik-liche Vielfalt, sodass die unzähligen musikalischen Schmankerln das Publikum verzaubern. Dieses Frühlingskonzert lässt hörbar werden, wie innovativ, kreativ und eben auch cool unsere Volksmusik ist. Moderiert wird der Abend von Lisa und Karl Lenz, die die musikalische Darbietung mit ausgewählten Texten umrahmen.

Moderation

Lisa und Karl Lenz

Termin

Do., 21. Mai 2026, 19:30 Uhr



PACHERNEGG PHOTOGRAPHIE

Konzerte



Titelbild

© Jürgen Fuchs

Impressum/Offenlegung

Steiermarkhof Bildungsmagazin „ZEIT in Bildung“, Ausgabe 18, 2025/2026
Magazin für Bildung, Kreativität, Ernährung und Kultur
Herausgeber/Medieninhaber: Landwirtschaftskammer Steiermark,
Steiermarkhof BgA, Krottendorfer Straße 79, 8052 Graz
Leitung Steiermarkhof: DI Dieter Frei
Gesamtredaktion: Prof. Ing. Johann Baumgartner, MAS
Fachredaktion: Prof. Ing. Johann Baumgartner, MAS;
Elisabeth Pucher-Lanz; Mag.^a Nicole Pötz
Layout/Satz: Ronald Pfeiler, LK-Steiermark
Lektorat: Christina Schlemmer, BA (Textconsult)
Design/Idee: Ronald Pfeiler; Prof. Ing. Johann Baumgartner, MAS
Druck: Offsetdruck DORRONG OG, Graz
Website: www.steiermarkhof.at

Medium: Veröffentlichte Artikel werden im Bildungsmagazin Steiermarkhof lektoriert und redaktionell bearbeitet. Namentlich ausgewiesene Inhalte müssen nicht unbedingt der Meinung des Herausgebers entsprechen. Der Herausgeber übernimmt auch keine Verantwortung für Inhalte, Zitate oder Zahlen, außerdem distanzieren wir uns unmissverständlich von rassistischen, sexistischen, diskriminierenden und rechtswidrigen Inhalten bzw. Äußerungen. Gendern: Wir versuchen im Bildungsmagazin Steiermarkhof grundsätzlich geschlechtergerecht zu formulieren. Fotos, Ton- und Filmaufnahmen: Mit der Teilnahme an der Veranstaltung stimmen Sie der Anfertigung von Fotos, Ton- und Filmaufnahmen sowie deren Veröffentlichung zu. Im Sinne der Transparenz der DS-GVO: Sollten Sie das Bildungsmagazin Steiermarkhof, Einladungen oder weitere Informationen nicht mehr erhalten wollen, so geben Sie uns per Telefon, E-Mail oder Brief Bescheid. Ihre Daten werden darüber hinaus nicht an Dritte weitergegeben.

Geschäftsbedingungen „Weiterbildung“ der Kooperationspartner LFI Steiermark und Landwirtschaftskammer Steiermark BgA Steiermarkhof – Bildung und Kultur (Stand: 10. Februar 2025):

- Anmelde- u. Teilnehmerrichtlinien:** Die Reservierung der Teilnehmer:innenplätze erfolgt in der Reihenfolge der schriftlichen Anmeldeeingänge, die rechtsverbindlich sind. Bei unentschuldigtem Nichterscheinen am 1. Kurstag kann der Teilnehmer:innenplatz an eine/n weitere/n Interessentin/Interessenten vergeben werden. Die Teilnahmebestätigung wird nur dann ausgestellt, wenn mindestens 80% der Veranstaltungsdauer absolviert werden. Bei Live-Onlineveranstaltungen (Webinar, Farminar, Cookinar und Online-seminar/-workshop) kann eine Teilnahmebestätigung nur für eine Person je Endgerät ausgestellt werden.
- Zahlungsbedingungen:** Die Teilnahmegebühr ist bei Veranstaltungsbeginn fällig, bei Veranstaltungspaket 14 Tage nach Erhalt der Rechnung. Bei Onlinekursen ist die Teilnahmegebühr mit Zusendung der Zugangsinformationen fällig. Bei Bekanntgabe einer E-Mail-Adresse stimmt die/der Kundin/Kunde ausdrücklich zu, dass die Rechnung ausschließlich elektronisch an diese E-Mail-Adresse versendet wird.
- Stornogebühr:** Bei Veranstaltungen (ausgenommen Onlinekurse) wird bei Stornierung bis 14 Wochentage vor Veranstaltungsbeginn keine Stornogebühr verrechnet. Bei Abmeldung nach der genannten Frist verrechnen wir eine Stornogebühr von 50%. Bei sämtlichen Veranstaltungen wird bei Abmeldung am Kurstag, Nichtteilnahme, Abbruch oder bei einseitiger Beendigung durch die teilnehmende Person die gesamte Teilnahmegebühr in Rechnung gestellt. Bei Nominierung einer/s Ersatzteilnehmerin /Ersatzteilnehmers entfällt die Stornogebühr. Ist eine Teilnahme an Onlineveranstaltungen (ausgenommen Onlinekurse) aufgrund technischer Probleme nicht möglich, muss dies dem Veranstalter vor Veranstaltungsende nachvollziehbar mitgeteilt werden.
- Widerruf/Rücktritt:** Die/der Teilnehmende kann von einem im Fernabsatz geschlossenen Vertrag bzw. von einer im Fernabsatz abgegebenen Vertragserklärung (insbesondere Internet, E-Mail) ohne Angabe von Gründen schriftlich (per Brief oder E-Mail) zurücktreten. Die Rücktrittsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses (=Tag der Online-Buchung bzw. Tag der abgegebenen Vertragserklärung) und gilt als gewährt, wenn die/der Teilnehmende eine schriftliche Rücktrittserklärung innerhalb der Frist übermittelt. Für die Wahrung der Rücktrittsfrist ist es ausreichend, wenn die Erklärung vor Ablauf der Frist abgesendet wird (entscheidend ist das Datum des Postaufgabebescheines). Das Widerrufsformular finden Sie unter www.stmk.lfi.at/widerrufsformular und ist an folgende Adresse zu richten: LFI Steiermark, Hamerlinggasse 3, 8010 Graz oder per E-Mail an: zentrale@lfi-steiermark.at. Erfolgt die Anmeldung erst innerhalb von 14 Tagen vor Beginn einer Veranstaltung, erklären Sie ausdrücklich, dass mit der Dienstleistung vor Ablauf der Rücktrittsfrist begonnen werden soll. Sollte die Weiterbildungsveranstaltung schon vor einer etwaigen Rücktrittserklärung gestartet sein, werden die anteiligen Kosten dafür in Rechnung gestellt. Mit vollständiger Vertragserfüllung vor Abgabe einer Rücktrittserklärung verlieren Sie Ihr Rücktrittsrecht.
- Organisatorische Änderungen:** Wir behalten uns organisatorisch bedingte Änderungen aus zwingenden Gründen vor. Bei Absage von angekündigten Seminaren werden allenfalls vorab entrichtete Teilnahmegebühren refundiert. Ein weitergehender Schadenersatzanspruch wird – soweit der Schaden nicht durch den Veranstalter oder eine Person, für die der Veranstalter einzustehen hat, vorsätzlich oder grob fahrlässig verschuldet wurde – ausgeschlossen. Sollten öffentlich-rechtliche Regelungen bestehen, die die Durchführung der Veranstaltungen in der zum Anmeldezeitpunkt vorgesehenen Form unmöglich machen (z.B. aufgrund von Epidemien), behalten wir uns das Recht vor, die Veranstaltung abzusagen oder die Veranstaltungsform zu ändern (z.B. Online statt Präsenz). Sollte dies der Fall sein, werden die angemeldeten Personen rechtzeitig und in geeigneter Weise verständigt. Es können daraus jedenfalls – soweit gesetzlich möglich - keine Ersatzansprüche für entstandene Aufwendungen oder sonstige Ansprüche dem LFI gegenüber abgeleitet werden.
- Ausschluss von Kursteilnahme:** Der Veranstalter behält sich vor, im Einzelfall auch ohne Angabe von Gründen Personen oder Organisationen zu einer Veranstaltung nicht zuzulassen oder wegzuweisen, insbesondere dann, wenn nach unserer subjektiven Einschätzung das Erreichen der Veranstaltungsziele gefährdet ist.
- Personalisierte Teilnehmer:innenkarten, Veranstaltungspakete, Zugangsdaten:** Personalisierte Teilnehmer:innenkarten sowie Zugangsdaten zu digitalen Weiterbildungen sind nicht auf andere Personen übertragbar. Teilnehmer:innenkarten sind ausschließlich im angeführten Zeitraum gültig. Der Einzelpreis von in Paketen enthaltenen jedoch nicht beanspruchten Veranstaltungen kann nicht refundiert bzw. nicht bei Veranstaltungen außerhalb des Gültigkeitszeitraums geltend gemacht werden.
- Haftung:** Der Veranstalter übernimmt trotz sorgfältiger Prüfung keine Gewähr für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität von Kursunterlagen und sonstigen Publikationen und haftet nicht für die Richtigkeit der von der/dem jeweiligen Referentin/Referenten geäußerten Ansichten, Standpunkte, Rechtsmeinungen etc. Alle Inhalte vorbehaltlich Satz- und Druckfehler. Teilnehmende haften für Schäden, welche sie vorsätzlich oder fahrlässig verursacht haben. Der Veranstalter haftet nicht für Personen-, Sach- und Vermögensschäden der Teilnehmenden, die während einer Veranstaltung sowie auf den Wegen von und zu den Veranstaltungs-/Unterrichtsarten entstehen.
- Schulungsunterlagen und Aufzeichnungen von live-Online-Veranstaltungen:** Den Teilnehmenden überlassene Seminarunterlagen (analog wie digital) dürfen ohne ausdrückliche Genehmigung des Veranstalters weder vervielfältigt noch Dritten überlassen werden. Die Aufzeichnungen von live-Online-Veranstaltungen werden zeitlich begrenzt auf unserer Lernplattform <https://e.lfi.at> allen anwesenden Teilnehmer:innen zur Verfügung gestellt (alle nicht anwesenden Teilnehmer:innen schließt die zur Verfügung-Stellung nicht ein).
- Bildaufnahmen und Veröffentlichung:** Teilnehmende erklären sich einverstanden, dass Foto- und/oder Videoaufnahmen, welche im Zuge von Bildungsveranstaltungen entstehen und auf denen sie möglicherweise zu sehen sind, in diversen Print- und Online Medien (z.B. LFI-Bildungsprogramm, LFI-Websites, Medienberichte, Social-Media-Formate) veröffentlicht werden. Diese Einverständniserklärung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden. Der Widerruf gilt für alle zukünftigen Veröffentlichungen, nicht jedoch für bereits erfolgte Publikationen.
- Datenschutz:** Es gelten die Bestimmungen unserer Datenschutzerklärung. Die Datenschutzerklärung finden Sie auf der Website www.stmk.lfi.at/datenschutz.
- Gerichtsstand:** Das sachlich zuständige Gericht in Graz

Anmeldung für alle Kurse und Seminare:

Telefon: 0316 8050-1305, Fax: DW 1509; E-Mail: zentrale@lfi-steiermark.at
Anmeldezeiten: Mo. bis Do., 08:00 bis 16:00 Uhr, Fr., 08:00 bis 12:00 Uhr

Datenschutz: Der Steiermarkhof legt größten Wert auf den sorgfältigen Umgang mit personenbezogenen Daten. Aus diesem Grund folgt unsere Datenschutzpolitik dem Grundsatz der Wahrung des Datengeheimnisses. Ihre personenbezogenen Daten werden nur soweit verarbeitet, wie es für die Durchführung einer Veranstaltung notwendig ist. Quellen sind jeweils am unteren Ende der Seite bzw. beim betreffenden Objekt oder Artikel (Bild/Text) ausgewiesen. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, der Entnahme von Abbildungen, der Funksendung, der Wiedergabe auf fotomechanischem oder ähnlichem Wege und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Die gesetzlichen Schranken des Urheberrechts bleiben hiervon unberührt. Die vollständige Datenschutzerklärung finden Sie unter www.steiermarkhof.at/datenschutz

© 2025 by Steiermarkhof, Landwirtschaftskammer Steiermark



Ernährung und
Gesundheit

Kreatives
Gestalten

Kunst und
Kultur



„Kunst ist für mich, wenn sich in einem einzigen Augenblick das ganze Leben widerspiegelt.“
Johann Baumgartner

FOTOS: ARCHIV STEIERMARKHOF



Wählen Sie aus über 1.000 Bio-Produkten von mehr als 100 steirischen Bio-BäuerInnen.
 Dienstag & Donnerstag: 13 bis 18 Uhr,
 Freitag: 8 bis 18 Uhr, Samstag: 8 bis 13 Uhr
www.bionah.at

Bio-Bauernmarkt

Jeden Freitag von 12 bis 16 Uhr direkt vor dem Bionah Hofladen Grottenhof

Bio-Exkursionen

für Gruppen am Grottenhof - Anfragen unter info@bio-modellregionen.at

Krottendorferstraße 110, 8052 Graz
 Am Gelände der LFS Grottenhof
 +43 664 400 19 76



shop.bionah.at
 Onlineshop des Bionah Hofladens



www.bio-austria.at



©Bio-Entwicklungssteiermark / Kottgrottenhof

WIE SICH GUT GESCHÜTZT ANFÜHLT.

Unser umfassender Schutz in allen Lebensbereichen, von Österreichs meistempfohlener Versicherung.*
grawe.at/meistempfohlen



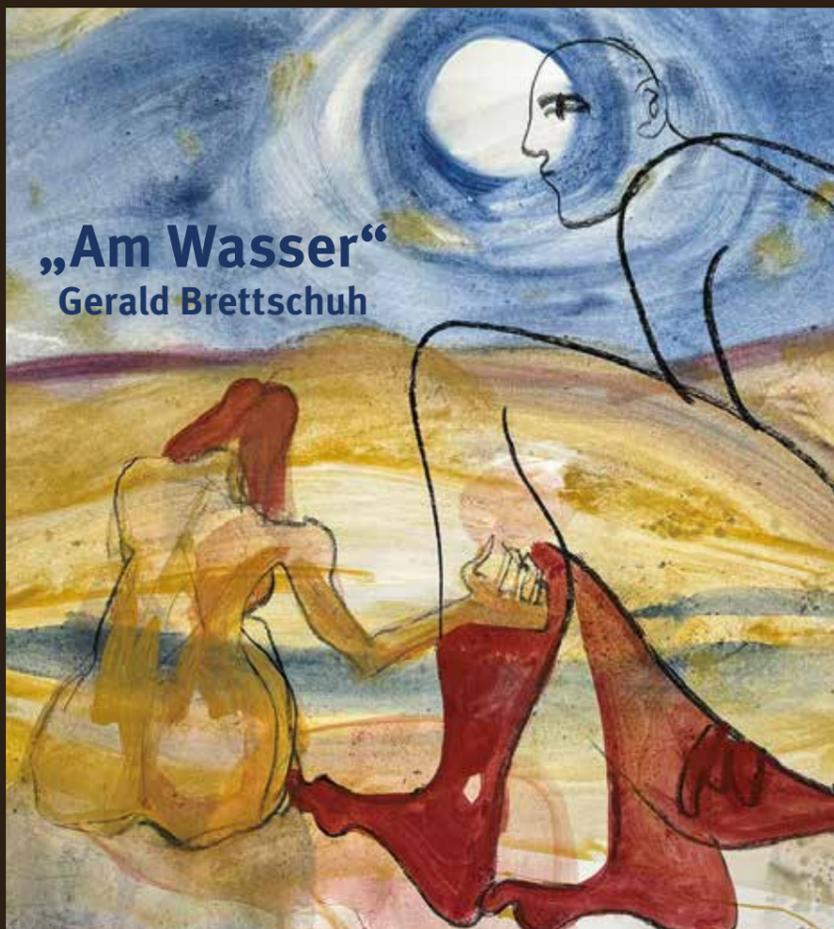
Höchste Qualität.
 Nicht nur am Papier.

DORRONG

Offsetdruckerei

Drucksorten für jeden Bedarf!
 Offsetdruck Bernd Dorrong e.U.

8053 Graz, Kärntner Straße 96, Tel. 0316/2602, Fax -34
 E-Mail: office@dorrong.at, www.dorrong.at



„Am Wasser“
 Gerald Brettschuh



Die *meistempfohlene* Versicherung Österreichs.



* Alljährlich werden in einer unabhängigen Studie (FMVÖ Recommender Award) Kund:innen von Versicherungen und Banken zu Zufriedenheit und Weiterempfehlungsbereitschaft befragt. Die GRAWE steht bei den Versicherungen bundesweit in der Gesamtwertung der Jahre 2016–2025 an erster Stelle: grawe.at/meistempfohlen



Murauer
Rein das Beste

MURAUER BIER.
Eine Verantwortung
mit Geschmack.

WEIL WIR WISSEN,
wo wir herkommen.
Und was wir weitergeben wollen...

Verwurzelt in der Landwirtschaft. Engagiert für die Zukunft.

Bei der Brauerei Murau ist Nachhaltigkeit kein Trend – sondern Tradition. Seit Generationen setzen wir auf regionale Rohstoffe aus der heimischen Landwirtschaft. Unsere Biere entstehen aus Gerste, Hopfen und Wasser – mit Herkunft, Handschlagqualität und einem tiefen Verständnis für den Wert des Bodens, auf dem alles gedeiht. **Unsere Braugerste stammt dabei zu 100 % aus dem Murtal.**

Doch wir denken weiter.

Wir denken Perspektiven brauen. Die Förderung von Bildung ist für uns eine Investition in die Menschen, die Region und die Zukunft. Ob durch Partnerschaften mit landwirtschaftlichen Fachschulen, Unterstützung von Ausbildungsprogrammen oder Praktika für junge Talente: Wir öffnen Türen, bieten Einblicke und schaffen Chancen.

Landwirtschaft und Bildung sind für uns keine getrennten Welten – sie sind zwei Seiten derselben Medaille: Verantwortung für heute. Gestaltung für morgen.



Foto: Werner Schöböl

www.murauerbier.at / www.privatbrauereien.at

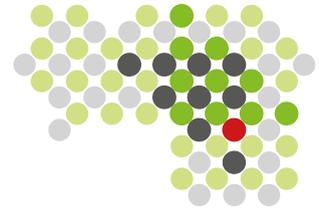


GEMEINSAM MEHR BEWEGEN.

**WIR MACHT'S
MÖGLICH.**



Mehr erfahren auf:
wirmachtsmoeglich.at



Ekkehard-Hauer-Straße 33
8052 Graz
T: +43(0)316/8050 DW 7111
F: +43(0)316/8050 DW 7151
office@steiermarkhof.at
www.steiermarkhof.at
www.facebook.com/steiermarkhof
www.instagram.com/steiermarkhof

Österreichische Post AG, SM 25Z044933 S
Landwirtschaftskammer Steiermark BgA Steiermarkhof,
Krottendorfer Straße 79, 8052 Graz