



MO, 6.12.2021, 9.00 Uhr bis DI, 7.12.2021, 12.00 Uhr

## Validation® nach Naomi Feil Level 1

### Lehrgang – Anwenderkurs

Validation ist eine Methode, um mit desorientierten, sehr alten Menschen zu kommunizieren. Diese Technik hilft, Stress abzubauen und ermöglicht diesem Personenkreis, Würde und Glück wiederzuerlangen. Validation basiert auf einem empathischen Ansatz und einer ganzheitlichen Erfassung des Individuums. Indem man „in die Schuhe“ eines anderen Menschen schlüpft und „mit seinen Augen sieht“, kann man in die Welt der sehr alten, desorientierten Menschen vordringen. Die Validations-Theorie hilft uns zu verstehen, dass viele Menschen mit der Diagnose Demenz vom Typus Alzheimer sich im Endstadium ihres Lebens befinden und danach streben, unerledigte Aufgaben aufzuarbeiten, um in Frieden zu sterben. Diese letzten Anstrengungen sind von wesentlicher Bedeutung, und Validations-AnwenderInnen können sie dabei unterstützen.

Für **Personen** aus dem gehobenen Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege und Pflegehelfer ist „Validation® nach Naomi Feil Level 1“ als Weiterbildungslehrgang nach GuK-WV, BGBl. II Nr. 453/2006 anerkannt und darf als Zusatzbezeichnung, Validation' geführt werden.

**1. Block:** MO, 6. bis DI, 7.12.2021

**Zwischentreffen:** FR, 18.2.2022

**2. Block:** DO, 24. bis FR, 25.3.2022

**3. Block:** DI, 14. bis MI, 15.6.2022

**4. Block:** MO, 3. bis DI, 4.10.2022

**5. Block Prüfung:** FR, 2. bis SA, 3.12.2022

**Referentin: Hildegard Nachum**

**Teilnahmebeitrag: € 1.750,00** für den gesamten Lehrgang

**ORT: BH Schloss St. Martin** Kehlbergstraße 35, 8054 Graz

In Kooperation mit dem Arbeitersamariterbund Linz



Priesterseminar Graz - Copyright Christian Brunnthaler

## Bildungsforum Mariatrost

**Bürgergasse 2/3. Stock, 8010 Graz**

**Telefon: 0316 8041-452**

**Mail: [bildungsforum.mariatrost@graz-seckau.at](mailto:bildungsforum.mariatrost@graz-seckau.at)**

**[www.mariatrost.at](http://www.mariatrost.at)**

### SO FINDEN SIE UNS

#### Unsere Veranstaltungen

Außeneingang: Diözesanmuseum (gegenüber dem Schauspielhaus), im Erdgeschoss rechts.

#### Zu den Büros

Eingang: gegenüber Mausoleum-Stiege, neben dem Gasthaus Stainzerbauer.



Theologie, Glaube & Spiritualität



Kunst, Kultur & Gesellschaft



Natur, Ökologie & Nachhaltigkeit



Gesundheit & Lebensbegleitung



Familie & Partnerschaft



Reisen

# Veranstaltungen Bildungsforum Mariatrost

**November - Dezember 2021**



Bild von Gerd Altmann auf Pixabay

Dienstag, 9. November 2021, 19.00 bis 21.30 Uhr

## Mental Load – Wenn der Kopf keine Pause macht ONLINE SEMINAR – Strategien, um in ein mentales Gleichgewicht zu gelangen

Wenn der Kopf am Abend nicht schweigt, sondern ständig Listen schreibt. Wenn die Idee einer gemütlichen Tasse Tee nicht funktioniert, weil das Gefühl entsteht, in dem Moment eigentlich tausend andere Dinge erledigen zu müssen. Wenn beim Frühstück schon das Mittagessen geplant wird. Jeder dieser Momente für sich, aber vor allem die Summe daraus – das ist es, was zu ‚Mental Load‘ führt.

Mit diesem Begriff bekommt ein schon seit Generationen bestehendes Phänomen in unserer Gesellschaft endlich einen Platz. Es bezeichnet eine Situation der psychischen Belastung, die sich vor allem auf den familiären, den alltäglichen Bereich bezieht. Es sind die vielen Aufgaben, die im Hintergrund erledigt werden, sowie die nicht sichtbare Denkarbeit, die für das Funktionieren des Systems Familie zwar wichtig, aber unterschätzt ist. All dies braucht Energie und Aufmerksamkeit – häufig über einen sehr langen Zeitraum hinweg.

Die Referentin geht in ihrem Vortrag dem Phänomen ‚Mental Load‘ auf den Grund. Anhand von Alltagsbeispielen zeigt sie auf, wie Menschen in diese Falle geraten. Im gemeinsamen Gespräch werden zudem mögliche Auswirkungen und Gefahren von ‚Mental Load‘ diskutiert. Vor allem geht es jedoch um Strategien und Möglichkeiten, ‚Mental Load‘ zu verlassen und wieder in ein gesundes, mentales Gleichgewicht zu gelangen.

**Referentin: Dr<sup>in</sup> Veronika Burtscher-Kiene**



**Teilnahmebeitrag: € 13,00**

Der Link für die Online-Veranstaltung wird Ihnen per Mail zugesandt.  
Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Katholischen Bildungswerk

**BILDUNG & BEGEGNUNG**  
BILDUNGSFORUM  
MARIATROST

[www.mariatrost.at](http://www.mariatrost.at)

Layout: Ulrike Erler

FR, 5.11.2021, 14.00-16.00 Uhr

## Schöpfung erleben: Wintervögel und Wintergäste aus dem hohen Norden

Eine Wanderung für  
Vogelinteressierte.

**Referentinnen: Mag<sup>a</sup> Roya &  
Mag<sup>a</sup> Simin Payandeh**

**Teilnahmebeitrag: € 20,00**

**ORT: Stadtpark und Burggarten**  
Burgring 2, 8010 Graz

MI, 10.11.2021, 18.30-20.30 Uhr

## Kräuterwissen vertiefen

**Kräuter-Gesprächsabend –  
Tausendguldenkraut & Andorn**

Ein Abend, der ganz unseren  
heimischen Kräutern  
gewidmet ist, um unsere  
Erfahrungen und unser  
Wissen miteinander zu  
vertiefen. Dem Jahreskreis  
entsprechend, steht eine  
Pflanze im Mittelpunkt, deren  
besondere Stärken vorgestellt  
werden. Das dient uns als  
Ausgangspunkt für eine  
muntere Gesprächsrunde  
mit vielen Fragen, Antworten  
und Erfahrungsberichten.

**Referentin:**

**Mag<sup>a</sup> pharm. Ursula Gerhold**

**Teilnahmebeitrag: € 15,00**

**ORT: Pfarrhaus Graz-Herz Jesu**  
Salon im 2. Stock,  
Sparbersbachgasse 58,  
8010 Graz

**Weiterer Termin:**

MI, 1.12.2021, 18.30-20.30 Uhr



MO, 8.11.2021, 19.00-20.30 Uhr

## Sexualität im Alten Testament Über Liebe, Laster, Lust und Leiden

*Eine Kooperation von:  
Katholisch-Theologische Fakultät,  
Bildungsforum Mariatrost, KFB,  
Fachbereich Pastoral & Theologie,  
Familienreferat, Stabsstelle für  
Prävention gegen Missbrauch  
und Gewalt.*

Dieser Vortrag möchte neues  
Licht auf den Zusammenhang  
von Geschlechtlichkeit und  
Religion werfen, auf die  
Wichtigkeit hinweisen,  
Menschen sprachfähig zu  
machen hinsichtlich des so  
zentralen Lebensfeldes der  
Geschlechtlichkeit sowie einen  
Beitrag dazu leisten, die  
Bedeutungsdimensionen  
biblischer Texte für Gesell-  
schaften mit Geschlechter-  
demokratie zu entdecken.

**Referentin:**

**Univ.-Prof<sup>in</sup> Mag<sup>a</sup> Dr<sup>in</sup> theol.**

**Dr<sup>in</sup> phil. h.c. Irmtraud Fischer**

**Die Teilnahme ist kostenlos!**

**ORT: Universitätsplatz 3,**  
Hauptgebäude, 2. Stock, HS  
01.22 (Hörsaal Archäologie),  
8010 Graz

DO, 11.11.2021, 18.00-21.00 Uhr

## Hybride Bildungsveranstaltung

*Eine Kooperationsveranstaltung  
mit dem Katholischen Bildungswerk*

Eignen Sie sich in unserem  
3-stündigen Seminar  
Grundlagenwissen und  
technisches Know-how zur  
Durchführung „hybrider  
Bildungsveranstaltungen“ an!  
Welche Formate sind generell  
möglich, was davon ist für uns  
leicht umsetzbar? Mit welchen  
Vor- und Nachteilen muss man  
rechnen? Mit welchen Tools  
kann man „digital und analog“  
gleichermaßen arbeiten?  
Gemeinsam stellen wir uns  
diesen Fragen und simulieren,  
darauf basierend, 2 hybride  
Varianten. Dabei nehmen wir  
die Technik so lange unter die  
Lupe, bis auch der letzte Stecker  
gezogen ist!

**Referentinnen:**

**Mag<sup>a</sup> Silke Dietrich-Ablasser,**

**Christine Magerl Bakk MA**

**Teilnahmebeitrag: € 25,00**

Für ihr leibliches Wohl ist gesorgt.

**Eine Anmeldeung ist bis**

**9.11.2021 erforderlich!**

**ORT: Seminarraum 130,**

Bürgergasse 2/3. Stock, 8010 Graz



DO, 18.11.2021, 18.30-20.30 Uhr

## Von den Wissenschaften des Lebens

**Pandemische Ereignisse und  
deren körperliche, geistige und  
seelische Bewältigung**

Pandemische Ereignisse, seien  
es nun Seuchen oder den ganzen  
Erdkreis betreffende Naturer-  
eignisse, schweißen Menschen  
ungewollt in Schicksalsgemein-  
schaften zusammen. Wie sind die  
derzeitigen Phänomene der  
Covid-19-Pandemie oder  
Wetterextreme, verursacht durch  
den Klimawandel, körperlich zu  
überstehen? Gibt es Solidarität  
in der Bewältigung oder  
verstärken solche Ereignisse  
vielmehr Nationalismus und  
Egoismus? Welche seelischen  
Beeinträchtigungen können  
Pandemien hinterlassen?

Zu diesem Diskurs von Natur-  
wissenschaften und Theologie  
möchten wir Sie herzlich einladen!  
*In Kooperation mit der Universität Graz*

**ReferentInnen:**

**Univ.-Prof<sup>in</sup> Mag<sup>a</sup> Dr<sup>in</sup> theol.**

**Dr<sup>in</sup> phil. h.c. Irmtraud Fischer,**

**Ao. Univ.-Prof. Mag.**

**Dr. Andreas Kungl**

**Teilnahmebeitrag: € 13,00**

**ORT: Institut für pharmazeutische  
Wissenschaften, SR 03.01/EG**  
Schubertstraße 1, 8010 Graz

FR, 19.11.2021, 16.00-18.00 Uhr

## Leben (wie) im Paradies?

**Bildbetrachtung und  
Interpretation durch die  
Künstlerin Karin Wimmer**

Paradiesesvorstellungen gibt  
es viele. Wie sieht meine aus?  
Würde ich mich in diesem  
Gärtlein wohlfühlen? Was  
vermittelt mir dieses Bild?  
Beim Betrachten des Werkes  
„Das Paradiesgärtlein“ eines  
oberrheinischen Meisters  
um 1415 kann bewusstes  
Schauen geübt werden. Viele  
verschiedene Details, die in  
bestimmten Zusammenhängen  
zueinanderstehen, sind zu  
entdecken. Daraus könnten sich  
im gemeinsamen Austausch  
Erkenntnisse und  
Einsichten gewinnen lassen,  
welche die persönliche  
Betrachtungsweise auf das  
Leben zu bereichern vermögen.

**Referentin: Karin Wimmer**

**Teilnahmebeitrag: € 18,00**

**ORT: Lesesaal der Bibliothek,**  
3. Stock, Bürgergasse 2, 8010 Graz



Foto: Städel Museum, Frankfurt am Main.

Gemeinfrei: The Yorck Project (2002)

MI, 1.12.2021, 19.00-21.00 Uhr

## Jugend & Politik. Politische Partizipation der nächsten Generation.

**ONLINE-VORTRAG von  
Dr<sup>in</sup> Katrin Praprotnik und TALK  
mit Martin Stieglbauer.**

*Eine Kooperationsveranstaltung  
mit dem Katholischen Bildungswerk,  
gefördert aus Mitteln der  
Österreichischen Gesellschaft  
für Politische Bildung (ÖGPB).*  
Engagierte Umwelt-Aktivistin  
bei *Fridays for future*, Politik-  
Blogger, Rot-Kreuz-Helfer,  
Shopperin oder Gamer? In  
unterschiedlichste „Kategorien“  
werden junge Menschen heute  
eingeteilt, und dementsprechend  
grassieren in den Medien unter-  
schiedlichste Meinungen rund  
um ihre politische Beteiligung.  
Wie sieht es aber heute  
tatsächlich aus mit dem  
politischen Engagement der  
16- bis 30jährigen – auch im  
Vergleich mit älteren Generationen?  
Und welche Themen sind jungen  
Menschen wichtig, wofür zahlt  
sich ihrer Ansicht nach ihr  
Einsatz aus? Auf welche Art –  
Stichwort online versus offline –  
beteiligen sie sich?

**Referentin: Dr<sup>in</sup> Katrin Praprotnik**

**Co-Referent: Martin Stieglbauer**

**Teilnahmebeitrag: € 13,00**

*Der Link für die Veranstaltung  
wird Ihnen per Mail zugesandt.*



DO, 2.12.2021, 19.00-20.30 Uhr

## Vom Retten und Gerettetwerden. Ein Weg ins Leben – Exodus 1,6-20

**ONLINE-SEMINAR**

Das Buch Exodus erzählt die  
biblische Rettungserfahrung  
schlechthin. Es ist eine  
Geschichte vom Handeln  
Gottes und der Menschen.  
Zu Beginn des Buches sind es  
Frauen, die außerordentlichen  
Mut beweisen und damit zu  
Retterinnen werden. Es ist der  
Anfang eines langen Weges  
des Volkes Israel aus der  
ägyptischen Knechtschaft  
in die Freiheit. Gleichzeitig  
spricht das Buch Exodus in  
unser Leben: Woraus oder  
wovon will ich mich befreien?  
Was sind meine ersten Schritte?  
Wo kann ich selbst anderen  
Menschen Freiheitserfahrungen  
ermöglichen?  
Die gemeinsame Bibelarbeit  
folgt der Methode der *Lectio  
divina*.

**Referentin:**

**MMag<sup>a</sup> Dr<sup>in</sup> Edith Petschnigg**

**Teilnahmebeitrag: € 11,00**

*Der Link für die Veranstaltung  
wird Ihnen per Mail zugesandt.*

DO, 9.12.2021, 19.00-20.30 Uhr

## Verwundbar und kostbar – unser Leben!

**ONLINE-SEMINAR aus der**

**Reihe ‚PERSPEKTIVEN: Leben!‘**

Angenehm ist es nicht immer:  
Verwundbar – vulnerabel – zu  
sein. Es eröffnet aber gleich-  
zeitig die Chance, berührbar  
und empathisch zu sein,  
einander Zuwendung zu  
schenken und solidarisch zu  
handeln. Liebe macht  
verletzlich – und das Leben reich!

**Referentin:**

**Prof<sup>in</sup> Dr<sup>in</sup> Hildegund Keul M.A**

**Teilnahmebeitrag: € 13,00**

*Der Link für die Veranstaltung  
wird Ihnen per Mail zugesandt.*



SO, 12.12.2021, 9.30-17.30 Uhr

## Mache dich auf und werde Licht!

**Meditativer Kreistanz und  
Stilleübungen im Advent**

In der Mitte des Advents  
wollen wir innehalten, um  
tanzend zur Ruhe zu finden  
und uns ganz bewusst –  
Schritt für Schritt – auf „den  
Weg zum Licht“ zu machen.

**Referentin: Barbara Koren**

**Teilnahmebeitrag: € 75,00**

**ORT: Pfarre St. Leonhard,**  
Leonhardplatz 14, 8010 Graz