

Gelassenheit

entschieden.verbunden.stark

SEPTEMBER 2026 – FEBRUAR 2027

Ihre Kraftspende für Bildung St. Michael

Mit Ihrer Spende fördern und unterstützen Sie unsere Bildungsarbeit.

Empfänger: Bildung St. Michael

Bankverbindung IBAN: AT30 3600 0000 0053 0212 | BIC: RZTIAT22

Verwendungszweck: Kraftspende

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!**ANMELDUNG & INFORMATION**

St. Michael
Schöfens 12
A - 6143 Matrei am Brenner

Tel.: +43 5273 6236

Mail: info@stm.tirol

www.dibk.at/st.michael

IMPRESSUM

Medieninhaber: Diözese Innsbruck, Riedgasse 9-11, 6020 Innsbruck

Herausgeber: Bildung St. Michael

Verlags- und Herstellungsort: Europrint OHG

Papier: Offset Natur weiß

Für den Inhalt verantwortlich: Magdalena Modler-El Abdaoui

Redaktionsteam: Annemarie Hochrainer und Michaela Schwarz

Redaktionelle Koordination: Annette Plankensteiner

Fotonachweis: siehe Credits im Bild. Alle anderen Bilder: Pixabay, Unsplash, Pexels,

Freepik, Shutterstock, Canva, KI-generiert

Layout: Rosanna Schmidle, www.rodos-design.com

Änderungen, Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

LIEBE GÄSTE VON ST. MICHAEL!

„Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann, den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann, und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.“ (Reinhold Niebuhr)

Ein Ausschnitt aus einem bekannten Gebet lädt uns ein, uns zurückzuziehen und unsere „Wirkungskreise“ zu reflektieren – wo ist es wichtig, sich in Gelassenheit zu üben, in der Kunst des Los-Lassens, des Sein-Lassens, des Be-Lassens? Wo braucht es die Ruhe im Herzen, Dinge, die sich meiner Wirkung entziehen, (zumindest vorübergehend) zu akzeptieren und nicht gegen Windmühlen zu kämpfen. Wo gibt es jedoch auch die Notwendigkeit, ja, vielleicht den Auftrag, meine Kraft hineinzugeben, mich einzusetzen, da zu sein?

Wir laden Sie und Euch ein, diese Fragen mitzunehmen in eine Runde um den Kraftsee, in den Tanz, ins Gebet, in die Gemeinschaft oder den Rückzug – all diese Gelegenheiten bieten sich bei uns – herzlich willkommen!

Wir hoffen, unser neues Programm gefällt Ihnen und Euch und es gibt ein baldiges Wiedersehen in St. Michael!



Herzlich,
Ihre

Dr. Magdalena Modler-El Abdaoui
Leiterin Bildung St. Michael

UNSER TEAM

Mag.
Annemarie Hochrainer
PhD



Dipl. Soz. Päd.
Michaela Schwarz



Mag.
Astrid Peer



Mag.
Annette Plankensteiner
MBA

KURSANMELDUNG

Sie können sich zu den Veranstaltungen von Bildung St. Michael online, über Mail oder Telefon anmelden.

www.dibk.at/st.michael
info@stm.tirol
+43 5273 6236

Damit möglichst alle Interessierten an unseren Veranstaltungen teilnehmen können, sind auf Anfrage unter Umständen ermäßigte Kursbeiträge möglich (gilt v. a. für Tagesveranstaltungen). Treten Sie mit uns in Kontakt!

Stornoregelung

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung zugesandt. Sollten Sie an einer Veranstaltung nicht teilnehmen können, bitten wir Sie um eine schriftliche Stornierung.

Sie können bis zu zwei Wochen vor Kursbeginn kostenlos stornieren. Ab dem 13. Tag stellen wir Ihnen 50 % des Kursbeitrages in Rechnung, ab dem 6. Tag 80 %.

Bei Abmeldungen am Kurstag selbst oder wenn Sie nicht zum Kurs kommen, wird Ihnen der volle Kursbeitrag verrechnet.

Bei Lehrgängen gelten besondere Regelungen. Diese entnehmen Sie bitte dem entsprechenden Lehrgangsfolder. Wir behalten uns vor, die Veranstaltung bei zu geringer Teilnehmerszahl abzusagen. In diesem Fall wird der gesamte Betrag rückerstattet.

Bildung schenken

Zum Geburtstag, als Dankeschön oder zu einem besonderen Anlass – ein Gutschein von Bildung St. Michael bereitet Freude und ist ein Geschenk, das immer gut ankommt.

Der Gutschein gilt für Veranstaltungen von Bildung St. Michael.

An der Rezeption erhalten Sie den Gutschein über den gewünschten Betrag.

ANREISE NACH ST. MICHAEL

Mit der Bahn

von Innsbruck Hauptbahnhof nach Matrei am Brenner

- ca. 20 min. Fahrzeit
- ca. alle 30 min.
- Fußweg Bahnhof Matrei - St. Michael
- ca. 30 min. bergauf

Vom Bhf Matrei nach St. Michael mit dem Dorftaxi Mühxi

von Montag bis Freitag (an Werktagen)

- ca. 5 min Fahrt:

Bhf Matrei (Abfahrt)

08:45 Uhr	12:20 Uhr
(an Schultagen)	
16:08 Uhr	17:25 Uhr

St. Michael (Abfahrt)

08:50 Uhr	12:53 Uhr
16:15 Uhr	17:30 Uhr
(an Schultagen, Ausstieg Rathaus)	

Sollte Ihr Zug mit Verspätung in Matrei ankommen, kontaktieren Sie den Betreiber direkt, um den Mühxi-Anschluss erreichen zu können. **+43 664 2262-265**

Nutzen Sie die Wipptaler Gästekarte (erhältlich, wenn Sie übernachten) für Gratis-Fahrten im öffentlichen Verkehr

- gilt für Ihre An- und Abreise zwischen Brenner und Innsbruck
- gilt während Ihres Aufenthaltes für Nahverkehrszüge und alle Buslinien im Wipptal und seinen Seitentälern

Fordern Sie die Gästekarte an unserer Rezeption an **info@stm.tirol**

Mit dem Auto

Brennerautobahn A13: Ausfahrt Matrei, im Ortszentrum an der einzigen Ampel (nach dem Rathaus/vor dem Gasthof Uhr) nach rechts abzuweichen und immer den Berg hinauf den Wegweisern **St. Michael Alpin Retreat** folgen.

Ein Tipp: Weniger Maut zahlen Sie, wenn Sie von Innsbruck kommend schon die Ausfahrt **Stubaital** benutzen; es sind auf der Bundesstraße dann noch 5 km bis nach Matrei.

Brennerbundesstraße von Innsbruck kommend: an der einzigen Ampel in Matrei (vor dem Rathaus/nach Gasthof Uhr) links abzuweichen und immer den Berg hinauf den Wegweisern folgen. An unserem Parkplatz am Kraftsee finden Sie eine E-Ladesäule.

Mit dem Taxi

Taxi Mair

Tel.: **+43 5273 6225**

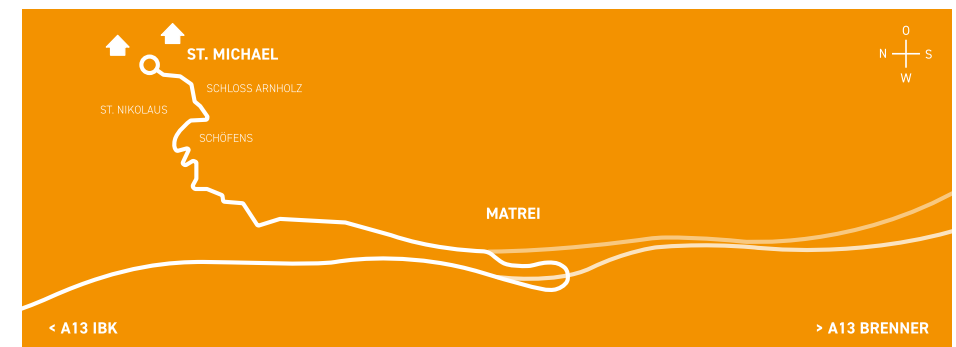
oder **+43 664 2262-265**

(Bitte einen Tag vorher kontaktieren.)

Matrei Bhf: ca. 5 min. Fahrzeit

Innsbruck Hbf: ca. 30 min. Fahrzeit

Innsbruck Flughafen: ca. 30 min. Fahrzeit



BILDUNGSINNOVATIONSPREIS

Die nächsten Schritte

Wir möchten unser Programm inklusiver gestalten. Bei vielen Veranstaltungen finden Sie deshalb zukünftig den Button „Bildung inklusiv“ – ein Hinweis, dass wir dort Zugänge für alle ermöglichen wollen.

Warum nicht überall? Outdoor-Aktivitäten wie Berg- oder Skitouren lassen sich nur schwer rollstuhlgerecht gestalten und bleiben trotzdem Teil unseres Programms. Wenn eine Veranstaltung nicht explizit gekennzeichnet ist, finden wir oftmals trotzdem gemeinsam eine Lösung. Fragen Sie bitte bei Interesse gerne nach.

Grundsätzlich sind Veranstaltungen in unseren Seminarräumen und mit Nächtigung im St. Michael Alpin Retreat mit Rollstuhl ohne Probleme zu besuchen. Wenn Sie eine Induktionsschleife benötigen, mit Assistenz kommen oder andere Bedürfnisse haben, melden Sie sich gerne bei uns. Wir sorgen dafür, dass Ihre Teilnahme mit einer bestmöglichen Bildungserfahrung problemlos funktioniert.

NEUER FACEBOOK-AUFTRITT

Bildung St. Michael mit neuer Seite

Besuchen Sie unser neues Facebook-Profil www.facebook.com/bildung.stmichael und informieren Sie sich über Neuigkeiten, Veranstaltungen und interessante Einblicke hinter die Kulissen. Wir freuen uns auf den gemeinsamen Weg!

ANKÜNDIGUNGEN

Das Leben tanzen

Tanz- und Körperarbeit nach Anna und Daria Halprin (Life/Art Process®)
Schnupperwochenende mit Didier Rouchon

Termin: Fr 29. bis So 31. Oktober 2027

Sehnsucht Spiritualität: Lehrgang Geistliche Begleitung

Die Teilnehmenden entwickeln Fähigkeiten und Haltungen, die grundlegend sind, um Menschen auf ihrem geistlichen Weg zu begleiten.

Termin: Februar 2027 bis März 2028



Kursprogramm

Familie stärken
 Spirituality vertiefen
 Persönlichkeit entfalten
 Außerdem bei uns

SEP.

12.09.

DU, ICH UND MARIA

(Eigene) Marienbilder neu erschreiben
Siljarosa Schletterer

24.09.

CANVA KANN WAS! – EINFÜHRUNG

Social Media Posts, Plakate oder Flyer schnell erstellt

25.09. – 02.10.

BASEN-HEILKOST-WANDERWOCHE

Nach Dr. F.X. Mayr
Andreas Wuchner

26.09.

GUT FÜR MICH SORGEN

Wege zur inneren Balance
Miriam Weber und Karin Zoller

OKT.

01.10. – 03.10.

LEHRGANG

Coaching, Supervision und Organisationsentwicklung: Systemisch

02.10.

FIT IN DEN HERBST

Mit Wildfrüchten, Honig und Essig
Sonja Fabian

03.10.

MITEINANDERZEIT

Innehalten & Spielen am Abend
MiteinanderZEIT Familienkreis

06.10.

DIGITALE BERATUNG UND SEELSORGE

Eine Einführung
Achim Blackstein

09.10. – 11.10.

FAMILY UNPLUGGED

Auszeit für Eltern und Kinder
Steve Heitzer und Team

10.10.

WAS ICH DIR WÜNSCHE

Karten gestalten mit Kalligraphie
Johanna Günther

17.10.

DIE 7 SICHERHEITEN

Kinder besser verstehen mit Evolutionspädagogik
Theresa Felsner

24.10.

EINFACH UND FRIEDLIEBEND

Franziskus von Assisi für heute
Bernhard Holter

28.10. – 29.10.

ALT UND JUNG AUF GESCHICHTENREISE

Fantasiereiche Herbstferien für alle Generationen
Christian Forster

30.10.

INDIANISCHER BOGENBAU

für Kinder und Erwachsene
Bernd Pirker

NOV.

05.11.

KI IN DER FREIWILLIGEN-ARBEIT

Basiswissen & Tipps
Martin Hammerschmidt

10.11.

GANZ DABEI!

Wie kann lebenslanges Lernen (EB) mit und für Menschen mit Behinderung gelingen?

13.11. – 15.11.

DEN KLANG DER STILLE HÖREN

Einführung in Zen
Ursula Baatz

13.11. – 15.11.

HEILSAMES BERÜHREN

Einführungskurs im Handauflegen
Barbara Samm und Mirjam Steinbeißer

13.11. – 15.11.

SICHER VERBUNDEN

Euer Paar-Retreat
Ben Schuster mit Assistenz

14.11.

MITEINANDERZEIT

Innehalten & Spielen am Abend
MiteinanderZEIT Familienkreis

16.11. – 22.11.

LIES EIN STÜCK HOLZ

Schnitzexerzitien
Susanne Schuster

20.11. – 21.11.

WEITES HERZ UND KLARE GRENZEN

Die Kunst der Abgrenzung im (kirchlichen) Alltag
Radoslaw Celewicz

20.11. – 22.11.

SPURWECHSEL IN DER LEBENSMITTE

Nicht höher. Tiefer.
Andrea Strübl

28.11

SCHREIBEN UND SINGEN

Mit der Stimme des Herzens in die stillste Zeit im Jahr
Christine Riccabona und Bernhard Schöpfer

DEZ.

08.12.

WARTEN AUF'S CHRISTKIND

Advent und Weihnachten in der Familie feiern
Birgit Geisler und Martina Haun-Holzmann

11.12.

BESINNLICHES KONZERT

mit Orthodoxen Gesängen und Ikonen
Johannes-Chrysostomos-Chor

11.12. – 12.12.

ADVENTLICHES INNEHALTEN

Katrin Graf

JAN.

02.01.

MEIN WORT DES JAHRES 2027

Brush Lettering mit dem Pinsel-stift
Johanna Günther

06.01. – 10.01.

CLOWNEXERZITIEN

in sich hinein – aus sich heraus – über sich hinaus
Gisela Matthiae

09.01.

MITEINANDERZEIT

Innehalten & Spielen am Abend
MiteinanderZEIT Familienkreis

23.01.

RIO ABIERTO

Nähre deine Weiblichkeit
Brunhilde Kerschbaumer

29.01. – 31.01.

RUHENDE LINIE

Zeichnen aus der Stille
Brigitte Schneider

30.01. – 31.01.

BUNT INS NEUE JAHR

Ausdrucksmalen – dem Leben Farbe geben
Ulrike Pircher

FEB.

01.02. – 06.02.

SPUREN IM SCHNEE

Meditative Skitourenwochen
Peter Gleirscher

11.02. – 14.02.

STILLE (SCHRITTE) IM SCHNEE

Erholende Schneeschuhwanderungen und Begegnungen
Hermann Muigg-Spörr

12.02. – 14.02.

FAMILY UNPLUGGED

Auszeit für Eltern und Kinder
Steve Heitzer und Team

15.02. – 20.02.

DER LEISE WEG

Skitourenexerzitien
Christoph Benke und Thomas Senfter

24.02. – 26.02.

FRAUENZEIT

Biografische Zugänge für die Arbeit mit Frauen
Sabine Sautter

27.02.

UND WIR WOHNEN IM WORT

Dem eigenen Schreiben Raum und Zeit geben
Stefan Schlager

27.02.

WENN SINNE STARK MACHEN

Sensorische Integration verstehen und Kinder gezielt begleiten
Claudia Schmid

27.02.

IM HEUTE EIN MORGEN: GEDICHTE GEGEN DIE ANGST

Lesung mit musikalischer Begleitung
Stefan Schlager

EKiZ

EINTAG.MEHRZEIT

MATREINANDER

UNSERE REFERENT:INNEN

ZU GAST IN ST. MICHAEL

12.09.

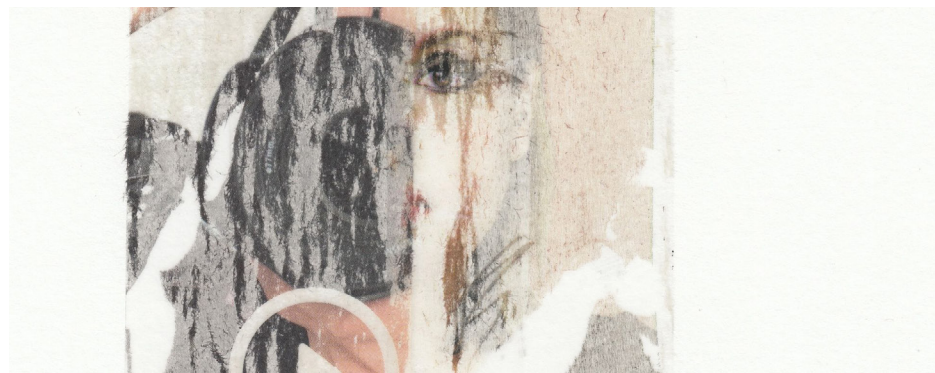
DU, ICH UND MARIA

(Eigene) Marienbilder neu erschreiben

Siljarosa Schletterer

Poetische Annäherungen zur Figur Mariens: Mit verschiedenen Methoden erkundet dieser Schreibworkshop innere und äußere Maria-Bilder und befragt, wie sie Körperwahrnehmungen sowie Glaubenseinstellungen prägen.

Ausgehend von poetischer Biographiearbeit und Bildimpulsen entstehen eigene Texte und damit ein neuer Resonanzraum.



© Franz Wassermann

TERMIN

Sa 12.09.2026
10:00 bis 16:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 110,-

ANMELDESCHLUSS

29.08.2026

24.09.

CANVA KANN WAS! – EINFÜHRUNG

Social Media Posts, Plakate oder Flyer
schnell erstellt

Mit dem in der Basisversion kostenlos nutzbaren Tool Canva lassen sich auf einfache Weise Plakate, Posts für WhatsApp, Signal & Co oder sogar Flyer erstellen. Um einen einheitlichen Auftritt voranzutreiben, können auch Vorlagen verfasst und geteilt werden, die unkompliziert weiterbearbeitet werden können.

Bitte eigenen Laptop und Smartphone mitbringen.

TERMIN

Do 24.09.2026
18:30 bis 21:30 Uhr

KURSBEITRAG

kostenlos

ANMELDESCHLUSS

17.09.2026 unter
tiroler.bildungsforum@tsn.at

05.11.

KI IN DER FREIWILLIGENARBEIT

Basiswissen & Tipps

Martin Hammerschmidt

Die Künstliche Intelligenz (KI) ist mittlerweile ein unverzichtbares Werkzeug in vielen Bereichen des Lebens geworden. Dieses Seminar bietet eine solide Grundlage zum Verständnis und zur Anwendung von KI-Technologien und führt in KI-Tools ein, die für die Freiwilligenarbeit genützt werden können. Chancen und Gefahren des Einsatzes von KI werden thematisiert.

TERMIN

Do 05.11.2026
18:30 bis 21:30 Uhr

KURSBEITRAG

kostenlos

ANMELDESCHLUSS

31.10.2026 unter
tiroler.bildungsforum@tsn.at

Veranstaltungen des Freiwilligenzentrums Wipptal in Kooperation mit Bildung St. Michael. Gefördert im Zuge des Projekts Ehrenamt 4.0 - Zukunftsfitte Freiwilligenarbeit. Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union.

© KI generiert mit Canva

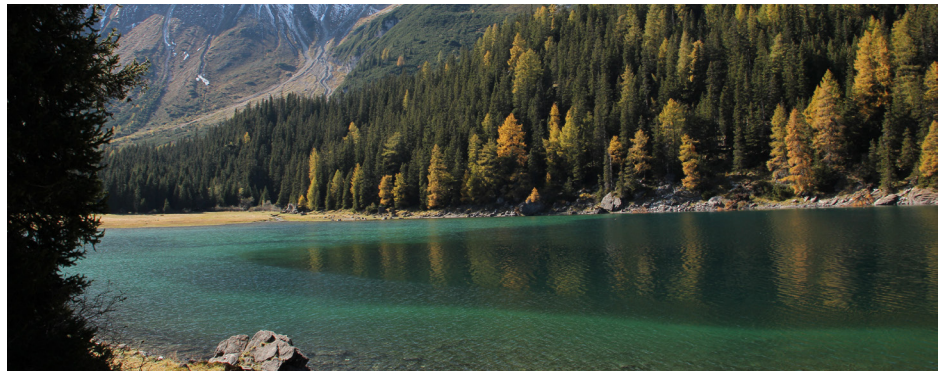
25.09. – 02.10.

BASEN-HEILKOST-WANDERWOCHE

Milde-Ableitungs-Diät nach Dr. F.X.Mayr
Andreas Wuchner

Weglassen befreit und lässt uns den Geschmack am Leben wieder entdecken. Lassen Sie die Eile zurück, holen Sie Atem in der Natur und genießen Sie einfache und wohlschmeckende Mahlzeiten.

Die basenbetonte Ernährung entspricht der „Milden Ableitungsdiät“ nach Dr. F. X. Mayr. Biologisch wertvolle Lebensmittel werden frisch zubereitet und bewusst in Gemeinschaft genossen. Diese leichte Kost entlastet die Verdauungsorgane, stärkt das Immunsystem und führt zu innerer Leichtigkeit und Vitalität.



© Anton Prock

TERMIN

Fr 25.09.2026, 18:00 Uhr
 bis
 Fr 02.10.2026, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 310,-

ANMELDESCHLUSS

11.09.2026

26.09.

GUT FÜR MICH SORGEN

Wege zur inneren Balance
Miriam Weber und Karin Zoller

Was braucht dein Körper, was stärkt deinen Geist, was berührt dein Herz? In diesem Seminar nimmst du alle Ebenen deines Menschseins in den Blick. Mit Achtsamkeit, Bewegung, Reflexion und Austausch entdeckst du, was dich wirklich nährt und wie du gut für dich sorgst. Gemeinsam erkunden wir die vier Dimensionen des Selbst: die geistig-spirituelle, mental-emotionale, soziale und physische Ebene.

Elemente: Methoden aus der systemischen Arbeit, Körper- und Achtsamkeitspraxis, gezielte Reflexionsfragen



VORSCHAU 2027

Vertiefung 10. / 11.04.2027

© Nicolas Pasqualini

TERMIN

Sa 26.09.2026
 09:00 bis 17:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 155,-

ANMELDESCHLUSS

18.09.2026

01.10. – 03.10.

LEHRGANG**Coaching, Supervision und Organisationsentwicklung: Systemisch**

Die achtsemestrige, berufsbegleitende Systemische Supervisions- und Coaching Weiterbildung vermittelt die praktische und theoretische Expertise, um Fach- und Führungskräfte zu komplexen Anforderungen der Arbeitswelt gut beraten zu können. Sie basiert auf der Grundlage eines systemisch-konstruktivistischen, lösungsorientierten Verständnisses. Themen wie Organisations- und Prozesswissen, Gruppendynamik, Konfliktmanagement, Diversität und die Gestaltung von Transformationsprozessen sind die Schwerpunkte der Weiterbildung, begleitet von einem breiten Methodentransfer.

Die Weiterbildung besteht aus zwei aufeinander aufbauenden Lehrgängen, die auch unabhängig voneinander besucht werden können.

Start: 01. – 03.10.2026

- **Oktober 2026 – Juni 2028:** Lehrgang Systemisches Coaching (500 UE)
- **September 2028 – Feber 2030:** Aufbaulehrgang Systemische Supervision und Organisationsentwicklung (300 UE)

KOSTEN

- **Lehrgang** Systemisches Coaching € 5.600,-
- **Aufbaulehrgang** Systemische Supervision und Organisationsentwicklung € 4.600,-

Weitere Infos auf unserer Homepage.

Anmeldung: info@stm.tirol oder bildung@jukas.net

Förderung:

Südtirol: Bei der Autonomen Provinz Bozen-Südtirol, Bereich Deutsche Berufsbildung, kann um einen finanziellen Beitrag für berufliche Weiterbildung angesucht werden.

Der Lehrgang ist eine gemeinsame Weiterbildung von InCuM (InterCultura Management) mit dem Jugendhaus Kassianum und Bildung St. Michael und findet an 3 unterschiedlichen Orten statt (Materi, Brixen, Innsbruck).

update
land tirol

BILDUNGSHAUS
JUKAS
BILDUNG,
die alle inspiriert

INCUM
InterCultura Management
Coaching & Training Systemisch
München | Bozen

02.10.

FIT IN DEN HERBST

Mit Wildfrüchten, Honig und Essig

Sonja Fabian

Der Herbst hat mit seinen Wildfrüchten vieles zu bieten, um sich für die kommende kalte Jahreszeit zu rüsten.

Im Kurs werden heimische Wildkräuter und Früchte in ihren Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten vorgestellt. Basierend darauf erproben die Teilnehmer:innen verschiedene Möglichkeiten, wie sich in Kombination der Pflanzen mit Honig und Essig ebenso Wohlschmeckendes wie Gesundes für den Winter zubereiten lässt.

Bitte mitbringen: 2 Schraubgläser (je ca. 500 ml), Honig (500 – 1000 ml)



© Sonja Fabian

TERMIN

Fr 02.10.2026
14:00 bis 17:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 55,-
Materialbeitrag: ca. € 3,-
direkt an die Referentin

ANMELDESCHLUSS

25.09.2026

03.10. / 14.11. / 09.01.

MITEINANDERZEIT

Innehalten & Spielen am Abend
MiteinanderZEIT Familienkreis

Hat Jesus mit seinen Freund:innen auch gewürfelt, gekartet, gespielt? Wer weiß... In der neu gestalteten MiteinanderZEIT erkunden wir zuerst in einer Andacht Geschichten aus der Bibel und feiern anschließend das Miteinander im gemeinsamen Abendessen und einem Spieleabend für Jung und Alt.

Neugierig? Einfach kommen und ausprobieren, egal ob als Familie, mit Freunden oder allein.



© Michaela Schwarz

TERMINE

Sa 03.10.2026, 14.11.2026
 und 09.01.2027

jeweils von
 17:00 bis ca. 21:00 Uhr

KURSBEITRAG

für das Abendessen
 (bei Bedarf)

ANMELDESCHLUSS

Anmeldung zum
 Abendessen am Tag
 vorher erforderlich

06.10.

DIGITALE BERATUNG UND SEELSORGE

Eine Einführung
Achim Blackstein

Digitale Medien sind fester Bestandteil des Alltags und eröffnen neue Wege für beratende/seelsorgliche Begleitung. Das Webinar stellt digitale Seelsorgeformate vor – besonders per Chat, Messenger und E-Mail – und zeigt aktuelle Tools und Plattformen. Praxisbeispiele helfen beim Einstieg, während zentrale Themen wie Beziehungsaufbau, Datenschutz und KI-gestützte Beratung/Seelsorge ausprobiert und diskutiert werden. Das Webinar kombiniert Fachinput, Austausch und praktische Übungen.



© KI generiert mit Adobe Express

TERMIN

Di 06.10.2026
 15:00 bis 18:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 59,-

ANMELDESCHLUSS

28.09.2026

09.10. – 11.10. / 12.02. – 14.02.

FAMILY UNPLUGGED

Auszeit für Eltern und Kinder
Steve Heitzer und Team



Wann nehmen wir uns wirklich Zeit für unsere Kinder? Wir bieten Raum für Spiel und Kreatives, Musik und Gesang, in der Natur, am Lagerfeuer. Uns ganz einlassen auf unsere Kinder, ohne Handy, ohne Ablenkung – „unplugged“. Und zwischendurch kostbare Zeit für die Erwachsenen, um nachzuspüren und aktuelle Fragen zum Alltag mit Kindern zu teilen.

Zielgruppe: Mütter, Väter, Kinder – Kinder unter 3 Jahren sind willkommen, können vom Team aber nicht betreut werden. Besondere Bedürfnisse bitte angeben – es gibt barrierefreie Zimmer.



© Gantas Vaiciunas

TERMINE

Herbst
 Fr 09.10.2026, 17:00 Uhr
 bis
 So 11.10.2026, 13:00 Uhr

Winter
 Fr 12.02.2027, 17:00 Uhr
 bis
 So 14.02.2027, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 55,-
 (pro Person, ab 3 J.)

€ 55,-
 (pro Person, ab 3 J.)

ANMELDESCHLUSS

25.09.2026

29.01.2027



Unterstützt vom:

10.10.

WAS ICH DIR WÜNSCHE

Karten gestalten mit Kalligrafie
Johanna Günther

Zeit ist kostbar. Umso schöner, wenn eine persönliche kreative Auszeit verwendet wird, um individuelle Karten für liebe Menschen zu gestalten. Dabei arbeiten wir spielerisch mit Buchstaben, Gestaltungsarten und verschiedenen Papieren. Die Spitzfeder, Breitfeder & Rundfeder kommen zum Einsatz, ebenso wie Tinten. Mit einem neuen Gespür für Buchstaben und kreativen Karten beenden wir den Tag. Nicht nur die Beschenkten werden sich freuen!

Voraussetzung: Kenntnisse der Spitzfeder erforderlich, keine für Breitfeder & Rundfeder



© Johanna Günther

TERMIN

Sa 10.10.2026
 09:30 bis 17:30 Uhr

KURSBEITRAG

€ 110,-
 Materialkosten: ca. € 15,-
 direkt an die Referentin

ANMELDESCHLUSS

02.10.2026

17.10.

DIE 7 SICHERHEITEN

Kinder besser verstehen mit Evolutionspädagogik

Theresa Felsner

Jedes Kind ist einzigartig – und manchmal reagieren Kinder anders, als wir erwarten. Diese Fortbildung lädt dazu ein, kindliches Verhalten neu zu betrachten. Mit Impulsen aus Hirnforschung und Neurobiologie lernst du, Kinder gezielt zu unterstützen – durch einfache Körperübungen und eine Kommunikation, die wirklich ankommt.

TERMIN

Sa 17.10.2026
09:00 bis 17:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 145,- als Fortbildung im Sinne des T-KBKBG

27.02.

WENN SINNE STARK MACHEN

Sensorische Integration verstehen und Kinder gezielt begleiten

Claudia Schmid

Kinder entdecken die Welt mit allen Sinnen – sie bewegen sich, fühlen, hören, sehen und reagieren ganz unterschiedlich auf Reize. In dieser Fortbildung tauchen wir ein in die spannende Welt der sensorischen Integration und erfahren, wie Wahrnehmung die Entwicklung von Bewegung, Verhalten und Lernen beeinflusst. Mit praktischen Übungen und kreativen Ideen erleben wir am eigenen Körper, wie sensorische Impulse wirken. Für Eltern und Pädagog:innen, die Kinder bewusst, achtsam und kompetent in ihrer Entwicklung unterstützen möchten.

TERMIN

Sa 27.02.2027
09:00 bis 17:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 50,- Eltern, Großeltern, Interessierte (keine Teilnahmebestätigung) bzw.
€ 145,- als Fortbildung im Sinne des T-KBKBG (inkl. Teilnahmebestätigung)

Anmeldung für beide Veranstaltungen:

Kath. Bildungswerk Tirol – fit for family Elternbildung
Tel.: +43 512 2230-4805, Mail: eltern@bildung-tirol.at

24.10.

EINFACH UND FRIEDLIEBEND – EINE LEBENSORIENTIERUNG

Franziskus von Assisi für heute

Bernhard Holter

Vor 800 Jahren starb der Poverello aus Umbrien, in einer Zeit der Kriege und Umbrüche. In seinem schriftlichen Vermächtnis erinnert er sich daran, was ihm „der Herr gegeben hat“: Erbarmen mit den Armen und Ausgestoßenen, eine lebendige Christusbegegnung, das Evangelium des Friedens – mit allen Geschöpfen.

Ausgehend von Textabschnitten aus seinem Testament wollen wir die Aktualität dieser Botschaft entdecken.



© Bernhard Holter

TERMIN

Sa 24.10.2026
09:30 bis 16:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 80,-

ANMELDESCHLUSS

10.10.2026

28. – 29.10.

ALT UND JUNG AUF GESCHICHTENREISE

Fantasiereiche Herbstferien für alle Generationen

Christian Forster

Was gibt es Schöneres, als wenn Großeltern und Enkel:innen (5 – 11 Jahre) in den Herbstferien wertvolle Zeit miteinander verbringen? Auf unserer gemeinsamen Geschichtenreise erfinden wir spannende, lustige und magische Geschichten. Durch Wandern, Basteln und Malen erwecken wir sie zum Leben, lassen unserer Fantasie freien Lauf und entdecken neue Ideen. Dabei entsteht ein besonderes Miteinander voller Freude und Kreativität. Am Ende präsentieren alle ihre Geschichte und nehmen ihre Werke als lebendige Erinnerung mit nach Hause.

Seid dabei und erlebt unvergessliche gemeinsame Momente!



© Askar Abayev, Pixels

TERMIN

Mi 28.10. bis
Do 29.10.2026
jeweils 09:15 bis 16:00 Uhr

Übernachtung möglich

KURSBEITRAG

€ 120,- (ein Erwachsener
mit Kind)
jede weitere Person € 60,-

ANMELDESCHLUSS

21.10.2026

Unterstützt vom:



30.10.

INDIANISCHER BOGENBAU

Für Kinder und Erwachsene

Bernd Pirker

Der Kurs richtet sich an Kinder ab ca. 8 Jahren, die sich gemeinsam mit Papa, Mama, Opa, Tante, Pate... auf das Abenteuer Bogenbauen und Schießen einlassen wollen. Indianischer Bogenbau bezieht sich hierbei auf die Materialien, die auch indigene Völker verwenden, sowie einfache Werkzeuge, die es allen Altersgruppen – auch ohne Vorkenntnisse – ermöglicht, einen dauerhaften Bogen und Pfeil in kurzer Zeit herzustellen. Der sichere Umgang mit dem Bogen und spielerisch lernen, wie man intuitiv trifft, runden den Tag schließlich ab.

Außer der Freude an einem gemeinsamen Erlebnis muss man nichts mitnehmen.



© Bernd Pirker

TERMIN

Fr 30.10.2026
10:00 bis 16:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 190,- (ein Erwachsener
mit Kind inkl. Material)
€ 80,- jedes weitere Kind
€ 110,- jeder weitere Er-
wachsene

ANMELDESCHLUSS

23.10.2026

10.11.

GANZ DABEI!

Wie kann lebenslanges Lernen mit und für Menschen mit Behinderung gelingen?

Bildung ist für ALLE da. Was bedeutet ALLE für uns als Anbietende von Seminaren, Kursen, Vorträgen, für Institutionen...? Inklusion bedeutet, dass Menschen mit und ohne Behinderungen gleichberechtigt überALL dazugehören. Wir laden ein zu einem gemeinschaftlichen Denkraum zu Maßnahmen, Haltungsentwicklung und Perspektiven, die für Erwachsenenbildungseinrichtungen und für dort wirkende Akteur:innen wichtig sein können. **Zielgruppen:** In der Erwachsenenbildung Tätige, Institutionenvertreter:innen, Mitarbeitende in Institutionen für Menschen mit Behinderung, Selbstvertreter:innen, interessierte Personen

Beim Studientag erwarten Sie drei Impulse aus unterschiedlichen Perspektiven

- Perspektive Wissenschaft | „Lebenslanges Lernen - barrierefrei?“
Mag.a Iris Staffler, Projektmitarbeiterin am MCI | Die Unternehmische Hochschule®, Center for Social and Health Innovation
- Perspektive Betroffene Menschen | „Ganz dabei – was das für mich heißt“
Viktoria Scheiber, Teilnehmerin bei FreiRaum
Mag.a Irina Adamski, TAFIE GmbH, Leitung Unternehmenskommunikation & Leitung FreiRaum
- Perspektive Institution | „Offen für alle: Unser Weg zu Inklusion und Barrierefreiheit in den Tiroler Landesmuseen“
Mag.a Katharina Walter, Leitung Kulturvermittlung TLM

Nach dem Mittagessen und Zeit zur Vernetzung können Sie zwischen **drei Work-shops** wählen.

Moderation: Claudia Endrich, www.dienomad.in.at

Unser Haus ist barrierefrei, weiteren Bedarf bitte melden. Auf Anfrage Gebärdendolmetsch möglich.

TERMIN

Di 10.11.2026
09:00 bis 16:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 30,- Verpflegungsbeitrag

ANMELDESCHLUSS

03.11.2026

13.11. – 15.11.

DEN KLANG DER STILLE HÖREN

Einführung in Zen

Ursula Baatz

Zen-Praxis ist eine ganzheitliche Übung für Körper und Geist. Sie führt zu vertiefter Wahrnehmung und Verständnis unserer selbst und der Welt. Zen kann für jeden und jede zum Weg der Befreiung, des Erwachens und auch der Gotteserfahrung werden.

Elemente: praktische Einübung in Zazen (Sitzen in Stille), entspannende Körperübungen, Vorträge zur Zen-Praxis und zur Geisteshaltung von Zen, durchgehendes Schweigen, Möglichkeit zum Einzelgespräch mit der Leiterin.



© Thomas Gantöler

TERMIN

Fr 13.11.2026, 17:00 Uhr
bis
So 15.11.2026, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 220,-

ANMELDESCHLUSS

30.10.2026

WENN CHRIST:INNEN ZEN ÜBEN

Lesung und Gespräch | Ursula Baatz

Do 12.11.2026, 19:00 Uhr

Haus der Begegnung, Innsbruck

Information und Anmeldung: hdb.kurse@dibk.at

13.11. – 15.11.

HEILSAMES BERÜHREN

Einführungskurs im Handauflegen
Barbara Samm und Mirjam Steinbeißer

Das Wissen um die heilsame Kraft des Handauflegens ist in vielen Traditionen bekannt. Dabei geht es letztlich um das Bemühen, sich selbst ganz zurückzunehmen und sich der göttlichen Kraft ohne Erwartungen zu öffnen. Die Worte „sich öffnen – geschehen lassen – danken“ bringen diese Haltung, die von Respekt und Offenheit getragen ist, in aller Kürze zum Ausdruck.

Kursinhalte: Theoretisches Hintergrundwissen, Anleitung und Übungen zum Handauflegen, Austausch in der Gruppe, Zeiten der Stille



© David Clode, Unsplash

TERMIN

Fr 13.11.2026, 17:00 Uhr
 bis
 So 15.11.2026, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 180,-

ANMELDESCHLUSS

30.10.2026



www.openhands-schule-des-handauflegens.de

13.11. – 15.11.

SICHER VERBUNDEN

Euer Paar-Retreat vom Gegeneinander ins Miteinander
Ben Schuster mit Assistenz

Fühlt ihr euch oft missverstanden? Wünscht ihr euch mehr Verbindung statt endloser Diskussionen?

Diese Muster sind normal – und veränderbar. Im 3-tägigen Paar-Retreat lernt ihr, eure Dynamiken/Muster zu verstehen, Konflikte ohne Eskalation zu klären und wieder in sichere Verbindung zu kommen. Auf Basis der Emotionsfokussierten Paartherapie bekommt ihr konkrete Werkzeuge für einen verbundenen Alltag.



© Laura Haip

TERMINE

Termin 1:
 Fr 13.11.2026, 14:30 Uhr bis
 So 15.11.2026, 15:30 Uhr

oder

Termin 2:
 Fr 19.02.2027, 14:30 Uhr bis
 So 21.02.2027, 15:30 Uhr

KURSBEITRAG

€ 740,- pro Paar

ANMELDESCHLUSS

18.10.2026
 bzw.
 24.01.2027

Anmeldung:

Abt. Ehe und Familie (Diözese Innsbruck)
 Tel.: +43 512 2230 4301, Mail: ehe-familie@dibk.at

16.11. – 22.11.

LIES EIN STÜCK HOLZ

Schnitzexerzitien

Susanne Schuster

Zeit zum „Lesen in der Blindenschrift“ des eigenen Lebens, in Stille und mit Achtsamkeit das eigene Leben in den Blick nehmen, göttliche Spuren darin entdecken und das gemeinsam zu feiern, dazu laden diese Exerzitien ein. Zur Unterstützung des eigenen Prozesses dient dabei ein Stück Holz, das über die Tage bearbeitet wird. Somit findet der innere Prozess in der äußeren Formgebung Gestalt. Die Gruppe bietet bei diesem Prozess Unterstützung und Geborgenheit.

Elemente der Exerzitien: Tägliches Begleitgespräch, Durchgehendes Schweigen, Arbeit am und mit dem Holz (mit einer Einführung am ersten Tag), liturgisch-ritueller Tagesabschluss, Impulse in der Gruppe, Meditation, Tanz.



TERMIN

Mo 16.11.2026, 18:00 Uhr
bis
So 22.11.2026, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 520,-

ANMELDESCHLUSS

02.11.2026

Weitere Informationen auf unserer Homepage.

20.11. – 21.11.

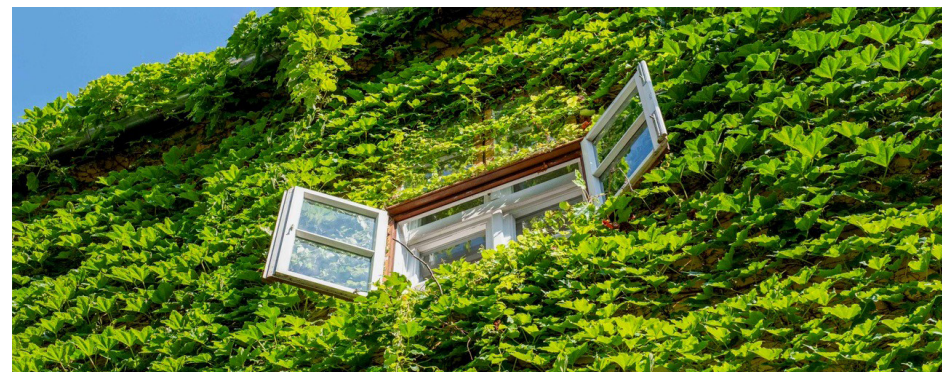
GIB MIR EIN WEITES HERZ UND KLARE GRENZEN

Die Kunst der Abgrenzung im (kirchlichen) Alltag

Radoslaw Celewicz

Pastorale Dienste (ob ehrenamtlich oder hauptamtlich) leben von Hingabe. Doch gerade im kirchlichen Alltag können die Vielfalt der Aufgaben und Erwartungen zur Herausforderung werden, die klare Grenzen brauchen. Das Seminar hilft, belastende Muster zu erkennen und persönliche Wege der Abgrenzung und Kommunikation zu üben – damit Engagement und Berufung auf Dauer Freude machen und nicht zur Erschöpfung führen.

Zielgruppe: Begleiter:innen von Exerzitien im Alltag-Gruppen, Geistliche Begleiter:innen, in der Pfarre Tätige



TERMIN

Fr 20.11.2026, 15:00 Uhr
bis
Sa, 21.11.2026, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 35,-
(für aktive Begleiter:innen
wird der Kursbeitrag über-
nommen)

ANMELDESCHLUSS

12.11.2026

Anmeldung:

Irene Weinold, Tel.: +43 512 2230-4102, Mail: irene.weinold@dibk.at

20.11. – 22.11.

SPURWECHSEL IN DER LEBENSMITTE

Nicht höher. Tiefer.

Andrea Strübl

In der Lebensmitte verändert sich oft der Blick auf das eigene Leben. Was passt noch? Was trägt nicht mehr? Was will neu werden?

Dieses Wochenende lädt dich ein, innezuhalten, Bilanz zu ziehen und dich neu auszurichten. Über Atem, Körperwahrnehmung, Bewegung, Stille, kreative Impulse und Reflexion kannst du wieder klarer spüren, was für deinen weiteren Weg wesentlich ist.



TERMIN

Fr 20.11.2026, 16:30 Uhr
bis
So 22.11.2026, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 250,-

ANMELDESCHLUSS

06.11.2026

28.11.

SCHREIBEN UND SINGEN

Mit der Stimme des Herzens in die stillste Zeit im Jahr

Christine Riccabona und Bernhard Schöpfer

Am Beginn der Adventzeit laden wir ein, innezuhalten, Körper und Seele dürfen atmen und ankommen. In einem sanften Wechselspiel erleben wir die wohltuende Wirkung des gemeinsamen Singens und Stille des Schreibens. Einfache Lieder aus verschiedenen Kulturen tragen uns, wenn wir laut oder leise singen oder einfach nur zuhören. Und wenn die Melodien nachklingen, öffnet sich vielleicht ein Raum, in dem Worte auftauchen, die schon lange darauf gewartet haben, geschrieben zu werden – Gedanken, Bilder, Ahnungen aus der Tiefe des Herzens.

Weder fürs Schreiben noch fürs Singen sind Vorkenntnisse nötig. Bitte eigenes Schreibzeug mitbringen.



TERMIN

Sa 28.11.2026
09:30 bis 17:30 Uhr

KURSBEITRAG

€ 130,-

ANMELDESCHLUSS

20.11.2026

08.12.

WARTEN AUFS CHRISTKIND

Advent und Weihnachten in der Familie feiern
Birgit Geisler und Martina Haun-Holzmann

Alle Jahre wieder... basteln, singen, den eigenen Bedürfnissen nachspüren und sich auf die Suche nach der Weihnachtsfreude machen. Besonders um die Weihnachtszeit rückt die Familie zusammen. Familie heißt gemeinsam leben, gemeinsam feiern. Ob als Mama, Papa, Oma, Opa, Kind, Tante, Freund:in, zu zweit oder in jeder bunt gemischten Konstellation... Feste gemeinsam feiern ist eine Herausforderung. Gönnen Sie sich und Ihren Lieben diese Atempause mitten im Advent.

Eine Kooperation mit der Abteilung Ehe und Familie (Diözese Innsbruck).



© Martina Haun-Holzmann

TERMIN

Di 08.12.2026
 10:00 bis 16:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 36,90 pro Erwachsenem
 (inkl. Mittagessen & Jause,
 eigene Kinder frei)

ANMELDESCHLUSS

01.12.2026



11.12.

BESINNLICHES KONZERT

mit Orthodoxen Gesängen und Ikonen
Johannes-Chrysostomos-Chor

Vielleicht haben Sie schon einmal die mystische Atmosphäre eines Gottesdienstes mit dem traditionellen Liedgut der Ostkirche, mit Weihrauch und wunderschönen alten Ikonen erlebt? Ein Gottesdienst, der alle Sinne anspricht und hilft, die Hektik des Alltags hinter sich zu lassen, sich dem Göttlichen anzunähern und der eigenen Spiritualität Raum zu geben.

Wir möchten bei diesem Ikonen-Konzert mit Ihnen ein wenig in diese Atmosphäre eintauchen, aber auch interessante Hintergrundinformationen zu ausgewählten Ikonen und den dazu passenden orthodoxen Gesängen vermitteln.



© Johannes-Chrysostomos-Chor

TERMIN

Fr 11.12.2026
 19:00 bis 20:00 Uhr

BEITRAG

Freiwillige Spenden

11.12. – 12.12.

ADVENTLICHES INNEHALTEN

Katrin Graf

Viele Menschen wünschen sich eine besinnliche Adventszeit mit Stunden innerer Einkehr, Zeit für ein gutes Gespräch, einen Spaziergang in der Natur. Aber nicht selten bleiben dies unerfüllte Wünsche. Zu oft ist der Advent von Hektik und Lärm geprägt und scheint zu kurz für das, was zu tun wäre. Lassen wir uns ein auf diese geschenkte Zeit, werden wir ruhig und richten unseren Blick auf das, was uns nährt.

Elemente: Texte, Tanz, Stille, Singen, Austausch, Malen, Abschlussfeier



© Imviterin, Pixabay

TERMIN

Fr 11.12.2026, 15:00 Uhr
bis
Sa 12.12.2026, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 90,-

ANMELDESCHLUSS

27.11.2026

02.01.

MEIN WORT DES JAHRES 2027

Brush Lettering mit dem Pinselstift

Johanna Günther

In diesem Workshop lernen wir den Umgang mit dem Brush Pen. Von Grundstrichen arbeiten wir uns vor zu Klein-, Großbuchstaben und Buchstabenverbindungen. Zum Abschluss bringen wir unser persönliches Motto für 2027 auf Papier. Mit diesem kreativen Tag und unserem Wort des Jahres stimmen wir uns auf das neue Jahr ein.

Geeignet für Anfänger:innen und Fortgeschrittene.



© Johanna Günther

TERMIN

Sa 02.01.2027
09:30 bis 17:30 Uhr

KURSBEITRAG

€ 125,-
Materialkosten: ca. € 26,-
direkt an die Referentin

ANMELDESCHLUSS

23.12.2026

06.01. – 10.01.

CLOWNEXERZITIEN

in sich hinein – aus sich heraus – über sich hinaus

Gisela Matthiae

Am Anfang, noch vor aller Schöpfung, spielte die Weisheit voller Freude vor Gott (Spr 8,30f.). So alt ist das Spiel!

Clown-Exerzitien wollen es ihr nachtun. In der Clownerie kann man sich zwanglos ausprobieren mit dem Repertoire, das einem als Mensch gegeben ist: bewegen, spüren, atmen, ruhen, springen, wahrnehmen, staunen... absichtslos und selbstvergessen.

Diese besondere und neue Art der Exerzitien folgt einem täglichen Ablauf von Stille-Bewegung-Spiel-Nachdenken-Schreiben-Improvisation-Impulsen-Gespräch-Entspannung. Auf Anfrage erhalten Sie eine ausführliche Beschreibung.



© Pat Meise

TERMIN

Mi 06.01.2027, 17:00 Uhr
bis
So 10.01.2027, 09:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 360,-

ANMELDESCHLUSS

15.12.2027

23.01.

RIO ABIERTO

Nähre deine Weiblichkeit

Brunhilde Kerschbaumer

Kraftvoll ins Neue Jahr! Dieser Tag ist nur für dich, in einem Raum,...

- in dem du tanzen kannst – mal wild, mal sanft,
- in dem Musik dir eine Tür öffnet für deine innere Welt,
- in dem du dich mit anderen Frauen verbinden kannst,
- in dem dein Körper erzählen kann, was Worte nicht erreichen,
- in dem du atmen und in die Stille gehen kannst, um deine ureigene Melodie zu erforschen,

und du auf die Stimme deines Herzens lauschen und deine Kraft aufspüren kannst. Wenn es dich ruft, dann komm in unseren Kreis!



© Brunhilde Kerschbaumer

TERMIN

Sa 23.01.2027
10:00 bis 16:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 110,-

ANMELDESCHLUSS

13.01.2027



29.01. – 31.01.

RUHENDE LINIE

Zeichnen aus der Stille

Brigitte Schneider

Der Winter bringt optisch Stille durch weniger Farben. Das birgt den besonderen Reiz, sich auf dieses Wenige einzulassen. Für das meditative Zeichnen gehen wir raus und lassen die Natur auf uns wirken. Drinnen im Raum für Meditation und Stille bringen wir unsere Eindrücke aufs Papier. Die Stille-Meditation leitet unseren Geist in die wertfreie Wahrnehmung, die wir mit in die Zeit des Zeichnens nehmen. Entspannt gleitet der Stift über das Papier. Keine Vorkenntnisse im Zeichnen oder Meditieren notwendig, Material vorhanden, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.



© Brigitte Schneider

TERMIN

Fr 29.01.2027, 17:00 Uhr
bis
So 31.01.2027, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 190,-

ANMELDESCHLUSS

15.01.2027

30.01. – 31.01.

BUNT INS NEUE JAHR

Ausdrucks malen – dem Leben Farbe geben

Ulrike Pircher

Familien-Auszeit für Mama / Papa mit Kind mit Down Syndrom (ab 8 Jahren), um Zeit für sich und füreinander zu haben.

Wir experimentieren mit Farben und Formen – ohne Vorgabe und ohne Wertung, frei Spuren hinterlassen und Gefühlen, Träumen, Erlebnissen, Wünschen Ausdruck verleihen. Einfach kreative Freude spüren und im schöpferischen Tun Bilder entstehen lassen. Damit sich Kreativität entfalten kann, braucht es keine Vorkenntnisse, nur Interesse, Offenheit und Experimentierfreude.



© Ulrike Pircher

TERMIN

Sa 30.01.2027, 10:00 Uhr
bis
So 31.01.2027, 13:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 195,-
(ein Erwachsener mit Kind)

ANMELDESCHLUSS

15.01.2027



Unterstützt vom:



01.02. – 06.02.

SPUREN IM SCHNEE

Meditative Skitourenwoche

Peter Gleirscher

Entdecke mit dem erfahrenen Bergführer Tourenparadiese im Wipptal und seinen Seitentälern. Durch den schweigenden Aufstieg sind die Sinne für die wunderbare Natur und den eigenen Körper geschärft. Die Gedanken kommen zur Ruhe. Und bei der Abfahrt werden vielleicht sogar Spuren im Neuschnee gezogen. Die Touren können ohne größere Schwierigkeiten bewältigt werden. Für den Aufstieg ist eine Kondition für ca. drei Stunden notwendig. Für die Abfahrt ist das Beherrschen zumindest des Parallelschwungs unerlässlich.



© Peter Gleirscher

TERMIN

Mo 01.02.2027, 18:00 Uhr
bis
Sa 06.02.2027, 9:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 380,-

ANMELDESCHLUSS

18.01.2027

11.02. – 14.02.

STILLE (SCHRITTE) IM SCHNEE

Erholsame Schneeschuhwanderungen und Begegnungen

Hermann Muigg-Spörr

In den Seitentälern des Wipptals werden wir stille, einzigartige und kaum bekannte Plätze finden, als Erste geruhende Schritte im weichen Pulverschnee stapfen und neue Wege im Sonnenglanz oder Schneeflockenrieseln wagen. Wir entdecken Kapellen, schöpfen Kräfte in der Natur und im Miteinander – und begegnen jeden Tag einem Menschen und dessen Geschichte(n). Impulse für Seele und Geist begleiten uns. Die Touren werden je nach Wetter und Schneelage gewählt und sind auch für Neulinge geeignet.



© Hermann Muigg-Spörr

TERMIN

Do 11.02.2027, 17:00 Uhr
bis
So 14.02.2027, 15:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 220,-

ANMELDESCHLUSS

28.01.2027

15.02. – 20.02.

DER LEISE WEG

Skitourenexerzitien

Christoph Benke und Thomas Senfter

Exerzitien sind geistliche Übungen. Wir wählen den Übungsweg Berg mit den Skiern. Weggehen, schauen, staunen, rasten, atmen, sich anstrengen, hadern, ein Ziel (nicht) erreichen, schwingen, stürzen, ankommen... – wichtige Momente auf dem (Lebens-) Weg, mit und zu Gott.

Täglich unternehmen wir eine Skitour im Tourengebiet Wipptal. Für die mäßig schwierigen Touren ist eine Kondition für ca. 3 Stunden Aufstieg gefragt, für die Abfahrt das Beherrschen des Parallelschwungs.

Max. 8 Personen

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage.

© Nicolas Pasqualini

TERMIN

Mo 15.02.2027, 17:00 Uhr
bis
Sa 20.02.2027, 9:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 480,-

ANMELDESCHLUSS

29.01.2027

24.02. – 26.02.

FRAUENZEIT

Biografische Zugänge für die Arbeit mit Frauen

Sabine Sautter

Biografiearbeit fragt nach Lebensgeschichten, die Identität stärken und den Zugang zu inneren Kraftquellen erschließen. Kreative Methoden schaffen einen lebendigen Kontakt der Teilnehmenden untereinander. Sie richten den Blick auf Ihre ganz persönlichen Ressourcen und darauf, wie Sie mit ihnen Ihr Leben gestalten wollen. Dadurch lernen Sie Methoden der Biografiearbeit in der Praxis kennen.

Inhaltlicher Schwerpunkt: „Ich als Frau“ – Wie bin ich aufgewachsen als Mädchen? Welche Rollen habe ich als Frau ausgefüllt und wie lebe ich sie heute? Wie haben mich gesellschaftliche und kulturelle Entwicklungen geprägt?



© Freepik

TERMIN

Mi 24.02.2027, 15:00 Uhr
bis
Fr 26.02.2027, 15:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 370,-

ANMELDESCHLUSS

10.02.2027

Dieses Seminar ist eine gemeinsame Veranstaltung von KBW Tirol und Bildung St. Michael sowie ein Teil der Frauenakademie, weitere Veranstaltungen finden Sie unter www.forumkeb.at

Anmeldung: Kath. Bildungswerk Tirol, Tel.: +512 2230-4801, Mail: kbw@bildung-tirol.at

27.02.

UND WIR WOHNEN IM WORT

Dem eigenen Schreiben Raum und Zeit geben

Stefan Schlager

Sich von Worten finden lassen, in denen man „wohnen“ kann (R. Ausländer) – dazu lädt diese spirituelle Schreibwerkstatt ein. Vom Gespräch über das eigene Schreiben und die jeweiligen Lieblingsgedichte bis hin zum Verfassen von lyrischen Texten spannt sich der Bogen. Dabei regen bewährte Methoden sowie vorgeschlagene Themen zum kreativen Spiel mit Worten an. „Eingestreute“ poetologische Überlegungen vertiefen zudem den Blick auf Lyrik. Das Vorlesen der entstandenen Texte rundet das Schreib-Seminar ab.



© Stefan Schlager

TERMIN

Sa 27.02.2027
10:00 bis 16:00 Uhr

KURSBEITRAG

€ 110,-

ANMELDESCHLUSS

17.02.2027

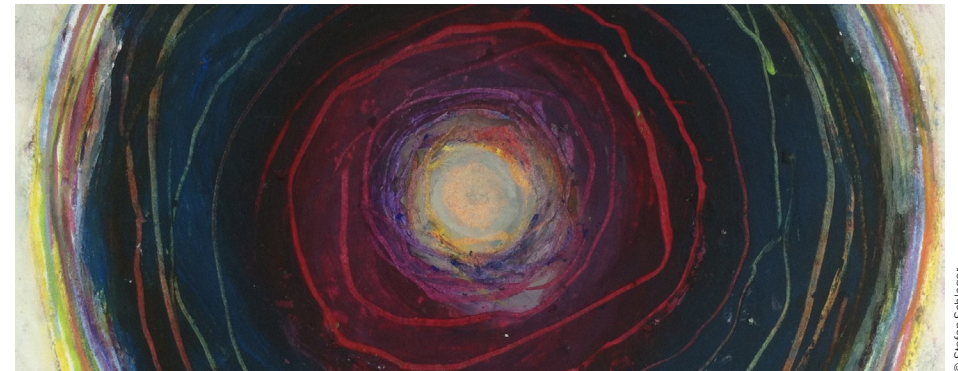
27.02.

IM HEUTE EIN MORGEN: GEDICHTE GEGEN DIE ANGST

Lesung mit musikalischer Begleitung in der Kapelle von St. Michael

Stefan Schlager

Paul Celan hat Gedichte einmal mit einer Flaschenpost verglichen: „aufgegeben in dem Glauben, sie könnten irgendwo und irgendwann an Land gespült werden, an Herzland vielleicht.“ Auch die neuesten Gedichte von Stefan Schlager wollen genau das: auf Herzland treffen. Sie wollen wie Strandgut gefunden, aufgehoben und mitgenommen werden in das Heute ihrer Hörerinnen und Hörer hinein – in ein Heute, das „Widerworte gegen die Angst“ und „Dennochworte gefüllt mit Mut“ gut gebrauchen kann.



© Stefan Schlager

TERMIN

Sa 27.02.2027, 16:30 Uhr

BEITRAG

Freiwillige Spenden, Anmeldung erwünscht

EKiZ WIPPTAL

Das Eltern-Kind-Zentrum Wipptal unterstützt werdende Eltern und junge Familien im Wipptal mit vielfältigen Angeboten in Alltagsfragen. Hier können Eltern Gleichgesinnte treffen und Kinder erste freundschaftliche Bande knüpfen.

Stillvorbereitung „Kompakt“

Starte entspannt ins Abenteuer Stillen

Termine: Fr 04.09.2026, 06.11.2026 oder 08.01.2027
jeweils 15:00 bis 18:00 Uhr

Anmeldung:

EKiZ Wipptal
SMS: +43 664 7348-4626
Mail: info@ekiz-wipptal.at

Eine Kooperation von Bildung St. Michael und EKiZ Wipptal.
Weitere Angebote unter www.ekiz-wipptal.at



EINTAG.MEHRZEIT

eintag.mehrzeit bietet Schüler:innen der Diözese Innsbruck, unabhängig von ihrem religiösen Bekenntnis, mehr Zeit für sich, die Klasse und die wichtigen Fragen des Lebens.

Möglich sind

- Einkehrtage (von der Lehrperson selbst gestaltet) ab der 5. Schulstufe
- Orientierungs- und erlebnispädagogische Tage (mit Referierenden) ab der 9. Schulstufe
- Schulabschlussstage (mit Referierenden) für Abschlussklassen

KOSTEN

€ 48,- (mit Übernachtung)
€ 24,- (ohne Übernachtung)



Unterstützt von der Diözese Innsbruck (finanzielle Unterstützung möglich)
www.eintag.mehrzeit.tirol

MATREINANDER – IN EINE GUTE ZUKUNFT

Das Projekt „**Matreinander – in eine gute Zukunft**“ geht von der Tatsache aus, dass das Wipptal als alpine Bergregion intensiv mit Nachhaltigkeitsfragen konfrontiert ist, eine langfristige positive Transformation aber vor allem durch Bildung der jungen Generationen und nachfolgend Bildung durch die junge Generation selbst erreichbar scheint.

Eine aktive und selbstbestimmte Einbindung der jungen Projektpartner:innen bestimmt die gemeinsame Projektentwicklung, zu der natürlich auch die Partner:innen aus der Jugendarbeit, der Mittelschule, von Bildung St. Michael und der Politik der Gemeinde Matrei beitragen sollen und wollen.

Die Wissenschaftler:innen der Uni Innsbruck aus verschiedenen Fachbereichen bringen dazu ihre wissenschaftliche Expertise in Nachhaltigkeitsfragen sowie Inhalten und Methoden der Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE) ein und tragen zur Qualitätssicherung bei. Die Kinder und Jugendlichen selbst werden zu verantwortungsvollen Vermittler:innen und aktiven Bildner:innen für nachhaltige Entwicklung in ihrer Region.

Projekträger: Universität Innsbruck, Institut für Forschung

Projektlaufzeit: 01. April 2025 bis 31. März 2028



© Philipp Kutz

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Klima- und Umweltschutz,
Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich



UNSERE REFERENT:INNEN

Dr. Ursula Baatz

Research Fellow am Institut für Religionswiss. (Wien), Zen-Lehrerin, Achtsamkeitslehrerin www.ursula.baatz.at

Dr. Christoph Benke

Priester (Pfarr- und Studentenseelsorge), Exerzitienbegleiter

Achim Blackstein

Pastor, Beauftragter für Digitale Seelsorge und Beratung (Landeskirche Hannover), Onlineberater (DGOB)

Mag. Radoslaw Celewicz

Pflegeheimseelsorger in Wien und Baden, Trainer und Coach

Mag. Sonja Fabian

Dipl. Kräuterpädagogin, Kunsthistorikerin und Kulturvermittlerin

Theresa Felsner

Evolutionspädagogin

Christian Forster

Sozialarbeiter und Theaterpädagoge, Geschichtenerzähler, fördert leidenschaftlich den Dialog der Generationen www.generationen-dialog.at

MMag. Birgit Geisler

Pastorale Mitarbeiterin und Mama von zwei Kindern

Peter Gleirscher

Bergführer aus Neustift

Katrin Graf

Kontemplationslehrerin und geistliche Begleiterin

MMag. Johanna Günther

Lettering-Künstlerin, Kalligrafin und zertifizierte Erwachsenenbildnerin, führt seit 2018 in Tirol und Südtirol Lettering- und Kalligrafie-Workshops durch www.letterissima.com

Martin Hammerschmidt

Webdesigner und Programmierer

Martina Haun-Holzmann

Pädagogin und Mama von drei Jungs

Steve Heitzer

Pädagoge, Theologe und Buchautor www.steveheitzer.at

Br. Bernhard Holter, Dr. theol.

Franziskaner, Priester, tätig in franziskan. Ausbildung u. Forschung, geistl. Begleitung, Exerzitien

Johannes-Chrysostomos-Chor

Leitung Georg Bleyer www.chrysostomoschor.at

Brunhilde Kerschbaumer

Rio Abierto-Trainerin, Yoga-Lehrerin, Körperarbeit, Tanz, Meditation www.brunhilde-kerschbaumer.com

Dr. Gisela Matthiae

Theologin und Clownin www.clownistin.de

Hermann Muigg-Spörr

teilt die Schönheiten der Natur und die Großzügigkeit Gottes gerne mit Anderen, Pilger- und Menschenbegleiter www.hermann-muigg-spoerr.jimdo.com

Ulrike Pircher

Kindergartenpädagogin, Mal-, Gestaltungs- und Tanzpädagogin, Kunsttherapeutin, Referentin, Mutter

Bernd Pirker

seit 25 Jahren historischer Bogenbauer, Workshopleiter für Kinder und Erwachse-

ne, Intuitivbogenschütze

<https://berndpirker.jimdofree.com>

Christine Riccabona

Leiterin von kreativen und biografischen Schreibwerkstätten, Autorin und Lektorin

Didier Rouchon

Community Dance BA, Bretton Hall College of Arts Leeds University (England); Tanz- und Bewegungstherapie Life Art Process nach Anna Halprin (San Francisco, USA); Körperorientierte Psychotherapie, Core Energetics, W.Dawn (Bern, Schweiz), Arts of Touch Massage, R. Swartley (Paris, Frankreich) www.dansersavie.eu

Barbara Samm

Lehrerin der OpenHandsSchule, Religionslehrerin, Geistliche Begleiterin, Pädagogin für therapeutischen Tanz

Dipl.-Soz.päd. (FH) Sabine Sautter

Trainerin für Ressourcenarbeit, Lebensspur & Vision, Lehrtrainerin bei LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V. www.sabine-sautter.de

Dr. Stefan Schlager

Autor und Theologe, Seelsorger der Caritas OÖ, Bildhauerei und Malerei

Siljarosa Schletterer, BA

Autorin und Lyrikbotschafterin www.siljarosaschletterer.com

Claudia Schmid

Früherzieherin

Brigitte Schneider

Designerin, Seminarleiterin für Meditatives Zeichnen und Achtsamkeit www.ruhende-linie.de

Bernhard Schöpfer

Zertifizierter Singleleiter „Heilende Kraft des Singens“, Ritualbegleiter und Ritualleiter

Ben Schuster

Emotionsfokussierter Paartherapeut, Coach, Supervisor & Trainer www.benschuster.at

Susanne Schuster MA

Spirituelle Begleiterin, Künstlerin, (Lehr-) Supervisorin & Coach, Kunsttherapeutin www.holzwege.at

Dr. Thomas Senfter

Berg- und Skiführer, Wissenschaftler (MCI Innsbruck) www.bergfuehrer-wipptal.at

Mirjam Steinbeißer

Lehrerin der OpenHandsSchule, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Achtsamkeitstrainerin, Trauer- und Sterbebegleiterin

Mag. Andrea Strübl

Gesundheitswissenschaftlerin, erfahrene Breathwork-Mentorin und Initiationsbegleiterin für Menschen an Lebensschwellen www.thenewcircle.at

Miriam Weber

systemische körperorientierte Coachin, psychologische Beraterin, Sozialarbeiterin, Yogalehrerin www.miriamweber.at

Andreas Wuchner

Heilpraktiker und Meditationsleiter, langjährige Seminartätigkeit www.wuchner-fasten.de

Karin Zoller

aufsuchende Fachkraft für Familienarbeit, psychosoziale Beraterin, systemischer Coach & Aufstellungsleiterin, Moderatorin www.wurzelwerk.tirol

Unser Haus

ZU GAST IN ST. MICHAEL

St. Michael liegt am Kraftsee, einem besonderen Ort in wunderschöner Bergwelt, eingebettet in Wald und Stille. Das Haus ist in Holzbauweise errichtet worden und verfügt über Passivhausstandard. Es bietet ideale Voraussetzungen für Ihre Tagungen, Kongresse, Kurse und privaten Festlichkeiten.

Die **12 Konferenz- und Seminarräume** (33 bis 186 m²) sind technisch modern ausgestattet und lichtdurchflutet. Sie bieten einen wunderbaren Blick auf Berge und Wald.

In der **hauseigenen Küche** werden schmackhafte Speisen zubereitet. Das **Café** eignet sich für eine Auszeit zwischendurch.

Die **58 Gästezimmer** (Ein- und Zweibettzimmer mit Balkon) bieten modernen Komfort und sind barrierefrei zugänglich. In den Pausen laden der Kraftsee und Spazierwege im Wald zu Erholung ein.



Zimmerreservierung:

Wenn Sie sich zu einer unserer Bildungsveranstaltungen anmelden, wird automatisch (falls die Veranstaltung mehr als einen Tag umfasst) ein Zimmer für Sie reserviert. Mit unserem Online-Anmeldeformular können Sie sich zeitunabhängig und bequem anmelden.

Selbstverständlich können Sie Anmeldungen auch telefonisch an der Rezeption oder per E-Mail vornehmen:

Mail: info@stm.tirol

Tel.: +43 5273 6236

Der Aufenthalt in unserem Haus ist nicht an eine Seminarteilnahme gebunden. Gerne bieten wir auch Pilger:innen eine Unterkunft. **Außerdem eignet sich unser Haus für ein paar Tage Urlaub oder eine persönliche Auszeit.**

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung werden für Teilnehmende unserer Bildungsveranstaltungen von der Diözese Innsbruck gefördert:

Zimmerpreise 2026

Vollpension im EZ (Erwachsene)	€ 99,-
Vollpension im DZ (Erwachsene)	€ 90,-
Vollpension Jugend (10 - 17 J.)	€ 60,-
Vollpension Kinder (4 - 9 J.)	€ 50,-
Vollpension Kleinkinder (0 - 3 J.)	€ 15,-

Zuzüglich € 2,60 Fremdenverkehrsabgabe ab dem 15. Lebensjahr. Auf Anfrage können Sie auch eine günstigere Unterkunft im Haus Canisius reservieren. Bitte wenden Sie sich an die Rezeption. Informieren Sie sich über die Stornoregelungen bzgl. Übernachtung und Verpflegung unter www.stm.tirol



EMPFÄNGER

Österreichische Post AG, SM 03Z035252 N
St. Michael, Schöfens 12, A-6143 Matrei am Brenner

ABSENDER

St. Michael
Schöfens 12
A - 6143 Matrei am Brenner

Tel.: +43 5273 6236

Mail: info@stm.tirol

www.dibk.at/st.michael

INFO

Falls Sie von der Printversion auf ein digitales
Format umsteigen möchten, informieren Sie uns:
info@stm.tirol