

September 2023 bis April 2024

# KURSPROGRAMM

Angebote für Großeltern, Eltern und Interessierte



Wir verbinden Generationen!

**Bildung mit Herz**

[www.familie.at/ooe/bildung](http://www.familie.at/ooe/bildung)

**familien<sup>v</sup>**

# Termine auf einen Blick

## September 2023

 26. Sept. Großeltern – ein Geschenk für Kinder

## Oktober

 12. Oktober Konflikte lösen – Lebensqualität gewinnen

 17. Oktober Vererben oder verschenken?

 19. Oktober Großeltern werden – Großeltern sein

## November

 9. November Oma, Opa und ich – ein echt starkes Team

 22. November Testament richtig verfassen

 27. November Vererben oder verschenken

 29. November Selbstfürsorge... weil ich es mir wert bin!

## Dezember

 5. Dezember Großeltern – die Rolle meines Lebens

 6. Dezember Erwachsenenschutz, Patienten- und Sterbeverfügung

## Jänner 2024

 31. Jänner Konflikte lösen – Lebensqualität gewinnen

 31. Jänner Vererben oder verschenken?

## Februar

 1. Februar Testament richtig verfassen

 6. Februar Verträge im Alltag, wo muss ich aufpassen?

 9. Februar Großeltern – die Rolle meines Lebens

 28. Februar Großeltern werden – Großeltern sein

## März

 12. März Oma, Opa und ich – ein echt starkes Team

 21. März Testament richtig verfassen

 28. März Selbstfürsorge... weil ich es mir wert bin!

## April

 9. April Erwachsenenschutz, Patienten- und Sterbeverfügung

 10. April Großeltern – ein Geschenk für Kinder

 24. April Erwachsenenschutz, Patienten- und Sterbeverfügung

 Beratung zu Ihren persönlichen Themen individuell vereinbar

 Familie

 Persönlichkeit

 Recht



Workshop

## GroßEltern – ein Geschenk für Kinder

### Erziehung, Entwicklung und Entfaltung

Kinder gestärkt ins Leben begleiten  
Erziehungsstile spüren und begreifen  
Ressourcen- statt Defizitorientierung

### Achtsamkeit als wirksame Quelle

Mit den Augen der Kinder sehen  
Vorbildwirkung durch achtsames Handeln  
Achtsamkeit in den Alltag integrieren

### Spielen – Basis des Lernens

Bedeutung des Spiels für die Entwicklung  
Natürliches Doping für das Gehirn  
Entfaltung des Lernpotentials

### Termine

26. September 2023

10. April 2024

9.00 bis 16.00 Uhr

### Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84

4020 Linz

4. OG Großer Saal

### Kosten

€ 10 für Mitglieder des KFV

€ 30 für Interessierte

Aufgrund begrenzter Teilnehmerinnenzahl bitten wir um rechtzeitige Anmeldung.

Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

### Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

# GroßEltern – die Rolle meines Lebens

## Die eigene Rolle finden

Möglichkeiten, Grenzen und Antrieb von Rollen  
Erwartungen, Zuständigkeiten und Ziele als Großeltern

## Dynamische Rollen und systemische Ordnung

Der Fluss von Geben und Nehmen  
Entkomme dem Dramadreieck aus Täter - Opfer - Retter - Videobeispiel

## Motive & Perspektiven – was ist mir wann wichtig und warum

„Die Landkarte ist nicht die Landschaft“ – Weltbilder & Glaubenssätze  
Wie Erfahrungen die Welt gestalten – Neurologische Ebenen

## Termine

5. Dezember 2023  
9. Februar 2024  
9.00 bis 16.00 Uhr

## Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84  
4020 Linz  
4. OG Großer Saal

## Kosten

€ 10 für Mitglieder des KFV  
€ 30 für Interessierte  
Aufgrund begrenzter Teilnehmerinnenzahl bitten wir um rechtzeitige Anmeldung.  
Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

## Referent

Manfred Hoschek

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Workshop





Workshop

## GroßEltern werden - GroßEltern sein

### Sichere Bindung - das stabile Fundament

Bindungsmuster und Bindungsverhalten bei Kindern  
Persönlichkeit stärken durch Beziehung  
Bindungspersonen als sicherer Hafen

### Kindliche Signale und Bedürfnisse

Wahrnehmen, Interpretieren, Reagieren  
Feinfühligkeit und Verständnis als Basis  
Orientierung geben und Grenzen setzen

### Fremdbetreuung

Feinfühliger Aufbau von Fremdbetreuung  
Externe Betreuungsperson - vertraute Bezugsperson  
Folgen und Auswirkungen von Fremdbetreuung

### Termine

19. Oktober 2023  
28. Februar 2024  
9.00 bis 16.00 Uhr

### Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84  
4020 Linz  
4. OG Großer Saal

### Kosten

€ 10 für Mitglieder des KFV  
€ 30 für Interessierte  
Aufgrund begrenzter Teilnehmerinnenzahl bitten wir um rechtzeitige Anmeldung.  
Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

### Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

# Oma, Opa und ich – ein echt starkes Team

## Werte leben – ein Gewinn für Kinder

Werte geben Orientierung und Sicherheit  
kindgerechte Wertevermittlung  
mit Märchen und Geschichten Werte entdecken

## Kommunikation mit Kindern

Gesprächsfördernde Aspekte  
kindliche Ausdrucksformen  
fünf Sprachen der Liebe für Kinder

## Bedürfnisse – Bedürfnisorientierung

Fokus auf die eigenen Bedürfnisse und Werte  
Wer nicht genießt wird ungenießbar  
Bedürfnispyramide – die Stufen zum Lebenssinn

## Termine

9. November 2023  
12. März 2024  
9.00 bis 16.00 Uhr

## Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84  
4020 Linz  
4. OG Großer Saal

## Kosten

€ 10 für Mitglieder des KFV  
€ 30 für Interessierte  
Aufgrund begrenzter Teilnehmerinnenzahl bitten wir um rechtzeitige Anmeldung.  
Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

## Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Workshop





Workshop

## Selbstfürsorge ... weil ich es mir wert bin!

### Ein „Nein“ zu anderen ist ein „Ja“ zu dir selbst

Warum wir „Nein“ meinen und trotzdem „Ja“ sagen  
Prägungen und Muster aus der Kindheit  
Methoden zur Verhaltensänderung

### Negative Denkmuster erkennen und verändern

innere Glaubenssätze und Stressoren erkennen  
Gedanken - Gefühle - Verhalten  
umdenken und Grenzen aufzeigen

### Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein gewinnen

Stärkung der persönlichen Ressourcen  
Vertrauen in das eigene Ich  
Selbstwert als Basis für gutes Zusammenleben

### Termine

29. November 2023  
28. März 2024  
9.00 bis 16.00 Uhr

### Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84  
4020 Linz  
4. OG Großer Saal

### Kosten

€ 10 für Mitglieder des KFV  
€ 30 für Interessierte  
Aufgrund begrenzter Teilnehmerinnenzahl bitten wir um rechtzeitige Anmeldung.  
Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

### Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

# Konflikte lösen

## Lebensqualität gewinnen



Workshop

## Konflikte lösen - Lebensqualität gewinnen

### Entstehung von Konflikten

Ursachen und Auswirkungen  
verschiedene Eskalationsstufen  
„Täter - Opfer - Retter“

### Hintergründe der Streitpunkte

Erkennen der Auslöser  
Reaktionen und Strategien  
Konfliktarten im Überblick

### Vermeidung und Lösung

Selbstkontrolle und Streitkultur  
Veränderungsmöglichkeiten  
Übungen und Beispiele

### Termine

12. Oktober 2023  
31. Jänner 2024  
9.00 bis 16.00 Uhr

### Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84  
4020 Linz  
4. OG Großer Saal

### Kosten

€ 10 für Mitglieder des KFV  
€ 30 für Interessierte  
Aufgrund begrenzter Teilnehmerinnenzahl bitten wir um rechtzeitige Anmeldung.  
Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

### Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

## Beratung zu Ihren persönlichen Themen

Das Leben zeigt uns in seiner Vielfalt die unterschiedlichsten Facetten auf. Neben all der Fülle und Buntheit, gibt es Belastungen, die sich auf unser Wohlbefinden auswirken. Stressoren wie Einsamkeit, Überforderung oder Ängste nehmen zu und beeinflussen den Alltag. Spannungen und Konflikte können ein bereicherndes Miteinander erschweren.

### Zeit für Veränderung

Mit diesem Bewusstsein haben Sie bereits den ersten Schritt gesetzt. Jede Veränderung hat Auswirkungen auf die eigene Persönlichkeit und das nähere Umfeld. Oftmals bringt schon ein anderer Blickwinkel wertvolle Erkenntnisse.

Neue Sichtweisen bieten Ihnen neue Möglichkeiten, Wege und Ziele.

### „darüber“ Reden stärkt

Sprechen Sie im geschützten Rahmen über Ihre persönlichen Themen. Das ist befreiend, gibt Kraft und Sicherheit! Bedenken Sie, dass auch kleine Belastungen zu großen Problemen werden können. Je früher eine Beratung in Anspruch genommen wird, umso früher kann auch eine Veränderung stattfinden. Gerne begleite ich Sie dabei.

## Kontakt

Elisabeth Asanger  
Dipl. psychosoziale Beraterin  
Elternbildnerin und Mentorin  
T: 0677 / 612 377 87  
M: [asanger@vertraue-leben.at](mailto:asanger@vertraue-leben.at)  
W: [www.vertraue-leben.at](http://www.vertraue-leben.at)



VERTRAUE LEBEN  
BERATUNG • COACHING • LÖSUNG

Beratung ist persönlich von Vorteil, kann aber auch telefonisch oder online stattfinden. Kosten und Ort werden individuell vereinbart.

Beratung



PERSÖNLICHKEIT

## Vererben oder verschenken?

Die Regelung und Gestaltung dessen, was Sie hinterlassen, ist oft sehr komplex. Klare Vorstellungen verleihen Ihrem ‚Letzten Willen‘ Kraft. Die überdachte Entscheidung zwischen Erbe und Schenkung sorgt für viele Vorteile. Haben Sie Fragen, die Sie beschäftigen? Wir haben die nötigen Praxistipps. Die Inhalte u.a.: Rechtsnachfolge unter Lebenden, Schenkung, Pflichtteil, Gesetzliche Erbfolge. Inklusive Rechtsauskunft, bei der Ihre Fragen beantwortet werden.

### Termine

17. Oktober 2023  
31. Jänner 2024  
12.30 bis 16.45 Uhr

### Ort

ISA/WIFI Linz  
Wiener Straße 150  
4021 Linz

### Kosten

€ 63 inkl. Unterlagen  
Die Anmeldung erfolgt über das WIFI

### Termin

27. November 2023  
13.00 bis 17.15 Uhr

### Ort

ISA/WIFI Gmunden  
Miller v. Aichholz-Straße 50  
4810 Gmunden

### Referentin

Dr.<sup>in</sup> Barbara Kovsca-Sagmeister

## Testament richtig verfassen

Damit ein eigenhändiges wie ein fremdhändiges Testament überhaupt gültig ist, muss es gewisse Formvorschriften erfüllen. Worauf kommt es an? Was muss ich beachten, wenn ich das Testament selbst verfasse? Wann brauche ich unbedingt einen Rechtsanwalt oder Notar? Diese Inhalte werden individuell formuliert und beantwortet.

Der vorige Besuch des Kurses „Vererben oder verschenken“ wird empfohlen.

### Termine

22. November 2023  
21. März 2024  
12.30 bis 15.00 Uhr

### Ort

ISA/WIFI Linz  
Wiener Straße 150  
4021 Linz

### Kosten

€ 42  
Die Anmeldung erfolgt über das WIFI

### Termin

1. Februar 2024  
13.00 bis 15.30 Uhr

### Ort

ISA/WIFI Gmunden  
Miller v. Aichholz-Straße 50  
4810 Gmunden

### Referentin

Dr.<sup>in</sup> Barbara Kovsca-Sagmeister

# Erwachsenenschutz, Patientenverfügung und Sterbeverfügung

vormals Sachwalterschaft

Was passiert, wenn ich nicht mehr sprechen kann oder wenn ich nach einer Operation ins Koma falle? Wer vertritt meine Interessen und kümmert sich um meine täglichen Angelegenheiten? Erfahren Sie, welche Möglichkeiten und Hilfestellungen der Vorsorge es für Sie oder betroffene Angehörige gibt, Wissenswertes über Patientenverfügung, Arten der Patientenverfügung, Erwachsenenenschutz, Sterbeverfügung und Alternativen dazu.

## Termine

6. Dezember 2023  
9. April 2024  
12.30 bis 16.00 Uhr

## Ort

ISA/WIFI Linz  
Wiener Straße 150  
4021 Linz

## Kosten

€ 53  
Die Anmeldung erfolgt über das WIFI

## Termin

24. April 2024  
13.00 bis 16.30 Uhr

## Ort

ISA/WIFI Gmunden  
Miller v. Aichholz-Straße 50  
4810 Gmunden

## Referentin

Dr.<sup>in</sup> Barbara Kovsca-Sagmeister

Seminare

## Verträge im Alltag- Wo muss ich aufpassen?

Alles rund um Fragen bzw. Antworten zu mündlichen bzw. schriftlichen Verträgen im Alltag, wenn etwas schief läuft, welche Ansprüche zustehen, kostenpflichtige Kostenvoranschläge, Vertragsarten nach ABGB, Schadenersatzansprüche, Haustürgeschäfte, Rücktritt, Gewährleistung und Garantie mit dem neuen Verbrauchergewährleistungsgesetz, Fernabsatz und ihre Fragen sind Thema dieses Kurses.

## Termin

6. Februar 2024  
12.30 bis 16.00 Uhr

## Ort

ISA/WIFI Linz  
Wiener Straße 150  
4021 Linz

## Kosten

€ 53  
Die Anmeldung erfolgt über das WIFI

## Referentin

Dr.<sup>in</sup> Barbara Kovsca-Sagmeister

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

## Referent\*innen



### Elisabeth Asanger

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin  
Elterntrainerin und Mentorin  
Koordinatorin Kath. Familienverband OÖ



### Manfred Hoschek

Regisseur, Produzent u. Moderator  
Lebens- und Sozialberater, Coach  
in Ausbildung unter Supervision



### Dr.<sup>in</sup> Barbara Kovsca-Sagmeister

Juristin  
Vorsitzende Kath. Familienverband OÖ

## Anmeldung

Anmeldung zu den Themen **Famile** und **Persönlichkeit**:

Katholischer Familienverband OÖ  
Tel.: 0732 / 7610-3433  
Tel.: 0732 / 7610-3431  
Mail: [asanger@familie.at](mailto:asanger@familie.at)  
Mail: [info-ooe@familie.at](mailto:info-ooe@familie.at)

Anmeldung zum Thema **Recht**:

ISA/WIFI  
Tel: 05-7000-77  
Mail: [anmeldung@isa.at](mailto:anmeldung@isa.at)  
[www.isa.at](http://www.isa.at)

**familien<sup>v</sup>**  
Katholischer Familienverband  
Oberösterreich

 Bundeskanzleramt

**ISA** INSTITUT SEI AKTIV

Eine Bildungsinitiative des Oberösterreichischen Seniorenbundes