

JÄNNER 2025 bis DEZEMBER 2025

KURSPROGRAMM



**Bildung mit Herz
für NannyGrannys und
Leihomas**



Termine 2025 auf einen Blick

Jänner

	* 13. Jänner	„Kaufst ma des bitte“ - Umgang mit Geld bei Kindern
	* 20. Jänner	Digitale Medien & Co - Auswirkungen für Kinder
	29. Jänner	Stark fürs Leben - 5 Säulen für eine glückliche Kindheit

Februar

	11. Februar	Rhythmus spüren und erleben
	11. Februar	Cafézeit - ein Nachmittag für dich
	14. Februar	Frustriert, ausgelaugt, genervt - Neue Autorität
	26. Februar	Selbstfürsorge ... weil ich es mir wert bin!

März

	04. März	Selbstfürsorge Plus+, Stressbewältigung
	25. März	Konflikte lösen - Lebensqualität gewinnen
	28. März	NannyGranny, bitte kommen

April

	04. April	Kommunikation als Türöffner - für ein gutes Miteinander
--	-----------	---

Mai

	08. Mai	Immer diese Streitereien - was NannyGrannys tun können
--	---------	--

September

	30. September	Im Flow: Potential entfalten und Ziele erreichen
--	---------------	--

Oktober

	* 06. Oktober	Stark fürs Leben - Bindung, Grenzen, Fremdbetreuung
	09. Oktober	Konflikte lösen - Lebensqualität gewinnen
	* 13. Oktober	Stark fürs Leben - Erziehung, Spiel, Lernpotential
	* 20. Oktober	Stark fürs Leben - Werte, Empathie, Kommunikation
	21. Oktober	NannyGranny, bitte kommen
	28. Oktober	Selbstfürsorge ... weil ich es mir wert bin!

November

	06. November	Stark fürs Leben - 5 Säulen für eine glückliche Kindheit
	* 10. November	„Kaufst ma des bitte“ - Umgang mit Geld bei Kindern
	13. November	Meine Grenzen - deine Grenzen
	13. November	Cafézeit - ein Nachmittag für dich
	* 17. November	Digitale Medien & Co - Auswirkungen für Kinder
	19. November	Kommunikation als Türöffner - für ein gutes Miteinander

Dezember

	04. Dezember	Selbstfürsorge Plus+, Stressbewältigung
--	--------------	---

Beratung zu Ihren persönlichen Themen individuell vereinbar

 Persönlichkeit
 Exklusiv für Betreuungspersonen

 Erziehung
* Online

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 zur Auswahl
26. Februar 2025
28. Oktober 2025
09.00 bis 16.00 Uhr

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

Kosten
€ 10 für Betreuungspersonen
Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innen-
zahl bitten wir um rechtzeitige An-
meldung. 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



@canva

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

Workshop

Termine zur Auswahl

25. März 2025

09. Oktober 2025

09.00 bis 16.00 Uhr

Ort

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

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen

Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innen-
zahl bitten wir um rechtzeitige An-
meldung. Bei Stornierungen ab 3 Tage
vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in
Rechnung gestellt.

Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Selbstfürsorge Plus+ Stressbewältigung



Stress als Geisel unserer Zeit
Private und berufliche Stressoren
Überlastung durch Innere Antreiber

Die Dosis macht das Gift
Positiver Stress – negativer Stress
Auswirkungen auf körperlicher und mentaler Ebene

Prävention und Bewältigungsmaßnahmen
Wie beuge ich Stress vor
Auftanken – das Energiefass füllen

Workshop

Termine zur Auswahl

04. März 2025
04. Dezember 2025
09.00 bis 13.00 Uhr

Ort

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

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen
Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innen-
zahl bitten wir um rechtzeitige An-
meldung. Bei Stornierungen ab 3 Tage
vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in
Rechnung gestellt.

Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite



Kommunikation als Türöffner - für ein gutes Miteinander

„Man kann nicht nicht kommunizieren“ (Paul Watzlawick)

Gesagtes und Nicht-Gesagtes
„Offene Ohren“ zum Kommunizieren
Vom Missverständnis zur Klarheit

Gespräche mit Booster-Wirkung

Mein Gegenüber „erreichen“
Gesprächsfördernde Elemente
Die Kraft der Sprache

In Verbindung kommen – in Verbindung bleiben

Verstehen fördert Verständnis
Mit Empathie zur bereichernden Begegnung
Beziehungen stärken, Lebensqualität gewinnen

Termine zur Auswahl

04. April 2025
19. November 2025
09.00 bis 16.00 Uhr

Ort

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

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen
Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innen-
zahl bitten wir um rechtzeitige An-
meldung. Bei Stornierungen ab 3 Tage
vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in
Rechnung gestellt.

Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Workshop



Neu!

@canva



Seminar

Im Flow: Potential entfalten und Ziele erreichen

Genau wissen, wo Sie hinwollen - und wie Sie dorthin gelangen

Zielbild und S.M.A.R.T. - Ziele

Ressourcenarbeit gegen interne Limits

Strategien der Zielerreichung

Mehr erreichen durch Flow-Zustände

Alltägliche Abläufe vereinfachen und automatisieren

Reibungspunkte identifizieren und beseitigen

Produktivität durch kluge Strategien steigern

Termin

30. September 2025

09.00 bis 16.00 Uhr

Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84

4020 Linz

4. OG Großer Saal

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen

Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innenanzahl 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

PERSÖNLICHKEIT

Immer diese Streitereien – was NannyGrannys tun können

Neu!

Nannys und Grannys betreuen oftmals Geschwisterkinder und sind daher auch mit Streitereien konfrontiert. Streitereien sind lästig, können gefährlich sein und gleichzeitig beinhalten sie viele Lernmöglichkeiten.

Daher wollen wir in diesem Workshop:

- Streitsachen erkennen und darauf hilfreich eingehen können
- Feststellen, welches Streitverhalten Kinder zeigen und wann die NannyGranny einschreiten muss
- Die Entwicklungsschritte der Konfliktfähigkeit bei Klein- bis Schulkindern kennenlernen
- Hilfreiche Handlungsmöglichkeiten festigen, die Kinder in ihrer Kompromissfähigkeit fördern

Termin

08. Mai 2025

09.00 bis 16.00 Uhr

Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84

4020 Linz

4. OG Großer Saal

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen

Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innenanzahl bitten wir um rechtzeitige Anmeldung. Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

Referentin

Christine Kügerl

Seminar

EXKLUSIV FÜR
BETREUUNGSPERSONEN



Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite



Seminar

NannyGranny, bitte kommen

Erziehung im Wandel der Zeit

Erinnerungen an die eigene Kindheit

Antworten auf Erziehungsfragen

Konfliktsituationen - Ursachen und wie du damit umgehst

Gestalte den Alltag mit Kindern

Altersgerechte Spielideen zum Kennenlernen und

Ausprobieren

Organisation und Recht

Der Katholische Familienverband, OMADIENST

Steuerrecht und Informationen

Termine zur Auswahl

28. März 2025

21. Oktober 2025

09.00 bis 16.30 Uhr

Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84

4020 Linz

4. OG Großer Saal

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen

Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innenzahl

bitten wir um rechtzeitige Anmeldung. Bei

Stornierungen ab 3 Tage vor Kursbeginn

wird der Kursbeitrag in Rechnung gestellt.

Referentinnen

Ulrike Kneidinger-Peherstorfer

Beatrix Stütz

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

EXKLUSIV FÜR
BETREUUNGSPERSONEN

Meine Grenzen, deine Grenzen

Grenzen - Nähe - Respekt

sensibilisieren - wahrnehmen - handeln
damit achtungsvoller Umgang miteinander leichter gelingt

Selbsterfahrung

eigenen Grenzen nachspüren, eigene Erfahrungen
was kann ich tun, wenn meine Grenzen überschritten werden
Achtsamkeit einüben

Kinder stärken und schützen

Vorbildwirkung

kostenlos

Termin

13. November 2025
09.00 bis 12.00 Uhr

Kosten

keine

Ort

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

Referent:innen

Elisabeth Stadlmeier
Hans Bauer

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Seminar

EXKLUSIV FÜR
BETREUUNGSPERSONEN





Seminar

Rhythmus spüren und erleben

Musik & Rhythmus macht nicht nur Spaß, Rhythmusspiele tragen auch wesentlich zur Entwicklung von Kindern bei: Unter anderem wird die Körperwahrnehmung geschult, die Koordination trainiert und auch die sprachliche Entwicklung gefördert.

Auch wir Erwachsene profitieren davon, denn wir lernen in diesem Workshop viele Rhythmusspiele kennen und erleben eine wunderbare Kombination mit Bewegung, Berührung, Sprache, Melodie und Instrumenten.

Neu!

Termin

11. Februar 2025
09.00 bis 12.00 Uhr

Ort

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

Kosten

€ 5 für Betreuungspersonen
Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innen-
zahl bitten wir um rechtzeitige An-
meldung. Bei Stornierungen ab 3 Tage
vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in
Rechnung gestellt.

Referentin

Martina Haselgruber

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite



Workshop

Cafézeit - ein Nachmittag für dich

Was beschäftigt dich als NannyGranny?
Was hast du für Erfahrungen?
Was möchtest du verändern?
Was kann dich stärken?
und, und, und...

Dieser Nachmittag steht ganz im Zeichen von Fragen, Antworten und Austausch. In einer begleiteten Runde ist es dir möglich, Anliegen einzubringen oder Anregungen weiterzugeben. Das Ziel ist, verschiedene Sichtweisen zu hören, neue Erkenntnisse zu gewinnen und in gemütlicher Atmosphäre aufzutanken.

Termine zur Auswahl

11. Februar 2025
13. November 2025
13.00 bis 16.00 Uhr

Ort

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

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen
inklusive Kaffee und Kuchen
Bei Stornierungen ab 3 Tage vor Kurs-
beginn wird der Kursbeitrag in Rech-
nung gestellt.

Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Frustriert, ausgelaugt, genervt – heraus aus der Ohnmacht mit Neuer Autorität

Neu!

Wir alle erleben Situationen, in denen wir uns ohnmächtig und hilflos erleben. Gerade auch Betreuungspersonen kennen das. Man will das Beste für das Kind und trotzdem gibt es Momente, wo wir scheitern, frustriert sind und das Gefühl haben, nicht handlungsfähig zu sein.

In diesem Workshop spüren wir diesen Situationen nach, analysieren sie und arbeiten gemeinsam an Lösungen. Die Neue Autorität ist ein Haltungs- & Handlungskonzept, das sinnvolle Schritte anbietet und seine Stärke gerade daraus bezieht, dass wir den Hebel bei uns selber ansetzen, im Wissen, dass ich den anderen Menschen, das Kind nicht verändern kann.

Termin

14. Februar 2025
14.00 bis 18.00 Uhr

Ort

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

Kosten

€ 5 für Betreuungspersonen
Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innen-
zahl bitten wir um rechtzeitige An-
meldung. Bei Stornierungen ab 3 Tage
vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in
Rechnung gestellt.

Referent

Mag. Stefan Ofner

Seminar

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite



Stark fürs Leben – 5 Säulen für eine glückliche Kindheit



Erziehung, Entwicklung und Entfaltung

1. **Sichere Bindung** –
Fundament für ein selbstbestimmtes, zufriedenes Leben
2. **Achtsame Erziehung** –
Basis zur starken Persönlichkeitsentwicklung
3. **Bewusstes Spiel** –
Förderung der Lernprozesse und Gehirnentwicklung
4. **Wertevermittlung** –
Grundlage von Orientierung, Empathie und Toleranz
5. **Kommunikation** –
Nährboden für vertrauenswürdige, bereichernde Beziehungen

Termine zur Auswahl

29. Jänner 2025

06. November 2025

09.00 bis 16.00 Uhr

Ort

Diözesanhaus, Kapuzinerstr. 84

4020 Linz

4. OG Großer Saal

Kosten

€ 10 für Betreuungspersonen

Aufgrund begrenzter Teilnehmer:innen-
zahl bitten wir um rechtzeitige An-
meldung. Bei Stornierungen ab 3 Tage
vor Kursbeginn wird der Kursbeitrag in
Rechnung gestellt.

Referentin

Elisabeth Asanger

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Workshop



Onlinereihe Stark fürs Leben

Neu!

Stark fürs Leben -

Bindungsentwicklung, Grenzen setzen, Aufbau von Fremdbetreuung



Termin 06. Oktober 2025
19.30 bis 21.00 Uhr

Stark fürs Leben -

Achtsame Erziehung, Bedeutung des Spiels, Entfaltung des Lernpotentials



Termin 13. Oktober 2025
19.30 bis 21.00 Uhr

Stark fürs Leben -

Wertevermittlung, Empathie fördern, kindgerechte Kommunikation



Termin 20. Oktober 2025
19.30 bis 21.00 Uhr

Online

Bitte melden Sie sich direkt auf unserer Homepage an unter www.familie.at/ooe/onlineseminar

Kosten je Seminar
€ 5 für Betreuungspersonen

Referentin
Elisabeth Asanger

Die Seminare können auch einzeln besucht werden!

„Kaufst ma des bitte“ – Umgang mit Geld und Konsum bei Kindern

Neu!

Taschengeld, Konsumwünsche und der richtige Umgang damit.

In diesem Vortrag geht es darum, wie Eltern ihren Kindern den verantwortungsvollen Umgang mit Geld beibringen können.

Praktische Tipps für Eltern:

Wie vermittele ich meinen Kindern was das Leben kostet?

Kann ich alles haben? Konsumwünsche und wie wir (richtig) damit umgehen

Ist Taschengeld sinnvoll, wenn ja, ab wann und wieviel.

Taschengeld und schulische Leistungen – hängt das zusammen?

Termine zur Auswahl

13. Jänner 2025

10. November 2025

19.30 bis 21.00 Uhr

Kosten

€ 5 für Betreuungspersonen

Online

Bitte melden Sie sich direkt auf unserer Homepage an unter www.familie.at/ooe/onlineseminar

Referent

Thomas Mader

Anmeldung und Kontaktdaten siehe letzte Seite

Online





Online

Digitale Medien & Co - Auswirkungen für Kinder

Umgang mit Fernsehen, Handy und Internet

Wie viel Medienkonsum verträgt mein Kind
Anziehungskraft „virtuelle Welt“
Auswirkungen für die Gehirnentwicklung

Mediennutzung in der Familie

Herausforderungen für Eltern
Das richtige Maß ist entscheidend
„Medienfitte“ Mamas und Papas

Neu!

Termine zur Auswahl

20. Jänner 2025

17. November 2025

19.30 bis 21.00 Uhr

Kosten

€ 5 für Betreuungspersonen

Online

Bitte melden Sie sich direkt auf
unserer Homepage an unter
www.familie.at/ooe/onlineseminar

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
Mentorin und Supervisorin
T: 0677 / 612 377 87
M: asanger@vertraue-leben.at
W: 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.

Referent:innen

Elisabeth Asanger

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Elterntrainerin, Mentorin, Supervisorin,
Bildungsreferentin Kath. Familienverband OÖ

Hans Bauer

Fachinspektor für kath. Religion,
Referent in der Erwachsenenbildung und Gewaltprävention

Martina Haselgruber

Klavierlehrerin, Korrepetitorin und Chorleiterin,
freischaffende Musikerin und Musikpädagogin

Manfred Hoschek

Lebens- und Sozialberater, Coach, Supervisor,
Regisseur, Produzent u. Moderator

Ulrike Kneidinger-Peherstorfer

Leiterin des Geschäftsfelds SPIEGEL – Spiel | Gruppen | Elternbildung
Dipl. Elternbildnerin

Christine Kügerl

Dipl. Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Eltern-, Säuglings- und Kleinkind-
beratung, Dipl. Elternbildnerin

Thomas Mader

Dipl. Lebens- und Sozialberater
Leitung von „Klartext“ – Präventionseinrichtung der Schuldnerberatung OÖ

Stefan Ofner

Psychologe, Coach, Trainer
Leitung Institut für Neue Autorität (INA)

Elisabeth Stadlmeier

Referentin in der Gewaltprävention

Beatrix Stütz

Erwachsenenbildnerin,
Regionsbegleiterin SPIEGEL

Anmeldung und Auskunft

OMADIENST, Katholischer Familienverband OÖ

Elisabeth Asanger: 0732 / 7610-3433
asanger@familie.at

Barbara Mayr: 0732 / 7610-3432
omadienst-ooe@familie.at

Anmeldung für Online-Seminare:

www.familie.at/ooe/onlineseminar

Sie klicken auf das gewünschte Seminar,
füllen die Anmeldeinformationen aus und
erhalten von uns eine Anmeldebestätigung.

 Bundeskanzleramt

familien^{ooe}

Katholischer Familienverband OÖ
info-ooe@familie.at
www.familie.at/ooe
www.omadienst.info

