



MELKER LÖWENPOST

DIE STADT MELK INFO **EXTRA** #2/2015

Amtliche Mitteilung
zugestellt durch post.at

Sonderausgabe 23
Frühling 2015
www.stadt-melk.at

STADT MELK LÄDT ZUM GROSSEN FASCHINGSUMZUG

Melk feiert Fasching

VOLKSHOCHSCHULE

Programm für das Sommersemester 2015

In der aktuellen Ausgabe befindet sich das Programm für das Sommersemester 2015.

Das Kursprogramm der Volkshochschule Melk liegt als herausnehmbarer Folder in dieser Zeitung bei.

Seiten 3 bis 12

Meine **Erfolgshochschule.**

Volks- hochschule

Melk

Verband
Niederösterreichischer
Volkshochschulen



Der Faschingsumzug durch die Melker Innenstadt am Faschingsdienstag ab 14 Uhr bildet auch heuer wieder den Höhepunkt des närrischen Treibens in Melk. Fotocredit: privat

Mit einer Premiere startet das Faschingswochenende am Faschingsamstag: Sportunion und Singverein werden gemeinsam den Stadtsaal in eine Partyzone verwandeln. Ab 14 Uhr lädt der Singverein zum Kindermaskenball. Ab 20 Uhr lädt dann die Sportunion zum Sportlerschnas.

Nach dem großen Erfolg des Faschingsumzugs im Vorjahr haben sich die Organisatoren rund um Gerhard Schubert noch mehr für den großen

Umzug am Faschingsdienstag durch die Melker Innenstadt einfallen lassen. So soll die Partymeile mit der Musik von Radio Arabella nicht auf den Rathausplatz beschränkt bleiben. „Die Partymeile wird heuer auch am neu gestalteten Hauptplatz stattfinden“, sagt Organisator Gerhard Schubert. Am Hauptplatz wird auch zum ersten Mal das Ziel des großen Faschingsumzugs sein. Ebenfalls zum ersten Mal wird die neue Melker Fa-

schingshymne „La La, Bla Bla“ beim Umzug zu hören sein. Verschiedenste Vereine - vom Singverein bis hin zur Stadtkapelle - werden die Hymne am Faschingsdienstag zum Besten geben.

Nach dem großen Umzug lädt die Melker Gastronomie in den letzten Stunden des Faschings zum Feiern ein.

Die Melker Wirtschaft lädt ab 18 Uhr zum Gschnas mit Sharona in die Tichlerei Kulturwerkstätte Melk.

TERMINE

Die nächste Löwenpost. Diese Ausgabe der Löwenpost ist eine Sondernummer. Die nächste reguläre Löwenpost erscheint in der Kalenderwoche 13 zwischen dem 23. und 27. März. In dieser Nummer wird nach der bereits erfolgten konstituierenden Sitzung des neuen Gemeinderates der Gemeinderat vorgestellt.

Kindergarteneinschreibung. Die Einschreibung für das Kindergartenjahr 2015/2016 findet am Mittwoch, 11. Februar von 13 bis 14.30 Uhr in allen Kindergärten der Stadt Melk statt.

Einen zweiten Termin für die Einschreibung in allen Kindergärten der Stadt Melk gibt es am Montag, 16. Februar in der Zeit von 13 bis 14.30 Uhr.

Sprechstunde Bundesdenkmalamt. An jedem 1. Montag im Monat, jeweils von 9.15 bis 12 Uhr lädt das Bundesdenkmalamt zum „Städtetag“ ins Rathaus. Bei den Städtetagen informiert Christoph Tinzl, Referent des Bundesdenkmalamtes im Landeskonservatorat für Niederösterreich, in unbürokratischer Weise über denkmalpflegerische Zielsetzungen im sensiblen städtebaulichen Zusammenhang von Melk. Christoph Tinzl folgt in dieser Funktion Petra Weiss nach. Weiss betreut nun die gesamten Unterschutzstellungsverfahren in Niederösterreich.

Terminvereinbarungen unter 02732-77788-37 oder unter 0676-88325444 bei der Stadt Melk.

Blutspendeaktion. Am Mittwoch, 18. März organisiert das Rote Kreuz von 10 bis 13 Uhr und von 14 bis 17 Uhr eine Blutspendeaktion im Rotkreuzhaus.

GEMEINDERATSWAHL 2015

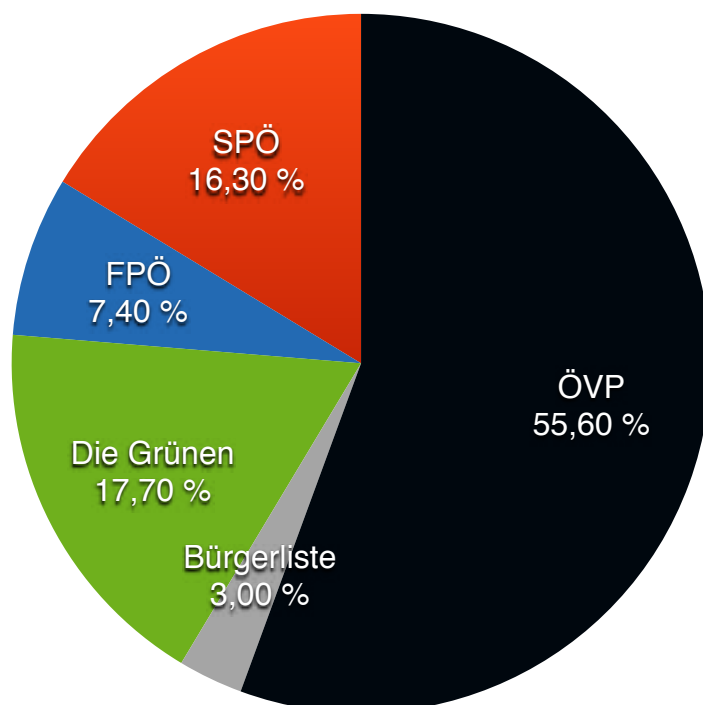
Das Wahlergebnis mit den Sprengelergebnissen

„Liebe Melkerinnen und Melker, nachfolgend präsentieren wir Ihnen das Ergebnis der Gemeinderatswahl in der Stadtgemeinde Melk. Ich bedanke mich im Namen aller gewählten Mandatäre bei Ihnen allen für Ihre Teilnahme an der Wahl.“

Bürgermeister Thomas Widrich

Wahl-sprengel	Gesamtsumme der abgegebenen Stimmen	ungültige Stimmen	gültige Stimmen	VP Melk		SPÖ		GRÜNE		FPÖ		BÜRGERLISTE	
				GRW 2010	GRW 2015	GRW 2010	GRW 2015	GRW 2010	GRW 2015	GRW 2010	GRW 2015	GRW 2010	GRW 2015
I	290	3	287	160	163	41	34	34	59	13	20	-	11
II	481	8	473	253	230	67	43	73	137	11	33	-	30
III	42	2	40	33	25	11	12	4	2	1	1	-	0
IV	389	6	383	228	215	74	55	62	78	42	28	-	7
V	524	11	513	287	294	74	70	60	98	36	34	-	17
VI	538	4	534	303	322	83	72	56	87	31	40	-	13
VII	635	9	626	326	288	166	187	62	82	54	55	-	14
VIII	311	6	305	248	219	40	42	18	16	12	24	-	4
Gesamt	3210	49	3161	1838	1756	556	515	369	559	200	235	-	96
in %				52,9	55,6	16,0	16,3	10,6	17,7	5,8	7,4	-	3,0
Veränderung zur GRW 2010 in %				+/-	+ 2,7	+ 0,3	+ 7,1	+ 1,6	+ 3				
MANDATE					17	5	5	2	0				
Mandatsveränderung zur GRW 2010				+/-	+ 1	+/- 0	+ 2	+ 1	+/- 0				

Wahlbeteiligung 2015: 64,60 % (2010: 73,30 %)



Die Gemeinderäte

ÖVP

Thomas Widrich, Wolfgang Kaufmann, Anton Linsberger, Peter Rath, Wolfgang Zehehofer, Patrick Strobl, Franz Schmutz, Adolf Salzer, Beatrix Leeb, Simon Widrich, Gerhard Schuberth, Helmut Grünberger, Sandra Hörmann, Franz Hofbauer, Andreas Lechner, Ferdinand Luger, Ernest Wiesinger

Die Grünen

Emmerich Weiderbauer, Heidegund Niederer, Walter Schneck, Berta Höller-Kienegger, Peter Pruzina

SPÖ

Werner Rafetseder, Jürgen Eder, Cigdem Ciftci, Leopold Emminger, Thomas Heher

FPÖ

Franz Peter Ofner, Thomas Gruber



Liebe Freunde und Bildungsinteressierte!

Als Leiterin der Volkshochschule freut es mich, Ihnen das neue Programm für das Sommersemester 2015 präsentieren zu dürfen. Ein breit gefächertes Angebot konnte wieder zusammengestellt werden.

Schwerpunkte bilden im Sommersemester ein verstärktes Angebot an Gesundheits- und Bewegungskursen, die teilweise wieder zu 50 Prozent AK-Plus gefördert sind. Jugendliche, die im Besitz der Jugendkarte 1424 sind, erhalten 10 Prozent Ermäßigung auf Gesundheitskurse, sowie das gesamte Sprachenangebot. Unsere Angebote werden immer besser angenommen! Wichtig ist für uns aber auch Ihre Rückmeldung, wie hoch Ihre Zufriedenheit mit den angebotenen Kursen ist, oder wo Sie Verbesserungsmöglichkeiten sehen. Nur durch Ihr Feedback können wir uns auch auf die Wünsche unserer BesucherInnen einstellen. So freue ich mich auf ein interessantes Sommersemester, hoffe Ihren Erwartungen entsprochen zu haben und verbleibe mit herzlichen Grüßen,

Juliane Lagler
Leiterin der VHS Melk

Anmeldeinformationen & Programm im Überblick

Auf den nachfolgenden Seiten ist das Kursprogramm für das Sommersemester 2015 der Volkshochschule Melk aufgelistet.

Kursort

„Bitte beachten Sie die im Programm angegebenen Kursorte“, sagt VHS-Leiterin Juliane Lagler, „Bei Kursen in der J.P.-Neue Mittelschule ersuchen wir Sie, die Straßenschuhe zu wechseln. Bitte nehmen Sie sich ein zweites Paar Schuhe bzw. Hausschuhe mit oder benützen Sie die von der VHS bereitgestellten Hausschuhe.“ Für Kursteilnehmer mit Behinderung gibt es im KiBiZ und in der J.P. - Neue Mittelschule die Möglichkeit, mit dem Lift in die Kursräumlichkeiten zu gelangen. Auskunft bei Anmeldung!

Kursbeitrag

Eine teilweise Rückerstattung von Kursbeiträgen im Fall einer Verhinderung am Kurs ist nicht vorgesehen und nur in Ausnahmefällen möglich, da der

Kursbeitrag auf Grundlage der Gesamtaufwendung berechnet wird. Rechnungen für die Einzahlung des Kursbeitrages und/oder Kursbestätigungen bei regelmäßigem Kursbesuch werden nur auf Wunsch des Kursteilnehmers ausgestellt. Materialkosten sind nicht im Kursbeitrag enthalten. Lehrbücher werden bei Bedarf von den Kursleitern im Einvernehmen mit den Teilnehmern besorgt.

Haftung

Die VHS haftet nicht für den Verlust von Kleidungsstücken, Wertgegenständen und Requisite. Alle Teilnehmer tragen die volle Verantwortung für ihre Handlungen, haften selbst für alle verursachten Schäden und stellen die Kursleitung von allen Haftansprüchen frei. Weiters übernimmt die VHS keine wie immer geartete Haftung für Schäden an Leib und Gut, die durch die Teilnahme an den Veranstaltungen der VHS erlitten werden könnten. In diesen

Haftungsausschluss sind auch die Kursleiter einbezogen.

Kursbeginn

„Merken Sie sich bitte den Kursbeginn vor, da Sie von uns vor Kursbeginn nur dann hören, wenn der jeweilige Kurs verschoben oder abgesagt wird“, bittet VHS-Leiterin Lagler.

Widerrufsrecht

Anmeldung können bis eine Woche vor Anmeldeschluss ohne Angabe von Gründen in Textform widerrufen werden.

Ferien

Auch für die VHS Melk gelten die offiziell gültigen Schulferien und die gesetzlichen Feiertage.

Änderungen

Die VHS behält sich das Recht vor, in Ausnahmefällen die Stelle des Kursleiters neu zu besetzen und Änderungen an den Kursorten vorzunehmen. Davon werden Sie rechtzeitig informiert.

ANMELDUNGEN

Eine Anmeldung zu den jeweiligen Kursen ist unbedingt erforderlich. Anmeldungen können per Telefon, Fax oder Email erfolgen. „Geben Sie bei Anmeldungen immer Ihren Namen, Ihre Adresse und Ihre Telefonnummer an, damit wir Ihnen eventuelle Änderungen mitteilen können“, erklärt VHS-Leiterin Juliane Lagler, „Nach erfolgter Anmeldung zahlen Sie bitte Ihren Kursbeitrag auf unser Konto ein.“

Sparkasse Melk
IBAN AT33 2025 6050 0000 0033

BIC SPSPAT21XXX

Eine Anmeldung ist in jedem Fall verbindlich und verpflichtet zur Bezahlung der Kursgebühr. Die Aufnahme erfolgt in der Reihenfolge des Einlangens der Anmeldungen.

Ausführliche Informationen zum Weiterbildungsangebot der VHS Melk bietet auch die

Homepage vhs.stadt-melk.at.

Kontakt

Volkshochschule Melk
Bahnhofstraße 2/2
3390 Melk
Tel.: 02752/52023
Fax: 02752/52023 -21
Mobil: 0676/844715608
Email: vhs@stadt-melk.at

Bürozeiten

Das Büro ist von Montag bis Freitag von 9-12 Uhr besetzt.

FÖRDERUNGEN

10 % Abzug für die Einwohner der Stadtgemeinde Melk

-10% 

AK-Bildungsbonus neu!



Akplus-gekennzeichnete Kurse werden von der NÖ Arbeiterkammer gefördert. Mitglieder der AKNÖ haben Anspruch auf den AK plus-Bildungsbonus. Dieser vergütet Ihnen pro Jahr 50% der Kurskosten bis max. 120 Euro bzw. 170 Euro für Kinderbetreuungsgeldbezieher und maximal 220 Euro für Arbeitslosengeld- und Notstandshilfebezieher).

Die Abrechnung erfolgt nach Abschluss des Kurses direkt mit der NÖ Arbeiterkammer. Auskunft bei Anmeldung.

Gefördert werden

- EDV Basis- bzw. Einsteigerkurse
- Deutschkurse für fremdsprachige Erwachsene
- Englischkurse und manche Ostsprachen bis zum Niveau A2 (siehe Sprachen)
- Manche Gesundheitskurse

1424 - Jugend:Karte NÖ:

Besitzer der Jugendkarte 1424 erhalten 10 Prozent Ermäßigung auf Gesundheitskurse so-

wie auf das gesamte Sprachangebot der Volkshochschule.

NÖ Bildungsförderung für berufsspezifische Weiterbildungskurse

Unsere Volkshochschule ist vom Land NÖ als qualifizierter Bildungsträger anerkannt, das heißt, unsere Kursteilnehmer können die NÖ. Bildungsförderung in Anspruch nehmen.

Die Höhe der Förderung beträgt:

50 % für Arbeitnehmer unter 45 Jahren und Bezieher von Kinderbetreuungsgeld.

80 % für Wiedereinsteiger nach der Kinderkarenz, die beim AMS arbeitssuchend gemeldet sind, für Arbeitnehmer über 45 Jahre und Sozialhilfebezieher.

Auf der Internetseite www.noel.gv.at/bildungsfoerderung finden Sie die Förderrichtlinien und ein Antragsformular. Der Antrag kann nur über Internet erfolgen.

Bei Unklarheiten wenden Sie sich bitte an uns.

Vortragende

Wenn Sie an der VHS Melk unterrichten und Ihr fundiertes Wissen gerne weitergeben möchten, wenden Sie sich bitte an VHS-Leiterin Juliane Lagler unter 02752/52023 oder unter vhs@stadt-melk.at.

POLITIK, GESELLSCHAFT UND KULTUR

101 Sing We and Chant It! Traditional Songs Reloaded

Peter Moscatelli

Wenn Sie gerne singen und das eigene Können in einer Gruppe steigern möchten, dann probieren Sie unsere Mischung aus Rounds, Partsongs, Folk, Spirituals und Diverses! (gesungen wird in Englisch) Feierlicher Abschluss!

Jeden Mittwoch ab 4. März (8x)

19:15 - 20:45 Uhr, Kosten: 80 Euro

KiBiZ, Bahnhofstraße 2 / Musikschule

102 Klavier für Erwachsene

Peter Moscatelli

Ein Tasteninstrument zu spielen fordert Körperbewusstsein, Feinmotorik und spontanen Gefühlsausdruck - egal in welchem Alter. Um Fingerfertigkeit, Gedächtnis, Koordination und Ausdruck zu verbessern, braucht es Freude an der Musik, ein eigenes Instrument und etwas Geduld. Der Unterricht ist für alle Stufen - Anfänger und Fortgeschrittene - und kann auch auf Keyboard oder Kirchenorgel erfolgen. Einzelunterricht ab März (12x 45 Min) Termin und Zeit nach Absprache unter 0664/9249982, Kosten: 249,- Euro

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

103 Steirische (diatonische) Harmonika

Andreas Brunnthaler

In diesem Kurs lernen Sie die Diatonische Knopfharmonika, im Volksmund einfach „Steirische“ genannt, kennen. Als typisch alpenländisches Volksmusik-Instrument ist sie der ideale handliche Musikbegleiter für gesellige Runden. Da Harmonikaspielen in jedem Alter in kurzer Zeit leicht erlernbar ist, richtet sich dieses Unterrichtsangebot sowohl an junge als auch an junggebliebene Musikbegeisterte. Ohne jedes musikalische Vorwissen und auch ohne Notenkenntnisse sind einfache Volksmusikstücke bereits nach wenigen Wochen (!) vortragsreif spielbar. Gerade deshalb ist die Knopfharmonika stark verbreitet und so besonders beliebt. Einzelunterricht 10x50 Minuten, immer Mittwochs ab 14 Uhr. Leihinstrument ist vorhanden. Termin und Zeit nach Absprache unter 0664/535 9 575, Kosten: 240,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

104 Volkslieder aus aller Welt (Traditionals)

Margit Ellinger, Stimmbildnerin

Wir „reisen“ in diesem Kurs rund um den Erdball und nehmen verschiedene musikalische Souvenirs in Form von regionalen Liedern, Chansons, Canzones, Airs oder Songs mit! Damit wir auf

Mein Ansatz von Coaching ist, Menschen in Veränderungs- und Entwicklungsprozessen sowie bei Entscheidungen ZU unterstützen.

GSH COACHING

Erkennen · Entwickeln · Handeln

Mag. Gabriele Schlechter-Hochstätter
3390 Melk · Bahnhofstr. 3 · 0650 / 760 88 01
gsh@gsh-coaching.at · www.gsh-coaching.at



Ich freue mich, Sie in einem persönlichen Gespräch kennenzulernen. Das Erstgespräch ist unverbindlich & kostenlos.

dieser Reise auch gesund und bei guter Stimme bleiben, gibt es zur „Einstimmung“ am Beginn jeder Einheit Lockerungsübungen für Körper, Atem und Stimme! Keine Vorkenntnisse erforderlich! Jeden Mittwoch ab 4. März (8x) 19:30-21:00 Uhr, Kosten: 75,- Euro Schnupperabend 15,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2/Musikschule

105 Die schwere Last der Pflege!

Rotes Kreuz Melk

Richtiges Bewegen und Lagern von Kranken. Pflege ist (auch) Schwerarbeit - die Anwendung geeigneter Techniken verhindert übermäßige Belastungen Ihrer Wirbelsäule und tut auch dem Pflegebedürftigen gut.

Montag 16. März und Mittwoch 18. März (jew. von 13:00-15:00 Uhr) Kosten: 24,- Euro

Rotes Kreuz Melk, Spielberger Str.15

106 Schlaganfall - Was nun?

Rotes Kreuz Melk

Das Bewältigen eines Schlaganfalls erfordert viel Geduld und Wissen um die Hintergründe der Erkrankung. Übung im richtigen Umgang mit dem Patienten macht dabei das Leben leichter! Dienstag, 17. 3. und Donnerstag, 19. 3. (jeweils von 15:00 bis 17:00 Uhr) Kosten: 24,- Euro

Rotes Kreuz Melk, Spielberger Str.15

107 Nach dem Spitalsaufenthalt ?

Rotes Kreuz Melk

Fortsetzung der Pflege zu Hause. Wenn die Entlassung aus dem Spital „ins Haus“ steht, sollten Sie möglichst schon im Vorfeld gut vorbereitet sein. Das schafft Sicherheit für Sie und für ihren heimkehrenden Angehörigen.

Dienstag 5.Mai von 15:00 bis 17:00 Uhr, Kosten 14,- Euro

Rotes Kreuz Melk, Spielberger Str.15

108 Leben mit verwirrten Menschen!

Rotes Kreuz Melk

Für das Zusammenleben mit dementen (verwirrten) Menschen braucht es ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen, Wissen und Kommunikationsfähigkeit - aber auch den richtigen Abstand.

Dienstag 16. Juni und Donnerstag 18. Juni (jeweils von 14:00-17:00 Uhr) Kosten: 36,- Euro

Rotes Kreuz Melk, Spielberger Str.15

109 Erste Hilfe Kindernotfallkurs

Rotes Kreuz Melk

Speziell geschulte Trainer erklären die Maßnahmen der Ersten Hilfe für Säuglinge und Kinder, denn Kinder sind keine kleinen Erwachsenen und verlangen daher - nicht zuletzt auf Grund an-

derer anatomischer Gegebenheiten - eigene Maßnahmen.
Samstag 28.2. und Sonntag 1. 3. jeweils von 9:00-18:00 Uhr. (Dauer 16 Stunden) Kosten: 65,- Euro oder Sonntag, den 28. Juni von 9:00-18:00 Uhr (Dauer 8 Stunden) Kosten: 55,- Euro
Rotes Kreuz Melk, Spielberger Str.15

110 In Beziehung sein - Selbsterfahrungskurs

Claudia Rieß

Unsere bewussten und unbewussten Bedürfnisse und Konflikte entfalten sich in Beziehungen. Vor diesem Hintergrund soll dieses Gruppenangebot dazu anregen: Persönliche Handlungs- und Beziehungsmuster zu erkennen und zu reflektieren. Eigene Anliegen zu vertreten. Die eigene Selbstsicherheit zu erhöhen. Mit Konflikten umgehen zu lernen. Aus methodischen Gründen ist es empfehlenswert, alle vier Abende durchgängig zu besuchen und teilzunehmen.

Jeden Donnerstag ab 9. April (4x) von 18.30-20:00 Uhr,

Kosten: 40,-Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

111 Ahnenforschung - Wie erforsche ich meine Vorfahren?

Felix Gundacker

Die Kursteilnehmer erfahren in diesem ganztägigen Seminar, wie man mit der Ahnenforschung beginnt, in welchen kirchlichen und staatlichen Archiven notwendige Unterlagen zu finden sind, mit welchen Problemen der Forscher konfrontiert wird und wie man sie einfach lösen kann und welche Möglichkeiten das Internet bietet. In einem umfangreichen Workshop werden zuerst typische Kirchenbucheinträge erklärt und dann anhand eines praktischen Beispiels Vorfahren mit Internetlösungen ermittelt.

Samstag, 9. Mai von 9:00 bis 17:00 Uhr. Kosten: 82,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

NATURWISSENSCHAFTEN, TECHNIK UND UMWELT

301 Smartphone Anwendung leicht gemacht

Sound Exclusive

Vom Einstieg, wie z.B. Kontakte anlegen, SMS schreiben bis zum synchronisieren mit einem Computer, Installation einer E Mail Adresse oder Nutzung des Internets, erfahren Sie alles Notwendige und Wissenswertes über die Bedienung und den nützlichen Umgang mit Ihrem Handy. Auch der Spaßfaktor wie Fotos, Musik und Apps kommen nicht zu kurz. Dieser Kurs ist nicht nur ein Leitfaden zur Bedienung Ihres Smartphones, es wird auch konkret auf Ihre Fragen und Wünsche zu anderen Handys eingegangen. Bitte bringen sie Ihr Handy und das passende Ladegerät mit!

Donnerstag, den 19. und 26. März jeweils von 18:00-20:00 Uhr, Kosten: 25,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

302 Technikwissen unplugged: So funktioniert der Computer

Mag. DI Bernhard Löwenstein

Du interessierst dich für den Computer und willst wissen, wie er funktioniert? Dann bist du hier richtig! Gemeinsam schlüpfen wir in die Rolle eines winzigen Bits und machen uns auf die Reise durch den Computer. Es erwarten dich dabei viele interessante Spiele und Aufgaben. Achtung: Bei diesem Kurs wird kein Computer eingeschaltet! Altersgruppe: 3./4. Schulstufe

Sonntag, 22. März von 9:00-12:15 Uhr, Kosten: 25,- Euro

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

303 Erstelle einen spannenden Trippfilm (Eltern Kind Kurs)

Alexander Löwenstein, B.A.

Hast du dich schon einmal gefragt, wie ein Animationsfilm entsteht? Dann bist du in diesem Kurs richtig! Hier erfährst du, wie dies funktioniert, und erstellst mit deiner Mama oder deinem Papa (oder Begleitperson) einen eigenen Trickfilm. In diesem Sinne „3, 2, 1 - Action!“ Altersgruppe: 1.-4. Schulstufe

Samstag, 7. März von 13:30 - 18:15 Uhr, Kosten: 28,- Euro

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

304 Besser Leben mit Feng Shui

Agnes Frühwald

Keine Vorkenntnisse erforderlich! Mit Feng Shui können Sie die Energieflüsse in Ihrer Wohnung positiv beeinflussen und somit Verbesserungen in vielen Bereichen Ihres Lebens bewirken, sei es Gesundheit, Partnerschaft, Familie, Geldfluss, etc. Keineswegs sind Umbauten erforderlich, sondern oft können mit einfachen Maßnahmen merkbare Verbesserungen erzielt werden. Bitte mitbringen: Schreibzeug, Lineal und Haus- oder Wohnungsplan.

Samstag, 7. März von 9:30 - 18:00 Uhr, Kosten: 75,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

305 Ätherische Öle - sanfte Unterstützung bei Erschöpfung, Depression & Burnout

Agnes Frühwald

Zahlreiche technische Geräte erleichtern uns zwar den Alltag, dennoch nimmt der Druck auf Geist & Seele immer mehr zu. Als bald befinden wir uns in einer Abwärtsspirale, aus der es nur schwer ein Ausbrechen gibt: Erschöpfung, Depression bzw. Burnout kann die Folge sein. Wie uns ätherische Öle unterstützen können, den Zellstress zu reduzieren, erfahren Sie in diesem Vortrag!

Mittwoch, 18. März von 19:00 - 21:00 Uhr, Kosten: 17,- Euro

inkl.Unterlagen

KiBiZ, Bahnhofstr.2

306 Pendeln in Theorie und Praxis (Basisseminar)

Agnes Frühwald

Jeder Mensch besitzt die Fähigkeit zu pendeln, nur ist diese Gabe oft verschüttet und muss wieder erweckt werden. In diesem Workshop erlernen Sie, wie Sie in Ihrem Haus den geeigneten Schlafplatz finden (ohne Wasseradern oder andere Störzonen) und die für Sie optimalen Lebensmittel austesten (Allergiker) Mitzubringen: Pendel, wenn vorhanden (können auch im Seminar ausgeborgt werden)

Samstag, 18. April von 9:30 - 18:00 Uhr, Kosten: 75,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

307 Die Welt der Gefühle

Agnes Frühwald

Ätherische Öle können uns bei der Stärkung unseres Immunsystems unterstützen und ebenso bei unserer seelisch-emotionalen Gesundheit. Die so genannten Emotionsöle können das Annehmen und Loslassen von Gefühlen erleichtern, um damit eine neue innere Ausrichtung im Leben zu ermöglichen. Für alle, die auf der Suche nach mehr Stabilität und Ausgeglichenheit auf der emotionalen Ebene sind.

Mittwoch, 6. Mai von 19:00 - 21:00 Uhr, Kosten: 17,- Euro

inkl.Unterlagen

KiBiZ, Bahnhofstr.2

308 Johanniskräuterwanderung

DI (FH) Birgit Birnzain

Eine Kräuterwanderung umrahmt mit wunderschönen Begebenheiten und Geschichten zur Sommersonnenwende. Die Sommersonnenwende wird seit langem als mystisch-magischer Tag betrachtet. Dieses Fest ist ein Höhepunkt für viele Pflanzen. Die Sonnenenergie in ihnen ist am höchsten, und nicht nur in der kalten dunklen Winterzeit wirken diese Pflanzen dann heilsam auf Seele und Körper und geben ihre gespeicherte Sonnenenergie an uns ab. Diese Energie ist es, die die Menschen wieder ganz „heil“ macht. Daher werden zur Sonnenwende traditionell Kräuter, wie das Johanniskraut, der Beifuss, die Schafgabe und vieles mehr für die Hausapotheke gesammelt.

Samstag, 20. Juni von 09:00 -12:00 Uhr, Kosten: 30,- Euro

Gasthaus Langthaler, 3644 Emmersdorf, Pömling 14

BERUFLICHE UND BERUFSORIENTIERTE BILDUNG

401 EDV für Späteinsteiger Teil 1

Dipl.-Päd. Bed. MA . Michael Nader



Sie haben eigentlich Interesse an Computer und Internet? Sie waren schon einmal bei einem Computerkurs und alles ging viel zu schnell? Dieser Kurs nimmt auf Ihre individuellen Bedürfnisse als Späteinsteiger Rücksicht. Sie benötigen keinerlei Vorkenntnisse.

In 5 Abenden lernen Sie die Arbeit mit dem Computer kennen. Sie surfen bereits am 1. Abend im Internet, verfassen am 2. Abend schon einfache Texte. Sie lernen wie Sie Texte speichern und auch ausdrucken. Das Skriptum, das Sie im Kurs erhalten, hilft Ihnen beim Üben und Wiederholen zu Hause.

Jeden Montag, ab 16. Februar (5x)

18:00 - 19:30 Uhr, Kosten: 108,- Euro

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

402 EDV für Späteinsteiger Teil 2

Dipl.-Päd. Bed. MA . Michael Nader



Sollte Ihr Interesse geweckt worden sein, hier geht's weiter:

Nachdem Sie bereits viele wichtige Grundlagen rund um den PC wissen, beginnt die Vertiefung: Email, gezieltes Suchen von Informationen im Internet, Arbeiten mit WORD, Arbeiten mit Dateien, einfaches Bearbeiten von Bildern und gestalten von Texten stehen auf dem Programm. Ein Folge-Skriptum erhalten Sie im Kurs.

Jeden Montag, ab 23. März (5x)

18:00 - 19:30 Uhr, Kosten: 108,- Euro

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

SPRACHEN

511 Deutsch für Anfänger A1 (100 Stunden)

Mag. Almir Hadzimuratovic



A1-başlangıç seviyesi (hiç bilmeyenler)

A1-curs pentru începători

A1-kurs za početnike

A1-course for beginners

Für alle fremdsprachigen Erwachsenen. Lernen Sie Deutsch und nützen Sie die Vorteile für Ihre Arbeit, bei Behörden, beim Arztbesuch, beim Einkaufen, für Lehrgespräche und Freundschaften.

Jeden Montag und Mittwoch, ab 23. Februar (25x) von 08:30-11:45 Uhr (4UE), Kosten: 180,- Euro

Dieser Kurs ist für Asylwerber gratis.

KiBiZ, Bahnhofstr.2

512 Deutsch für Anfänger A2 Mit Vorkenntnissen (70 Stunden)

MMag. Romana Yavuz (UNA-Sprachinstitut)



A2-kurs za početnike sa predznanjem

A2-course for beginners with previous knowledge

A2-curs pentru începători cu cunostințe

A2-başlangıç seviyesi (ön bilgisi olanlar)

Für alle fremdsprachigen Erwachsenen, die bereits den A1 Kurs im letzten Semester besucht haben, oder Vorkenntnisse im Niveau A1 mitbringen.

Jeden Donnerstag, ab 26. Februar (14x) von 17:00-21:00 Uhr (5UE), Kosten: 150,- Euro

Dieser Kurs ist für Asylwerber gratis.

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

521 Get Started ! Englisch Anfängerkurs

Peter Moscatelli



Intensivkurs für Anfänger, die noch nie die Möglichkeit hatten, Englisch zu lernen. Konsequenz und idiomatisch wird in der Zielsprache gelernt. Der muttersprachige Trainer führt Sie Schritt für Schritt ins Sprechen, Lesen und Schreiben.

Jeden Mittwoch, ab 4. März (12x)

17:30-19:00 Uhr, Kosten: 165,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

522 Get In Gear!

Peter Moscatelli



Fortsetzung von „Get Started!“ aus dem letzten Semester. Neu-, Quer- und Wiedereinsteiger herzlich willkommen ! Brush up für die, die Basiskenntnisse in Englisch haben und ihr Wissen mit einem Native Speaker vertiefen wollen.

Jeden Montag, ab 2. März (12x) 17:30-19:00 Uhr, Kosten: 165,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

523 Evening Conversation

Peter Moscatelli



Let's talk about what's going on in the world, at home, work - in short, what you're interested in ! Keep your English fresh with this guaranteed-to-be-lively course.

Jeden Donnerstag, ab 5. März (12x) 17:30-19:00 Uhr,

Kosten: 165,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

524 Morning-Conversation

Peter Moscatelli



If you can read this, you are probably ready to enjoy our weekly gathering of intermediate or upper-level English speakers who want to keep in practice. The American trainer will ensure a lively and entertaining course.

Jeden Freitag, ab 6. März (12x) 08:30-10:00 Uhr, Kosten: 165,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

525 Advanced Conversation

Peter Moscatelli



For upper level English People's!

Jeden Mittwoch, ab 4. März (12x) 8:30-10:00 Uhr,

Kosten: 165,- Euro

KiBiZ, Bahnhofstr.2

526 Englisch am Vormittag Für Fortgeschrittene

Mag. Raphaela Bichler



Fortsetzung des Kurses vom Wintersemester, Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Ein Schwerpunkt des Kurses liegt auf dem Sprechen, aber auch Grammatik und das Lesen kurzer Texte sollen nicht zu kurz kommen. Voraussetzung für den Kurs: einfache Sachverhalte oder Ereignisse auf Englisch erzählen zu können.

Jeden Freitag, ab 20. Februar (10x) 09:30 - 11:00 Uhr,
Kosten: 135,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

541 Italienisch für Anfänger

Juri Giannini

Leichtes Italienisch für Anfänger: Sprechen, schreiben, lesen und leichte Grammatik

Jeden Montag, ab 16. Februar (10x)
10:00 - 11:40 Uhr, Kosten: 150,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

542 Italienisch für Fortgeschrittene

Juri Giannini

Italienisch für Fortgeschrittene - oder Wiedereinsteiger !

Jeden Montag, ab 16. Februar (10x)
14:00 - 15:40 Uhr, Kosten: 150,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

551 Spanisch für Anfänger

Jordi Rabasa-Boronat

Dies ist ein Kurs für Menschen, die Interesse an der Spanischen Kultur haben. Im Kurs wird der Grundwortschatz erlernt, um eine Hotelreservierung bzw. eine Bestellung im Restaurant problemlos durchführen zu können. Espero con interés (Ich freue mich)

Jeden Montag, ab 2. März (10x)
19:00 - 20:30 Uhr, Kosten: 140,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

552 Spanisch für Fortgeschrittene

Jordi Rabasa-Boronat

Fortsetzung des Anfängerkurses vom letzten Semester, Wiedereinsteiger herzlich willkommen!

Jeden Dienstag, ab 3. März (10x)
19:00 - 20:30 Uhr, Kosten: 140,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

561 Russisch für Anfänger

Lioudmila Aigner

Einführung in die russische Sprache
Jeden Montag, ab 23. Februar (10x)
18:00 - 19:30 Uhr, Kosten: 140,- Euro
Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

562 Russisch für Fortgeschrittene, 21. Semester

Lioudmila Aigner

Fortsetzung des Kurses aus dem letzten Semester, Neueinsteiger herzlich willkommen !

Jeden Mittwoch, ab 25. Februar (10x)
18:00 - 19:30 Uhr, Kosten: 125,- Euro
Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

KREATIVITÄT UND GESTALTEN

601 my Soulfood

Gertrud Hartl

„my Soulfood“ - mein ganz persönliches „Seelen-Essen“, fürs Wohlfühlen und als Ressource für Fitness und Gesundheit. Wir bereiten Köstliches für Frühstück und Zwischendurch um Leib und Seele zusammenzuhalten.

Freitag, 20. März von 16:00-19:00 Uhr, Kosten: 45,- Euro Mitzubringen: Schreibunterlage und Schürze
Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

602 Kräuter

Gertrud Hartl

Kochen mit „wilden“ und „gezähmten“ Kräutern - Kräuter haben neben ihrem köstlichen Geschmack eine ganz besonders hohe Dichte an wertvollen, gesundheitsfördernden Inhaltsstoffen - wir kochen daraus Einfaches und Köstliches.

Samstag, 18. April von 10:00-13:00 Uhr, Kosten: 45,- Euro Mitzubringen: Schreibunterlage und Schürze
Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

603 „Das kann ich auch“ Holzschilder gestalten

Franz Riephof

Mit etwas Farbe und der Transfertechnik gelingt es Ihnen Holzschilder auf einfache Weise nett zu gestalten. Ob als dekoratives Element, oder als würdigendes Geschenk für Freunde, Nachbarn oder gar den Chef.....? Material wird nach Aufwand berechnet bis max.. 20,- Euro

Samstag, 7.März von 15:00-18:00 Uhr, Kosten: 25,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

604 „Das kann ich auch“ Lampen aus alten Weinflaschen

Franz Riephof

Ich zeige Ihnen wie man aus alten Weinflaschen dekorative, elektrische Beleuchtung für den Wohnraum machen kann. Die Fla-



schen werden geschnitten, geschliffen und mit der notwendigen elektrischen Ausstattung versehen. Ob als Wand- oder Stehlampe, ein echter Hingucker! Material wird nach Aufwand berechnet bis max. 20,- Euro

Samstag, 21. März von 15:00-18:00 Uhr, Kosten: 25,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

605 „Das kann ich auch“ Funktionelles und Dekoratives aus Schwemmhölzern

Franz Riephof

Ich zeige Ihnen, wie man aus selbst gesammelten Hölzern (Fluss, Bach, Ufer, Donau) brauchbare oder einfach hübsche Dinge herstellen und gestalten kann. Mit etwas Farbe und Serviettentechnik wird jedes Stück ein Unikat. Material wird nach Aufwand berechnet bis max. 20,- Euro

Samstag, 28. März von 15:00-18:00 Uhr, Kosten: 25,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

606 „Das kann ich auch“ Skulpturen und Objekte leicht gemacht

Franz Riephof

Hier zeige ich Ihnen wie man aus einem Stück Ytong (Porenbeton) mittels einfachen Handwerkzeugen und Techniken, Figuren, Kerzenständer, dekoratives für den Garten, etc. machen kann! Material wird nach Aufwand berechnet bis max. 20,- Euro

Samstag, 11. April von 15:00-18:00 Uhr, Kosten: 25,- Euro
Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41

607 Kommt es auf die Verpackung an?

Helga Birnzain

Wie sehr Kleidung und Styling Erfolg beeinflussen und ob es den täglichen „Verpackungs-Aufwand“ lohnt, wird in dieser Runde bei Kaffee und Kuchen diskutiert. Die Styling Expertin Helga Birnzain gibt Tipps. Bitte um Anmeldung direkt unter 0676/921 60 11
Samstag, 14. März um 14:00 Uhr, Kosten: 19,- Euro
Gasthaus Langthaler, 3644 Emmersdorf, Pömling 14

608 Stil & Styling von „Kopf bis Schuh“

Helga Birnzain

Stil und Styling Workshop. Den Einklang zwischen Innerem und Äußerem zu finden ist die Aufgabe einer Stilberatung. Ob extravagant sportlich klassisch, oder ein unverwechselbarer Stil lässt eine Person zur Persönlichkeit werden. Auch beim Styling wird auf Basis der Proportionslehre die individuelle Figur mit den optimalen Längen und Mustern, Schnittlinien der Kleidungsstücke ergänzt. Tipps und Tricks in Bezug auf Garderobenplanung und Einkauf, welche keine Unsicherheiten mehr offen lassen, runden das Programm ab.

Samstag, 25. April von 19:00 bis 21:00 Uhr, Kosten: 35,- Euro
Atelier Birnzain, 3653 Weiten, Am Schuß 34

609 THEORIE-PRAXIS-NACHBESPRECHUNG Die Grundlagen der DSLR-Fotografie

Matejschek & Lamprecht

Unser Basicworkshop ist auf 2 Tage aufgeteilt und soll vor allem die 3 wichtigsten Bedienmöglichkeiten einer Spiegelreflexkamera zum Inhalt haben - Blende, Belichtungszeit und ISO. Wir zeigen Ihnen, wie Sie die Bildkomposition selbst bestimmen können und diese Faktoren fest im Griff haben! Voraussetzung ist, dass Ihre Kamera Einstellmöglichkeiten für Blende, Verschlusszeit, Iso und Weißabgleich besitzt.

Freitag, 15. Mai von 14:00-18:00 Uhr und Samstag 16. Mai von 09:30-17:00 Uhr, Kosten: 125,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

GESUNDHEIT UND BEWEGUNG

701 YOGA um 17:45 Uhr

Gabriele Olle, Dipl. Yoga-Lehrerin

-10% 

Yoga gibt dem Körper Kraft und Geschmeidigkeit, fördert Bewusstsein, Konzentration und emotionelle Ausgeglichenheit wie auch Willenskraft und Entspannung. Yoga kann von Menschen jeden Alters praktiziert werden. Mitzubringen: bequeme Kleidung, Yoga oder Unterlagsmatte

Jeden Mittwoch, ab 18. Februar (10x) 17:45-19:15 Uhr,
Kosten: 155,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

702 YOGA um 19:30 Uhr

Gabriele Olle, Dipl. Yoga-Lehrerin

-10% 

siehe Kurs Nr. 701

Jeden Mittwoch, ab 18. Februar (10x) 19:30-21:00 Uhr,
Kosten: 155,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

703 YOGA am Montag Morgen

Gabriele Olle, Dipl. Yoga-Lehrerin

-10% 

siehe Kurs Nr. 701

Jeden Montag, ab 23. Februar (10x) 9:00 - 10:30 Uhr,
Kosten: 155,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

704 YOGA im Sommer Mittwochs

Gabriele Olle, Dipl. Yoga-Lehrerin

-10% 

siehe Kurs Nr. 701

Jeden Mittwoch, ab 13. Mai (5x) 19:00 - 20:30 Uhr,
Kosten: 77,50 Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

705 YOGA im Sommer Montags

Gabriele Olle, Dipl. Yoga-Lehrerin

-10% 

siehe Kurs Nr. 701

Jeden Montag, ab 18. Mai (5x) 9:00 - 10:30 Uhr, Kosten: 77,50,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

706 Gesunde Wirbelsäule Donnerstag Abend

Evelyne Heisler



Rückenschmerzen - diese Beschwerden suchen heutzutage leider immer mehr Menschen auf. Oftmals sitzende Tätigkeiten, einseitige Belastungen und Bewegungsmangel begünstigen u. a. einen Rundrücken, Hohlrücken, Nackenverspannungen. In der Kräftigungseinheit „Gesunde Wirbelsäule“ werden mit gezielten Übungen alle Muskeln gekräftigt und die Beweglichkeit erhöht. Weiters wird eine theoretische Einführung in Aufbau und Funktion der Wirbelsäule zu Beginn des Kurses geboten.

Jeden Donnerstag, ab 26. Februar (10x) 17:30-18:30 Uhr,
Kosten: 98,- Euro. Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Matte, etwas zu trinken, Handtuch
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

707 Piloxing

Evelyne Heisler

PILOXING® ist ein brandneues Fitnessangebot aus den USA. Dieses Konzept verbindet Box- und Pilateselemente mit Tanzsequenzen bei einer motivierenden schnellen Musik, welche Spaß garantiert. Dabei wird die Schnelligkeit, die Ausdauer (hohe Intensitäten) effektiv trainiert sowie die Beweglichkeit und Kräftigung des Körpers angestrebt. Das damit gestaltete Intervalltraining kurbelt die Fettverbrennung an, formt und strafft mit den Kräftigungsübungen unseren Körper. Dabei wird barfuß und mit einem Handgewicht (optional) von jeweils 250 g trainiert. Erste Stunde Schnupperstunde!

Jeden Donnerstag, ab 5. März (8x)

18:30-19:30 Uhr, Kosten: 88,- Euro

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Matte, etwas zu trinken, Handtuch

Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

708 ANTARA am Dienstag Vormittag

Roland Kührer

Antara kommt aus dem Sanskrit und bedeutet „Herz“, „in der Mitte sein“ und auch „auf dem Weg sein“. Spezielle ruhige und zugleich intensive Übungen die teilweise vorchoreographiert sind, korrigieren die Körperhaltung, verbessern die Beweglichkeit, kräf-

tigen Beckenboden- und Bauchmuskulatur. Optimiert werden alle Körperstrukturen, vor allem tiefenliegende Muskeln sowie Faszien und deren Ketten. Das Training führt zu einem kräftigen Rücken, einer starken Mitte und attraktiven Körperhaltung. Antara wirkt und bietet einen wertvollen Ausgleich zum hektischen Alltag. Mitzubringen: Rutschfeste Matte, Handtuch

Jeden Dienstag, ab 3. März (10x) 08:30-09:30 Uhr, Kosten: 95,- Euro
Erste Einheit ist kostenlos, Einstieg jederzeit möglich!

Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

709 ANTARA am Dienstag Abend

Roland Kührer

Siehe Kurs Nr. 708

Jeden Dienstag, ab 3. März (10x) 19:30-20:30 Uhr, Kosten: 95,- Euro
Erste Einheit ist kostenlos, Einstieg jederzeit möglich!

Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

710 ANTARA Trance Words Dienstag Vormittag

Roland Kührer

Trancezustände sind gesund, sie vermitteln ein unverfälschtes Gefühl von Ganzheit. Der strukturierte Weg in die Entspannung hilft dabei zu inneren Ruhe zu kommen, loszulassen und neue Kräfte zu entfalten. Mitzubringen: Matte, Decke oder warme lockere Kleidung

Jeden Dienstag, ab 3. März (10x) 9:30-10:00 Uhr, Kosten: 45,- Euro
Erste Einheit ist kostenlos, Einstieg jederzeit möglich!

Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

711 ANTARA Trance Words Dienstag Abend

Roland Kührer

siehe Kurs Nr.710

Jeden Dienstag, ab 3. März (10x) 20:30-21:00 Uhr, Kosten: 45,- Euro
Erste Einheit ist kostenlos, Einstieg jederzeit möglich!

Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

712 Selbstverteidigungskurs (5x)

Christoph Waka

Dieser vorwiegend praxisorientierte Lehrgang soll in einfachen Schritten wirkungsvolle Techniken zur Selbstverteidigung vermitteln.

Basierend auf der koreanischen Kampfsportart Taekwondo beinhaltet das Programm darüber hinaus Übungen zur Verbesserung der Kondition sowie zur Kräftigung des Körpers - getreu dem Motto „Wir trainieren den Körper und den Geist“. Aufwärmtraining, Stretching, einfache Fußtechniken, Schlagpolstertraining, gezielte Techniken und Griffe zur Abwehr von Angreifern, Messeabwehr, Schmerzpunkttechnik.

Mitzubringen: lockere Sportbekleidung, Turnschuhe

Jeden Donnerstag, ab 9. April (5x) jeweils von 19:30-21:00 Uhr.
Kosten: 75,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

713 Gesamtheitliches Körpertraining Dienstag Vormittag

-10% 

Andrea Schwameis, Dipl.Wellnesstrainerin

mit Übungen nach der Pilates Methode, Yoga, sowie der allgemeinen Trainingslehre. Unter der Leitung von Frau Andrea Schwameis und Herrn Thomas Bannwarth

Jeden Dienstag, ab 3. März (10x)
09:00-10:00 Uhr, Kosten: 80,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

714 Gesamtheitliches Körpertraining Mittwoch Abend

-10% 

Andrea Schwameis, Dipl.Wellnesstrainerin

siehe Kurs Nr. 713

Jeden Mittwoch, ab 4. März (10x)
19:00 - 20:00 Uhr, Kosten: 80,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

715 Morgen Qi Gong

-10% 

Birgit Steindl

Dieser Kurs richtet sich an all jene Menschen, die sich gerne gleich in der Früh Gutes tun wollen!

Beginnen Sie die Woche mit lustvollem Körperstrukturtraining und anschließenden integrativen Qi Gong Übungen. Sie werden sich rundum wohl fühlen und so, in sich verankert, die Anforderungen des Alltags meistern.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Unterlagematte

Jeden Montag, ab 2.März (8x)
07:30-08:30 Uhr, Kosten: 85,- Euro
Bischöfl. Seminar, Wiener Str.45

716 1+1=3 Wir werden Familie „Frauenkurs“

Tamara Essletzbichler

Ein Kind zu erwarten, bringt eine Vielzahl an Emotionen, Überlegungen, Unsicherheiten und meist auch Ängsten mit sich. Schließlich ist es eine Veränderung fürs Leben.

Um diesem Ereignis positiv, offen und vor allem selbstvertraut entgegenzublicken, lade ich dich zur Vorbereitung auf die „Geburt der Familie“ ein! Wir beschäftigen uns mit Themen zur Schwangerschaft und Geburt, dem Elternwerden und Elternsein und nehmen Mann und Frau als Paar ernst. Ich freue mich auf dich! Mitzubringen: Matte, Polster, Decke bequeme Kleidung
jeden Donnerstag, ab 2. April (7x) 17:00 - 19:00 Uhr,
Kosten: 75,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

717 1+1=3 Wir werden Familie „Crashkurs“

Tamara Essletzbichler

An alle werdenden Eltern gerichtet, die sich in kurzer Zeit die wichtigsten Informationen zur Vorbereitung auf das Ereignis „Wir werden Familie“ aneignen wollen.

In zwei Tagen beschäftigen wir uns mit Themen zu Schwangerschaft und Geburt, dem Elternwerden und Elternsein und nehmen Mann und Frau als Paar ernst.

Mein Ziel ist es, dass ihr euch positiv, offen und vor allem selbstvertraut auf das „Projekt“ die „Geburt der Familie“ einlassen könnt! Ich freue mich auf euch! Mitzubringen: Matte, Polster, Decke bequeme Kleidung

Wochenend Kurs 16. und 17. Mai jeweils von 9:00-17:00 Uhr,
Kosten: 140,- Euro pro Paar
KiBiZ, Bahnhofstr.2

718 Burnout Prophylaxe

Adelheid Schmeissl



In diesem Kurs möchte ich Ihnen einige Methoden zeigen, wie Sie äußere und innere Stress-Symptome besser erkennen und reduzieren können. Wie Sie durch Bewusstseinsweiterung ihr Alltagsleben verbessern und Burnout vorbeugen können. Wie sie wichtige Aspekte im Leben so gestalten können, dass sie einander unterstützen.

Die Auseinandersetzung mit den eigenen Verhaltensmustern und dem persönlichen Ressourcenmanagement hilft Ihnen, die individuelle Lebensqualität zu erweitern. Neue Fähigkeiten werden entdeckt und aktiviert, für den Umgang einer gesunden erfüllten Lebensweise. Mit integrierten Entspannungstechniken für den eigenen Tagesablauf.

jeden 2. Dienstag, ab 17. März (8 x) von 19:00-21:00 Uhr, Kosten: 160,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

719 Mentaltraining für den Alltag

Adelheid Schmeissl

„Neue Perspektiven finden um der Routine des Alltags zu entfliehen“ Mentaltraining ist ein erfolgreiches Werkzeug mit außergewöhnlichen Belastungen in persönlichen familiären und beruflichen Bereichen mit Ruhe und höchster Wahrnehmung zu begegnen.

Es hilft bei Veränderungen, die neue Situation - welche oft mit Unannehmlichkeiten und Ängsten verbunden ist zu entlasten. Beim Definieren neuer Ziele und deren Umsetzung. Sie setzen sich mit Ihrer eigenen Grundmotivation auseinander. Durch die Auseinandersetzung wird es möglich, dass Sie Ihren eigenen Standpunkt erkennen und ihn wahren. Sie trainieren, Ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten einzusetzen, um die mentale Belastbarkeit zu steigern. Sich selbst mit Wertschätzung und Respekt zu vertreten.

jeden 2. Dienstag, ab 10. März (8 x) von 19:00-21:00 Uhr,
Kosten: 160,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

720 Craniosacrale Selbsthilfe

Kathrin Kleindorfer

In diesem Schnupperkurs bekommen Sie einen Einblick in die Kunst der craniosacralen Berührung. Mit unseren Händen hören wir zu, spenden uns selbst Trost, Wohlbefinden und mehr Vitalität. Eine respektvolle und zentrierte innere Haltung - sich selbst und anderen gegenüber - ist der Schlüssel dazu. An diesen drei Abenden wird jeder vorwiegend an sich selbst arbeiten, dabei lernen, den Körperstrukturen zuzuhören und sie zu unterscheiden. Um auch neue, andere Energien und Strukturen kennenzulernen, werden wir ab und zu Partnerarbeit machen. Testen Sie die angenehmen Effekte der Craniosacralen Körperarbeit an sich selbst! Voraussetzung: Bereitschaft sich mit eigenen Themen zu beschäftigen, sowie in einzelnen Einheiten auch Übungen in Partnerarbeit durchzuführen. Mitzubringen: bequeme Kleidung, dickere Decke, ev. kleines Polster, Schreibmaterial
jeden Mittwoch, ab 11. März (3 x) von 19:15-21:00 Uhr,
Kosten: 60,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

721 Begegnung der bewegten Art - Cranio Tanz

Kathrin Kleindorfer

Tanzen bis der Teppich raucht! Die Betriebsanleitung für eine frohe Psyche steckt in unserem Körper! Das Craniosacrale-Prinzip der Selbstheilung lässt sich eins zu eins in Bewegung umsetzen: im Tanz hören wir unserem Körper zu, befreien uns von alten Energien und Geschichten und aktualisieren uns bis hin zu einem fröhlichen Wohlbefinden in diesem Moment. Das Beste daran: jeder kann es für sich selbst tun! Denn: Tanzen macht glücklich. An diesem Abend lässt jeder unnötig gewordenen und belastenden fallen. Träume, Visionen, eigene Wahrhaftigkeit kommt durch die bewegten Körperstrukturen ans Tageslicht. Voraussetzungen: Bereitschaft sich zu bewegen und zu tanzen. Erfahrung als Kunde mit der Craniosacralen Körperarbeit oder auch der Besuch des Kurses „Craniosacrale Selbsthilfe“ ist von Vorteil. Mitzubringen: bequeme Kleidung, Socken mit Noppen oder Gymnastikschuhe.
Freitag am 10. April von 18:00-21:00 Uhr, Kosten: 25,- Euro
KiBiZ, Bahnhofstr.2

722 Singen ist gesund - Stimmbildung

Margit Ellinger, Stimmbildnerin

Im Beruf (Lehrer/innen, Kindergartenpädagog/innen, Verkäufer/innen), im Alltag (bei Veranstaltungen, Festen, Präsentationen) und Freizeit (z.B. Chor, Amateurtheater) „stimmfit“ zu sein, ist keine Selbstverständlichkeit. Auch ohne Mikrofon laut und vernehmbar seine Stimme zu erheben, schön zu singen, das kann jeder Mensch lernen und trainieren. Arbeit an der Stimme bzw. Stimmbildung bedeutet gleichzeitig auch Persönlichkeitsbildung und führt zu mehr Sicherheit und größerem Selbstvertrauen.
3 Einheiten 90,- Euro / 6 Einheiten 160,- Euro / 10 Einheiten 260,- Euro. Auch in der Gruppe 2-3 Personen möglich! Terminvereinbarung unter 0650/510 43 21
KiBiZ, Bahnhofstr.2/Musikschule

723 Zumba um 20:00 Uhr

Mag. Petra Kloiber-Bartusek

Heiß, sexy, spannend und geeignet für jedermann. Das ist Zumba. Lateinamerikanische Rhythmen, vereint mit Fitnessübungen zu einer einzigartigen Kombination. Mit Zumba, was so viel wie „Bewegung und Spaß haben“ bedeutet, kann man ideal Stress und überflüssige Kilos „wegtanzen“. Mitzubringen: Sportbekleidung, Sportschuhe mit glatter Unterseite, Wasserflasche
Jeden Donnerstag, ab 4. März (12x) 20.00-21.00 Uhr, Kosten: 103,- Euro

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41/Turnsaal

724 Zumba for Kids, 7 bis 15 Jahre

Margit Schnabler



Ihr liebt es Musik aufzudrehen, zu tanzen und Spaß mit Freunden zu haben? Dann seid ihr bei Kid's Dance - Zumba genau richtig. Gefördertes Projekt über die Gesunde Gemeinde TUT GUT!
Jeden Mittwoch, ab 4. März (10x) 16:00-17:00 Uhr, Kosten: 10er Block 40,- Euro. Einzelstunde um 6,- Euro. Keine Anmeldung über die VHS erforderlich!

Neue Mittelschule, Abt Karl-Str.41/Turnsaal



Rathausgalerie

Vernissage Johannes Rausch

»Werdegang«

Donnerstag, 19. Februar 2015, 19 Uhr
Rathausplatz 11, Melk

Ausstellungsdauer: 19. Februar - 13. Mai 2015
Öffnungszeiten: Mo 8-12 & 14-18 Uhr, Di-Mi 8-12 Uhr,
Do 8-12 & 13.30-15 Uhr, Fr 8-12 Uhr





Februar 2015

Sa, 7. Februar Maskenball FF Pielach

19 Uhr FF Haus, Pielach

Do, 12. Februar Weiberfastnacht

19 Uhr Melk

Fr, 13. Februar Bunter Abend mit Sara

19 Uhr Madar Pub

Sa, 14. Februar Kindermaskenball

der Sportunion Melk
14 Uhr Stadtsaal

Sportlerschnas des FC Zwölfer Reisen Melk

19 Uhr Stadtsaal

So, 15. Februar A Gulasch und a Seidl Bier

12 Uhr Hotel Restaurant zur Post

Faschingsbingo

20 Uhr Madar Pub

Di, 17. Februar Faschingsumzug Melk 13.30 Uhr Aufstellung der Gruppen, Löwenpark

14 Uhr Begrüßung (Start) Der Umzug begrüßt sich selbst und die Zuseher mit einer Runde am Löwenpark

14.30 Uhr Einzug und Um- zugparty auf der Partymeile, Altstadt

15.30 Uhr Ziel, die Party mit Radio Arabella geht weiter. Ver- pflegung der aktiven Teilneh- mer, Altstadt

18 Uhr Die Melker Gastronomie lädt zum Faschingstreiben bis in die Morgenstunden

Gschnas in der Tischlerei

18 Uhr Tischlerei Melk

Mi, 18. Februar Heringschmaus

11 Uhr, Hotel Restaurant zur
Post

Do, 19. Februar Rathausgalerie „Johannes Rausch“

19 Uhr, Rathaus

Mi, 25. Februar Finissage des Ausstellung „Aufblühen“ v. Josef Frank

19 Uhr Stift Melk, Säulenhalle

Do, 26. Februar Wanderung - nach Grimsing

Kneipp Aktiv- Club. Gemein-
same Wanderung durch den
Salmansgraben. Ausklang bei
„Weissi`s Gaststube Grimsing“
14 Uhr, Parkplatz Franz Mistlba-
cher-Weg, Melk
Anmeldung bis 24..2. bei Irene
Baumgartner 02752/ 544 52

Do, 26. Februar Lesungskonzert „hektische Stille“

Dr. Andre a Riemer & Blä-
serquartett der Miltärmusik
Niederösterreich
Benefizveranstaltung für Auro
Danubia - Stift Melk hilft Wai-
senkindern in Rumänien
19.30 Uhr Stift Melk,
Dietmayrsaal

März 2015

Do, 5. März Eröffnung Wachaulabor 4 „meine WELT - dein ERBE“

17 Uhr Stift Melk

Sa, 21. & So 22. März Witness eine moderierte Tanz-Chormu- sik-Performance zum Thema „Sklaverei-gestern und heute“

19 Uhr Stift Melk, Kolomanisaal

Do, 26. März Rundwanderung Schallaburg - Steinparz und zurück

Kneipp Aktiv- Club. Wanderung
nach Maria Steinparz und Stär-
kung im Gasthaus Temper.

14 Uhr, Parkplatz Franz Mistlba-
cher-Weg, Melk
Anmeldung bis 24..3. bei Irene
Baumgartner 02752/ 544 52

Wiederkehrende Veranstaltungen

Mittwochs 7. Jänner bis 29. April 2015 Bewegungsseminar zur Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit und Vitalität

Kneipp Aktiv- Club.
9 - 10 Uhr bzw. 10.15-11.15 Uhr
Saal Rotes Kreuz
Anmeldung bei Irene Baum-
gartner 02752/ 544 52

Montags 12. Jänner bis 2. März 2015 Starker Beckenboden

Kneipp Aktiv- Club.
9 - 10 Uhr Saal Rotes Kreuz
Anmeldung bei Irene Baum-
gartner 02752/ 544 52

Mittwochs 28. Jänner bis 15. April 2015 Kids Dance Aerobic für Kinder von 6-10 Jahren

Kneipp Aktiv- Club.
15-16 Uhr
Turnsaal der VS- Zelking
Anmeldung bei Irene Baum-
gartner 0676/ 622 60 70

GANZJÄHRIG

Bibelkreis Evangelische Pfarre Melk Mittwoch (14-tägig) 15 Uhr, Gemeindezentrum Info: 02752/522 75

ChiKung Dehnkräftigungen u. Entspannungsübungen Mi, 17 - 18 Uhr, Turnsaal Seminar Melk Info 0650/760 41 21 oder www.ewto.at

Gesundheitsgymnastik- Vitaltraining

Kneipp Aktiv Club Melk
Do, 18.30 - 19.30 Uhr, Turnsaal
Neue Mittelschule Melk
Info: Irene Baumgartner,
02752/ 544 52

Karate Karateclub Melk Kinderkarate (ab 6 Jahren), Fr 18 - 19 Uhr Anfänger & Kinder (ab 10 Jahr) Di & Fr 19 - 20 Uhr Fortgeschrittene Di, & Fr, 20 - 21 Uhr Turnsaal Jakob Prandtauer- Schule, www.karateakademie- melk.at.tf

Katholische Jungschar Katholische Pfarre Melk/ Pfarrsaal. Info: Elvira Burgstal- ler, 0664/1848560

Sportunion Turnzeiten Montag 16 - 17 Uhr, Elternkindturnen, Kleinkindturnen (3 - 6 Jahre), 17-18 Uhr, Kinderturnen (7 - 14 J.) 18-19 Uhr, ZUMBA; 19 - 20 Uhr, Erwachsenengymnastik, 20-21 Uhr, Hobbyvolleyball, Dienstag 17-18 Uhr, Seniorenturnen Donnerstag; 18.30-19.30 Uhr, Vitalgymnastik Sonntag 16-19 Uhr, Basketball

Tarock (Königrufen) Freizeitverein Melk Di, ab 19 Uhr Cafe Markus, Rathausplatz Info: Hr. Falk 0676/957 14 88, Hr. Lechner 02752/528 59

Turnstunden ÖTB Turnverein Melk „1891“ 8. bzw. 13. Jänner, Turnbeginn Dienstag: 18-19 Uhr Senioren 19.30-21 Uhr Damen und Herren Donnerstag Eltern mit Kinder 16 - 17 Uhr Kinder 3-6 Jahr, 16 - 17 Uhr Kinder 7-10 Jahr, 17 - 18 Uhr Turnsaal NMS Melk Info: Irmgard Labenbacher, 02752/515 17

Volkstanzen

Mittwoch, 17 Uhr, Volkstanz für Kinder und Jugendliche (ab 6 Jahre), Musikschule 1. Stock
Info: Eva Kiss, 0676/432 12 81

Volleyball

UVF Melk
Do, 19.00 - 21 Uhr
Erwachsene Hobby mixed (Anfänger und leicht Fortgeschrittene),
Fr, 19.30 - 21.30 Uhr
Erwachsene Hobby mixed (Fortgeschrittene),
Sporthalle Stift Melk
Nachwuchsmannschaften:
U11 - U21 Info unter
www.uvf-melk.at

WingTsun

Selbstverteidigung für Alle:
Montag & Mittwoch, 18 - 19.30 Uhr;
Kids-WT, Kinder-Selbstverteidigung (5 - 13 Jahre):
Mo, 16.30 - 17.30 Uhr
Turnsaal Seminar Melk
Info: 0650/760 41 21 oder
www.ewto.at

GOTTESDIENSTE**Sonn- und Feiertage**

Stiftskirche, 9.30 Uhr

Stadtpfarrkirche,
8.30 & 10 Uhr
Vorabendmesse 18 Uhr

ab 29. März: 8 & 10 Uhr
Vorabendmesse 19 Uhr

Evangelische Erlöserkirche, 10 Uhr

Februar 2015

So, 1. Februar
Stadtpfarrkirche
Blasius-Segen
nach allen Hl. Messen
„Faschings-Pfarrcafe“ nach den Hl. Messen um 8.30 und 10 Uhr

Di, 3. Februar
Stadtpfarrkirche
8 Uhr, Frühmesse

Fr, 6. Februar
Stadtpfarrkirche
18.30 Uhr, Herz-Jesu-Freitag

So, 15. Februar
Stadtpfarrkirche
10 Uhr, Familienmesse
Pfarrcafe nach den Hl. Messen um 8.30 und 10 Uhr

Mi, 18. Februar
Aschermittwoch
Stadtpfarrkirche
18.30 Uhr, Hl. Messe mit Erteilung des Aschenkreuzes

März 2015

Di, 3. März
Stadtpfarrkirche
8 Uhr Frühmesse

Fr, 6. März
Stadtpfarrkirche
19 Uhr Weltgebetstag der Frauen

Fr, 13. März
Stadtpfarrkirche
18.30 Uhr Herz-Jesu-Freitag

So, 15. März
Stadtpfarrkirche
10 Uhr Familienmesse
Fastensuppen-Essen nach den Hl. Messen

Do, 26. März
Stadtpfarrkirche
19 Uhr Bußfeier

Sa, 28. März
Stadtpfarrkirche
10 Uhr Palmweihe vor der Pfarrkirche

So, 29. März, Palmsonntag
Stiftskirche
9.30 Uhr, Palmweihe und Palmprozession, Beginn im Eingang zum Stiftspark

Stadtpfarrkirche

10 Uhr, Palmweihe auf dem Rathausplatz, Prozession zur Pfarrkirche

Mo, 30. März
Stadtpfarrkirche
ab 8.30 Uhr, „Fußwaschung“

APOTHEKEN-

DIENST
Apotheken-Rufnummer
1455

Lindenapotheke
3680 Persenbeug
Telefon 07412/590 59

Apotheke Zur heiligen Maria
3240 Mank
Telefon 02755/22 69

Apotheke Wieselburg
3250 Wieselburg/Erlauf
Telefon 07416/523 16

Apotheke Zur Heimat
3382 Loosdorf
Telefon 02754/63 31

St. Franziskus-Apotheke
3372 Blindenmarkt
Telefon 07473/23 25

Salvator-Apotheke
3380 Pöchlarn
Telefon 02757/22 17

Landschafts-Apotheke
3390 Melk
Telefon 02752/523 15
Mo - Fr, 8 - 18 Uhr
Sa, 8 - 12 Uhr
Durchgehend geöffnet!

Apotheke Leonhofen
3243 Sankt Leonhard/Forst
Telefon 02756/22 67

Apotheke Zum heiligen Geist
3370 Ybbs an der Donau
Telefon 07412/524 11

ÄRZTDIENST

It. Ärztekammer NÖ

Sa, 7. 2. / So, 8. 2.
Dr. Harald WAXENEGGER
3382 Loosdorf, Raiffeisenstr. 2,
Telefon: 02754/6828

Sa, 14. 2. / So, 15. 2.
Dr. Josef SCHÖNBERGER
3122 Gansbach, Grabenhofstraße 1, Telefon: 02753/70005

Sa, 21. 2. / So, 22. 2.
Dr. Martin PFEFFER
3390 Melk, Abbe Stadler-Gasse 13/8, Telefon: 02752/52 545

Sa, 28. 2. / So, 1. 3.
Dr. Philipp FAKHOURI
3390 Melk, Jakob Prandtauer Straße 9, Telefon: 02752/500 19 oder 0676/777 22 76

Sa, 7. 3. / So, 8. 3.
Dr. Gerhard VIEGHOFER
3642 Aggsbach Dorf, Aggsbach Dorf Nr 48, Telefon: 02753/70005

Sa, 14. 3. / So, 15. 3.
Dr. Martin PFEFFER
3390 Melk, Abbe Stadler-Gasse 13/8, Telefon: 02752/52 545

Sa, 21. 3. / So, 22. 3.
MR Dr. Franz TROST
3390 Melk, Lindestr 13,
Telefon: 02752-54 400

Sa, 28. 3. / So, 29. 3.
Dr. Martin REINGRUBER
3382 Loosdorf, Europaplatz 9,
Telefon: 02754/2444

Impressum: Information gemäß § 38 Absatz 5 NÖ Gemeindeordnung. **Medieninhaber:** Für den Inhalt verantwortlich - Stadt Melk. **Druck:** Niederösterreichisches Pressehaus, Druck- und Verlagsgesellschaft m.b.H., Gutenbergstraße 12, 3100 St. Pölten. **Gender:** Die verwendete maskuline bzw. feminine Sprachform dient der leichteren Lesbarkeit und meint immer auch das jeweils andere Geschlecht.



La La,
Bla-Bla

Fasching in Melk

**Größter Faschingsumzug
Dienstag 17.2. ab 14 Uhr**

Start beim Löwenpark, Ziel und Umzugsparty auf
der Partymeile - Altstadt mit Radio Arabella

Die Melker Gastronomie

lädt zum Faschingstreiben
bis in die Morgenstunden.

Home-Shuttle

Für alle Maskierten bis
10 km kostenlos ab
Kirchenparkplatz

14.2. Stadtsaal

14 Uhr, Kindermaskenball
der Sportunion Melk

19 Uhr, Sportlerschnas des
SC-Zwölferreisen Melk

17.2. Tischlerei

18 Uhr, Gschnas
mit Sharona

Tischlerei Melk Kulturwerkstatt
in Kooperation mit der
Melker Wirtschaft





La La, Bla-Bla

Ablauf:

13.30 Uhr Aufstellung der Gruppen, Löwenpark

14 Uhr Begrüßung (Start)
Der Umzug begrüßt sich selbst und die Zuseher, Löwenpark

14.30 Uhr Einzug in die Stadt, Umzugsparty auf der Partymeile, Altstadt

ca. 15.30 Uhr Ziel
die Party mit Radio Arabella geht weiter. Verpflegung der aktiven Teilnehmer, Altstadt

ab 18 Uhr Die Melker Gastronomie lädt ein bis in die Morgenstunden

ab 18 Uhr Gschnas in der Tischlerei



Info: Gerhard Schubert +43 676 4514 000
office@schubert.cc www.faschinginmelk.at