



FREIZEIT- & KINDERBETREUER/INNEN PROGRAMM 2025

VOLKSHOCHSCHULE AMSTETTEN

Rathausstraße 1, 3300 Amstetten
 Telefon: 07472/601-345 und -246,
 volkshochschule@amstetten.at,
 vhs.amstetten.at

VERBINDLICHE ANMELDUNG FÜR ALLE VERANSTALTUNGEN NOTWENDIG!

Anmeldezeiten Montag bis Donnerstag: 08:00-16:00 Uhr, Freitag: 08:00-12:00 Uhr

Kursanmeldung

Sie können sich schriftlich, telefonisch, per E-Mail, persönlich im Sekretariat oder direkt über das Online-Formular auf der Homepage verbindlich anmelden. Eine Anmeldung am ersten Kurstag bei den Kursleiter/innen ist nicht möglich. Der Kursbeitrag ist im Programm bei jedem Kurs angegeben und vor Kursbeginn aufgrund der Rechnung, die Ihnen die Volkshochschule zusendet, zu überweisen. Bei einer Online-Überweisung ist die Kursnummer anzugeben. Der Zahlscheinabschnitt bzw. die Zahlungsbestätigung muss in der ersten Kursstunde vorgewiesen werden. Materialkosten sind – sofern nicht anders angegeben – im Kursbeitrag nicht enthalten.

Kursabmeldung

Sollten Sie an der Teilnahme verhindert sein, so verständigen Sie uns bitte sofort schriftlich. Ihre Abmeldung muss bis eine Woche vor Kursbeginn in der Volkshochschule einlangen. Eine Abmeldung bei dem/der Kursleiter/in ist nicht möglich.

Bei rechtzeitiger Abmeldung entstehen keine Stornokosten. Bei zu spät eingelangten Abmeldungen werden 50 % des Kursbeitrages in Rechnung gestellt. Bei einer Stornierung ab Beginntag wird der gesamte Betrag fällig.

Gutschrift/Rücküberweisung

Haben Sie zum Zeitpunkt der Abmeldung bereits den Kursbeitrag bezahlt, so können Sie das Gut haben entweder für einen anderen Kurs freier Wahl verwenden oder der Betrag wird Ihnen nach Bekanntgabe Ihrer Kontonummer zurücküberwiesen.

Widerrufsrecht (Rücktrittsrecht) im Fernabsatzverkehr nach FAGG

Teilnehmer/innen haben das Recht, von auf elektronischem Weg getätigten Kursanmeldungen gemäß Fern- und Auswärtsgeschäfte-Gesetz, binnen 14 (vierzehn) Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Um das Widerrufsrecht auszuüben, müssen die Teilnehmer/innen die VHS (Volkshochschule Amstetten, Rathausstraße 1, 3300 Amstetten, E-Mail: volkshochschule@amstetten.at) mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief oder E-Mail) über den Entschluss, den Vertrag zu widerrufen, informieren. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist abgesendet wird.

Teilnehmer/innen können für den Widerruf das Muster-Widerrufsformular verwenden, das unter vhs.amstetten.at abrufbar, jedoch nicht vorgeschrieben ist.

Folgen des Widerrufs

Wenn der Vertrag widerrufen wird, wird die VHS Amstetten den Teilnehmer/innen alle Zahlungen, die die VHS von diesen erhalten hat, unverzüglich, spätestens vierzehn Tage ab dem Tag zurückzahlen, an dem die Mitteilung über den Widerruf des Vertrages bei der VHS eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwendet die VHS dasselbe Zahlungsmittel, das die Teilnehmer/innen bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, es wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart. Haben die Teilnehmer/innen verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen sollen, so haben diese einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem die VHS Amstetten von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich des Vertrags unterrichtet wurde, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

Gerichtsstand

Zahl- und klagbar in Amstetten.

Mindestteilnehmer/innenzahl

Veranstaltungen und Kurse können nur bei Erreichen einer Mindestteilnehmer/innenzahl abgehalten werden. Wenn diese Mindestteilnehmer/innenzahl nicht erreicht wird und die Kursteilnehmer/innen zu einer Aufzahlung bereit sind, kann der Kurs dennoch stattfinden.

Änderungen

Die Volkshochschule Amstetten behält sich das Recht vor, in Ausnahmefällen die Stelle eines/einer Kursleiters/Kursleiterin neu zu besetzen, Terminänderungen vorzunehmen bzw. Kurse abzusagen.

Kursfreie Tage

An Feiertagen sowie in den NÖ Schulferien finden keine Kurse statt.

Kursbestätigung

Eine Teilnahmebestätigung wird ab 70 % Anwesenheit ausgestellt.

AK-Bildungsbonus und Digi-Bonus

Alle AK-gekennzeichneten Kurse in diesem Kursprogramm werden von der Arbeiterkammer Niederösterreich mit 50 % der Kurskosten bis € 150,00 bzw. bei EDV-Kursen 100 % der Kurskosten bis € 150,00 gefördert. Für gewisse Personengruppen gibt es höhere Fördersätze. Infos unter: <http://noe.arbeiterkammer.at/bildungsbonus> oder 05 7171-29000.

Refundierung des Kursbeitrages

Einzelne Gewerkschaften refundieren ihren Mitgliedern einen Teil des Kursbeitrages. Die dazu erforderlichen Formulare erhalten Sie bei Ihrer Gewerkschaft.

Fotos und Filmaufnahmen

Der/Die Teilnehmer/in und Erziehungsberechtigte teilnehmender Kinder erklären sich damit einverstanden, dass die von ihm/ihr bzw. ihren Kindern während oder im Zusammenhang mit Kursen bzw. Veranstaltungen gemachten Aufnahmen ohne Vergütung im Rahmen der üblichen Auswertung (Werbeaktivitäten, Internet, usw.) verwendet werden dürfen.

Haftung

Für den Verlust von Kleidungsstücken, Wertgegenständen und Requisiten haftet die VHS nicht. Jeder/Jede Teilnehmer/in trägt die volle Verantwortung für seine/ihre Handlungen, haftet für alle von ihm/ihr verursachten Schäden und stellt die Kursleitung von allen Haftansprüchen frei. Außerdem übernimmt die VHS keine wie immer geartete Haftung für Schäden an Leib und Gut, die durch die Teilnahme an Veranstaltungen unserer Volkshochschule entstehen. In diesen Haftungsausschluss sind auch Kursleiter/innen miteinbezogen. Jede Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr!

Datenschutz

Mit der Anmeldung erteile ich – höchstpersönlich – [als gesetzlicher Vertreter im Namen des angeführten Betroffenen] meine Zustimmung, dass die Stadtgemeinde Amstetten, Rathausstraße 1, 3300 Amstetten meine personenbezogenen Daten (Vor- und Nachname, Wohnanschrift, E-Mail-Adresse, Telefonnummer, Geburtsjahr, Beruf und gebuchter Kurs) für folgende Zwecke verarbeiten darf: Elektronische Erfassung und Verarbeitung der Angaben zur Person für alle zum Betrieb der Volkshochschule der Stadtgemeinde Amstetten gehörenden erforderlichen Vorgänge und die Übermittlung von Informationen der Abteilung Human Resource & Bildung der Stadtgemeinde Amstetten. Es erfolgt keine Weiterleitung Ihrer Daten an Dritte!

Sie können Ihre Einwilligung jederzeit und ohne Angabe eines Grundes schriftlich an Volkshochschule Amstetten, Rathausstraße 1, 3300 Amstetten oder per E-Mail an volkshochschule@amstetten.at widerrufen. In dem Fall, dass die Verarbeitung allein auf Ihrer Einwilligung beruht, werden die Bezug habenden Daten anschließend unwiderruflich gelöscht, sofern uns nicht gesetzliche Aufbewahrungspflichten treffen, Verjährungsfristen offen bzw. Rechtsstreitigkeiten anhängig sind.

Inhaltsverzeichnis

ADHS für den pädagogischen Bereich - Einführungsvortrag	5
ADHS für den pädagogischen Bereich - Fortsetzungsvortrag	5
Allgemeine Entwicklungsbegleitung im pädagogischen Alltag	6
Begleitung von Kindern mit destruktivem Verhalten	6
Berufsalltag meistern mit Stärke und Gelassenheit	6
Bewegte Sprachförderung - Spielideen für drinnen und draußen.	7
Bewegung als Baustein für gesunde Entwicklung - Motorikförderung für Kinder bis 6 Jahre	7
Bewegung als Baustein für gesunde Entwicklung - Motorikförderung für Kinder & Jugendliche von 6-14 Jahren	8
Bewegung und (Ball)spiele für Kinderbetreuer/innen	8
Deutsch - Konversation für die Arbeit mit Kindern B1+	8
Die 7 Sicherheiten, die (nicht nur) Kinder brauchen	9
Emotionsregulation im Kindes- und Jugendalter	9
Entschleunigung mit Brunch	9
Entspannen durch Neurodings®	10
Grenzsetzung im Erziehungsalltag - Erziehung durch Beziehung	10
Healing Sound	10
Klangoase	11
Malort - Workshop	11
Naturpädagogik	11
„Nein ist Nein“- Umgang mit Grenzen	12
Sexuelle Entwicklung von Kindern & Prävention gegen sexuellen Missbrauch	12
Supervision in der Gruppe	13
Verhaltensauffällig! ...Was ist das eigentlich?	13
Waldbaden	14
Wenn sich zwei streiten - Konflikte zwischen Kindern achtsam begleiten	14
Wie Lernen am besten gelingt	14
Vorbeugung "Burn-out"	15

■ ADHS für den pädagogischen Bereich - Einführungsvortrag



ADHS/ADS in Schule und Kindergarten. In diesem praxisnahen Vortrag erfahren Sie mehr zum Erscheinungsbild eines Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndroms (ADHS) bzw. Aufmerksamkeitsdefizitsyndroms (ADS) und den damit verbundenen Schwierigkeiten. Sie bekommen einen Einblick zu den Hintergründen dieser Störung, um das Verhalten von Betroffenen besser zu verstehen. Mit gezielten Tipps wird versucht, Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen, um Kinder mit ADHS/ADS im Kindergarten und in der Schule individuell unterstützen zu können.

S254222: Mi, 14.05.2025, 18:00-20:30 Uhr

Dauer: 2 Stunden und 30 Minuten

Kursleitung: Mag.a Christina Buschenreithner

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 56,00

■ ADHS für den pädagogischen Bereich - Fortsetzungsvortrag



ADHS/ADS in Schule und Kindergarten. In diesem praxisnahen Vortrag erfahren Sie mehr zum Erscheinungsbild eines Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndroms (ADHS) bzw. Aufmerksamkeitsdefizitsyndroms (ADS) und den damit verbundenen Schwierigkeiten. Sie bekommen einen Einblick zu den Hintergründen dieser Störung, um das Verhalten von Betroffenen besser zu verstehen. Mit gezielten Tipps wird versucht, Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen, um Kinder mit ADHS/ADS im Kindergarten und Schule individuell unterstützen zu können.

W25423: Di, 16.09.2025, 18:00-20:30 Uhr

Dauer: 2 Stunden und 30 Minuten

Kursleitung: Mag.a Christina Buschenreithner

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 56,00

■ Allgemeine Entwicklungsbegleitung im pädagogischen Alltag

Allgemeine Entwicklungsbegleitung/Förderung (Wahrnehmen, Lernen, Denken). In diesem Seminar werden verschiedene praxisnahe Konzepte (z.B. sensorische Integration, Motopädagogik, etc.) zur Förderung der Kinder im Alltag vorgestellt und theoretisch als auch praktisch erfahrbar gemacht.

S254212: Mo, 16.06.2025, 18:00-20:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

Kursleitung: Mag.a Sabine Grünstäudl / Dr. Johannes Prinz, BA MSc.

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 46,00

■ Begleitung von Kindern mit destruktivem Verhalten

Begleitung von Kindern mit destruktivem Verhalten in Bezug auf die Interaktion in der Gruppe. Destruktives Verhalten von Kindern kann unterschiedliche Ursachen haben. Es erfolgt eine Annäherung an mögliche Gründe um entlang von aufgestellten Hypothesen das eigene fachliche Handeln zu planen. Ausgehend von theoretischen Grundlagen wird mögliches praktisches Arbeiten anhand von Beispielen vorgestellt.

S254211: Mo, 28.04.2025, 18:00-20:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

Kursleitung: Mag.a Sabine Grünstäudl / Dr. Johannes Prinz, BA MSc.

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 46,00

■ Berufsalltag meistern mit Stärke und Gelassenheit

Der richtige Umgang mit belastenden Arbeitssituationen. In diesem Seminar erfährt man, wie man herausfordernde Situationen im Berufsalltag klar erkennt und einen besonnenen, gelassenen Umgang damit findet. Wir arbeiten gemeinsam daran, die innere Stabilität zu stärken, sodass man auch in stressigen Momenten gefestigt und sicher handeln kann. Mit praktischen Techniken wird man dabei unterstützt, langfristig für Entlastung und Ausgeglichenheit zu sorgen.

S254221: Mo, 05.05.2025 bis 19.05.2025, 07:30-11:30 Uhr

W254222: Di, 21.10.2025 bis 11.11.2025, 17:30-21:30 Uhr

Dauer: 3 Wochen zu je 4 Stunden

Kursleitung: Magdalena Roth, MA

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 192,00

■ Bewegte Sprachförderung - Spielideen für drinnen und draußen.

Sprache lebendig machen und Kinder sowie Jugendliche nachhaltig begeistern. In diesem Workshop entdeckt man abwechslungsreiche Sprachspiele, die Bewegung, Kreativität und Kommunikation miteinander verbinden. Erlebe, wie leicht es ist, Sprachförderung in der Praxis umzusetzen - mit innovativen und kognitiven Spielen, die drinnen genauso gut funktionieren wie draußen. Gemeinsam entwickeln wir auch eigene Methoden, die nicht nur die Sprachkompetenzen stärken, sondern auch Spaß, Teamgeist und Beweglichkeit fördern. Dieser Workshop ist der Schlüssel zu neuen Ideen und praxiserprobten Konzepten, die sich einfach in den Alltag integrieren lassen. Ob für große Gruppen oder unterschiedliche Altersstufen - hier findet man Inspiration, die wirkt!

S254232: Di, 25.03.2025 bis 01.04.2025, 09:00-11:00 Uhr

W254233: Di, 02.12.2025 bis 09.12.2025, 09:00-11:00 Uhr

Dauer: 2 Wochen zu je 2 Stunden

Kursleitung: Fatma Efendioglu, BSc

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 56,00

■ Bewegung als Baustein für gesunde Entwicklung - Motorikförderung für Kinder bis 6 Jahre

Für das gesunde Aufwachsen eines Kindes benötigt es Bewegungs- und Spielräume, welche die Reifung des kindlichen Gehirns und die körperliche Gesundheit unterstützen. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit Fragen wie:

- Was bedeutet eigentlich Förderung, Entwicklung, Lernen und Spielen?
- Wieviel soll sich ein (Klein-)Kind täglich bewegen und was können wir ihm dafür anbieten?
- Wieviel Bildschirmzeit tut gut?
- Wie weiß ich, ob sich ein Kind gesund entwickelt und wie kann ich damit umgehen, wenn ich mir dabei unsicher bin?

W254234: Do, 25.09.2025, 17:45-20:45 Uhr

Dauer: 3 Stunden

Kursleitung: Maria Wolf, MEd, Ergotherapeutin

Ort: online

Gebühr: € 77,00

■ Bewegung als Baustein für gesunde Entwicklung - Motorikförderung für Kinder & Jugendliche von 6-14 Jahren

Für das gesunde Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen benötigt es Bewegungs-, Spiel- und Lernräume, welche die Reifung des kindlichen Gehirns und die körperliche Gesundheit unterstützen. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit Fragen wie:

- Was bedeutet eigentlich Förderung, Entwicklung, Lernen und Spielen?
- Wieviel sollen sich Kinder und Jugendliche täglich bewegen und was können wir ihnen dafür anbieten?
- Welchen Einfluss hat Bewegung auf Konzentration und schulisches Lernen?

S254223: Di, 29.04.2025, 08:00-11:00 Uhr

Dauer: 3 Stunden

Kursleitung: Maria Wolf, MEd, Ergotherapeutin

Ort: online

Gebühr: € 77,00

■ Bewegung und (Ball)spiele für Kinderbetreuer/innen

Dieser Kurs richtet sich an all jene, die beruflich mit Kindern im Alter von 7 bis 14 Jahren zu tun haben. Im Turnsaal werden (Ball)spiele für große Kindergruppen gezeigt und erklärt. Kurstermine: 18.2., 25.2. und 18.3.2025.

S254236: Di, 18.02.2025 bis 04.03.2025, 17:30-19:00 Uhr

Dauer: 3 Tage zu 1 Stunde und 30 Minuten

Kursleitung: Mag. Gabriel Schagerl

Ort: Turnsaal, Volksschule, Brandströmstraße 5, 3300 Amstetten

Gebühr: € 45,00

■ Deutsch - Konversation für die Arbeit mit Kindern B1+

Niveau B1+ gem. Europäischem Referenzrahmen. Themen: Konversation Familie/Kinder, Grammatik, Wortschatz KIGA-Alltag, je nach Anforderung ...

S254206: Mi, 05.03.2025 bis 24.09.2025, 17:15-19:15 Uhr

Dauer: 10 Wochen zu je 2 Stunden

Kursleitung: Sabine Lachinger

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 237,00

■ Die 7 Sicherheiten, die (nicht nur) Kinder brauchen



Die kindliche Entwicklung folgt sieben naturgegebenen Evolutionsstufen. Dürfen Kinder diesen Entwicklungsweg ungestört durchlaufen, entfalten sie wie von selbst sieben Grundsicherheiten. Ist dies durch verschiedene Stressfaktoren nicht möglich, zeigen sich Auffälligkeiten im Verhalten und im Lernen (Schwierigkeiten im Lesen/Schreiben/Rechnen, aggressives Verhalten, Schüchternheit, Schlafschwierigkeiten,...). Diese Blockaden lassen sich mit Hilfe der Evolutionspädagogik® durch gezielte, einfache Bewegungsübungen auflösen. Der Vortrag „Die sieben Sicherheiten, die Kinder brauchen“ hilft Eltern, Lehrer/innen und Erzieher/innen das Verhalten und die „Sprache“ von Kindern besser zu verstehen und gibt einfach umzusetzende Möglichkeiten der Intervention für verschiedenste Lern-, Kommunikations- und Verhaltensschwierigkeiten.

S254203: Do, 20.02.2025, 18:00-20:00 Uhr

S254204: Mi, 09.04.2025, 09:00-11:00 Uhr

W254205: Do, 09.10.2025, 18:00-20:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

Kursleitung: Simone Garsleitner, BEd, Lehrerin, Evolutionspädagogin®

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 46,00

■ Emotionsregulation im Kindes- und Jugendalter



Unterstützende Deeskalations- und Kommunikationsstrategien für das Arbeitsfeld! Vermittlung der Grundlagen der sozialen und emotionalen Entwicklung von Kindern. Erlernen von Fertigkeiten und Strategien zur Spannungsregulation bei Kindern.

W254210: Mo, 24.11.2025, 18:00-20:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

Kursleitung: Mag.a Sabine Grünstäudl / Dr. Johannes Prinz, BA MSc.

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 46,00

■ Entschleunigung mit Brunch



Nach einem Input zum Thema Entschleunigung im Alltag starten wir in eine aktivierende Yoga-stunde. Wir lernen Tipps und Tricks zum Thema "gesunde Ernährung" kennen und genießen anschließend einen herrlichen Brunch. Mitzubringen: Schreibzeug, Yogamatte, Yogablöcke & Gurte (falls vorhanden - sonst kurze Mitteilung), Trinkflasche, bequeme & lockere Kleidung.

S254207: Do, 17.04.2025, 07:45-11:45 Uhr

W254208: Do, 02.10.2025, 07:45-11:45 Uhr

Dauer: 4 Stunden

Kursleitung: Katharina Freinschlag, Ernährungsexpertin / Karin Peheim

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 67,00 exkl. € 15,00 Lebensmittelkosten

■ Entspannen durch Neurodings®



Die heutige schnelllebige Zeit kann häufig Stress verursachen, für den oft keine Lösung gefunden wird. Durch neurokreatives Zeichnen soll dieser Stress auf Papier gebracht werden, um die unbewussten Abläufe sichtbar zu machen und umzuformen. Dadurch können positive Handlungsweisen und neue Ideen entstehen. Neurodings® bietet Hilfe zur Selbsthilfe. Vorkenntnisse im Zeichnen sind nicht erforderlich. Zusätzlich wird gezeigt, wie diese Methode auch in der Kinderbetreuung angewendet werden kann. Mitzubringen sind Zeichenpapier DIN A3, 2 Stk. Staedtler Lumocolor Permanent M schwarz, 1 Stück Staedtler Lumocolor F schwarz, sowie Buntstifte oder andere farbige Stifte.

S254213: Do, 03.04.2025, 08:00-11:00 Uhr

W254214: Do, 16.10.2025, 18:00-21:00 Uhr

Dauer: 3 Stunden

Kursleitung: Sandra Pilz, Neurodings®-Trainerin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 63,00

■ Grenzsetzung im Erziehungsalltag - Erziehung durch Beziehung



In diesem Vortrag werden Strategien erarbeitet, um mit Wutanfällen, Konflikten und Situationen, in denen Kinder Grenzen überschreiten oder Vereinbarungen nicht einhalten, umzugehen. Ziel ist es, die Beziehung zum Kind zu stärken und praktische Lösungsansätze für den Alltag zu entwickeln.

W254209: Mo, 13.10.2025, 18:00-20:00 Uhr

Dauer: 2 Stunden

Kursleitung: Dr. Johannes Prinz, BA MSc. / Mag.a Sabine Grünstäudl

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 46,00

■ Healing Sound



Gönnen Sie sich eine Auszeit und lassen Sie sich fallen mit den sanften Klängen der Hand-Pan (Hang). In Kombination von musikalischer Begleitung, geführten Meditationen und angeleiteten Mentalübungen wird ein neuer entspannter Weg gezeigt, sich von quälenden Gedanken und nicht mehr dienlichen Verhaltensweisen zu lösen, aufgestaute Emotionen loslassen zu können und sich in der gewohnten Ausgeglichenheit und inneren Balance wieder zu finden.

S254201: Mi, 05.03.2025, 18:30-20:00 Uhr

S254202: Mi, 28.05.2025, 18:30-20:00 Uhr

Dauer: 1 Stunde und 30 Minuten

Kursleitung: Verein Mona'Oha

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 34,00

■ Klangoase



Wir tauchen in den Klang der obertonreichen Klanginstrumente ein und erleben Oasen der Entspannung und Ruhe, üben Achtsamkeit und können aufladen. Alle Instrumente, wie Klangschaalen, Monochord, Steel Tongue Drum, Koshi, Klangkugel,... können ohne musikalische Vorkenntnisse oder Fertigkeiten gespielt werden und harmonisieren untereinander. Mitzubringen: bequeme Kleidung, rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe, Matte, Decke und Polster.

S254215: Mi, 12.03.2025, 18:30-20:30 Uhr

Dauer: 2 Stunden

Kursleitung: Barbara Laumer, Elementar-, Wald- und Klangpädagogin, Malbegleitung

Ort: Kindergarten Amstetten-Allersdorf, Allersdorferstraße 3, 3300 Amstetten

Gebühr: € 33,00

■ Malort - Workshop



- Diese Art des freien Malens mit festen Regeln praktisch kennenlernen.
- Ohne Vorgabe, Belehrung, Bewertung, Vergleichen in die Welt der Farben eintauchen.
- Im selbstbestimmten Malspiel die eigene Spur, den eigenen Rhythmus entdecken.
- Informationen zur Geschichte des Malorts, zu Arno Stern und der Bedeutung des Freien Malens.
- Keinerlei Vorerfahrungen und Fertigkeiten notwendig!

S254217: Mo, 24.02.2025, 08:00-11:00 Uhr

Dauer: 3 Stunden

Kursleitung: Barbara Laumer, Elementar-, Wald- und Klangpädagogin, Malbegleitung

Ort: Amstettnerstr. 16, 3362 Mauer bei Amstetten

Gebühr: € 54,00

■ Naturpädagogik



Wir werden den Wald als eine Quelle der Lebendigkeit, Kreativität und Vielfalt erleben, in Bewegung und in Entspannung, ihn mit allen Sinnen wahrnehmen und erleben. Auf unterschiedlichste Weise sammeln wir Naturerfahrungen und Ideen für die Arbeit mit Kindern.

- Wahrnehmungsspiele mit verschiedenen Materialien,
- Bewegungsspiele mit sozialen Aspekten,
- Spiele zum genauen Beobachten und Kennenlernen von Tieren und Pflanzen,
- Bauen von Zwergenhöhlen, Unterschlupf, usw.,
- Schnitzen und Werken,
- Lieder und Geschichten passend zur Jahreszeit.

Mitzubringen: lange Kleidung, geschlossene Schuhe, Jause und Getränk (am besten Wasser), Insektenschutz.

S254218: Di, 13.05.2025, 08:00-11:00 Uhr

Dauer: 3 Stunden

Kursleitung: Barbara Laumer, Elementar-, Wald- und Klangpädagogin, Malbegleitung

Ort: Haidhofstraße Kreuzung Grünlandstraße, Parkmöglichkeit in Weitfeldstraße, Amstetten-Allersdorf, dann zu Fuß zum Treffpunkt

Gebühr: € 54,00

■ „Nein ist Nein“- Umgang mit Grenzen



Das Erkennen und das Wahren der eigenen intellektuellen, emotionalen, physischen und sozialen Grenzen ist wesentlich für das Wohlbefinden am Arbeitsplatz und beugt psychischen Belastungen vor. Durch Maßnahmen zur Prävention und weiteres zum adäquaten Umgang mit sexueller Belästigung am Arbeitsplatz, kommt der Arbeitgeber seiner Verantwortung nach. Wenn wir eigene Grenzen setzen können, schützen wir die eigene emotionale Gesundheit und stehen für unsere Bedürfnisse ein. Dafür müssen wir sie identifizieren und benennen können. Anhand von unterschiedlichen Methoden und theoretischer sowie praxisnaher Auseinandersetzung mit diesem Thema, kann so mehr Handlungssicherheit entwickelt werden.

S254220: Di, 18.03.2025, 08:00-11:30 Uhr

Dauer: 3 Stunden und 30 Minuten

Kursleitung: Mag. (FH) Petrisa Pichlmayr, Eltern- und Paarberaterin, Sexualtherapeutin

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 85,00

■ Sexuelle Entwicklung von Kindern & Prävention gegen sexuellen Missbrauch



In diesem Seminar wird das Thema Prävention gegen sexuellen Missbrauch anhand der sexuellen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen erarbeitet. Es werden Fragen behandelt wie: Was ist ein normales Verhalten in diesem Kontext? Welche Warnzeichen und Auffälligkeiten gibt es? In welchen Situationen ist eine Meldung an die Kinder- und Jugendhilfe erforderlich? Zudem werden Täterstrategien und Schutzkonzepte beleuchtet. Die Vortragende verfügt über Erfahrung im Bereich Jugendstraftätigkeiten und Familienrechtsangelegenheiten bei der Justiz sowie als Eltern- und Paarberaterin und Sexualtherapeutin in eigener Praxis. Die Inhalte werden anhand von Praxisbeispielen und Gruppenübungen vermittelt, wobei ein hoher Praxisbezug gewährleistet ist.

W254221: Di, 14.10.2025 bis 21.10.2025, 17:30-20:00 Uhr

Dauer: 2 Abende zu je 2 Stunden und 30 Minuten

Kursleitung: Mag. (FH) Petrisa Pichlmayr, Eltern- und Paarberaterin, Sexualtherapeutin

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 119,00

■ Supervision in der Gruppe



Die berufsfeldspezifische Gruppensupervision bietet einen Raum zur Reflexion der eigenen Berufserfahrungen, im Austausch mit Kolleginnen und Kollegen aus demselben Arbeitsfeld. Es wird immer an konkreten Beispielen gearbeitet, im Mittelpunkt stehen Ihre Arbeitsfähigkeit, die Berufsidentität und die Qualität der Umsetzung Ihrer vielfältigen Aufgaben. Mögliche Inhalte: Fallarbeit, Rollenidentität, Work-Life-Balance, Führen und geführt werden, Selbstorganisation, Kommunikation, Zusammenarbeit mit Schule und Gemeinde.

S254229: Di, 11.02.2025, 09:15-11:15 Uhr
S254230: Mi, 18.06.2025, 09:15-11:15 Uhr
W254231: Do, 18.09.2025, 09:15-11:15 Uhr
W254232: Di, 25.11.2025, 09:15-11:15 Uhr
Dauer: 2 Stunden
Kursleitung: Mag. Martin More
Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten
Gebühr: € 75,00

■ Verhaltensauffällig! ...Was ist das eigentlich?



Was ist eine Verhaltensauffälligkeit/Verhaltensstörung? Wo liegen die Ursachen und wie äußern sie sich? Wie entwickelt sich die Emotional-Soziale Kompetenz beim Kind? Warum ist ein positives Selbstkonzept so wichtig für die kindliche Entwicklung und die Leistungsbereitschaft? Wie prägen Gene/Neuromodulatoren das kindliche Verhalten? Wie setze ich im Pädagogischen Alltag das Konzept "Mitfühlendes Verstehen statt Verurteilungen" um?

S254224: Do, 08.05.2025, 18:00-21:30 Uhr
Dauer: 4 Stunden
Kursleitung: Petra Lippay, MA
Ort: online
Gebühr: € 87,00

■ Waldbaden



Die reinigende und heilende Kraft der Natur, die würzige Waldluft und die Wahrnehmung mit allen Sinnen stärken unser Immunsystem, bauen Stresshormone ab, entspannen und beruhigen Körper, Geist und Seele. Durch bewusstes langsames Gehen und achtsames Wahrnehmen, Körper- und Atemübungen, Meditation und Bewegungsübungen können wir unsere Energiereserven neu auffüllen - tauchen Sie ein in ein Bad im Wald. Mitzubringen: warme Kleidung, Regenschutz, Insektenschutz, Unterlagsmatte.

S254219: Di, 20.05.2025, 08:00-11:00 Uhr

Dauer: 3 Stunden

Kursleitung: Barbara Laumer, Elementar-, Wald- und Klangpädagogin, Malbegleitung

Ort: Haidhofstraße Kreuzung Grünlandstraße, Parkmöglichkeit in Weitefeldstraße, Amstetten-Allersdorf, dann zu Fuß zum Treffpunkt

Gebühr: € 54,00

■ Wenn sich zwei streiten - Konflikte zwischen Kindern achtsam begleiten



Kinder benötigen von Anfang an Möglichkeiten zur gewaltfreien und empathischen Interaktion miteinander. Um dies zu ermöglichen, ist es wichtig, dass Erwachsene sie sprachlich begleiten und ihnen helfen, Konfliktsituationen zu verstehen, zu deeskalieren und Lösungen zu finden. Kinder müssen lernen, aus ihrer gefühlten Machtlosigkeit auszubrechen und in einen ehrlichen Verhandlungsprozess einzutreten. Dafür benötigen sie die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme, zur Regulierung ihrer Emotionen und zur fortschreitenden Entwicklung ihrer Sprachfähigkeiten sowie ein gesundes Selbstbewusstsein. Die Frage ist, wie dies erreicht werden kann.

S254216: Do, 27.02.2025 & 13.03.2025, 08:00-11:00 Uhr

Dauer: 2 Tage zu je 3 Stunden

Kursleitung: Lisa Weiss, BA, MBA

Ort: online

Gebühr: € 87,00

■ Wie Lernen am besten gelingt



Kinder in ihrer Entwicklung zu begleiten, ist vielleicht eine der verantwortungsvollsten Aufgaben, die es gibt. Es ist eben viel mehr als Betreuung oder Bespaßung. Es heißt zuschauen, beobachten, begleiten, entwickeln und sich selbst ständig (weiter)bilden und mitlernen. Lernen soll unter die Haut gehen, Begeisterung auslösen, fesseln, um sich am Ende als Lernerfahrung einzubrennen. Unterstützen wir sie dabei eine positive Einstellung zum Lernen zu entwickeln und nie aufzuhören an ihren Erfolg zu glauben.

W254216: Di, 07.10.2025 & 21.10.2025, 18:00-21:00 Uhr

Dauer: 2 Tage zu je 3 Stunden

Kursleitung: Lisa Weiss, BA, MBA

Ort: online

Gebühr: € 87,00

■ Vorbeugung "Burn-out"



In unserer schnelllebigen Zeit mit Termindruck und Ansprüchen passiert es schnell, dass Menschen erschöpft und kraftlos werden. In diesem Kurs wollen wir uns damit beschäftigen, wie wir gesund bleiben können und nicht ins Burn-out fallen. Themen wie Ressourcen, innere und äußere Ansprüche, eigene Grenzen kennen und wahren und Zeitmanagement werden behandelt. Wir arbeiten mit Partnerübungen, inneren Reisen und Malen. Mitzubringen: Malpapier und Malstifte.

S257013: Do, 13.03.2025, 18:00-22:00 Uhr

Dauer: 4 Stunden

Kursleitung: Anke Schöpfer, Diplomsozialpädagogin, NLP-Lehrtrainerin, Human Design Analytikerin & Diplomsupervisorin

Ort: VHS, Anzengruberstraße 3, 2. Stock, 3300 Amstetten

Gebühr: € 45,00



Impressum:

Stadtgemeinde Amstetten - Human Resource & Bildung
Für den Inhalt verantwortlich: VHS Amstetten, Rathausstraße 1, 3300 Amstetten.

Lust auf

Musizieren Singen, Tanzen?

Du hast Interesse an Musik, Gesang oder Tanz?

Willst du dein zukünftiges Lieblingsinstrument
oder Gesang ausprobieren und beim Unterricht
dabei sein? Möchtest du eine Tanzstunde
miterleben?

Wir freuen uns über deinen Besuch und
beantworten dir gerne alle Fragen.

Probieren ist ganz einfach:

Sende uns jederzeit eine E-Mail
an: musikschule@amstetten.at
oder rufe uns an: **07472 / 601 6325**

Wir sind telefonisch
Mo. bis Do. 08:00-11:45 Uhr und 13:30-16:00 Uhr
Fr. von 08:00-13:00 Uhr
für dich erreichbar.

Wir unterrichten von Klassik über
Volksmusik bis hin zu Jazz, Pop,
Rock und Tanz!



**Schau
mal rein!**



**Musikschule
AMSTETTEN**