

## ALLGEMEINES:

Unser Frauentreff versteht sich als offene Gruppe, in der alle Frauen, gleich welchen Alters, Konfession und Lebenssituation herzlich willkommen sind.

Es ist eine Möglichkeit, sich mit verschiedenen Bildungsthemen auseinanderzusetzen, sich darauf einzulassen, Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und Gespräche mit Gleichgesinnten zu führen.

Wir möchten die Frauen einladen, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und sich wertzuschätzen.

**Wir treffen uns jeden 2. Dienstag | 8.30 Uhr**  
**Pfarrsaal St. Josef in Sparchen, Franziskanerplatz 2, 6330 Kufstein**

Informationen: Claudia Acherer, Tel. 0664 1412239  
Beitrag pro Veranstaltung und Teilnehmerin: € 3,-



# Frauentreff Kufstein - Sparchen

Herbst-Winter 2019/2020



IMPRESSUM:  
Katholisches Bildungswerk Salzburg, Frauentreffs Tirol in Kooperation mit dem Tagungshaus, Wörgl,  
F. W.-Raiffeisenstraße 2, 5061 Elsbethen, 0662 8047-7520,  
[www.bildungskirche.at](http://www.bildungskirche.at); ZVR: 709030756  
Für den Inhalt verantwortlich: Claudia Acherer

*Zeit für mich*

Di, 24. September 2019

## EXKURSION – KÄSEREI PLANGGER

Wir besichtigen die Käserei und den Felsenkeller, in dem der gesamte Schnitt- und Hartkäse seine Reifezeit verbringt. Wir erfahren, wie die verschiedenen Sorten hergestellt werden und lassen ihn uns bei der anschließenden Jause schmecken.

Treffpunkt und Uhrzeit wird noch bekannt gegeben.

Di, 8. Oktober 2019

## KUBA

Gestern – Heute – Morgen

**Dir. Helmuth Mühlbacher**, Erwachsenenbildner, Münster

In einer lebendigen Bildschau werden Begegnungen mit einer bunten Kultur musizierender, singender freiheitsliebender und doch ihres Schicksals bewusster Menschen in der Karibik gezeigt.

Di, 22. Oktober 2019

## „GESUNDE“ PRODUKTE UND DIE NAHRUNGSMITTELINDUSTRIE

Was machen sie mit uns?

**Gabriela Gasser**, Gesundheitsberaterin, Dipl. Erwachsenenbildnerin, Kufstein

Viele Menschen, versuchen, gesund zu leben. Im Supermarkt gibt es immer mehr Produkte, die dies scheinbar unterstützen und einen „Gesundheitsnutzen“ versprechen. Sind sie wirklich gesund? Wie wirken diese industriell hergestellten Nahrungsmittel?

Di, 5. November 2019

## STERBEN, TOD UND TRAUER

Wie gehen wir damit um?

**Dipl.-Theol. Bernhard Sperling**, Tehologe, Heilpraktiker für Psychotherapie, Gestaltpädagoge, Oberndorf bei Salzburg

Wir können dieses Thema verdrängen, aber wir können ihm weder ausweichen, noch uns davon freikaufen. Es kann jeden von uns jederzeit treffen. Wie geht es, sich dem Unausweichlichen zu stellen? Wir können Sterben und Tod ja nicht „üben“. Dennoch können wir uns darauf einstellen. Welche Haltungen sind hilfreich? Wer kann uns helfen? Wie geht „abschiedlich“ leben?

## UNSER ALLTÄGLICHES SPRECHEN

Warum wir Sprache achten und beschützen sollen

**Ao. Univ.-Prof. DDr. H.C. Peter Stöger**, Innsbruck

Die Sprache ist uns vertraut, schon vom Mutterleib her und sie begleitet uns ein Leben lang, gesprochen wie nicht gesprochen. Sie zu schützen und zu bewahren ist ein mitmenschlicher, ur-pädagogischer Auftrag, gerade im Alltag und nicht nur dann, wenn es angebracht ist, gesittet zu sprechen.

Di, 19. November 2019

## KLOPFAKKUPRESSUR BEI NEGATIVEN EMOTIONEN

EFT – Emotional Freedom Technique

**Christoph Huber**, Dipl. Mentaltrainer, Kirchbichl

EFT ist eine hocheffiziente Technik, um Ärger, Stress und Sorgen aufzulösen und dadurch ein erfüllteres und freieres Leben führen zu können. Sie wird auch angewendet bei jeder Art von Angst, bei Trauer, Wut, Nervosität etc.

1. Termin: Wie funktioniert EFT? Klopfpunkte kennen lernen, Fragen zu Theorie und Praxis beantworten und gemeinsam klopfen – jeder bei sich selbst.

2. Termin: Klopfpunkte und Theorie überprüfen, Fragen aus der Praxis beantworten. Konkrete Beispiele klopfen.

Di, 3. Dezember 2019

Di, 7. Jänner 2020

## EINSTIMMUNG AUF WEIHNACHTEN

Weihnachtsfeier

**Hedwig Thaler**, Kufstein & **Agnes Kirchmair**, Thiersee

Di, 10. Dezember 2019

## VERGESSEN

**Herta Maria Gallee**, Bakk. phil., Lehrerin i. R., Dipl. Erwachsenenbildnerin

Sie gehen in den Keller – und wissen plötzlich nicht mehr, was Sie holen wollten. Sie treffen eine Frau, wissen genau, dass Sie sie kennen – aber wie heißt sie bloß...? Frau „Dings“? Warum kommt es immer wieder zu diesen Situationen des Vergessens? Welche Strategien gibt es gegen das Vergessen?

Di, 21. Jänner 2020