

URANIA

Bildung mit Begegnung

KNITTELFELD

September bis Dezember 2022



Mitteilungen der
Zweigstelle Knittelfeld
der URANIA Steiermark, 8720 Knittelfeld
Schulzentrum Franz-Leitner-Straße 23
Telefon: 0677-63690050
E-Mail: goja@urania.at
Homepage: www.urania.at



URANIA Knittelfeld

Die URANIA STEIERMARK versteht sich als Einrichtung der Erwachsenenbildung und Zentrum der Weiterbildung mit engen Kontakten zu den steirischen Universitäten und Museen sowie zu wichtigen Kultureinrichtungen. Sie ist als überparteilicher und gemeinnütziger Verein Mitglied des Verbandes Österreichischer Volkshochschulen sowie des Bildungsnetzwerks Steiermark.

Darüber hinaus möchte die URANIA eine Plattform bilden, auf der aktuelle Ergebnisse wissenschaftlicher, kultureller und künstlerischer Tätigkeit einer breiten Öffentlichkeit präsentiert werden können und zu Auseinandersetzung und Diskussion anregen sollen.

Wenn auch Sie Wissen über Themen haben, die Sie in einem Vortrag oder Workshop teilen möchten, freuen wir uns über einen Besuch oder Anruf.



Frau Mary Goja leitet unsere Außenstelle Knittelfeld und ist an folgenden Tagen persönlich erreichbar:

Montag: 15.00 – 17.30 Uhr

Dienstag: 08.00 – 11.00 Uhr

Mittwoch: 08.00 – 11.00 Uhr

Tel: 0677-63690050

E-Mail: goja@urania.at

Homepage: www.urania.at

Vorträge

Freier Eintritt für Uraniamitglieder!

Für Nichtmitglieder beträgt der Eintritt € 8,- (Studenten € 5,-)

Ort: Schulzentrum Knittelfeld, Franz-Leitner-Straße 23

Überforderung im Alltag - ein Weg hinaus

Fühlen Sie sich in letzter Zeit immer häufiger gestresst und überfordert?



Der Spagat zwischen Job, Familie, Haushalt, Freunden und Anforderungen an sich selbst kann sehr herausfordernd sein. Wenn wir laufend vor Situationen stehen, von denen wir nicht wissen, wie wir sie meistern sollen, kann es zu

einem Gefühl von Überforderung führen. Vor allem ist es vielfach belegt: Permanente Überforderung hat Auswirkungen auf unser Wohlbefinden, unsere Zufriedenheit, unsere Gesundheit – und auf die Menschen, die uns am Herzen liegen.

Es ist nicht schlimm, sich hin und wieder überfordert zu fühlen, solange man weiß, wie man damit am besten umgehen kann!

Nehmen Sie Ihr Wohlbefinden selbst in die Hand und erhalten Sie in diesem Vortrag Tipps, um aus dem Hamsterrad auszusteigen und wieder mehr Lebensqualität zu erlangen.

Termin: Donnerstag, 29. September, 19.00-20.30 Uhr

Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Leitung: Silvia Meier, Mentaltrainerin

Stressmanagement

Stress lass nach entdecke DEINE INNEREN ANTREIBER

Es ist vielfach belegt, chronischer Stress hat zahlreiche negative Auswirkungen auf dein Wohlbefinden, deine Zufriedenheit, deine Gesundheit UND die Menschen, die dir am Herzen liegen.

Zum einen gibt es äußere Faktoren, die belastend auf dich einwirken können, zum anderen kannst du dich auch selbst unter Druck setzen und stressen.

Kennst du diese kleine Stimme, die dich dazu bringt, ständig alles alleine hinzubekommen, dich immer und bei allem zu beeilen, ständig 120% zu geben oder zu allem JA sagen zu müssen?

Ziel ist es, deinen inneren Antreibern auf den Grund zu gehen, neue Denkgewohnheiten aufzubauen und zu lernen, wie du mit Stresssituationen konstruktiver umgehen und damit deine inneren Antreiber positiv nutzen kannst. Mit den richtigen Denk- und Verhaltensgewohnheiten wirst du definitiv gelassener und entspannter.

Nimm dein Wohlbefinden in die Hand!

Denn ... DU HAST ES DIR VERDIENT, GLÜCKLICH UND ENTSPANNT DURCHS LEBEN ZU GEHEN!!!

Beginn:	Dienstag, 04. Oktober
Zeit:	Di, 18.00-20.00 Uhr
Dauer:	2 Abende (4. und 11.10)
Ort:	Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld
Kosten:	Mitglieder frei, Nichtmitglieder € 8,- pro Abend
Leitung:	Silvia Meier, Mentaltrainerin

Die Vogelwelt der Stadtgemeinde Knittelfeld

Richard Krampfl aus Zeltweg bringt in diesem Vortrag einen Überblick über die Vogelwelt von Knittelfeld 2022. Bis zu 67 Vogelarten sind in Knittelfeld nachgewiesen.

Termin: Donnerstag, 06. Oktober, 19.00-20.30 Uhr

Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Kosten: Mitglieder frei, Nichtmitglieder € 8,-

Leitung: Richard Krampfl, Universität für Bodenkultur Wien



Klima

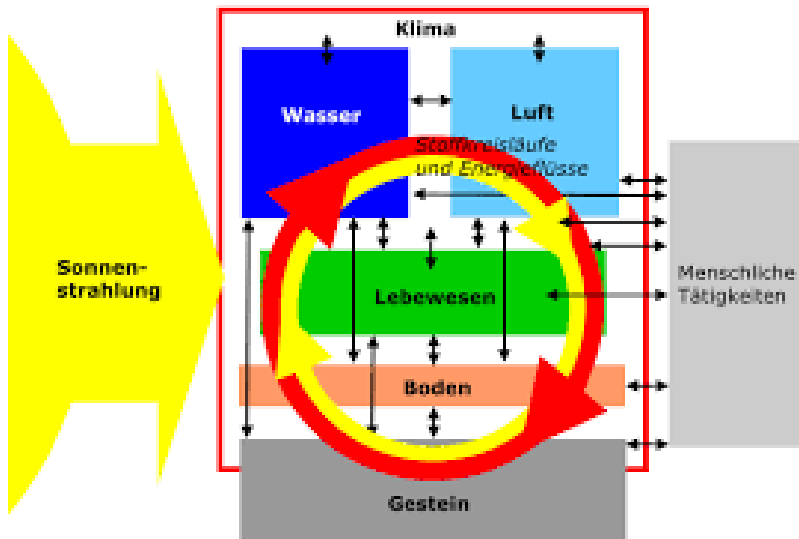
Richard Krampfl (Zeltweg) bringt in diesem Klimavortrag eine Einführung in die Klimatologie: Grundbegriffe, Zahlen, Daten, Fakten. Es wird auch die Gelegenheit zu einer ausführlichen Diskussion geben.

Termin: Donnerstag, 13. Oktober 19.00-20.30 Uhr

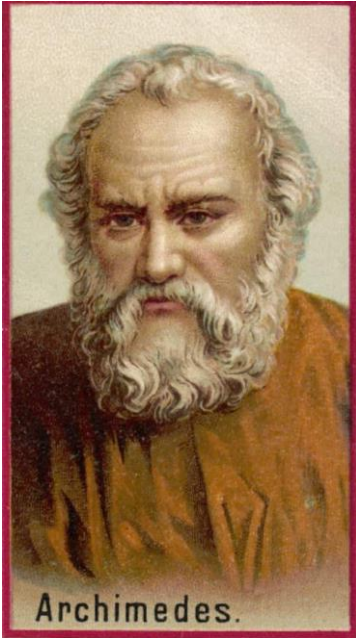
Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Kosten: Mitglieder frei, Nichtmitglieder € 8,-

Leitung: Richard Krampfl, Universität für Bodenkultur Wien



HEUREKA -- Auf den Spuren von Archimedes



Wer war ARCHIMEDES und wie dachte er?

Wie konnte er vor mehr als zwei Jahrtausenden seinen epochalen Erkenntnissen über Mathematik und Naturwissenschaft gewinnen?

Zu seinen bekanntesten Leistungen zählen eine erstaunlich gute Näherung für die Kennzahl Pi und seine Theorie des Schwerpunkts eines Körpers ebenso wie das nach ihm benannte Kriterium für schwimmende Körper.

Termin: Donnerstag, 20. Oktober, 19.00-20.30 Uhr

Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Kosten: Mitglieder frei, Nichtmitglieder € 8,-

Leitung: Prof. Mag. Alois Weninger, AHS-Lehrer i. R.

Die Dolomiten mit dem Prädikat UNESCO- Weltnaturerbe!

Wo ich die Welt am schönsten fand! Mein Weg in die Berge!



Nicht nur für mich als Naturliebhaber und Bergsteiger zählen die Dolomiten zu den schönsten, und damit oft besuchten Bergzielen. Diese herrliche Landschaft gliedert sich für mich in vier Kern-Bereiche, beginnend im Osten mit den Lienzer-Dolomiten, der legendären

Umrundung der 3 Zinnen von Lavaredo, der Seiser Alm, der größten Hochalm Europas überragt von den Gipfeln von Langkofel, Plattkofel und dem Schlernmassiv, gipfelnd im Petz, mit 2.563 m die höchste Erhebung und gewissermaßen das Wahrzeichen Südtirols. Mit 300 Sonnentagen und einer vielseitigen Flora (rund 790 verschiedenen Pflanzenarten), findet der Naturfreund in dieser großartigen Landschaft alles, was sein Herz begehrt.

Hier erlebt man eine einzigartige Landschaft mit einem großartigen geschichtlichen Hintergrund um, das mittelhochdeutsches Heldenepos aus dem 13.Jh. um den sagenhaften Zwergenkönig Laurin des Rosengartens und seine Auseinandersetzung mit Dietrich von Bern, eine der bekanntesten Sagengestalten des deutschen Hoch- und Spätmittelalters, benannt nach dem Ortsnamen Bern, mittelhochdeutsch für Verona, dem der Zwergenkönig unterliegt...

Termin: Donnerstag, 03. November 19.00-20.30 Uhr

Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Kosten: Mitglieder frei, Nichtmitglieder € 8,-

Leitung: Emil Wagner

Weihnachtskekse backen

Backt gemeinsam mit der ATV Aichfeld Fernsehköchin Helga Kobald leckere Weihnachtskekse und tolle Geschenke.

Lernt in diesem Workshop mit dem Thermomix, Kekse backen.

Die Gebühr beinhaltet die Kosten für die Zutaten.

Beginn: Mittwoch, 23. November

Zeit: Mi, Do, 17.00-20.00 Uhr

Dauer: 2 Abende

Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Kosten: € 25,- Nichtmitglieder: € 30,-

Leitung: Helga Kobald



Sprachkurse

Deutsch als Zweitsprache

Anfänger (A1)

Herzlich willkommen in unserem Deutschkurs für Anfänger!

Kurstage: Montag und Dienstag

LB: Schritt plus neu Österreich 1, A1.1, Lekt. 1, Hueber Verlag.

Ab 8 Teilnehmer*innen

Beginn: Montag, 12. September

Zeit: Mo, Di, 18.00-20.30 Uhr

Dauer: 18 Termine

Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Kosten: € 270,-

Leitung: Elisa Vaseva

Deutsch als Zweitsprache

Mäßig Fortgeschritten (A2)

Herzlich willkommen in unserem Deutschkurs für mäßig Fortgeschrittene!

Kurstage: Mittwoch und Donnerstag

LB: Schritt plus neu Österreich 3, A2.1, Lekt. 1, Hueber Verlag.

Ab 8 Teilnehmer*innen

Beginn: Mittwoch, 14. September

Zeit: Mi, Do, 18.00-20.30 Uhr

Dauer: 18 Termine

Ort: Franz-Leitner-Straße 23, 8720 Knittelfeld

Kosten: € 270,-

Leitung: Ekaterina Hahsler

Pflichtschulabschluss

Sie kennen die Situation: Der Job passt, aber es fehlt der Pflichtschulabschluss. Das Nachholen des Hauptschulabschlusses schafft hier neue Möglichkeiten. Es öffnen sich Wege zu neuen Berufen mit Zukunft.

Der Pflichtschulabschluss ist auch die Voraussetzung für weitere Ausbildungen wie Lehrberuf, Krankenpflege und andere Qualifizierungen.

Sowohl in der Privatwirtschaft als auch im öffentlichen Dienst ist der Pflichtschulabschluss die Grundvoraussetzung für das berufliche Weiterkommen.

Anmeldung und Informationen:

URANIA Knittelfeld
Franz-Leitner-Str. 23

Mary Goja
Tel: 0677 63690050
goja@urania.at



Mitgliedsbeiträge pro Jahr (1. August bis 31. Juli):

€ 25,- für ordentliche Mitglieder

€ 20,- für PensionistInnen, SchülerInnen und StudentInnen, Arbeitssuchende, Präsenz- und Zivildienstler. Der Zahlungsabschnitt gilt zusammen mit einem Lichtbildausweis als Mitgliedsnachweis.

Kündigung der Mitgliedschaft:

Die URANIA-Mitgliedschaft verlängert sich ohne Kündigung automatisch. Wollen Sie im kommenden Arbeitsjahr nicht mehr Mitglied sein, teilen Sie uns dies bitte bis 30. Juni schriftlich mit.

Tel: 0677-63690050

E-Mail: goja@urania.at

Homepage: www.urania.at

Ort: Schulzentrum Knittelfeld, Franz-Leitner-Straße 23

Eigentümer, Herausgeber und Medieninhaber Urania Steiermark, Zweigstelle Knittelfeld, Franz - Leitner-Straße 23 8720 Knittelfeld



Österreichische Post AG
Info. Mail Entgelt bezahlt