



## Faszination BHUTAN Reisevortrag mit Film

Mag. Dr. Eduard Waidhofer (30.03.2022)



**BLACKOUT - Ein Stromausfall,  
der alles verändert-** Vortrag 19.1.2022



**Lerne dich zu wehren!  
Selbstverteidigungskurs**

Start 17.03.2022

## Programm Jänner bis März 2022 Im Lockdown geplant - Umsetzung fraglich?

Trotz anhaltender Planungsunsicherheit sind wir optimistisch und haben ein Programm für das nächste Quartal erstellt.

Im Jänner ist unser Angebot noch sehr verhalten, eine Steigerung im Februar und hoffentlich ab März wieder normaler Betrieb, das hoffen wir.

Sollte etwas nicht zu Stande kommen, wird es, wenn möglich verschoben.

Es tut uns besonders leid, dass der geplante Krippenbau-Workshop für Kinder dem Lockdown zum Opfer fiel sowie unser traditioneller Termin für das Adventkranz binden auch.

Vielleicht haben Sie in der

Bezirksrundschau den Artikel von Redakteurin Silvia Gschwandtner gelesen und selbst gebastelt?

Neu in unserem Programm ist ein Selbstverteidigungskurs, der 3 x in Folge stattfinden wird.

Wie wär's mit Englisch für die Reise? - Sprachkenntnisse auffrischen, Neues dazulernen - Training für das Gehirn? Bei den Vortragsthemen wollen wir auch Aktuelles wie Blackout und Reisen in Coronazeiten aufgreifen.

Im ersten Lockdown ist unsere neue Homepage entstanden:

[besserlebenlinz.at](http://besserlebenlinz.at)

Hier finden Sie immer **aktuell alle**

**NEWS , DETAILS und ABSAGEN** . Sie können sich gleich zu Veranstaltungen/ Workshops **anmelden bzw. rechtzeitig abmelden**, wenn Sie verhindert sind.

Das erleichtert uns die Organisation, da wir nicht wissen, unter welchen Auflagen wir Veranstaltungen durchführen können/dürfen.

Eines können wir Ihnen versichern, wir gehen kein Risiko ein und die Sicherheit unserer Besucherinnen ist für uns oberste Priorität, daran halten wir uns strikt.

In der Hoffnung, dass wir uns nicht erst nach Ostern sehen ...???, wünschen wir Ihnen

## Einen guten Rutsch, alles Gute und ein glückliches Neues Jahr !

Bleiben Sie gesund!

Maria Hackl und Heidi Fabits



# Damals

VEREIN

GESCHICHTE TEILEN

Johannes Gstöttenmayer

Kennen Sie dieses Bild?

**Johannes Gstöttenmayer** vom „Verein **Geschichte teilen**“, gibt mit seinen Themenvorträgen informative und interessante Einblicke in die Zeitgeschichte, die Linz und Oberösterreich betrifft.

Selbst Fotograf, hat Gstöttenmayer seine Leidenschaft und Faszination für historische Fotografien entdeckt. Für die Nachwelt zu sammeln, archivieren und zu bewahren ist ihm ein großes Anliegen. Meist sind im privaten Bereich unermessliche Schätze zu entdecken. Falls Sie Fotos vor 1900 und bis in die fünfziger Jahre haben, z.B. alte Auto-,

LKW-, Bus- und Motorradfotos, Fotos aus dem Arbeitsbereich, Ereignissen in Linz, Familienfotos zu bestimmten Anlässen -

**bitte bringen Sie diese zum nächsten Vortrag mit.**

Diese Veranstaltungsreihe findet einmal monatlich statt.

Vorträge - siehe Termine



Peuerbafchstraße mit Friedenskirche ca. 1970  
Sammlung (c) Verena Mayrhofer

**So geht "GESCHICHTE TEILEN"!**

**Danke an Johannes Gstöttenmayer** für die großartige Zusammenarbeit!



## Faszinierendes Bhutan

Reisebericht mit Film  
Mag. Dr. Eduard Waidhofer

1972 hat der König von Bhutan das "Glück" zum obersten Ziel der nationalen Politik ausgerufen. Kulturelle Vielfalt, Gesundheit, Bildung, Lebenszufriedenheit und psychisches Wohlbefinden haben einen hohen Stellenwert. In diesem faszinierenden Land, in dem Glück wichtiger ist als Geld, hat sich auch ein lebendiger Buddhismus, eine reiche und unverfälschte Kultur und eine ökologisch intakte Umwelt erhalten.

Mittwoch, 30.3.2022, 18:30 Uhr



Christian Kloibhofer

## Blackout - schon gehört???? Christian Kloibhofer

### Ein Stromausfall, der alles verändert Ursachen-Auswirkungen-Vorsorge

Die Bedingungen nehmen zu, doch jeder hofft, dass ein Ernstfall nicht eintritt.

In jedem Haushalt kann es leicht zu einem Kurzschluss kommen. Doch der Schaden kann in den meisten Fällen rasch wieder behoben werden und somit ist der Stromausfall nur von kurzer Dauer.

Wenn jedoch die Stromversorgung für einzelne Regionen oder gar in weiten Teilen des Landes ausfällt, spricht man von einem Blackout. Ein längerfristiger Stromausfall kann immer unangenehme Folgen haben und genau darum ist es wichtig, sich auf dieses Szenario vorzubereiten. Wer auf einen Blackout gut vorbereitet ist, ist auf fast jede Krise gut vorbereitet – wichtig sind nämlich immer ein ausreichender

Lebensmittel- und Getränkervorrat und technische Hilfsmittel für den Katas-

trophienfall wie ein Notfallradio oder eine Ersatzbeleuchtung.

Jeder Bürger sollte für mindestens 7 Tage autark leben können.

Auf all diese Fragen bekommen Sie von **Christian Kloibhofer**, Zivilschutzbeauftragter des Oberösterreichischen Zivilschutzverbandes, eine Antwort beim Vortrag am 19.1.2022.



## Reisen in Zeiten von CORONA Walter Schindlbauer

Wir alle freuen uns schon, wenn wir wieder uneingeschränkt reisen können. Die Pandemie wird uns aber noch eine Zeitlang begleiten.

Wie sieht es in der Realität aus?  
Welche Länder sind sicher?  
Welche Auflagen sind einzuhalten?  
Quarantäne- und Impfbestimmungen?  
Um trotz Corona einen entspannten Urlaub zu verbringen, ist es wichtig, sich im Vorfeld mit den Bestimmungen

eines Landes auseinanderzusetzen. **Walter Schindlbauer**, Reisespezialist von Raiffeisen-Reisewelt skizziert die aktuelle Reisesituation und beantwortet Ihre Fragen.

Unter den anwesenden Besuchern des Infoabends wird ein Reisegutschein von Raiffeisen Reisewelt verlost.

Mittwoch, 9.2.2022, 18:30 Uhr



## Vernissage Sylvia Kneidinger

Sie ist „fasziniert von Kunst“, betritt immer neues Terrain, beschäftigt sich mit den verschiedensten Techniken, isucht die Herausforderung und es ist Freude zugleich, wenn Ungewisses entsteht. Dabei versinkt **Sylvia Kneidinger** in eine andere Welt. Vor über 22 Jahren griff sie zu Pinsel und Farbe und es war um sie geschehen: Keramikmalerei, Aquarell und Acryl, Enkaustik und Zentangle Zeichnen, letzteres gibt das Gefühl der Unbeschwertheit und macht mitunter süchtig.

Nach wie vor belegt sie, in der Pandemie sehr eingeschränkt, Kurse und Seminare bei namhaften Dozenten und Kunschtchaffenden.



Als Mitglied bei 1. Trauner Künstlergruppe und Kunstverein NH 10 ist sie regelmäßig bei Gemeinschafts- und Einzelausstellungen vertreten. Die Ausstellung im März 2022 gibt Einblick in **Sylvia Kneidingers** umfangreiches künstlerisches Schaffen.

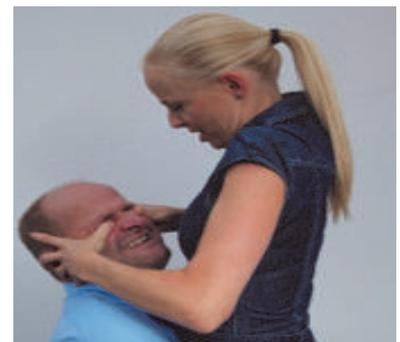
## Wer kämpft kann verlieren, Wer nicht kämpft, hat schon verloren

In unserer Welt gibt es viel Gewalt und Brutalität, die wir immer wieder am Bildschirm ins Haus geliefert bekommen. Es ist leider auch eine Tatsache, dass wir sie am eigenen Leib erleben könnten und es darum gut ist, zu wissen, wie wir uns wirkungsvoll und sicher verteidigen können. Präventive Selbstverteidigung ist keine Kampfsportart; es geht vorwiegend darum, potentielle Gewalt zu erkennen und frühzeitig auszuschalten. Besonders wichtig ist auch - in bedrohlichen Situationen nicht den

Kopf zu verlieren, Strategien zu kennen, um gefährliche Situationen unbeschadet an Leib und Seele zu überstehen.

In diesem Kurs üben die Teilnehmerinnen nicht untereinander, sondern an männlichen Angreifern/Trainern mit entsprechender Schutzkleidung. Die Hemmschwelle des Zuschlagens wird dadurch sehr rasch überwunden - Ernstfallsituationen können realitätsnäher nachgestellt werden. **Start Donnerstag, 17.03.2022, 16:00 h**

## Walter Viehböck Selbstverteidigungsschule



Die Kosten betragen pro Teilnehmerin € 40,--. Die Kursdauer beträgt 3 x 1,5 Std. , bei einer maximalen Teilnehmerinnenzahl von 12 Frauen. **Verbindl. Anmeldung**

## English for travelling

Grundkenntnisse in Englisch beherrscht vermutlich jeder, regelmäßige Anwendung ist schon seltener. Doch, egal wo man hinfährt, mit Englisch kommt man immer, (fast immer) durch. Sicher waren auch Sie schon in dieser Situation: „Wie heißt das bloß?“ Zimmer buchen, Essen bestellen, Fahrplanauskunft, etc., es sind alltägliche Vokabeln und Phrasen, aber man hat sie nicht prompt parat. Sprachlich satelfest, bringt das einen Mehrwert für

## Sabine Walden

für den wohlverdienten Urlaub und er läuft wesentlich entspannter ab. **Andrea Walden**, bis Jahresende 2021 in einer NMS als Englischlehrerin tätig, sorgt für Ihre sprachliche Fitness für Ihren nächsten Urlaub, auch wenn Sie keine oder kaum Sprachkenntnisse haben.



Sabine Walden

8 Einheiten zu je 1 1/2 Stunden, professionell und abwechslungsreich, warten auf Sie:

**Ab 3.3.2022 - 28.4.2022**

jeweils Donnerstag 10:00 -11:30 Uhr  
1 x wöchentlich, außer Karwoche  
Mindest TN 8 Pers./max. 12 Pers.  
Kursbeitrag: € 55,--/Pers.

**Verbindl. Anmeldung bis 24.02.2022**

## Malen mit Christiana

**Ab Jänner 2022 2 x monatlich**  
2. und 4. Montag im Monat  
18:00 - 20:30 Uhr



## Termine Programm Jänner - März 2022

### Jänner 2022

#### CREATIVE.WORK.ART

- 07** Freitag, 07.01.2022, 10:00 -12:00  
Peter Stopper  
Anmeldung SMS: +43 650 5722 785

#### MALEN BEI CHRISTIANA

- 10** Montag, 10.01.2022, 18:00 - 20:30  
**24** Montag, 24.01.2022, 18:00 -20:30  
Christiana Dertnig  
Anmeldung SMS: +43 660 3412

#### *Damals*

- 18** Dienstag, 18.01.2022, 14:30 Uhr  
Zeitreise mit Linzfotos  
Hannes Gstöttenmayer

#### BLACKOUT

- 19** Mittwoch, 19.01.2022, 18:30 Uhr  
Christian Kloibhofer  
Zivilschutzbeauftragter

#### WEB-C@fés 1. Quartal 2022

- 10** Montag, 10.01.2022, 14:30 -16:30  
**24** Montag, 24.01.2022, 14:30 -16:30  
  
**14** Montag, 14.02.2022, 14:30 - 16:30  
**28** Montag, 28.02.2022, 14:30 - 16:30  
  
**14** Montag, 14.03.2022, 14:30 -16:30  
**28** Montag, 28.03.2022, 14:30 - 16:30

#### Anmeldung: SMS 0680 1178 127

Wir weisen darauf hin, dass für alle unsere Veranstaltungen die jeweils gültigen Covidverordnungen des BM für Gesundheit gelten.

Wir bitten um Verständnis und ersuchen Sie um Anmeldung zu den Veranstaltungen.

### Februar 2022

#### CREATIVE.WORK.ART

- 04** Freitag, 04.02.2022, 10:00 - 12:00  
Peter Stopper  
Anmeldung SMS: +43 650 5722 785

#### REISEN IN ZEITEN VON CORONA

- 09** Mittwoch, 09.02.2022, 18:30 Uhr  
Walter Schindlbauer  
Reisespezialist Raiffeisen-Reiseswelt

#### MALEN BEI CHRISTIANA

- 14** Montag, 14.02.2022, 18:00 - 20:30  
**28** Montag, 28.02.2022, 18:00 - 20:30  
Christiana Dertnig  
Anmeldung SMS: +43 660 3412 356

#### *Damals*

- 15** Dienstag, 15.02.2022, 14:30 Uhr  
Zeitreise mit Linzfotos  
Johannes Gstöttenmayer

#### Anmeldungen:

**Malworkshops:** siehe Termine

**Veranstaltungen/Kurse:**

Homepage: [besserlebenlinz.at](http://besserlebenlinz.at)

Email: [office@besserlebenlinz.at](mailto:office@besserlebenlinz.at)

Mobil: +43 699 1050 7151

**Absagen/Programmänderungen:**

siehe Homepage:

<https://besserlebenlinz.at>

#### Veranstaltungen:

Eintritt frei - Freiwillige Spende erbeten, außer anders angegeben

#### Impressum:

Kulturverein Besser Leben  
Peuerbachstraße 7, 4040 Linz  
M: +43 699 1050 7151

E: [office@besserlebenlinz.at](mailto:office@besserlebenlinz.at)

ZVR Zahl: 529265244

IBAN: AT37 1500 0007 2133 2088

BIC: OBKLT2L

Mit Unterstützung von:

### März 2022

#### ENGLISH FOR TRAVELLING

- 03** Donnerstag, 03.03.2022 -  
28.04.2022, 10:00 - 11:30 Uhr  
durchgehend, außer Karwoche  
Sabine Walden  
Kursgebühr: € 55,- (8 Einheiten)  
Mindestteilnehmer 8/max. 12 Pers.  
**Verbindl. Anmeldung bis: 24.02.2022**

#### CREATIVE.WORK.ART

- 04** Freitag, 04.03.2022, 10:00 - 12:00  
Peter Stopper  
Anmeldung SMS: +43 6505722785

#### VERNISSAGE SYLVIA KNEIDINGER

- 09** Mittwoch, 09.03.2022, 18:30Uhr

#### MALEN BEI CHRISTIANA

- 14** Montag, 14.03.2022, 18:00 -20:30  
**28** Montag, 28.03.2022, 18:00 - 20:30  
Christiana Dertnig  
Anmeldung SMS: +43 660 3412 356

#### *Damals*

- 15** Dienstag 15.03.2022, 14:30 Uhr  
Zeitreise mit Linzfotos  
Johannes Gstöttenmayer

#### SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS

- 17** Donnerstag, 17.03.2022 -  
31.03.2022, 16:00 - 17:30 Uhr  
Walter Viehböck  
Kursgebühr: € 40,- (3 Einheiten)  
max. Teilnehmerinnen: 12 Pers.  
**Verbindl. Anmeldung bis 07.03.2022**

#### FASZINIERENDES BHUTAN

- 30** Mittwoch, 30.03.2022, 18:30 Uhr  
Reise- und Filmvortrag  
Mag. Dr. Eduard Waidhofer



Plattform für Erwachsenenbildung & Regionalkultur

