

# 3

# Nachhaltige Sommerakademie im Yspertal

in der Lernenden Region  
Südliches Waldviertel Nibelungengau



**Juli bis September 2012**

## »Nachhaltigkeit soll kein leeres Wort bleiben. Sie können Nachhaltigkeit auf vielfältige Weise erleben, lernen, leben!«

Lernen und Erleben, was Nachhaltigkeit bedeutet - das können die Teilnehmer der Sommerakademie in Yspertal. In Yspertal wurde bereits vor mehr als 20 Jahren der Grundstein für Nachhaltige Entwicklung mit der Gründung der Höheren Lehranstalt für Umwelt und Wirtschaft gelegt.

Mit der Sommerakademie möchten die Veranstalter gezielt Erwachsene ansprechen und mit den angebotenen Seminaren und Workshops bewirken, dass Nachhaltigkeit nicht nur ein Schlagwort ist, sondern (be)greifbar wird.

Nehmen Sie sich Zeit für Ihre persönliche Entwicklung, genießen Sie die Yspertaler Gastlichkeit, entspannen Sie im Hallenbad, entdecken Sie die Natur beim Wandern auf den vielen Wanderwegen rund um den Ort.

Ich freue mich über die Vielfalt an Gästen, die den Weg ins Yspertal finden und wünsche Ihnen einen inspirierenden und erholsamen Aufenthalt.

LAbg. Bgm. Karl Moser



**Diese »Vielfalt« steckt auch im Kursangebot der Sommerakademie.**

**Wir wünschen viel Vergnügen!**

Ihr Team der Sommerakademie

**Kinderbetreuung durch den Sooshof** Seite 5

**tune your voice to tune your life** Seite 6

**Outdoortage - Erlebnis in der Natur** Seite 8

**Come together to make shoes** Seite 10

**Schnupperkurs Qi-Gong** Seite 12

**Ideen Gehör verschaffen.** Seite 14

**»Zeit für mich« Stressmanagement** Seite 16

**Stärkung der Seelenkräfte** Seite 18

**Freies Zeichnen – Freizeichnen** Seite 20

**Filme – einfach selbst erstellen** Seite 22

**Ja, lasst uns improvisieren!** Seite 24

**Einkochen was uns der Garten gibt** Seite 26

**Machwerk Ysper 2012** Seite 28

**Kinderwoche Landhotel Yspertal** Seite 30

### Impressum:

Herausgeber und Projektmanagement VHS Südliches Waldviertel, Hauptstr. 9, 3683 Yspertal, ZVR: 579353230 in Kooperation mit der Initiative Zukunft und dem Club Yspertal, Für den Inhalt verantwortlich – Tanja Wesely.

Gestaltung: [www.telecenter.svw.at](http://www.telecenter.svw.at); Druck: [www.janetschek.at](http://www.janetschek.at)

Bilder: Von den Kursleitern zur Verfügung gestellt, Archiv Tourismusverband Ysper-Weiental;

Vorbehaltlich Satz und Druckfehler.



**PEFC zertifiziert**  
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen  
[www.pefc.at](http://www.pefc.at)

## Anmeldung

Anmeldungen zu den Workshops sind schriftlich, telefonisch oder per E-mail möglich. VHS Südliches Waldviertel, Tel. 07415/6760-30, volkshochschule.swv@wavenet.at, Hauptstraße 9, 3683 Yspertal  
Anmeldeschluss ist spätestens bis 2 Wochen vor Beginn des Workshops. Nach erfolgter Anmeldung senden wir Ihnen eine Bestätigung und alle weiteren Informationen zum Wochenende zu. Es werden Ihnen 50 % der Kurskosten in Rechnung gestellt. Erst nach Eingang dieses Betrags ist Ihre Teilnahme an dem Workshop garantiert.

## Stornierung

Eine Abmeldung/Stornierung ist nur bis spätestens 2 Wochen vor Beginn möglich. Bei einer Abmeldung/Stornierung innerhalb von 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Kurskosten verrechnet.  
Sollte die Mindestteilnehmerzahl pro Workshop nicht erreicht werden, kann es bis 7 Tage vor dem Beginn zur Absage des Kurses kommen, geleistete Anzahlungen werden Ihnen retourniert.  
Kurzfristige Änderungen des Programms sind möglich.

## Zimmervermittlung

Die Club Yspertal Tourismusbetriebe freuen sich auf Ihren Besuch. Der Tourismusverband Ysper-Weiental ist Ihnen gerne bei der Quartiersuche behilflich, (T) 07415/6767-25, (E) info.yw@waldviertel.at.

## Für alle Kurse gilt

Wenn nicht extra beim Kurs anders vermerkt. Alle Materialien für den Kurs werden vom Veranstalter bereitgestellt und sind in der Kurspauschale inbegriffen.

## An allen Kurswochenenden gibt es Kinderbetreuung für Kinder ab 5 Jahren am Sooshof in Nöchling.

Auf dem Bauernhof von Bernadette und Josef Strasser gibt es viel zu entdecken. Der Stall, das Reich der Bäuerin, die Maschinen, der Wald, die Arbeiten im Lauf des Jahreskreises. Mit unseren Angeboten bieten wir Ihnen einen Blick hinter die Kulissen des bäuerlichen Lebens.  
Nach Abschluss der Seminarreihe »Schule am Bauernhof« folgte die Ausbildung zum Waldpädagogen. Am Sooshof sind regelmäßig Exkursionen und Schulklassen zu Gast. In letzter Zeit widmen wir uns verstärkt der Vermittlung des bäuerlichen Wissens an Kinder und Jugendliche.

Ihre Kinder werden ganztägig im Rahmen der Sommergruppen am Sooshof betreut und essen auch dort. Am Morgen gibt es einen Transfer für alle Kinder von Yspertal nach Nöchling zum Sooshof; die Abholung am Nachmittag ab 17 Uhr muss von den Eltern erfolgen.



**Kosten für Kinderbetreuung:  
25,- Euro pro Kind und Tag**



**Familien - Erlebnis - Urlaub**  
**Club Yspertal**  
**Juli - August 2012**  
Sommerprogramm und  
Urlaubsangebote:  
[www.club-yspental.at](http://www.club-yspental.at)



## **tune your voice to tune your life**

Für alle, die das Zusammenspiel von Atmung, Körper und Stimme verstehen, richtig einsetzen oder vertiefen wollen.

Für alle, die ihre Stimme als Ausdruck der eigenen Persönlichkeit sehen und diese Gegebenheit als Chance nutzen möchten.

Für alle, die den Klang der eigenen Stimme als mögliche Verbindung zu ihrer Mitte entdecken wollen.

## **Wachsen an der Stimme**

Im Zusammenspiel von Gesangspädagogik und Integrativer Gestalttherapie können durch den Einsatz der Stimme, Atemtechnik und Körperarbeit die persönliche Kreativität, Lebendigkeit und Ausdruck gefördert werden.

Dieses Seminar bietet Ihnen also Impulse, die Ihnen helfen können, Stimme und Seele in Einklang zu bringen.

Mitzubringen

Bequeme Kleidung, Decke

Mindestalter

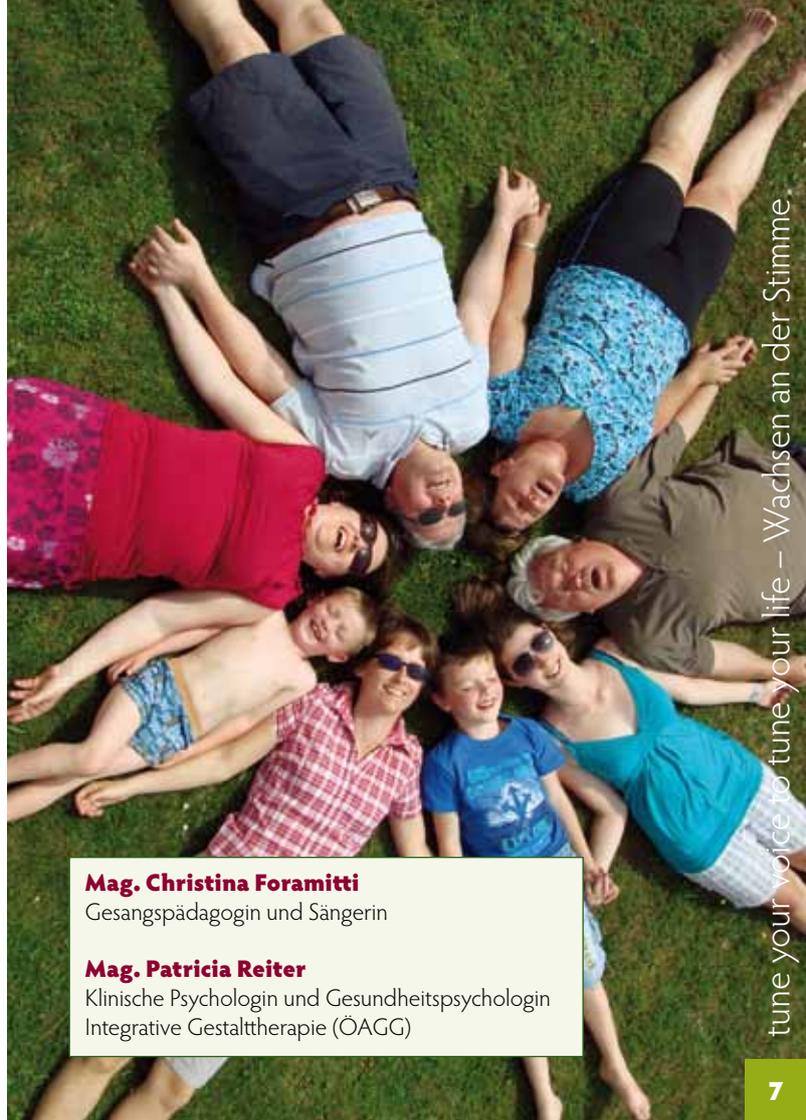
18 Jahre

**Termin: FR 17.08.2012**, ab 16 Uhr bis  
**SO 19.08.2012**, 12 Uhr

Schulzentrum Yspertal

Teilnehmer: mind. 6, maximal 12 Personen

**Kurspauschale: 219,00 Euro**



### **Mag. Christina Foramitti**

Gesangspädagogin und Sängerin

### **Mag. Patricia Reiter**

Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin  
Integrative Gestalttherapie (ÖAGG)

tune your voice to tune your life – Wachsen an der Stimme.



## Einen Bauernhof und die Natur erleben im Südlichen Waldviertel.

### Was ist das Ziel?

Natur, Gemeinschaft und Teamwork kennen und achten lernen. Sich selbst spüren, die Natur spüren und sich selbst als Teil der Natur spüren.

### Was ist unbedingt mitzubringen?

Schlafsack, Unterlegmatte, Rucksack, Wanderkleidung und Schuhe, scharfes Taschenmesser, Taschenlampe, Regenschutz, Trinkflasche, Toiletsachen, Handtuch

Was ist vielleicht nützlich?

Kleiner Polster, Gelsen- und Zeckenschutz, Musikinstrument, Liedertexte.

### Wo erfolgt die Übernachtung?

Im Matratzenlager, im Heu, oder in der Natur unter Planen.

### Was gibt es zu essen?

Frühstück, Mittag- und Abendessen sind in das Projekt eingebunden. Vegetarische Kost oder Mahlzeiten ohne Schweinefleisch sind möglich.

Auch für Kinder ab 6 Jahren mit Eltern und Kinder ab 10 Jahren ohne Begleitung möglich.

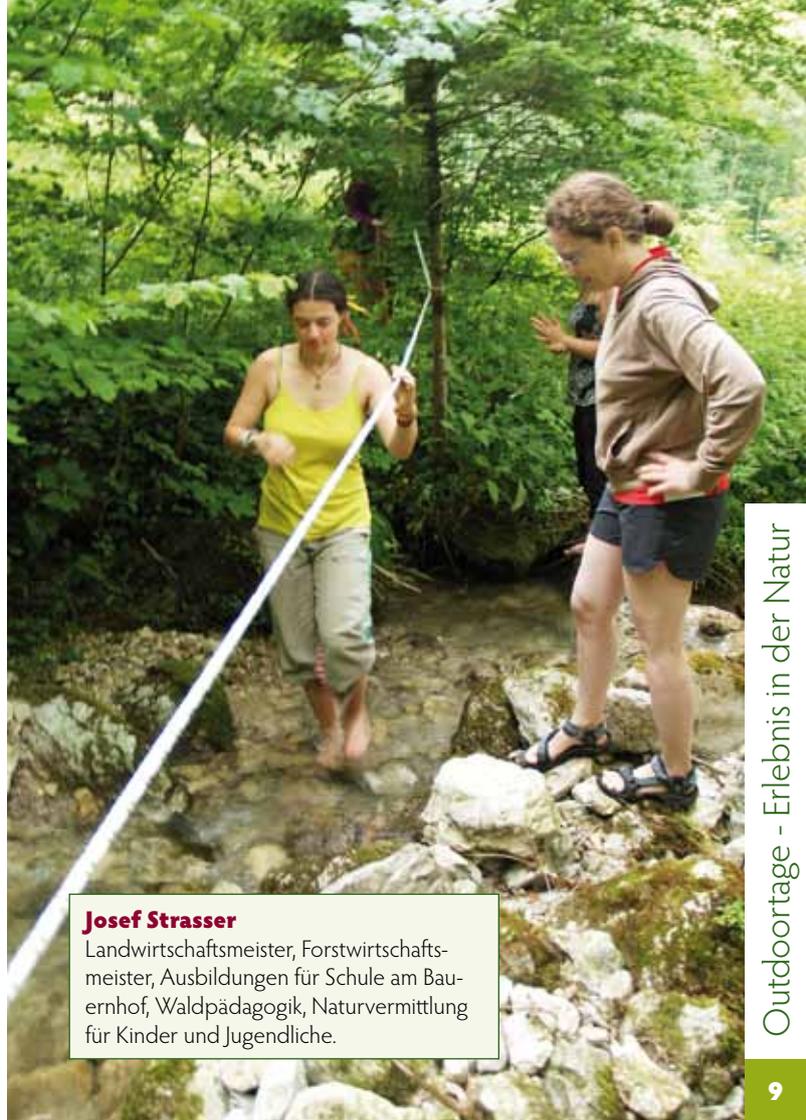
**Termin: SA 18.08.2012, 9.30 Uhr bis**

**SO 19.08.2012, 17 Uhr**

Sooshof – 3691 Nöchling, Freigericht 11,

Teilnehmer: mind. 12, maximal 20 Personen

**Kurspauschale: 75,00 Euro**



### Josef Strasser

Landwirtschaftsmeister, Forstwirtschaftsmeister, Ausbildungen für Schule am Bauernhof, Waldpädagogik, Naturvermittlung für Kinder und Jugendliche.





## Come together to make shoes

An diesem Wochenende wird aus einer Kollektion bestehend aus einem Unisex Schnürer und zwei sommerlichen Damenreationen ein Schuhmodell ausgewählt und in weiterer Folge individuell gestaltet.

Dies erfolgt durch die Wahl des Leders und der Verzierungselemente.

Die Basis bildet die Urform in der Schuhbekleidung, der Mokassin der unter Anleitung zusammengenäht wird. Fragen zum Thema Schuhe wollen beantwortet werden.

Ziel ist es, Bewusstsein zu Schaffen auf diesem Gebiet und zu nachhaltigem Konsum anzuregen.

### Materialkosten

Sind im Kursbeitrag nicht enthalten. Je nach Schuhmodell fallen zusätzliche Kosten von 50,00 bis 70,00 Euro an.

[www.craft-werk.at](http://www.craft-werk.at)

**Termin: SA 18.08.2012, 9 bis 18 Uhr**  
**SO 19.08.2012, 10 bis 12 Uhr**

HLUW Yspertal

Teilnehmer: mind. 4, maximal 6 Personen

**Kurspauschale: 136,00 Euro**



### Bernadette Hehenberger

ist Initiatorin der Design und Handwerks Plattform Craftwerk! »Craft Werk« ist ein sozial engagiertes Schuhlabel mit ökologischem Hintergrund. Verwirklicht durch Menschen aus der Region. Schuhe von glücklichen Menschen sind unser Ziel, es gibt ja auch Eier von glücklichen Hühnern. Wir wollen Freude vermitteln und auch Spaß haben mit den eigenen Händen etwas zu erschaffen und daraus Befriedigung zu schöpfen. Jeder der mitmacht ist wichtig!

## **Schnupperkurs Qi-Gong – es gibt nichts Gutes, außer man tut es.**

Ein Qi Gong Schnupperkurs, in dem Grundübungen sowie ein paar hilfreiche Tipps und Tricks vermittelt werden.



Ich verstehe Qi Gong als sanften Weg zur Gesundheit durch Training der Achtsamkeit. Einfach erlernbare Körper- und Atemübungen steigern das körperliche und seelische Wohlbefinden. Nutzen Sie Ihr Gesundheitspotenzial und genießen Sie ein paar Stunden der Entspannung.

Bequeme Kleidung, Socken,  
keine Vorkenntnisse nötig.



**Termin:** FR 24.08.2012, 14 bis 16 Uhr  
outdoor (Schönwetter) oder indoor HLUW  
Treffpunkt: HLUW Yspertal  
Teilnehmer: mind. 8, maximal 12 Personen  
**Kurspauschale: 35,00 Euro**



### **Reinhard Buchsbaum**

geboren 1978, Physiotherapeut und Osteopath in Ausbildung

Vor der Geburt unserer älteren Tochter lebten meine Frau und ich in Aschbach Markt. Dort trainierten wir 2 bis 3 Mal wöchentlich in einem Wushu Verein. In den insgesamt fünf Jahren erlernten wir eine Reihe an Kung Fu Stilen und Formen. Zur Ergänzung des Trainings wurde auch Taiji und Qi Gong trainiert.

Als Physiotherapeut verwende ich immer wieder Qi Gong und Grundübungen aus dem Wushu für die Heilgymnastik. So konnte ich neben den Taijikursen, die ich in Sarmingstein abgehalten habe auch Erfahrungen mit Qi Gong bei verschiedensten Krankheitsbildern sammeln.



## **Ideen Gehör verschaffen. Präsentation & Auftritt - mehr Präsenz und Ausstrahlung für Ihren Weg.**

Das eintägige Seminar widmet sich der perfekten Vorbereitung und Erstellung einer Rede oder Präsentation, dem gelungenen ersten Eindruck, dem Finden des eigenen Redetyps und dem bewußten Einsatz der persönlichen Ressourcen und urreigensten Stärken.

### **Seminarinhalte**

- » deutliche, authentische und bewusste Körpersprache (Mimik, Gestik)
- » die optimale Körperhaltung
- » mehr Sicherheit und Ausstrahlung bei Ihren Auftritten
- » mehr Selbstbewusstsein («sich seiner selbst bewusst sein«)
- » mehr Bühnenpräsenz
- » einen authentischen Auftritt
- » das Herausfinden Ihres eigenen Redetyps
- » das Erstellen und Üben einer Rede / Präsentation
- » Persönlichkeitstraining
- » Umgang mit Lampenfieber und Nervosität

### **plus**

- » Atemtechniken
- » Sprechtechnik Basics
- » Der richtige Umgang und Einsatz der eigenen Stimme

**Termin: SA 25.08.2012, 9.30 – 17.30 Uhr**  
VHS Gemeindeamt Yspertal  
Teilnehmer: mind. 7, maximal 10 Personen  
**Kurspauschale: 139,00 Euro**



### **Daniela Zeller**

geboren 1976, aufgewachsen in  
Böheimkirchen (NÖ)

Sie beschäftigt sich seit 20 Jahren intensiv mit dem Thema »Kommunikation«. Sie ist Moderatorin, diplomierte Sprecherin, Trainerin für Kommunikation, Stimme, Sprechen, Präsentation, Auftritt und zertifizierter systemischer Coach. Bekannt wurde sie u.a. im Ö3 Wecker. Als Präsentatorin von Veranstaltungen und als Diskussionsleiterin steht sie regelmäßig auf der Bühne. Sie hält Seminare, Workshops und Vorträge, sowohl öffentlich als auch in Unternehmen.

## »Zeit für mich« - Stressmanagement Seminar

Wir haben alle zu viel Stress, oder doch nur viel zu tun? Stress und Burnout ist mittlerweile in aller Munde. Aber was steckt dahinter? Von Burnout – »Ausbrennen« spricht man, wenn das sogenannte Mittelmaß überschritten wird. Das »zu viel« von vielen Dingen »lässt das Fass überlaufen«.



Es geht darum die ersten Anzeichen und Warnsignale zu erkennen und ernst zu nehmen. Sensibel werden für unsere Gefühle und unsere eigentlichen Bedürfnisse. Greifen Sie zurück auf ihr Ressourcenpotential. Unsere vorhandenen Kräfte wieder aktivieren und auch Neue entdecken.

Ich achte auf die Balance von Körper und geistigem Wohlbefinden. Das Zubereiten eines dreigängigen »Antistressmenüs« aus wertvollen Lebensmitteln begleitet Sie. Nur wer sich geistig und körperlich wohlfühlt kann ausgeglichen sein.

Inmitten unberührter Natur, abseits von Hektik und Stress finden Sie wieder Ruhe, Erholung und »Zeit für sich«.

### Inhalte nach dem B A L I Prinzip

**B bewusst werden** – erkennen, Stressorenerhebung

**A annehmen** – unsere Antreiber, unser Tun anerkennen

**L loslassen** – Entspannungsübungen, Techniken zur Entspannung lernen

**I integrieren** – Transfer in den Alltag

\* inkl. Unterlagen und 3-gängigem Menü

**Termin: SA 25.08.2012, 9 bis 18 Uhr**

Schulküche HS Yspertal

Teilnehmer: mind. 5 Personen

**Kurspauschale: 135,00 Euro\***

### Ulrike Lackner

ist Expertin für Stressmanagement und Burnout Vorsorge (BFI Wien), Gruppentrainerin (ÖAGG) und Mediatorin (PGA).





Immer wieder leiden wir unter gewissen Schwierigkeiten. Seien es nun Probleme beim Ein- oder Durchschlafen, bei der Konzentration, der Zentrierung, immer wieder erleben wir uns als zerstreute Professoren und Professorinnen. Einige brauchen für ihre Lebensgestaltung mehr Mut, mehr Durchsetzungskraft, andere wieder mehr Gelassenheit, mehr loslassen können, mehr Weitsicht, mehr Klarheit und und und. Der Kurs vermittelt auf zwei Gebieten wie wir unsere Seelenkräfte stärken können: einerseits durch Heilpflanzenwissen (einfache Anwendungsmöglichkeiten werden gezeigt oder besprochen) und Atem- und Körperübungen.



Alle Teilnehmer/innen sind eingeladen zu Anfang des Kurses ihre Wünsche zu benennen, dann können gerade diese Themen Schwerpunkte des Wochenendes werden.

Wir werden uns, wenn das Wetter es erlaubt, fast die ganze Kurszeit in der Natur aufhalten. Deshalb ist an bequeme und wettergerechte Kleidung, evt. Sonnenmilch, -brille,-hut etc. zu denken. Alle Teilnehmer/innen werden gebeten eine Wolldecke mitzubringen, die auch in der Natur auf dem Boden liegen darf.



**Termin: SA 25.08.2012, 14 bis 18 Uhr**  
**SO 26.08.2012, 9.30 bis 12 Uhr**  
 VHS Gemeindeamt Yspertal  
 Teilnehmer: mind. 7, maximal 15 Personen  
**Kurspauschale: 80,00 Euro**

### Hilla Hatzfeld

Leiterin der Heilpflanzenschule bella donna in Hofamt Priel. Schon von Kindesbeinen an war ich am Sammeln und Verarbeiten von Blumen und Früchten interessiert. Ein Spaziergang ohne Sammelgut war eine große Enttäuschung. Diese Leidenschaft hat mich mein ganzes Leben begleitet, ihr Zentrum sind die Heilpflanzen geworden.

### Ausbildungen

Ergotherapie, Gestalttherapie, Phytotherapie (Ausbildung an der Freiburger Heilpflanzenschule), Geomantie (AMA). Seit vielen Jahren leite ich kleinere und größere Kurse über Heilpflanzen, ihre Mythologie und ihre alten und neuen Anwendungsgebiete. Seit der Eröffnung der Heilpflanzenschule gebe ich mein Wissen mit Begeisterung in einer Grund- und jetzt auch neu in einer Vertiefungsausbildung weiter. In Hofamt Priel habe ich in Zusammenarbeit mit der Gemeinde einen rollstuhlgerechten Heilpflanzengarten für die Öffentlichkeit angelegt. Alle, Kundige, Unkundige, Neugierige, Zweifelnde sind eingeladen sich beim Anblick der Heilpflanzen beflügeln und inspirieren zu lassen. An diesem Ort darf man genießen, schnuppern, schmecken, ruhen, meditieren, erfahren, forschen, Fragen stellen und Vieles mehr.

### Weitere Infos:

[www.heilpflanzenschule-bedo.com](http://www.heilpflanzenschule-bedo.com)



»Der Mensch findet zuletzt in den Dingen nichts wieder, als was er selbst in sie hineingesteckt hat.« Friedrich Nietzsche

Den Blick schweifen lassen, sich im Geiste verbinden mit der Welt, die sich vor dem eigenen Auge ausbreitet und in ganz individueller Weise die Essenz der Wahrnehmung, sowie des unbewusst Wirkenden, auf Papier oder anderes Material übertragen.



Ohne Erfolgsdruck, ohne blockierenden Perfektionismus, ohne Ergebnisorientierung überträgt unser Stift die Mischung aus Wahrgenommenem, Zensuriertem und Erfundenem und verblüfft uns, bringt uns zum Lachen oder motiviert zum Weitermachen. Der eigene Zeichenstil, ob von uns geschätzt oder verachtet, hat seine Berechtigung als Ausdruck unserer Persönlichkeit. In der Reflexion kann er Aufschluss geben über unser Befinden, sofern wir offen sind für die Informationen, die ihm innewohnen.

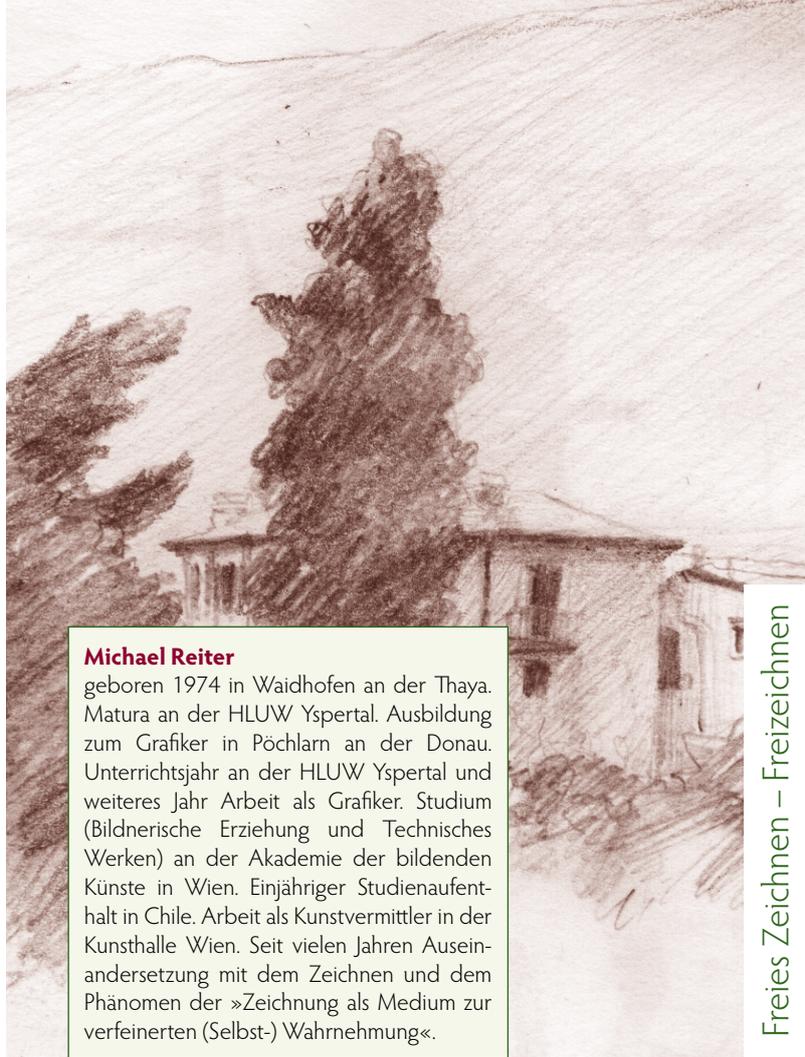
Der Kurs soll dazu motivieren, sich weniger mit anderen zu messen, als sich vielmehr beim Betrachten eigener und anderer Zeichnungen auf eine Entdeckungsfahrt zu begeben.

Zeichnend erforschen wir die Welt, unsere Wahrnehmung, Interpretationsfähigkeit und den Prozess, bei dem sich all die Eindrücke in unserem Gehirn mischen und über Arm, Hand und Finger am Zeichengrund zu einer »neuen visuellen Welt« werden. In diesem Sinne: »Überraschen Sie sich selbst«!

**Termin: SA 25.08.2012, 9.30 bis 17 Uhr**  
**SO 26.08.2012, 9.30 bis 13 Uhr**

Freiluftklasse oder Zeichensaal der HLUW  
Teilnehmer: mind. 5, maximal 10 Personen

**Kurspauschale: 95,00 Euro**



**Michael Reiter**

geboren 1974 in Waidhofen an der Thaya. Matura an der HLUW Yspertal. Ausbildung zum Grafiker in Pöchlarn an der Donau. Unterrichtsjahr an der HLUW Yspertal und weiteres Jahr Arbeit als Grafiker. Studium (Bildnerische Erziehung und Technisches Werken) an der Akademie der bildenden Künste in Wien. Einjähriger Studienaufenthalt in Chile. Arbeit als Kunstvermittler in der Kunsthalle Wien. Seit vielen Jahren Auseinandersetzung mit dem Zeichnen und dem Phänomen der »Zeichnung als Medium zur verfeinerten (Selbst-) Wahrnehmung«.

## Ziel / Inhalt

Mit wenigen Tricks erstellt jede/r TeilnehmerIn mit dem eigenen Fotoapparat (mit Filmfunktion) einen kurzen Film.



Ziel ist es, mit einfachen - kostengünstigen Mitteln sehr gute Ergebnisse zu bekommen. Gefilmt wird in Einzelarbeit oder in Kleingruppen. Spannende Filme lassen sich mit wenigen Grundsätzen der Filmgestaltung und mit hilfreichen Elementen der Bildgestaltung leicht erstellen.

Das Schneiden des Films erfolgt auf den PC´s im EDV Raum der HS Yspertal. Das kostenlose Schnittprogramm (Windows Moviemaker) wird zur Verfügung gestellt. Titel, Abspann, Musik und Ton werden ergänzt, der Film fertiggestellt und auf Youtube hochgeladen. Zum Abschluss lernen Sie das Einbetten des eigenen Films auf eine Webseite.



## Mitzubringen

Nehmen Sie einen digitalen Fotoapparat mit Filmfunktion (inklusive Kabel für die Datenübertragung oder Lesegerät für die Speicherkarte) mit. Die meisten Geräte besitzen eine Filmfunktion. Wer seine Daten sichern möchte, wird ersucht einen USB- Stick oder eine Festplatte mitzunehmen.

**Termin: SA 01.09.2012,**  
9 Uhr bis 16.30 Uhr

EDV Raum der HS Yspertal  
Teilnehmer: mind. 8, maximal 15 Personen  
**Kurspauschale: 129,00 Euro**



## Ing. Elfriede Berger

Akademische Videojournalistin,  
Dozentin der Lehrveranstaltung »Medieneinsatz in der Bildungsarbeit – neue Medien« der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, 1130 Wien

## Ein Improvisationstheater-Workshop von artig für alle, die ihre Kreativität wiederentdecken und beleben wollen!



Improvisationstheater ist eine Theaterform, in der die SchauspielerInnen aus dem Moment heraus Geschichten szenisch darstellen. In diesem Workshop liegt der Fokus darauf, einen unbeschränkten Zugang zur eigenen Phantasie wiederzufinden, eigenen und anderen Ideen positiv gegenüberzustehen und in der Zusammenarbeit Geschichten entstehen zu lassen - also

»JA!« zum Leben mit all seinem Potential zu sagen  
- genau das verstehen wir unter Nachhaltigkeit.



Durch Übungen und Spiele lernen wir grundlegende Regeln des Improvisierens kennen und schaffen damit einen neuen und freien Zugang zu den eigenen Gefühlen und Gedanken. Danach werden wir gemeinsam auf der Bühne Szenen improvisieren. Entdecke, was in dir steckt!

Bring bequeme Kleidung mit!  
Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

**Termin: SA 01.09.2012, 9.30 bis 17 Uhr**  
**SO 02.09.2012, 9.30 bis 13 Uhr**  
HLUW Yspertal  
Teilnehmer: mind. 6, maximal 15 Personen  
**Kurspauschale: 110,00 Euro**



### artig

ist eine Wiener Theatergruppe, die sich 2009 gegründet hat und seitdem im In- und Ausland (Deutschland, Russland, Iran) Improvisationstheater spielt und unterrichtet. Die vier Mitglieder - Magdalena Haftner, Lino Kleingarn, Anne-Marie Kuhfuß und Alexander Riedmüller - sind neben der Arbeit bei artig in unterschiedlichsten Bereichen tätig, u.a. in der Theaterpädagogik, Rhythmik, Theaterwissenschaft und der Sprachförderung.

**Näheres unter:** [www.artiges.org](http://www.artiges.org)



## Einkochen was uns der Garten gibt

Mit Magret Handl verarbeiten die KursteilnehmerInnen verschiedenste Obst- bzw. Gemüsesorten zu pflifigen Kreationen. Zunächst werden grundlegende Einmacharten erörtert um im zweiten Teil zum Kochlöffel zu greifen.

Es soll auch nach Herzenslust experimentiert werden. Es darf von den Rezepten abgewichen werden! Die eingekochten Produkte können gleich gekostet werden.

Tobias Thaler und Wolfgang Zechner erklären die Funktion und Idee von Tauschkreisen und regionaler Wertschöpfung am Beispiel des Projektes »Freche Früchtchen« und begleiten den Kurs medial. Es entstehen Texte, Bilder und Collagen über Obst und Gemüse und deren Verwendung bzw. Verarbeitung.



**Termin: SA 01.09.2012**, 9.30 bis 17 Uhr  
**SO 02.09.2012**, 9.30 bis 13 Uhr

Schulküche HS Yspertal

Teilnehmer: mind. 5, maximal 10 Personen

**Kurspauschale: 75,00 Euro**



#### 4. bis 11. August

##### 5. bis 7.8. BRENN-WERK

3-tägiger Keramikworkshop mit den KünstlerInnen von kunst|µ.  
(KünstlerInnenkollektiv / NÖ), Kursbeitrag € 220,-

##### 6. und 7.8. TRICK-WERK

2-tägiger Trickfilmworkshop mit Evi Leuchtgelb  
(bildende Künstlerin / NÖ), Kursbeitrag € 145,-

##### 9. bis 11.8. LIED-WERK

3-tägiger Singer/Songwriter Workshop mit Dan Plews (Songwriter  
und -Lehrer / UK-A-RUM) und Sandra Stöger Mayer  
(Vienna Songwriting Association), Kursbeitrag € 220,-

##### 10. und 11.8. AUSSEN-WERK

2-tägiger Landart-Workshop mit Dieter Graf (Kurator,  
Projektleiter und Künstler / Wachtberg), Kursbeitrag € 119,-

##### 4. bis 11.8. (täglich) KÖRPER-WERK

Yoga/Breathwalk mit Heike Paul (Yoga- und Pilateslehrerin / Wien),  
2x täglich für Workshop TeilnehmerInnen kostenlos



Foto: kunst|µ



#### 9. bis 13. September

##### 9. bis 11.9. DRUCK-WERK

Siebdruck-Workshop an 3 Tagen mit den KünstlerInnen von  
»dasviadukt« (>das viadukt« / Wien), Kursbeitrag € 75,-/Tag

##### 9. bis 11.9. BILD-WERK

3-tägiger Video-Workshop mit den Medienkünstlerinnen Brigitta  
Bödenauer und Doris Schmid (Wien), Kursbeitrag € 280,-

##### 12. und 13.9. KLICK-WERK

2-tägiger Fotoworkshop mit Konstantin Taufner-Mikulitsch  
(Fotograf / Wien), Kursbeitrag € 136,-

##### 13.9. PLATTEN-WERK

1-tägiger DJing-Workshop mit DJ Shango (Wien und Linz),  
Kursbeitrag € 59,-

##### 9. bis 13.9. (täglich) KÖRPER-WERK

Yoga/Breathwalk mit Heike Paul (Yoga- und Pilateslehrerin / Wien),  
2x täglich für Workshop TeilnehmerInnen kostenlos

Detailprogramm und Infos unter +43 7415 7218  
oder unter [www.landhotelyspertal.at/machwerk](http://www.landhotelyspertal.at/machwerk)

Für Workshop TeilnehmerInnen gelten Sonderkonditionen  
bei Übernachtung im Landhotel Yspertal.

## Kinderwoche - Großer Spaß für kleine Gäste!

### Schöne Zeit für große und kleine Menschen

Für alle kleinen Gäste gibt es jeden Nachmittag von 14 – 18 Uhr ein spannendes Programm. Ob beim Ausflug zum Schwimmen, auf dem Bauernhof, beim kreativen Werken – es ist für alle etwas dabei. Für Kinder, deren Eltern bereits morgens yogieren, gibt es ein betreutes Kinderfrühstück. Weiters outdoor Aktivitäten, waldpädagogischer Spaziergang, Theaterworkshop ....

### Feine Stunden für Eltern!



Die wunderschöne Umgebung des Hotels ist der ideale Ort sich und seinen Körper zu verwöhnen. Neben Freizeitmöglichkeiten wie Wandern, Baden, Montainbiken, ... besteht täglich die Möglichkeit in 1 1/2 – stündigen Yoga- und Breathwalk-Einheiten dem Körper und der Seele etwas Gutes zu tun. Der Yogawalk führt die TeilnehmerInnen zum Atmen, Gehen und Yogieren hinaus in die Natur. Zusätzlich gibt es einen Workshopnachmittag mit einer Märchenerzählerin.

**Termin: SA 14.07.2012 bis SA 21.07.2012**

#### Preise:

N im EZ/F: EUR 48,-/p.P.; N im DZ/F: EUR 38,-/p.P.

Kinder bis 6 Jahre im Elternzimmer gratis,  
Kinder von 6 - 14 Jahren zahlen die Hälfte

#### Kinderbetreuung:

EUR 25,- pro Tag und Kind  
ab 2 Kindern EUR 20,- pro Tag und Kind

#### Yoga Retreat Paket:

6 Tage/ 5 Nächte mit 10 Einheiten Yoga & Breathwalk,  
EUR 289,- im EZ/F; EUR 239,- /p.P. im DZ/F

# Höhere Lehranstalt für Umwelt und Wirtschaft in Yspertal



## Ausbildungsschwerpunkte

- Wasser- und Kommunalwirtschaft
- Umweltmanagement und Umweltanalytik

# Tage für Deine Zukunft

## Tage der offenen Tür in der HLW Yspertal

am Freitag, den 9. November 2012, von 13<sup>00</sup> – 17<sup>00</sup> Uhr

am Samstag, den 10. November 2012, von 8<sup>30</sup> – 12<sup>00</sup> Uhr

Schulstraße 13  
3683 Yspertal

f (0043) 074 15 / 72 49  
t DW-19

office@hlaysper.ac.at  
[www.hlaysper.ac.at](http://www.hlaysper.ac.at)

## Ansprechpartner Sommerakademie

Tobias Thaler (Initiative Zukunft)

Koordination

Tanja Wesely (VHS Süd. Waldviertel),

Programmverantwortung / Buchungen

Die Sommerakademie erreichen Sie telefonisch unter 0 74 15/67 67- 30 (Büro der VHS Südliches Waldviertel, Mo. – Fr. von 8 bis 16 Uhr)

E-Mail [volkshochschule.swv@wavenet.at](mailto:volkshochschule.swv@wavenet.at)

[iz@yspental.com](mailto:iz@yspental.com)

[www.zukunft.or.at](http://www.zukunft.or.at)

## Kontakt Machwerk yspertal / Kinderwoche

Diethold Schaar (Landhotel Yspertal)

0 74 15 / 72 18

## Die Sommerakademie ist eine Kooperation von



Verband  
Niederösterreichischer  
Volkshochschulen



Leaderregion  
Südliches Waldviertel  
Nibelungengau



niederösterreichische  
**DORFSTADT**  
erneuerung

Club  
**Yspertal**



Wo wir sind, ist oben.



Gefördert aus Mitteln des NÖ Wirtschafts- & Tourismusfonds

