



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Pilates con Grazia - All levels!

### Themenbereich

Gymnastik

### Kursbeschreibung

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

### Kurssprache

#### Beginn

09.01.2024

#### Ende

06.06.2024

#### Kurstage

17

#### Beginnzeit

18:00 Uhr

#### Endzeit

19:00 Uhr

#### Dauer

0 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Via Firenze 51

### Zielgruppe

Adulti, Giovani

### Referent/in

GRAZIA MARALDI

### Gebühr

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
U.P.A.D. - Università Popolare Alpi  
Dolomitiche

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Pilates con Grazia - All levels!

Themenbereich  
Gymnastik

Kursbeschreibung

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

Kurssprache

Beginn  
09.04.2024

Ende  
06.06.2024

Kurstage  
17

Beginnzeit  
17:00 Uhr

Endzeit  
18:00 Uhr

Dauer  
0 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Via Firenze 51

Zielgruppe  
Giovani, Adulti

Referent/in  
GRAZIA MARALDI



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

U.P.A.D. - Università Popolare Alpi  
Dolomitiche

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

## WuXing Fünf-Elemente QiGong Zentrierung und Balance für Körper, Seele und Geist. Seminar

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

QiGong ist eine über 4.000 Jahre alte aus China stammende Praxis, bei der es darum geht, physisches, emotionales und mentales Wohlergehen zu fördern. Sie schafft eine Balance in uns, wirkt gesundheitsfördernd auf unser aktives Nervensystem und senkt das Stress-Niveau. Zahlreiche Studien bestätigen positive Wirkungen von QiGong auf Atmung und andere vegetative Funktionen sowie auf Beschwerden im Bewegungsapparat.

Trotz seiner Sanftheit ist QiGong ein Ganzkörpertraining zur Muskelkräftigung, Stabilisierung und Mobilisierung. Hingabe, Wahrnehmung, Beobachten, Lauschen und fließen lassen spielen eine wichtige Rolle. QiGong ist individuell - so wie jeder Mensch ein einzigartiges Energie- und Bewegungsmuster hat. Es wird keine „starre Technik“ vermittelt, sondern der Individualität Raum gegeben.

QiGong hat mittlerweile Einzug in den therapeutischen Alltag gehalten und wird u.a. zur Prävention, Therapie und Regeneration bei Stressfolgeerkrankungen, Depression und Burnout eingesetzt.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

11.01.2025

Ende

11.01.2025

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort

Zielgruppe  
Alle Interessierten

Referent/in  
Peter |||KOMPRIPIOTR|||Holzknecht

Gebühr  
120 € inkl. 22% Mwst.

Anmeldeschluss  
20.12.2024

Kursanbieter  
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/wuxing-fuenf-elemente-qigong-1358/>

Ansprechperson  
Angelika Mahlknecht  
Tel. 0039 0472 279923  
Email bildung@jukas.net

## Jin Shin Jyutsu: Energieströme harmonisieren Seminar

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

**Kursbeschreibung**  
Strömen ist eine jahrtausendealte Harmonisierungskunst. Alles, was du für Harmonie und Gleichgewicht brauchst – geistig, seelisch und körperlich – liegt in dir. Durch einfaches, sanftes Berühren definierter Körperstellen mit den Händen wirst du Energieströme harmonisieren. Dabei gehen wir nach dem Textbuch 1 von Mary Burmeister vor. Der Hauptzentralstrom versorgt den ganzen Körper mit Energie. Diese einfache Sequenz eignet sich wunderbar für den Einstieg in die Selbsthilfe. Außerdem lernst du drei Organströme kennen: den Blasen-, den Milz- und den Magenstrom. Im Wechsel von Praxis und Theorie wirst du lernen, deine Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Dieser Kurs ist für alle Interessierten ohne Vorkenntnisse geeignet.

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 11.10.2024	<b>Ende</b> 12.10.2024	<b>Kurstage</b> 2
<b>Beginnzeit</b> 15:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:30 Uhr	<b>Dauer</b> 720 Minuten

### Beschreibung Zeit

Freitag, 11. Oktober 24, 15.00 – 18.30 und 19.30 - 21.00 Uhr

Samstag, 12. Oktober 24, 9.00 - 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr

### Ort

### Zielgruppe

Alle Interessierten

### Referent/in

Sabine Bampi

### Gebühr

162 € Frühbucherpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.09.24

### Anmeldeschluss

30.09.2024

### Kursanbieter

Jugendhaus Kassianeum

### Detailseite zum Kurs

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/jin-shin-jyutsu-energiestroeme-harmonisieren-1356/>

### Ansprechperson

Angelika Mahlknacht

Tel. 0039 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Jugendliche für das Leben stärken Mentaltraining für das Mittel- und Oberschulalter

### Themenbereich

Kinder- und Jugendarbeit



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Kursbeschreibung

Im Kindesalter wird der Grundstein für alle späteren Entwicklungen gelegt. Indem Jugendliche frühzeitig lernen, wie sie sich mental und emotional stärken können, entwickeln sie für die Bewältigung ihrer gegenwärtigen und zukünftigen Herausforderungen eine stabile Basis.

Mit Hilfe von konkreten praktischen Tipps des mentalen Trainings befassen wir uns im Seminar mit folgenden Themen:

- Was ist Mentaltraining und wie funktioniert es?
- Lernen mit Hilfe von Mentaltechniken: Verschiedene gehirngerechte Lern- und Arbeitstechniken
- Mentale Methoden, um Blockaden oder Ängste aufzulösen (Blackout, Prüfungsangst, Nervosität usw.) und Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen
- Methoden und Wege, um Struktur in das eigene Leben zu bekommen
- Eigene Ziele fokussieren, konkrete Schritte der Umsetzung planen, um sie zu erreichen
- Resilienz - die Kraft des Guten, Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins, der Selbstmotivation und der eigenen Persönlichkeit
- Konzentrations- und Entspannungsübungen für Stressabbau, Gelassenheit und innere Balance

### Kurssprache

Deutsch

#### Beginn

22.02.2025

#### Ende

22.02.2025

#### Kurstage

1

#### Beginnzeit

09:00 Uhr

#### Endzeit

17:00 Uhr

#### Dauer

420 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Brunogasse 2

### Zielgruppe

Alle Interessierten

### Referent/in

Cordula Oberhuber

### Gebühr

76.5 € Frühbucherpreis samt Einzahlung bis 15.01.2025

### Anmeldeschluss

10.02.2025



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/jugendliche-fuer-das-leben-staerken-1373/>

Ansprechperson  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Du und ich: Wie begegne ich Kindern und Jugendlichen? Seminar

Themenbereich  
Kinder- und Jugendarbeit

### Kursbeschreibung

Die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen baut auf Beziehungen auf. Jede pädagogische Interaktion lebt dabei von der Begegnung zwischen zwei oder mehreren Menschen. In diesem Seminar beginnt unsere Reise beim „Du“: Beim Kind, Jugendlichen, bei der Schülerin oder dem Klienten. Anhand von Theorie und Fallbeispielen der Teilnehmenden betrachten wir die verschiedenen Rollen, die Kinder und Jugendliche zu füllen versuchen. Ein Schwerpunkt liegt darauf, familiäre Bindungen und systemische Verstrickungen zu erkennen und zu verstehen. Sie bestimmen das Handeln eines Menschen maßgeblich. Denn nur wen ich verstehe, kann ich fördern und fordern.

Im nächsten Teil wenden wir uns dem „Ich“ zu: Welche Fähigkeiten und Ressourcen kann ich in die Arbeit einbringen? Durch welche Brille schaue ich auf die Menschen um mich? Welche Haltungen erleichtern meine Arbeit, welche Fallen muss ich umgehen? Wie gehe ich mit Nähe und Distanz um? Welcher Anteil in mir reagiert, wenn ich es z. B. mit aggressiven Jugendlichen zu tun habe?

Im Seminar versuchen wir, Mittel und Wege aufzuzeigen, um unseren Arbeitsalltag sinnerfüllt und immer mehr mit freudiger Gelassenheit zu erleben.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
11.11.2024

Ende  
11.11.2024

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:30 Uhr

Dauer  
420 Minuten

Beschreibung Zeit  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Ort

Jugendhaus Kassianeum  
Brunogasse 2

## Zielgruppe

(Sozial)Pädagog/innen, Sozialassistent/innen, Erzieher/innen, Multiplikator/innen aus pädagogischen und sozialen Berufen & Interessierte, Mitarbeiter/innen der Kinder-, Jugend- und Sozialarbeit, Lehrpersonen, pädagogische Fachkräfte im Kindergarten

## Referent/in

Klaus Obexer

## Gebühr

120 € inkl. 22% Mwst.

## Anmeldeschluss

28.10.2024

## Kursanbieter

Jugendhaus Kassianeum

## Detailseite zum Kurs

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/du-und-ich-wie-begegne-ich-kindern-und-jugendlichen-1361/>

## Ansprechperson

Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

# Märchenhafte Christbaumkugeln

## Märchen-Filz-Werkstatt für Familien

### Themenbereich

Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

Ziel und Inhalt: Zehn Tage vor Heiligabend vergessen wir den vorweihnachtlichen Trubel und schaffen uns eine Märchen-Filz-Oase der Ruhe. Wir lernen, aus heimischer Schafswolle wunderschönen Christbaumschmuck in der Trockenfilz-Technik zu fertigen. Weihnachtskugeln in allen Farben und fantasiereichen Motiven stimmen uns auf das große Fest ein.

Während des Werkelns hören wir mündlich erzählte Winter- und Weihnachtsmärchen aus aller Welt.

### Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
14.12.2024

**Ende**  
14.12.2024

**Kurstage**  
1

**Beginnzeit**  
16:00 Uhr

**Endzeit**  
18:30 Uhr

**Dauer**  
150 Minuten

**Beschreibung Zeit**  
-

**Ort**  
Jugendhaus Kassianeum  
Brunogasse 2

**Zielgruppe**  
Kinder ab 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

**Referent/in**  
Rosemarie Mayer

Leni Leitgeb

**Gebühr**  
23 € Kursbeitrag pro Person inkl. Material

**Anmeldeschluss**  
02.12.2024

**Kursanbieter**  
Jugendhaus Kassianeum

**Detailseite zum Kurs**  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/maerchenhafte-christbaumkugeln-1367/>

**Ansprechperson**  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +390472 279923  
Email bildung@jukas.net

## Netzwerk Grundlagen, Termin B

**Themenbereich**  
Lernen, Berufsorientierung



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Ziel: Sie lernen die wichtigsten Netzwerkgrundlagen und die grundlegenden Netzwerkdienste sowie -Konfiguration in Microsoft Windows kennen.

Programm: Grundlegendes zum lokalen Netzwerk (LAN); das OSI-Modell und seine Schichten; Grundlegendes zu verkabelten Netzwerken (Ethernet); Grundlegendes zum Internetprotokoll IPv4; Windows Befehlszeilen Tools; Arbeiten mit Netzwerkdiensten DHCP und DNS; Grundlagen Netzwerksicherheit und Firewall (Windows).

Zielgruppe: Beschäftigte in der IT

Voraussetzung: Windows Grundlagen Kenntnisse

Referent: Egon Pramstrahler, Microsoft Certified Trainer (MCT)

Ort: Bozen

Dauer: 14 Stunden, Dienstag und Mittwoch, jeweils von 9 - 17:00

Gebühr: 90 € plus eine Stempelmarke zu 16 € für das Ausstellen der Teilnahmebestätigung

Anmeldung: Landesberufsschule fuer Handwerk und Industrie, Bozen, T. 0471 540 720

weiterbildung@berufsschule.bz

Anmeldefrist: 2 Wochen vor Kursbeginn in schriftlicher Form

## Kurssprache

Beginn	Ende	Kurstage
15.10.2024	16.10.2024	0
Beginnzeit	Endzeit	Dauer
09:00 Uhr	17:00 Uhr	0 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

## Zielgruppe

Beschäftigte in der IT

## Referent/in

Egon Pramstrahler

## Gebühr

90 €

## Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Landesberufsschule für Handwerk und  
Industrie, Bozen

Detailseite zum Kurs  
<https://app1.civis.bz.it/auth-sfsf-citizen.aspx?destUrl=10086>

Ansprechperson  
TBD -  
Tel.  
Email [weiterbildung@berufsschule.bz](mailto:weiterbildung@berufsschule.bz)

## Lehrgang für Systemadministration

Themenbereich  
Lernen, Berufsorientierung

### Kursbeschreibung

Kursziel: Sie erwerben Kenntnisse in den verschiedenen Bereichen der Computertechnik. Sie vertiefen zu einem großen Teil der Lehrgangsstunden die Inhalte aller Module anhand von praktischen Übungen und Konfigurationen an Hard- und Software.

Programm: Netzwerkmodul, welches sich an die Inhalte der Ausbildung zur Erlangung der CCNA-Zertifizierung (Cisco) orientiert. Betriebssysteme und MS-Server, Linux, Virtualisierung, Cloud-Services, Sharepoint, Internet und Kommunikation, Firewallsysteme.

Die detaillierten Modulinhalte des Lehrganges sind auf der folgenden Website abrufbar: [www.tschuggmall.org](http://www.tschuggmall.org)

Zielgruppe: Absolventinnen und Absolventen von Oberschulen oder vierjährigen Berufsfachschulen mit technischer Ausrichtung oder entsprechende langjährige Berufserfahrung

Ort: Berufsbildungszentrum Chr. J. Tschuggmall Brixen

Dauer: 441 Stunden, vorwiegend Freitag und Samstag, 08:00 - 16:00 Uhr

Zeitraum: Fr, 06.09.2024 - Sa, 21.06.2025

Referent/-in: Verschiedene Fachreferenten

Gebühr: 800€ + 100€ Materialkosten



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Anmeldungsart: BBZ Chr. J. Tschuggmall Brixen

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

Anmeldung: bis 2 Wochen vor Kursbeginn in schriftlicher Form

Veranstalter: Berufsbildungszentrum Chr. J. Tschuggmall Brixen, Lehrlingsausbildung, Fachschulen, berufliche Weiterbildung

Anmerkungen: Der Lehrgang ist in Modulen aufgebaut, deren Inhalte in der Theorie als auch anhand von praktischen Übungen und Konfigurationen an Hard- und Software vertieft werden.

Bei zu vielen Anmeldungen wird ein Auswahlverfahren durchgeführt.

Um die Teilnahmebestätigung zu erhalten, muss eine Gesamtanwesenheit von mindestens 80% vorhanden sein.

Sollten Sie eine Teilnahmebestätigung benötigen, ist bei Lehrgangsende eine Stempelmarke zu 16€ mitzubringen.

## Kurssprache

**Beginn**

06.09.2024

**Ende**

21.06.2025

**Kurstage**

0

**Beginnzeit**

08:00 Uhr

**Endzeit**

16:00 Uhr

**Dauer**

0 Minuten

**Beschreibung** Zeit

-

**Ort**

**Zielgruppe**

Absolventinnen und Absolventen von Oberschulen oder vierjährigen Berufsfach

**Referent/in**

- Fachreferent\*in

**Gebühr**

800 €

**Anmeldeschluss**

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Kursanbieter**  
Landesberufsschule für Handel,  
Handwerk und Industrie "Chr. J.  
Tschuggmall", Brixen

**Detailseite zum Kurs**  
<https://app1.civis.bz.it/auth-sfsf-citizen.aspx?destUrl=10563>

**Ansprechperson**  
TBD -  
Tel.  
Email Weiterbildung.Tschuggmall@schule.suedtirol.it

## Yoga am Morgen

**Themenbereich**  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

**Kursbeschreibung**  
Morgenyoga ermöglicht ein langsames und achtsames Erwachen. Wir aktivieren unseren Körper durch Bewegung und bewusstem Durchatmen. Die Lebensgeister werden erweckt und wir starten mit Frische und Gelassenheit in den Tag.

**Kurssprache**  
Deutsch

**Beginn** 20.06.2024 **Ende** 11.07.2024 **Kurstage** 4

**Beginnzeit** 07:10 Uhr **Endzeit** 08:10 Uhr **Dauer** 240 Minuten

**Beschreibung Zeit**  
-

**Ort**  
Meran  
Ortweinstr. 6

**Zielgruppe**  
Erwachsene allgemein

**Referent/in**  
Debora Costa

**Gebühr**  
44 €



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Anmeldeschluss

20.06.2024

## Kursanbieter

Volkshochschule Urania Meran Gen.

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# KI Seminarreihe: Modul 2 Prompt-Engineering

## Themenbereich

Internet und neue Technologien

## Kursbeschreibung

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Künstlichen Intelligenz (KI) mit dieser zukunftsweisenden Seminarreihe. Künstliche Intelligenz revolutioniert nicht nur die Art und Weise, wie wir Technologie nutzen, sondern prägt auch maßgeblich die Zukunft verschiedenster Branchen.

Egal, ob Sie aus der Technikbranche kommen, Unternehmer sind oder einfach Ihr Verständnis für diese zukunftsweisende Technologie vertiefen möchten – diese Seminarreihe bietet einen inspirierenden Einblick in die Welt der Künstlichen Intelligenz und ihre Auswirkungen auf unsere täglichen Aktivitäten und die Art und Weise, wie wir in Zukunft arbeiten werden.

### Modul 2: Prompt-Engineering

ChatGPT und andere Sprachmodelle effizient nutzen

Wie optimiert man die Eingabeaufforderungen

Praktische Anwendungen und Übungen

Weitere Module dieser Seminarreihe sind:

### Modul 3: ChatGPT – erweiterte Anwendungsmöglichkeiten

Unterschied GPT 3.5 vs 4.0

PlugIns effizient nutzen

Erweiterte Datenanalyse mit ChatGPT

Der Code-Interpreter und seine Möglichkeiten



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Modul 4: Bildgenerierung und Bearbeitung mit Hilfe von künstlicher Intelligenz

Grundlagen und Möglichkeiten

Wichtige Bildgenerierungstools

Prompting

Modul 5: Videogenerierung und Bearbeitung mit Hilfe von künstlicher Intelligenz

Was ist heute bereits möglich

Vorstellung wichtiger Tools

Praktische Anwendungen und Beispiele

Modul 6: Künstliche Intelligenz im Online-Marketing

Praktisches Modul in welchem Tools und Anregungen speziell für den Einsatz von künstlicher Intelligenz im Online Marketing gegeben werden

Bei Besuch aller Module Sie einen Rabatt von 10 % auf den Kurspreis.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

09.08.2024

## Ende

09.08.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

16:00 Uhr

## Dauer

360 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Meran

Ortweinstraße 6

## Zielgruppe

Erwachsene allgemein

## Referent/in

Tatjana Finger

## Gebühr

234 €

Seite: 15/34

Gedruckt am: 02.06.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Anmeldeschluss

05.08.2024

## Kursanbieter

Volkshochschule Urania Meran Gen.

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Keine Angst vor Konfliktgesprächen

## Methoden der Mediation hilfreich im (Arbeits-)Alltag anwenden - Seminar

### Themenbereich

Kinder- und Jugendarbeit

### Kursbeschreibung

Mediation ist eine Methode, bei der eine neutrale Person als Vermittlerin zwischen Konfliktparteien agiert und sie bei der Entwicklung konstruktiver Lösungsansätze sowie Vereinbarungen unterstützt.

Der beste Konflikt ist jener, der durch eine gütliche Einigung der Beteiligten gelöst werden kann oder erst gar nicht entsteht, weil ein respektvoller Umgang miteinander gepflegt wird. Im Rahmen dieses Seminars werden Grundsätze und hilfreiche Methoden vorgestellt und geübt, die eine wertschätzende Gesprächsführung fördern und die Fähigkeit zur Durchführung konstruktiver Konfliktgespräche stärken.

Ziel ist, die Teilnehmenden zu ermutigen und zu befähigen, mediative Methoden in ihren täglichen Aktivitäten anzuwenden.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

03.04.2025

### Ende

04.04.2025

### Kurstage

2

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:30 Uhr

### Dauer

840 Minuten

### Beschreibung Zeit

Donnerstag, 3. April 25, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr

Freitag, 4. April 25, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr

### Ort



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
Alle Interessierten

Referent/in  
Barbara Wick

Gebühr  
225 € Frühbucherpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.01.25

Anmeldeschluss  
26.01.2023

Kursanbieter  
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/keine-angst-vor-konfliktgesprachen-1375/>

Ansprechperson  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +390472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Reden ohne Worte

### Nonverbale Kommunikation bewusst machen - Seminar

Themenbereich  
Rhetorik, Auftreten

#### Kursbeschreibung

Die nonverbale Kommunikation ist die Urform zwischenmenschlicher Verständigung und drückt sich durch Gestik, Mimik, Körpersprache und andere optische Zeichen aus. Sie beträgt über 80 % der Kommunikation und begegnet uns immer und überall.

Wir dürfen also unseren Körper nicht unterschätzen. Wir bieten unserem Gegenüber eine Fülle von Informationen an. Vieles von dem, was wir nonverbal preisgeben, ist uns aber nicht bewusst. Doch unser Gesprächspartner nimmt alle Informationen wahr und bildet sich von uns einen Eindruck.

Das Seminar bietet einen Einblick in zwischenmenschliche Interaktionen und in den bewussteren Umgang mit unseren nonverbalen Kommunikationsmitteln. Übungen und Improvisationen helfen, sich der eigenen Körpersprache, Gestik und Mimik bewusst zu werden. Wir erfahren in der Gruppe, wie wir wirken und uns in bestimmten Situationen unbewusst und bewusst verhalten. Dies ebnet den Weg zu einer gelungenen Kommunikation.

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

<b>Beginn</b> 11.04.2025	<b>Ende</b> 11.04.2025	<b>Kurstage</b> 1
<b>Beginnzeit</b> 09:00 Uhr	<b>Endzeit</b> 17:00 Uhr	<b>Dauer</b> 420 Minuten

**Beschreibung** Zeit

-

**Ort**

**Zielgruppe**  
Alle Interessierten

**Referent/in**  
Minu Ghedina

**Gebühr**  
81 € Frühbucherpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.01.25

**Anmeldeschluss**  
31.03.2025

**Kursanbieter**  
Jugendhaus Kassianeum

**Detailseite zum Kurs**  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/reden-ohne-worte-1376/>

**Ansprechperson**  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Eine Insel für 2 Wohlfühlnachmittag für Mutter & Tochter, Oma & Enkelin, Tante & Nichte ...

**Themenbereich**  
Familie und Kinder

**Kursbeschreibung**  
Gemeinsam entspannen und die Zeit genießen... Dieser Nachmittag steht ganz im Zeichen des Wohlfühls.

Es gibt Tipps und Tricks für die richtige Gesichtspflege sowie eine professionelle Hautberatung. Wir verwöhnen uns gegenseitig mit Gesichtereinigung, Peeling, Maske und Gesichtsmassage und bekommen von der Kursleiterin Informationen zu typ- und altersgerechten Schminkideen und Kosmetikbehandlungen.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Für die Pflege unserer Hände zeigt sie eine Handmassage; kleine Verspannungen können wir bei verschiedenen Übungen auflockern.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

12.10.2024

## Ende

12.10.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

15:00 Uhr

## Endzeit

18:00 Uhr

## Dauer

180 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Jugendhaus Kassianeum  
Brunogasse 2

## Zielgruppe

Mädchen zwischen 10 und 15 Jahren gemeinsam mit einem weiblichen Erwachsenen

## Referent/in

Sylvia Weger

## Gebühr

25 € inkl. 22% Mwst. pro Person

## Anmeldeschluss

02.10.2024

## Kursanbieter

Jugendhaus Kassianeum

## Detailseite zum Kurs

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/eine-insel-fuer-2-1366/>

## Ansprechperson

Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Pilates con Grazia - All levels!

## Themenbereich

Gymnastik



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

## Kurssprache

Beginn

09.04.2024

Ende

06.06.2024

Kurstage

17

Beginnzeit

19:00 Uhr

Endzeit

20:00 Uhr

Dauer

0 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Via Firenze 51

Zielgruppe

Adulti, Giovani

Referent/in

GRAZIA MARALDI

Gebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

U.P.A.D. - Università Popolare Alpi  
Dolomitiche

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Jin Shin Jyutsu: Strömen Praxistag

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Strömen ist eine jahrtausendealte Harmonisierungskunst. Durch einfaches, sanftes Berühren definierter Körperstellen mit den Händen (auch Strömen genannt), kannst du deine Lebensenergie harmonisieren. Achtsam strömen wir uns an diesem Tag in kleinen Gruppen gegenseitig. Jin Shin Jyutsu bringt Ausgeglichenheit und fördert die Gesundheit und das Wohlbefinden. Blockierte Lebensenergie kann wieder gelöst werden - die Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Beim Praxistag kannst du diese Lebenskunst kennenlernen und für zu Hause wertvolle Strömanleitungen mitnehmen.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

07.12.2024

### Ende

07.12.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

390 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

### Zielgruppe

Alle Interessierten

### Referent/in

Sabine Bampi

### Gebühr

99 € Frühbucherpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.09.24

### Anmeldeschluss

25.11.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/jin-shin-jyutsu-stroemen-1357/>

Ansprechperson  
Angelika Mahlknecht  
Tel. 0039 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Kinder für das Leben stärken Mentaltraining für das Kindergarten- und Grundschulalter

Themenbereich  
Kinder- und Jugendarbeit

### Kursbeschreibung

Im Kindesalter wird der Grundstein für alle späteren Entwicklungen gelegt. Indem Kinder frühzeitig lernen, wie sie sich mental und emotional stärken können, entwickeln sie für die Bewältigung ihrer gegenwärtigen und zukünftigen Herausforderungen eine stabile Basis.

Mit Hilfe von konkreten praktischen Tipps des mentalen Trainings werden wir uns im Seminar mit folgenden Themen befassen:

- Was ist Mentaltraining und wie funktioniert es?
- Lernen mit Hilfe von Mentaltechniken: Verschiedene gehirngerechte Lern- und Arbeitstechniken
- Resilienz - die Kraft des Guten: Anhand von verschiedenen Übungen mehr Selbstbewusstsein, Selbstmotivation und Sicherheit erlangen; Abbau von Blockaden und Ängsten
- Konzentrations- und Entspannungsübungen für den Alltag: Mit Hilfe von Achtsamkeitsübungen Stress besser bewältigen und zu mehr Sammlung und Aufmerksamkeit kommen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
25.01.2025

Ende  
25.01.2025

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
420 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort

Brunogasse 2



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
Alle Interessierten

Referent/in  
Cordula Oberhuber

Gebühr  
76.5 € Frühbucherpreis samt Einzahlung bis 15.09.24

Anmeldeschluss  
13.01.2025

Kursanbieter  
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/kinder-fuer-das-leben-staerken-1355/>

Ansprechperson  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Zirkuserlebnis für Klein und Groß Familienwerkstatt

Themenbereich  
Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

Beim Familiennachmittag tauchen wir in die bunte Welt der Zirkuskünste ein. Nach dem Einwärmen mit lustigen Spielen werden wir selbst zu Artisten und üben die Koordination beim Jonglieren und Tellerdrehen. Wir versuchen, unser Gleichgewicht auf Rolle, Pedalo, Rola Bola und den Stelzen zu halten. Viel Spaß und Freude machen uns auch einfache Elemente der Erwachsenen-Kind-Akrobatik.

Lasst euch auf ein tolles Zirkusabenteuer ein!

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
05.04.2025

**Ende**  
05.04.2025

**Kurstage**  
1

**Beginnzeit**  
14:00 Uhr

**Endzeit**  
18:00 Uhr

**Dauer**  
240 Minuten

**Beschreibung** Zeit

-

**Ort**  
Jugendhaus Kassianeum  
Brunogasse 2

**Zielgruppe**  
Kinder ab 6 Jahren gemeinsam mit einem Erwachsenen

**Referent/in**  
Hannah Grüner

**Gebühr**  
35 € inkl. 22% Mwst. pro Person

**Anmeldeschluss**  
24.03.2025

**Kursanbieter**  
Jugendhaus Kassianeum

**Detailseite zum Kurs**  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/zirkuserlebnis-fuer-klein-und-gross-1380/>

**Ansprechperson**  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Sitzkissen-Filzen mit Märchen Werkstatt für Familien

**Themenbereich**  
Familie und Kinder

**Kursbeschreibung**  
Der Frühling steht vor der Tür. Daher brauchen wir eine Sitzunterlage für unsere Picknicks oder Wanderungen!



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

An diesem Nachmittag stellen wir ein weiches Sitzkissen aus Schafwolle her mit vielen schönen Blumen, die den Frühling ankündigen: Schneeglöckchen, Leberblümchen, Veilchen, Narzissen oder Tulpen. Oder soll's lieber ein Apfelbaum, ein Schmetterling oder gar eine Pizza werden?

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

Bei diesem kreativen Schaffen hören wir mündlich erzählte Geschichten aus aller Welt und lassen uns von ihnen inspirieren.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

01.02.2025

## Ende

01.02.2025

## Kurstage

1

## Beginnzeit

16:00 Uhr

## Endzeit

18:30 Uhr

## Dauer

150 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Jugendhaus Kassianeum  
Brunogasse 2

## Zielgruppe

Kinder ab 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

## Referent/in

Rosemarie Mayer

Leni Leitgeb

## Gebühr

23 € pro Person inkl. Material

## Anmeldeschluss

20.01.2025

## Kursanbieter

Jugendhaus Kassianeum

## Detailseite zum Kurs

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/sitzkissen-filzen-mit-maerchen-1378/>

## Ansprechperson

Ingrid Fischnaller  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Yoga in der Mittagspause

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Nicht nur Stress im Beruf, sondern auch das Hasten von einem Ereignis zum nächsten in der Freizeit, kann sich gesundheitsschädlich auswirken. Nur durch einen Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, das "zur Ruhe kommen", kann der Organismus in ein gesundes Gleichgewicht zurückkehren. Im Kurs praktizieren wir leichte Bewegungsabläufe und atmen wieder so richtig tief und frei durch.

### Kursprache

Deutsch

### Beginn

20.06.2024

### Ende

11.07.2024

### Kurstage

4

### Beginnzeit

12:40 Uhr

### Endzeit

13:40 Uhr

### Dauer

240 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Meran  
Ortweinstr. 6

### Zielgruppe

Erwachsene allgemein

### Referent/in

Debora Costa

### Gebühr

44 €

### Anmeldeschluss

20.06.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Meine eigene Comic-Geschichte

### Familienwerkstatt

Themenbereich

Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

Gemeinsam gestalten wir einen spannenden Comic. Unter professioneller Anleitung lernen wir, wie wir unsere Ideen am besten umsetzen können – angefangen bei der Entwicklung der Handlung über das Zeichnen von Spezialeffekten, Landschaften und Tieren bis hin zur kreativen Darstellung von Emotionen und der Anfertigung von Sprechblasen.

Am Ende präsentiert jedes Paar seinen eigenen Comic. Dabei basiert die Geschichte auf einem vorgegebenen Grundgerüst

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

15.02.2025

### Ende

15.02.2025

### Kurstage

1

### Beginnzeit

14:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

180 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

### Zielgruppe

Kinder ab 9 in Begleitung eines Erwachsenen

### Referent/in

Simon Mayr

### Gebühr

30 € inkl. 22% Mwst. pro Person



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss  
05.02.2025

Kursanbieter  
Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/meine-eigene-comic-geschichte-1379/>

Ansprechperson  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## KI Seminarreihe: Modul 1 Grundlagen Künstliche Intelligenz

Themenbereich  
Internet und neue Technologien

### Kursbeschreibung

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Künstlichen Intelligenz (KI) mit dieser zukunftsweisenden Seminarreihe. Künstliche Intelligenz revolutioniert nicht nur die Art und Weise, wie wir Technologie nutzen, sondern prägt auch maßgeblich die Zukunft verschiedenster Branchen.

Egal, ob Sie aus der Technikbranche kommen, Unternehmer sind oder einfach Ihr Verständnis für diese zukunftsweisende Technologie vertiefen möchten – diese Seminarreihe bietet einen inspirierenden Einblick in die Welt der Künstlichen Intelligenz und ihre Auswirkungen auf unsere täglichen Aktivitäten und die Art und Weise, wie wir in Zukunft arbeiten werden.

Modul 1:

Grundlagen Künstliche Intelligenz

Einführung und Grundlagen

Machine Learning und Deep Learning

Überblick Anwendungen und Tools

Weitere Module dieser Seminarreihe sind:

Modul 2: Prompt-Engineering

ChatGPT und andere Sprachmodelle effizient nutzen

Wie optimiert man die Eingabeaufforderungen



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Praktische Anwendungen und Übungen

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Modul 3: ChatGPT – erweiterte Anwendungsmöglichkeiten

Unterschied GPT 3.5 vs 4.0

PlugIns effizient nutzen

Erweiterte Datenanalyse mit ChatGPT

Der Code-Interpreter und seine Möglichkeiten

### Modul 4: Bildgenerierung und Bearbeitung mit Hilfe von künstlicher Intelligenz

Grundlagen und Möglichkeiten

Wichtige Bildgenerierungstools

Prompting

### Modul 5: Videogenerierung und Bearbeitung mit Hilfe von künstlicher Intelligenz

Was ist heute bereits möglich

Vorstellung wichtiger Tools

Praktische Anwendungen und Beispiele

### Modul 6: Künstliche Intelligenz im Online-Marketing

Praktisches Modul in welchem Tools und Anregungen speziell für den Einsatz von künstlicher Intelligenz im Online Marketing gegeben werden

## Kurssprache

Deutsch

### Beginn

08.08.2024

### Ende

08.08.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

16:00 Uhr

### Dauer

360 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Meran

Ortweinstraße 6

## Zielgruppe

Erwachsene allgemein



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in  
Tatjana Finger

Gebühr  
234 €

Anmeldeschluss  
05.08.2024

Kursanbieter  
Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Wohlfühlzeit für die ganze Familie

Themenbereich  
Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

Wir erlernen eine einfache Rücken-, Hand- und Gesichtsmassage und dürfen sie gleich bei uns gegenseitig ausprobieren. Dabei werden ätherische Duftöle verwendet.

Mit Klangschalen begeben wir uns auf eine Fantasiereise durch den Körper. Sie bewirkt tiefe Entspannung und innere Harmonie, bedeutet Zeit für Ruhe und Geborgenheit. Durch den achtsamen Umgang mit uns selbst stärken wir Körper, Geist und Seele.

Kursprache  
Deutsch

Beginn  
01.02.2025

Ende  
01.02.2025

Kurstage  
1

Beginnzeit  
10:00 Uhr

Endzeit  
12:00 Uhr

Dauer  
120 Minuten

Beschreibung Zeit  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Ort

Jugendhaus Kassianeum  
Brunogasse 2

## Zielgruppe

Kinder ab 6 Jahren gemeinsam mit einem Erwachsenen

## Referent/in

Sylvia Weger

## Gebühr

18 € Kursbeitrag inkl. 22% Mwst. pro Person

## Anmeldeschluss

22.01.2025

## Kursanbieter

Jugendhaus Kassianeum

## Detailseite zum Kurs

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/wohlfuehlzeit-fuer-die-ganze-familie-1377/>

## Ansprechperson

Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

# Gut ankommen - sicher reden ohne Lampenfieber Rhetorik und Präsentationstechniken - Seminar

## Themenbereich

Rhetorik, Auftreten

## Kursbeschreibung

Der Weg hinaus auf die Bühne, zur Rede, zur Präsentation ist nicht immer einfach. Um dir diesen Weg zu erleichtern, gibt es grundsätzliche Regeln und Übungen, die du erlernen kannst. Für deinen Auftritt ist nicht nur der richtige Inhalt entscheidend, sondern auch eine gute, sichere Stimme, verständliche Aussprache, die richtige Atmung und Körperhaltung.

In diesem eintägigen Seminar wirst du auf angenehme Art und Weise vieles über Atmung und ihren Zusammenhang mit Lampenfieber und Sprechen erfahren, deine eigene Stimme entdecken, manches über richtige Körperhaltung hören, die Schritte zu einer guten Rede kennen lernen und den Weg hinaus erproben. Du erhältst Übungen zur Gelassenheit, die dich unterstützen, mit Lampenfieber umzugehen.

Außerdem bietet das Seminar einen Einblick in zwischenmenschliche Interaktionen und in den bewussteren Umgang mit deinen nonverbalen Kommunikationsmitteln. Um sich der eigenen Körpersprache, Gestik und Mimik bewusst zu werden, helfen Übungen und Improvisationen. Du erfährst in der Gruppe, wie du wirkst und in bestimmten Situationen nonverbal kommunizierst. Dies ebnet dir den Weg zu einer gelungenen Kommunikation.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

13.12.2024

## Ende

13.12.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

420 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

## Zielgruppe

Alle Interessierten

## Referent/in

Minu Ghedina

## Gebühr

81 € Frühbuchenpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.09.24

## Anmeldeschluss

02.12.2024

## Kursanbieter

Jugendhaus Kassianeum

## Detailseite zum Kurs

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/gut-ankommen-sicher-reden-ohne-lampenfieber-1372/>

## Ansprechperson

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

# Sicherheitskurs für Arbeitnehmer (niedriges, mittleres, hohe

## Themenbereich

Lernen, Berufsorientierung



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Ziel: Sie erwerben, bezogen auf Ihre Aufgabenbereiche und Ihren Arbeitsplatz, Grundkenntnisse zur Arbeitssicherheit und zum Gesundheitsschutz.

Programm: die vom Arbeitsplatz und vom Aufgabenbereich abhängigen Risiken sowie mögliche Gesundheitsschäden und Sicherheitsmaßnahmen; Rechte und Pflichten der Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen am Arbeitsplatz im Bereich Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz.

Referent\*in: Fachexperten für Arbeitssicherheit

Ort: Bozen

Dauer: 8 Stunden für niedriges Risiko, 12 Stunden für mittleres Risiko, 16 Stunden für hohes Risiko, jeweils 8.30-17.30 Uhr

Gebühr: 68 € (niedriges Risiko), 92 € (mittleres Risiko), 116 € (hohes Risiko) plus eine Stempelmarke zu 16 € für das Ausstellen der Teilnahmebestätigung.

Veranstalter: Landesberufsschule für Handwerk und Industrie, Bozen

Anmerkungen: Es besteht eine Anwesenheitspflicht von mindestens 90 %.

## Kurssprache

Beginn

21.10.2024

Ende

22.10.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

08:30 Uhr

Endzeit

17:30 Uhr

Dauer

0 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe

Arbeitnehmer\*innen

Referent/in

Andreas Moser

Gebühr

1 €

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Kursanbieter  
Landesberufsschule für Handwerk und  
Industrie, Bozen

Ansprechperson  
TBD -  
Tel.  
Email [weiterbildung@berufsschule.bz](mailto:weiterbildung@berufsschule.bz)



Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

Detailseite zum Kurs  
<https://app1.civis.bz.it/auth-sfsf-citizen.aspx?destUrl=10353>