



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Dem Leben Gestalt verleihen Gestalttherapeutische Jahresgruppe

### Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

In unmittelbaren Begegnungen sich neu ausrichten, sich entfalten, eigene Lebendigkeit fördern. In einer vertrauten und unterstützenden Atmosphäre können alte festgefahrene Muster aufgegeben werden, oft einhergehend mit Humor, unerwarteten Einsichten. Die Weisheit einer Gruppe nutzen. Raum für berufliche wie persönliche Themen, Ressourcen stärken .. Die Resonanz einer Gruppe in geschütztem und unterstützendem Rahmen bringen eine Entwicklung in Gang, die inneres Wachstum, Sinnfindung und eigene Lebendigkeit fördert.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

05.09.2023

### Ende

11.06.2024

### Kurstage

281

### Beginnzeit

19:30 Uhr

### Endzeit

21:30 Uhr

### Dauer

1800 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

GestaltAkademie Südtirol  
Claudia-de'-Medici-Str. 1a

### Zielgruppe

Personen, die sich verändern und ihre Hindernisse begreifen möchten, Menschen, die Kontakt zu ihren Stärken und Fähigkeiten erlangen wollen, Personen, die Unterstützung und Zentrierung im Alltag suchen

### Referent/in

Georg Pernter

### Gebühr

65 € pro Treffen

### Anmeldeschluss

05.09.2023



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
GestaltAkademie Südtirol

Detailseite zum Kurs  
<http://gestaltakademie-suedtirol.it/aktuelle-angebote/jahresgruppe-gestalt.html>

Ansprechperson  
Georg Pernter  
Tel. 3490596819  
Email [info@gestaltakademie-suedtirol.it](mailto:info@gestaltakademie-suedtirol.it)

## Wie kann ich mein Leben leichter machen? "The Work" von Byro

Themenbereich  
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

"The Work" eröffnet die spannende Möglichkeit in unserem eigenen Denken die Perspektive zu wechseln. Anhand von Beispielen spüren wir stressige Gedanken auf, die uns die Arbeit und das Leben schwermachen. Jeder Stress verursacht eine Anspannung im Körper, diese verringert unsere Energie, hindert unsere Beweglichkeit und stört unsere emotionale Gesundheit. Durch eine behutsame Begleitung gelingt es, festgefahrene Muster und Emotionen zu lockern und Verspannungen aufzulösen. Diese intensive Beschäftigung mit unseren Gedanken und deren Auswirkungen soll zu mehr Frieden, Freiheit und Selbstbewusstsein führen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
08.06.2024

Ende  
08.06.2024

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:30 Uhr

Dauer  
450 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Bozen  
Schlernstraße 1

Zielgruppe

Referent/in  
Helga Huber



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.reteCivica.bz.it

## Gebühr

159 €

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS  
SUEDTIROL

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it