



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Cusanus.Männertreff: Mann und Gesundheit

### Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

In gemütlicher Stammtischatmosphäre reden wir über Themen, die Männer beschäftigen, die aber leider oft viel zu wenig Platz in unserem Leben finden.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

30.05.2024

### Ende

30.05.2024

### Kurstage

0

### Beginnzeit

19:00 Uhr

### Endzeit

20:30 Uhr

### Dauer

90 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

### Zielgruppe

Männer, Interessierte

### Referent/in

Matthias Oberbacher

### Gebühr

0 € kostenlos

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Cusanus Akademie

### Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/cusanus-m%C3%A4nnertreff-mann-und-gesundheit/31-19118.html>

### Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Cusanus.Sommer - Trommel, Spiel und Spaß für Grundschul Kinder

Themenbereich  
Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

Die Djembe (Trommel) ist ein beliebtes Instrument, das sich für Kinder besonders eignet. Durch das Trommeln lernen sie, Gefühle und Stimmungen wahrzunehmen und ihnen Ausdruck zu verleihen.

Kursprache  
Deutsch

Beginn  
26.08.2024

Ende  
30.08.2024

Kurstage  
5

Beginnzeit  
00:00 Uhr

Endzeit  
00:00 Uhr

Dauer  
1500 Minuten

### Beschreibung Zeit

<br />MO 26.08. - FR 30.08.2024<br />jeweils 9 - 14 Uhr (Gleitzeit 8.30 - 9 Uhr)

### Ort

Zielgruppe  
Interessierte

Referent/in  
Abdel El Abchi

Gebühr  
150 € inkl. Mittagessen. Geschwisterkind 130 €

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs  
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/cusanus-sommer-trommel-spiel-und-spa%C3%9F/27-18999.html>

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Cusanus.Sommer - Trommel, Spiel und Spaß Kopie für Grundschul Kinder

Themenbereich  
Familie und Kinder

## Kursbeschreibung

Die Djembe (Tontrommel) ist ein beliebtes Instrument, das sich für Kinder besonders eignet. Durch das Trommeln lernen sie, Gefühle und Stimmungen wahrzunehmen und ihnen Ausdruck zu verleihen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
19.08.2024

Ende  
23.08.2024

Kurstage  
5

Beginnzeit  
00:00 Uhr

Endzeit  
00:00 Uhr

Dauer  
1500 Minuten

## Beschreibung Zeit

<br />MO 19.08. - FR 23.08.2024<br />jeweils 9 - 14 Uhr (Gleitzeit 8.30 - 9 Uhr)

## Ort

Zielgruppe  
Interessierte

Referent/in  
Abdel El Abchi

Gebühr  
150 € inkl. Mittagessen. Geschwisterkind 130 €



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs  
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/cusanus-sommer-trommel-spiel-und-spa%C3%9F-kopie/27-18998.html>

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Ehevorbereitung

Themenbereich  
Partnerschaft

### Kursbeschreibung

Vor dem Hintergrund, eine verbindliche Lebensentscheidung zu treffen und „in der Kirche“ zu heiraten, bietet die Ehevorbereitung Zeit zum Innehalten, Impulse für die Beziehung, Raum zu Reflexion und Motivation und Zeit für die Beziehung.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
13.09.2024

Ende  
15.09.2024

Kurstage  
0

Beginnzeit  
00:00 Uhr

Endzeit  
00:00 Uhr

Dauer  
900 Minuten

### Beschreibung Zeit

<br />FR 13.09. - SO 15.09.2024<br />Kurszeiten<br />FR 16 - 22 Uhr<br />SA 9 - 17.30 Uhr<br />SO 9 - 12 Uhr

Ort

Zielgruppe  
Paare

Referent/in  
Elisabeth Hickmann

Johann Parigger



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it  
Thomas Hickmann

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Julian Stuefer

## Gebühr

140 € pro Paar inklusive Abendessen am Freitag

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Cusanus Akademie

## Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/ehevorbereitung/30-15792.html>

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Ehevorbereitung

## Themenbereich

Partnerschaft

## Kursbeschreibung

Vor dem Hintergrund, eine verbindliche Lebensentscheidung zu treffen und „in der Kirche“ zu heiraten, bietet die Ehevorbereitung Zeit zum Innehalten, Impulse für die Beziehung, Raum zu Reflexion und Motivation und Zeit für die Beziehung.

## Kursprache

Deutsch

## Beginn

10.05.2024

## Ende

12.05.2024

## Kurstage

0

## Beginnzeit

00:00 Uhr

## Endzeit

00:00 Uhr

## Dauer

900 Minuten

## Beschreibung Zeit

<br />FR 10.05. - SO 12.05.2024<br />Kurszeiten:<br />FR 16 - 22 Uhr<br />SA 9 - 17.30 Uhr<br />SO 9 - 12 Uhr

## Ort



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Zielgruppe

Paare

## Referent/in

Julian Stuefer

Johann Parigger

Verena Thalmann

Johanna Pichler

## Gebühr

140 € pro Paar inklusive Abendessen am Freitag

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Cusanus Akademie

## Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/ehevorbereitung/30-15868.html>

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Ehevorbereitung

## Themenbereich

Partnerschaft

## Kursbeschreibung

Vor dem Hintergrund, eine verbindliche Lebensentscheidung zu treffen und „in der Kirche“ zu heiraten, bietet die Ehevorbereitung Zeit zum Innehalten, Impulse für die Beziehung, Raum zu Reflexion und Motivation und Zeit für die Beziehung.

## Kursprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
18.10.2024

**Ende**  
20.10.2024

**Kurstage**  
0

**Beginnzeit**  
00:00 Uhr

**Endzeit**  
00:00 Uhr

**Dauer**  
900 Minuten

### Beschreibung Zeit

<br />FR 18.10. - SO 20.10.2024<br />Kurszeiten<br />FR 16 - 22 Uhr<br />SA 9 - 17.30 Uhr<br />SO 9 - 12 Uhr

### Ort

### Zielgruppe

Paare

### Referent/in

Johanna Pichler

Johann Parigger

Julian Stuefer

Verena Thalmann

### Gebühr

140 € pro Paar inklusive Abendessen am Freitag

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Cusanus Akademie

### Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/ehevorbereitung/30-15793.html>

### Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Geburtsvorbereitung kompakt Wochenendkurs für Paare

Themenbereich  
Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

Die Schwangerschaft ist eine aufregende und bewegende Phase, in der viele Fragen rund um das Elternwerden, um die Geburt und die erste Zeit mit dem Baby entstehen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
25.05.2024

Ende  
26.05.2024

Kurstage  
2

Beginnzeit  
00:00 Uhr

Endzeit  
00:00 Uhr

Dauer  
780 Minuten

### Beschreibung Zeit

<br />SA 25.05. - SO 26.05.2024<br />jeweils 9 - 17 Uhr

### Ort

Zielgruppe  
Eltern

Referent/in  
Silvia Weisteiner

Sara Ottaviani

Gebühr  
120 € pro Paar

Anmeldeschluss  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs  
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/geburtsvorbereitung-kompakt/27-18729.html>

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Gesichtsgymnastik: entspannend, wirkungsvoll und wohltuend

## Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

## Kursbeschreibung

Fitness fürs Gesicht nützt mehr als jede Faltencreme. Es ist für viele Menschen ganz natürlich zu joggen oder ins Fitnessstudio zu gehen, warum sollte man nicht das Gesicht trainieren?

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

08.05.2024

## Ende

08.05.2024

## Kurstage

0

## Beginnzeit

18:00 Uhr

## Endzeit

21:30 Uhr

## Dauer

210 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

## Zielgruppe

Frauen, Interessierte

## Referent/in

Stefanie Lepiorz Borghini

## Gebühr

45 €



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs  
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/gesichtsgymnastik-entspannend-wirkungsvoll-und-wohltuend/27-18726.html>

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Kleidertauschparty – Swap Party

Themenbereich  
Umwelt, Ökologie

Kursbeschreibung

Kaufrausch war gestern: Das moderne Zauberwort heißt tauschen. Ergattern Sie Ihr neues Lieblingsstück, ohne etwas zu bezahlen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
09.05.2024

Ende  
09.05.2024

Kurstage  
0

Beginnzeit  
19:00 Uhr

Endzeit  
22:00 Uhr

Dauer  
180 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe  
Interessierte

Referent/in  
Christine Wagner



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Gebühr

5 € / Anmeldung erforderlich!

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Cusanus Akademie

### Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/kleidertauschparty-swap-party/27-18727.html>

### Ansprechperson

Tel.

Email

## Narzissmus, seine Auswirkungen und wie wir uns schützen Logotherapie nach Viktor E. Frankl persönlich und sinnvoll anwenden

### Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

Die Möglichkeit, Sinn und Zufriedenheit zu finden, ist jedem Menschen möglich. Die Basis dazu sind Vertrauen und die Stärkung persönlicher Fähigkeiten. Im Seminar geht es darum, wie man die Logotherapie als Wegweiser für das eigene Leben anwenden kann.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

10.05.2024

### Ende

11.05.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

00:00 Uhr

### Endzeit

00:00 Uhr

### Dauer

660 Minuten

### Beschreibung Zeit

<br />FR 10.05. - SA 11.05.2024<br />Kurszeiten<br />FR 15 - 20 Uhr<br />SA 9 - 17 Uhr

### Ort

### Zielgruppe

Interessierte, Personen die in pädagogischen Berufen arbeiten, Personen in Gesundheitsberufen



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in  
Inge Patsch

Gebühr  
180 €

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs  
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/narzissmus-seine-auswirkungen-und-wie-wir-uns-sch%C3%Bctzen/33-19066.html>

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Rio Abierto: Fachgruppen für Trainer\*innen

Themenbereich  
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung  
Arbeitsgruppen mit verschiedenen TrainerInnen aus dem In- und Ausland: Wohin geht der Weg und welches ist der leuchtende Kern, der wegweisende Gültigkeit hat? Möglichkeiten und Grenzen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn	Ende	Kurstage
11.07.2024	12.07.2024	0

Beginnzeit	Endzeit	Dauer
00:00 Uhr	00:00 Uhr	480 Minuten

Beschreibung Zeit  
<br />DO 11.07. - FR 12.07.2024<br />Kurszeiten<br />DO 15 - 19 Uhr<br />FR 9 - 13 Uhr <br />

Ort



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
Interessierte, Trainer/innen

Referent/in  
Sonja Seppi

Gebühr  
60 €

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs  
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/rio-abierto-fachgruppen-f%C3%BCr-trainer-innen/27-19165.html>

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Rio Abierto: Lebendige Präsenz für aktive Trainer\*innen

### Die Arbeit an sich selbst – „Trabajo sobre sí“ als Basis für die Arbeit mit Menschen

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Workshop mit Viviana Britos aus Buenos Aires

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
08.07.2024

Ende  
10.07.2024

Kurstage  
0

Beginnzeit  
00:00 Uhr

Endzeit  
00:00 Uhr

Dauer  
1290 Minuten

Beschreibung Zeit  
<br />MO 08.07. - MI 10.07.2024<br />MO 16 - 21 Uhr<br />DI und MI 9 - 19 Uhr

Ort



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Zielgruppe

Trainer/innen, Personen die in pädagogischen Berufen arbeiten, Interessierte

## Referent/in

Viviana Britos

## Gebühr

220 € Mitglieder zahlen 190,00€

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Cusanus Akademie

## Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/rio-abierto-lebendige-pr%C3%A4senz/33-19160.html>

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Rio Abierto: Spezialisierung für Trainer\*innen in Ausbildung

Thema: Von der mechanischen Persönlichkeit zum lebendigen Sein.

## Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

## Kursbeschreibung

Ziel von Rio Abierto ist es, über Musik und Bewegung sich selbst näher zu kommen und zwischenmenschliche Begegnung auf grundlegende Weise zu fördern und zu ermöglichen. Es ist eine Möglichkeit, Kontemplation in Aktion zu üben.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

11.07.2024

## Ende

12.07.2024

## Kurstage

0

## Beginnzeit

00:00 Uhr

## Endzeit

00:00 Uhr

## Dauer

795 Minuten

## Beschreibung Zeit

<br />DO 11.07. - FR 12.07.2024<br />Kurszeiten<br />DO 9 - 19 Uhr<br />FR 9 - 14 Uhr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort

## Zielgruppe

Trainer/innen, Interessierte

## Referent/in

Viviana Britos

## Gebühr

90 €

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Cusanus Akademie

## Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/rio-abierto-spezialworkshop-f%C3%BCr-trainer-innen-in-ausbildung/33-19161.html>

## Ansprechperson

Tel.

Email

# Selbsthilfe bei Schmerzen

## Engpassdehnungen von Liebscher & Bracht®

### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Regelmäßig ausgeführte Engpassdehnungen befreien von hartnäckigen schmerzenden Verspannungen und beugen neuen Verfilzungen der Faszien vor.

### Kursprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn	Ende	Kurstage
11.05.2024	11.05.2024	1
Beginnzeit	Endzeit	Dauer
09:00 Uhr	17:00 Uhr	390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe

Interessierte

Referent/in

Stefanie Lepiorz Borghini

Gebühr

95 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/selbsthilfe-bei-schmerzen/27-18728.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

## staunen - sein - lachen: Humor und Achtsamkeit im Alltag

Der Clown bringt ein großes Ja! zum Leben

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Praktische Methoden aus Clownerie und Coaching, Körper- und Achtsamkeitsübungen, Wissenswertes über Humor und Achtsamkeit, sowie Reflexion und Austausch begleiten uns durch das Wochenende.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

31.05.2024

## Ende

01.06.2024

## Kurstage

0

## Beginnzeit

00:00 Uhr

## Endzeit

00:00 Uhr

## Dauer

660 Minuten

## Beschreibung Zeit

<br />FR 31.05. – SA 01.06.2024<br />Kurszeiten:<br />FR 15 – 21 Uhr<br />SA 9 – 17 Uhr

## Ort

## Zielgruppe

Interessierte

## Referent/in

Constanze Moritz

## Gebühr

125 € ohne Unterkunft und Verpflegung

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Cusanus Akademie

## Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/staunen-sein-lachen-humor-und-achtsamkeit-im-alltag/30-19240.html>

## Ansprechperson

Tel.

Email

## Weltsynode

## Themenbereich

Religion, Glaube, Spirituelles



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Marco Politi, Vatikan-Experte und Autor sowie Pfr. Michael Berentzen, Mitarbeiter in der Leitung der Welsynode, werden am Vormittag von ihren Erfahrungen mit der Welsynode berichten, von den Herausforderungen und den Früchten dieses Weges.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

01.06.2024

## Ende

01.06.2024

## Kurstage

0

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

16:30 Uhr

## Dauer

450 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

## Zielgruppe

Interessierte

## Referent/in

Benedetta Michelini

## Gebühr

0 € gebührenfrei

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Cusanus Akademie

## Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/welsynode/27-19372.html>

## Ansprechperson

Tel.

Email