



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Berge verbinden: Vahrner See – Neustift - Törggelen

Wanderung von Vahrn zum Vahrner See und nach Neustift

Themenbereich

Mitwelt, Frieden, Eine Welt

Kursbeschreibung

Eine gemeinsame Wanderung, ein Austausch zwischen „einheimischen“ und „neuen“ Südtiroler:innen über unsere Erfahrungen in den Bergen, in der Natur, im Bereich der Kultur.

Treffpunkt: Zugbahnhof Bozen um 9:15 Uhr (Abfahrt mit dem Zug nach Brixen um 9:32 Uhr), Bahnhof Brixen um 10:00 Uhr (Abfahrt mit dem Bus 310 nach Vahrn um 10:10 Uhr)

Mitbringen: Eine Jause, Wasser, Sitzunterlage, gute Schuhe, Regenschutz, Südtirol Pass / Abo+ bzw. Ticket

Infos: Der Wanderweg ist auch für Kinder geeignet, aber nicht für Kinderwagen.

Wegbeschreibung: Wir spazieren von Vahrn über den Kastanienweg (Keschnweg) zum Vahrner See. Dort machen wir einen kleinen Aufenthalt und essen unsere Mittagsjause. Der Rückweg verläuft durch das Riggertal nach Neustift und dann nach Brixen. Auf dem Weg werden wir einkehren und Kastanien essen.

Kurssprache

Deutsch, Italienisch

Beginn

13.10.2024

Ende

13.10.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

480 Minuten

Beschreibung Zeit

Anmeldung: erforderlich! Die Plätze sind begrenzt.

Anmeldung über E-Mail (Betreff: „Neustift“. Bitte auch Name und Telefonnummer angeben)

Ort

Zielgruppe

Referent/in

Referenten verschiedene

Gebühr



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

13.10.2024

Kursanbieter

14.3. Amt für Weiterbildung

Detailseite zum Kurs

https://www.provinz.bz.it/bildung-sprache/weiterbildung/initiativen-deutschsprachige-weiterbildung.asp?evts_action=4&evts_article_id=172777

Ansprechperson

Tel.

Email

BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur Partschinser Wasserfall Das Naturheilverfahren für gesteigertes Wohlbefinden

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Unter Klimatherapie versteht man die Anwendung natürlicher Wetter- und Klimafaktoren zu therapeutischen Zwecken. Der gezielte Einsatz von (kühler) Luft, Wind und Sonne trainiert das Immunsystem, steigert die Leistungsfähigkeit und hilft bei chronischen Erkrankungen von Haut und Atemwegen, Stoffwechselerkrankungen, Osteoporose, saisonaler Depression sowie Herz- und Kreislaufpathologien.

Das besondere Mikroklima am Partschinser Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.

Frische Gebirgsluft, Sonne und angenehm kühler Wind sind die gesundheitsfördernden Begleiter dieser Wanderung, die vom Ortskern durch Obstwiesen und Laubwald hinauf zum Partschinser Wasserfall führt. Tösendes Rauschen und feinsten Sprühnebel kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.

Kurssprache

Englisch, Italienisch, Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn 02.10.2024	Ende 30.10.2024	Kurstage 5
Beginnzeit 09:00 Uhr	Endzeit 13:00 Uhr	Dauer 240 Minuten

Beschreibung Zeit

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Ort

Partschins und Partschinser Wasserfall
Spaureggstraße 10

Zielgruppe

Gestresste Menschen, durch aktuellen Lebensstil "Gefährdete", Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen

Referent/in

Braunhofer Franziska

Gebühr

30 € Teilnahmegebühr

Anmeldeschluss

30.10.2024

Kursanbieter

Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-wanderung-zum-luftkurort-partschinser-wasserfall-3490/>

Ansprechperson

Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

EINFÜHRUNGSKURS FÜR MENTOREN

menschliche Unterstützung für Mitmenschen

Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung

unabhängig vom Ausgang einer Krise, wissen krisenerfahrene Unternehmer*innen/Führungskräfte/Freiberufler*innen am besten, wie es sich anfühlt, wenn man nicht mehr ein noch aus weiß. Ihre Erfahrung kann für andere



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Unternehmer*innen/Führungskräfte/Freiberufler*innen der erste Schritt aus der Ohnmacht sein. In einer zweitägigen Weiterbildung lernen Sie anhand von Theorieinputs, Beispielen, Übungen und Rollenspielen die Grundlagen von Kommunikation und Gesprächsführung sowie personenzentrierter Beratung kennen, können diese erfahren und sich darin „üben“. Ziel der Ausbildung ist es, morgen anderen Unternehmer*innen/ Führungskräfte/ Freiberufler*innen und Menschen über eine schwierige Situation hinweg helfen zu können.

Kurssprache

Italienisch, Deutsch

Beginn

13.06.2024

Ende

14.06.2024

Kurstage

2

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

780 Minuten

Beschreibung Zeit

Mittagspause von 12:30 - 14:00

Ort

ZENTRUM TAU
Pillhofstrasse 37

Zielgruppe

Unternehmer*Innen, Führungskräfte, Mitarbeiter, Freiberufler und Interessierte

Referent/in

Renate Dr. Ausserbrunner

Gebühr

0 €

Anmeldeschluss

12.06.2024

Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs

<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/kommunikation>

Ansprechperson

Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Espresso, Cappuccino e Latte Art

Themenbereich

Kochen, Essen, Trinken

Kursbeschreibung

In questo workshop imparerete tutto quello che si deve sapere sul caffè! Inoltre il pomeriggio vedrete come si fa il cappuccino perfetto e imparerete come decorarlo con la tecnica "latte art"!

Kurssprache

Deutsch, Englisch, Italienisch

Beginn

12.06.2024

Ende

12.06.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

14:00 Uhr

Dauer

300 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Via Macello 59 59a

Zielgruppe

Esperti di gusto

Referent/in

Stefano Urru

Gebühr

315 € Quota di partecipazione

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
HGV - Service Genossenschaft

Detailseite zum Kurs
<https://www.gustelier.it/de/events-und-workshops/espresso-cappuccino-e-latte-art-397>

Ansprechperson
Gustelier atelier del gusto
Tel. +390471317777
Email info@gustelier.it

Berge verbinden - Auf dem Milchsteig zur Fane Alm

Wanderung mit Infos zur Südtiroler Milchwirtschaft führt zur Fane Alm, dem schönsten Almendorf Südtirols.

Themenbereich
Mittwelt, Frieden, Eine Welt

Kursbeschreibung

Eine gemeinsame Wanderung, ein Austausch zwischen „einheimischen“ und „neuen“ Südtiroler:innen über unsere Erfahrungen in den Bergen, in der Natur, im Bereich der Kultur.

Treffpunkt: Zugbahnhof Bozen um 8:45 Uhr (Abfahrt mit dem Zug nach Franzensfeste um 9:02 Uhr), Bahnhof Franzensfeste um 9:45 Uhr (Abfahrt mit dem Zug nach Mühlbach um 9:51 Uhr, Zugbahnhof Mühlbach um 10:00 Uhr)

Mitbringen: Eine Jause, Wasser, Sitzunterlage, gute Schuhe, Regenschutz, Südtirol Pass / Abo+ bzw. Ticket

Infos: Der Wanderweg ist auch für Kinder geeignet, aber nicht für Kinderwagen

Wegbeschreibung: Wir fahren mit dem Zug und Bus bis nach Vals. Von dort wandern wir dann auf dem „Milchsteig“ zum Almendorf Fane. An diesem schönen Ort essen wir unsere Mittagsjause.

Anmeldung: erforderlich! Die Plätze sind begrenzt.

Anmeldung über E-Mail (Betreff: „Fane Alm“. Bitte auch Name und Telefonnummer angeben)

Kurssprache
Italienisch, Deutsch

Beginn
09.06.2024

Ende
09.06.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
480 Minuten

Beschreibung Zeit

Anmeldung: erforderlich! Die Plätze sind begrenzt.

Anmeldung über E-Mail (Betreff: „Fane Alm“. Bitte auch Name und Telefonnummer angeben)



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort

Zielgruppe

Referent/in

Referenten verschiedene

Gebühr

Anmeldeschluss

09.06.2024

Kursanbieter

14.3. Amt für Weiterbildung

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur-Nachtwanderung Wasserfall Mit allen Sinnen durch die Natur

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Zu einer gelungenen Wanderung gehört die schöne Landschaft, in der man sich grundsätzlich sicher fühlt und der Reiz der ständigen Neuentdeckung von äußerer wie innerer Natur. Nicht nur unsere Fantasie, sondern auch unsere Sinne sind bei einer Nachtwanderung in besonderer Weise gefordert. Auf die Dunkelheit reagieren vor allem Geruchs- und Gehörsinn mit geschärfter Wahrnehmung. Zudem wandert es sich nachts leichter. Das Ziel ist vorab nicht zu erkennen, und durch den Rhythmus des Schrittes haben die Gedanken freien Lauf.

Die nächtliche Variante der Klimatherapie-Wanderung führt durch die dunkle Natur hinauf zum Partschiner Wasserfall. Tosendes Rauschen und feinsten Sprühnebel kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Das besondere Mikroklima am Partschinser Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kurssprache

Deutsch, Englisch, Italienisch

Beginn

05.06.2024

Ende

25.09.2024

Kurstage

17

Beginnzeit

20:30 Uhr

Endzeit

23:30 Uhr

Dauer

180 Minuten

Beschreibung Zeit

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Ort

Partschins und Partschinser Wasserfall
Spaureggstraße 10

Zielgruppe

Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen und potentiell "Gefährdete"

Referent/in

Claudia Gilli

Gebühr

30 € Teilnahmegebühr

Anmeldeschluss

25.09.2024

Kursanbieter

Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-nachtwanderung-zum-luftkurort-partschins-wasserfall-5684/>

Ansprechperson

Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Heutzutage. Zwölf Geschichten - Filmabend mit Diskussion

Neue Minderheiten erweitern in Südtirol die Grenzen eines historisch dreisprachigen Landes.

Themenbereich

Politik, öffentliches Leben

Kursbeschreibung

Südtirol ist seit langer Zeit von der Anwesenheit verschiedener sprachlicher und kultureller Minderheiten gekennzeichnet; manchmal treffen sie sich, manchmal leben sie allerdings nebeneinander ohne sich wirklich zu begegnen. Südtirol ist aber auch seit jeher ein Durchzugsland und damit durch die Anwesenheit Fremder geprägt.

Heute ist dieses Land, wie übrigens ein Gutteil Europas, aber auch Schauplatz unaufhaltsamer sozialer und demografischer Veränderungen und einer neuen multiethnischen Vielfalt, die sich mit der starren Aufteilung Deutsche/Italiener auseinandersetzen muss. Diese neue Präsenz prägt immer mehr das Erscheinungsbild der Städte und zumindest teilweise auch der Dörfer.

Wie leben die 'einheimischen' Südtiroler*innen diese neue Realität, was denken die 'neuen'? Die Veränderung passiert vor unseren Augen, ist eigentlich schon geschehen: Werden wir von diesem unaufhaltbaren Prozess überrollt oder können und wollen wir ihn gemeinsam gestalten?

In dieser Reihe von Veranstaltungen schauen wir uns den Film „Heutzutage. Zwölf Geschichten“ an und suchen dann ausgehend von Fragen nach möglichen Antworten. Wir gehen dabei von der Annahme aus, dass niemand die Antworten auf die vielen Fragen hat, die diese neue Realität aufwirft. Deshalb wollen wir vor allem zuhören und verstehen, was der jeweils 'Fremde' und der 'Andersdenkende' im offenen Austausch sagt und denkt.

Der Film 'Heutzutage. Zwölf Geschichten' ist eine Reise von Brenner nach Rovereto, in dem anhand persönlicher Geschichten Beispiele des Zusammenlebens und der Integration sowie verschiedene Sichtweisen auf die Realität aufgezeigt werden. 12 Protagonisten unterschiedlichen Alters, unterschiedlicher Bildung, Nationalität und Kultur erzählen von sich, ihrem Identitätsgefühl und ihrer Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft. Unter ihnen zwei Jugendliche nordafrikanischer Herkunft aus Rovereto, eine pakistanische Mutter, die als Freiwillige gegen die Einsamkeit und die Ausgrenzung der anderen Frauen kämpft. Der Bürgermeister von Franzensfeste, 30 % Ausländer, 27 unterschiedliche Nationalitäten, der die Gemeinschaft zusammenzuhalten versucht. Zwei ältere Südtiroler Künstler, Zeugen der Jahre des ethnischen Konflikts.

Kurssprache

Italienisch, Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
05.06.2024

Ende
05.06.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
20:45 Uhr

Endzeit
22:45 Uhr

Dauer
120 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brennerstr.

Zielgruppe

Referent/in

Referenten verschiedene

Gebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

14.3. Amt für Weiterbildung

Detailseite zum Kurs

<https://www.provinz.bz.it/bildung-sprache/weiterbildung/initiativen-projekte.asp>

Ansprechperson

Tel.

Email

Heutzutage. Zwölf Geschichten - Filmabend mit Diskussion

Neue Minderheiten erweitern in Südtirol die Grenzen eines historisch dreisprachigen Landes.

Themenbereich

Politik, öffentliches Leben

Kursbeschreibung

Südtirol ist seit langer Zeit von der Anwesenheit verschiedener sprachlicher und kultureller Minderheiten gekennzeichnet; manchmal treffen sie sich, manchmal leben sie allerdings nebeneinander ohne sich wirklich zu begegnen. Südtirol ist aber auch seit jeher ein Durchzugsland und damit durch die Anwesenheit Fremder geprägt.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Heute ist dieses Land, wie übrigens ein Gutteil Europas, aber auch Schauplatz unaufhaltsamer sozialer und demografischer Veränderungen und einer neuen multiethnischen Vielfalt, die sich mit der starren Aufteilung Deutsche/Italiener auseinandersetzen muss. Diese neue Präsenz prägt immer mehr das Erscheinungsbild der Städte und zumindest teilweise auch der Dörfer.

Wie leben die 'einheimischen' Südtiroler*innen diese neue Realität, was denken die 'neuen'? Die Veränderung passiert vor unseren Augen, ist eigentlich schon geschehen: Werden wir von diesem unaufhaltbaren Prozess überrollt oder können und wollen wir ihn gemeinsam gestalten?

In dieser Reihe von Veranstaltungen schauen wir uns den Film „Heutzutage. Zwölf Geschichten“ an und suchen dann ausgehend von Fragen nach möglichen Antworten. Wir gehen dabei von der Annahme aus, dass niemand die Antworten auf die vielen Fragen hat, die diese neue Realität aufwirft. Deshalb wollen wir vor allem zuhören und verstehen, was der jeweils 'Fremde' und der 'Andersdenkende' im offenen Austausch sagt und denkt.

Der Film 'Heutzutage. Zwölf Geschichten' ist eine Reise von Brenner nach Rovereto, in dem anhand persönlicher Geschichten Beispiele des Zusammenlebens und der Integration sowie verschiedene Sichtweisen auf die Realität aufgezeigt werden. 12 Protagonisten unterschiedlichen Alters, unterschiedlicher Bildung, Nationalität und Kultur erzählen von sich, ihrem Identitätsgefühl und ihrer Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft. Unter ihnen zwei Jugendliche nordafrikanischer Herkunft aus Rovereto, eine pakistanische Mutter, die als Freiwillige gegen die Einsamkeit und die Ausgrenzung der anderen Frauen kämpft. Der Bürgermeister von Franzensfeste, 30 % Ausländer, 27 unterschiedliche Nationalitäten, der die Gemeinschaft zusammenzuhalten versucht. Zwei ältere Südtiroler Künstler, Zeugen der Jahre des ethnischen Konflikts.

Kurssprache

Italienisch, Deutsch

Beginn

30.05.2024

Ende

30.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

20:45 Uhr

Endzeit

22:45 Uhr

Dauer

120 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Kortscherstr. 97

Zielgruppe

Referent/in

Referenten verschiedene



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
14.3. Amt für Weiterbildung

Detailseite zum Kurs
<https://www.provinz.bz.it/bildung-sprache/weiterbildung/initiativen-projekte.asp>

Ansprechperson

Tel.
Email

PSYCHISCHE GESUNDHEIT AM ARBEITSPLATZ

Fortbildung "Erste Hilfe für die Seele"

Themenbereich
Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung

Was tun, wenn Sie merken, dass es Ihrer Mitarbeiterin, Ihrem Mitarbeiter nicht gut geht, er/sie belastet ist, unter Stress und Druck steht, aus beruflichen oder auch privaten Gründen. Hinschauen ist wichtig, ansprechen ist wichtig, oft wird es aber aus Unsicherheit nicht gemacht. Dabei kann ein offenes Ohr, das Hinzuziehen von professioneller Hilfe aus seelischer Not helfen, letztlich sogar Leben retten. Wie können sie mit solchen Situationen umgehen, wie können Sie diese Gespräche offen, klar, wertschätzend und achtsam führen und was können Sie ganz allgemein für ein gutes, gesundheitsförderndes Arbeitsklima tun. Mit diesen Fragen und Ihren Themen und Anliegen beschäftigen wir uns in diesem Einführungskurs.

Kurssprache
Deutsch, Italienisch

Beginn
22.05.2024

Ende
22.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
390 Minuten

Beschreibung Zeit
Mittagspause von 12:30 - 14:00 Uhr

Ort
ZENTRUM TAU
Pillhofstrasse 37

Zielgruppe
Unternehmer*Innen, Führungskräfte, Mitarbeiter*Innen, Freiberufler*Innen und Interessierte



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Renate Sr. Ausserbrunner

Gebühr
175 €

Anmeldeschluss
21.05.2024

Kursanbieter
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs
<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/kommunikation>

Ansprechperson
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

Energiepolitik: Das Trilemma Klimaziele, Markteffizienz und Sozialverträglichkeit

Themenbereich
Pädagogik und Erwachsenenbildung

Kursbeschreibung

Die Energiepolitik ist ein zentraler Baustein des EU-Green Deal, der zur Umsetzung der Ziele der Klimakonferenz in Paris 2015 aufgelegt wurde. Bis 2030 wird eine Emissionsreduzierung um 55% angepeilt, gepaart mit der Steigerung des Anteils an erneuerbaren Energien von 30% auf 42,5% und der Energieeffizienz von 32,5% auf 39%. Das Seminar dient dazu, die Eckdaten der laufend aktualisierten Energiepolitik der EU zu vermitteln und an Beispielen nationaler Klimapläne und Energiestrategien Einblick in die Veränderung der Marktmechanismen und die sozialen Auswirkungen der damit verbundenen technischen, organisatorischen und marktspezifischen Umgestaltungsprozesse zu gewinnen

Kursprache

Englisch, Deutsch, Italienisch

Beginn
16.05.2024

Ende
17.05.2024

Kurstage
2

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
510 Minuten

Beschreibung Zeit
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort

Brixen
Seminarplatz 2

Zielgruppe

Interessierte, Gewerkschaften

Referent/in

Karl Gudauner

Gebühr

Anmeldeschluss

16.05.2024

Kursanbieter

Arbeiter-, Freizeit- und Bildungsverein

Detailseite zum Kurs

http://www.afb.bz/afb_de/content/veranstaltungen/symposium/

Ansprechperson

Heidi Rabensteiner
Tel. 0471 254199
Email info@afb.bz

Online-Beratung

Beratung unabhängig von Ort und Zeit!

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

Ob im Büro, auf Reisen oder von zu Hause aus – die TELOS Online-Beratung ist zeitsparend, flexibel und ortsunabhängig. Sie kommunizieren bequem vom Ort Ihrer Wahl aus, auch nach Feierabend oder am Samstag. Gleichzeitig erhalten Sie einen vertraulichen Rahmen für ihre beruflichen und persönlichen Anliegen. Ihr persönlicher Online-Coach begleitet Sie in Krisensituationen, in Phasen der persönlichen oder beruflichen Veränderung oder bei besonderen Herausforderungen. Die Beratung findet am Telefon oder über vertrauliche Video-Konferenz statt. Auch eine Kombination aus Face-to-Face-Beratung und Online-Beratung ist möglich.

Kurssprache

Italienisch, Englisch, Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
08.05.2024

Ende
27.12.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
120 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort

Brennerstraße 43

Zielgruppe

Menschen mit beruflichen und persönlichen Anliegen.

Referent/in

Elmar Dr. Teutsch

Mag. Magdalena Gasser

Gebühr

Anmeldeschluss

26.12.2024

Kursanbieter

TELOS - Dr. Elmar Teutsch & Co KG

Detailseite zum Kurs

<https://www.telos-training.com/beratung-und-coaching/online-beratung/>

Ansprechperson

Magdalena Gasser

Tel. 0471301577

Email info@telos-training.com

Klangbad zum Vollmond Meditation mit Klangschalen zur Entspannung

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Wir laden die Vollmond-Energie ein in diesem Klangerlebnis und entspannen uns durch die archaischen Instrumente... tibetische Klangschalen, Gong und Kristallklangschalen..



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Die Gruppe liegt gemütlich auf einer Matte eingehüllt mit Decke und genießt die Klänge die live gespielt werden...

Kurssprache

Deutsch, Italienisch

Beginn

23.04.2024

Ende

23.05.2024

Kurstage

31

Beginnzeit

19:30 Uhr

Endzeit

20:45 Uhr

Dauer

75 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zentrum Tau

Zielgruppe

Referent/in

Anna Matteazzi

Gebühr

20 €

Anmeldeschluss

23.05.2024

Kursanbieter

Anna Matteazzi - AnKlang

Detailseite zum Kurs

www.anklang.it

Ansprechperson

Anna Matteazzi

Tel.

Email info@anklang.it

Kräuter-Workshop

Herstellung von Kräuter-Balsam, -Salben, -Likör und -Salz

Themenbereich

Garten, Kräuter, Blumen



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Wirkungsvolle Wild- und Heilkräuter in Kombination mit gesundem Genuss: Wissensvermittlung, Herstellung von Kräuterprodukten und anschließendem Geschmacks-Erlebnis.

Kräuterpädagogin Anita Waldner vermittelt Nützliches wie Kurioses rund um die Anwendung und Nutzung der verschiedenen Wildkräuter. Das Wissen um die Heilkraft der Pflanzen wurde bereits von unseren Vorfahren zum Zwecke der Vorbeugung und Genesung angewandt. Hier dürfen wir nun selbst Hand anlegen und aus Pflanzen, Blüten oder Wurzeln einen wohltuenden Balsam herstellen, feines Kräuter- oder Blütensalz mischen und nach eigenen Vorlieben einen geistreichen Kräuterlikör oder einen Magenbitter ansetzen. Den genussvollen Abschluss bildet ein schmackhaftes Kräutergericht, das nach den lehrreichen Stunden serviert wird. Die perfekte Balance von Wissen und Genuss!

Kurssprache

Deutsch, Italienisch

Beginn

16.04.2024

Ende

29.10.2024

Kurstage

29

Beginnzeit

10:00 Uhr

Endzeit

12:30 Uhr

Dauer

150 Minuten

Beschreibung Zeit

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Dienstag

Ort

Imkerstand Rabland
Imkerstand Rabland Geroldstraße

Zielgruppe

Menschen, die sich für Kräuter und Kulinarik interessieren

Referent/in

Kräuterpädagogin Kräuterpädagogin

Gebühr

30 € findet wöchentlich statt, Preis für 1 Teilnahme

Anmeldeschluss

29.10.2024

Kursanbieter

Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Ansprechperson

Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

HATHA YOGA VINYASA

KURS 1 Frühjahr

Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

Kurssprache

Italienisch, Deutsch

Beginn

01.04.2024

Ende

10.06.2024

Kurstage

71

Beginnzeit

18:00 Uhr

Endzeit

19:20 Uhr

Dauer

800 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

ZENTRUM TAU
Pillhofstrasse 37

Zielgruppe

alle Interessierten gesundheitsbewussten Frauen und Männer

Referent/in

Elisabeth Mair

Gebühr

170 € 10 Einheiten zu je 80 Minuten

Anmeldeschluss

01.04.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs
<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/begleitung-beratung-therapie>

Ansprechperson
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

HATHA YOGA VINYASA

gesundheitsbewusste Bewegung

Themenbereich
Yoga und Körpererfahrung

Kursbeschreibung

"Hatha Vinyasa Yoga" Die Yogapraxis basiert auf den Grundlagen des traditionellen Hatha Yoga mit ergänzenden Elementen aus dem Vinyasa Yoga. Ein ganzheitliches Training für Körper, Geist und Seele.

Kurssprache
Italienisch, Deutsch

Beginn
01.04.2024

Ende
10.06.2024

Kurstage
10

Beginnzeit
19:35 Uhr

Endzeit
20:55 Uhr

Dauer
800 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
ZENTRUM TAU
Pillhofstrasse 37

Zielgruppe
alle gesundheitsbewussten Frauen und Männer

Referent/in
Elisabeth Mair

Gebühr
170 € 10 Einheiten zu je 80 Minuten



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

01.04.2024

Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs

<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/begleitung-beratung-therapie>

Ansprechperson

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email info@zentrum-tau.it

Von der Blüte bis zur Ernte - Partschinser Apfelführung

Die saftigste Seite Südtirols

Themenbereich

Landwirtschaft

Kursbeschreibung

Ein Spaziergang mit der Apfelbäuerin Christine Schönweger durch die Apfelwiesen von Partschins mit anschließender Apfel-Verkostung

Kurssprache

Deutsch, Italienisch, Englisch

Beginn

29.03.2024

Ende

08.11.2024

Kurstage

33

Beginnzeit

15:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

120 Minuten

Beschreibung Zeit

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Freitag

Ort

Partschins

Spaureggstraße

Zielgruppe

Menschen, die sich für den Obstanbau interessieren

Referent/in

Christine Schönweger



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr
6 €

Anmeldeschluss
08.11.2024

Kursanbieter
Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs
<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Ansprechperson
Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

Die Via Claudia Augusta und ihre Zeitzeugen Die außergewöhnliche Geschichte von Rabland und Töll

Themenbereich
Geschichte, Archäologie

Kursbeschreibung
Die Zeitzeugen der Via Claudia Augusta, die Bedeutung der beiden Partschinser Ortsteile Töll und Rabland zur Römerzeit und noch viel mehr Wissenswertes aus Geschichte, Kunst und Kultur wird bei diesem Rundgang anschaulich vermittelt.

Kurssprache
Deutsch, Italienisch

Beginn
27.03.2024

Ende
06.11.2024

Kurstage
33

Beginnzeit
14:30 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
150 Minuten

Beschreibung Zeit
Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Ort
Töll
Schleuse 10

Zielgruppe
Kunst- und Kulturinteressierte



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Claudia Gilli

Gebühr

0 € Findet wöchentlich statt. Kostenlose Teilnahme.

Anmeldeschluss

06.11.2024

Kursanbieter

Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Ansprechperson

Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

Von den Römern bis zur Erfindung der Schreibmaschine

Die Kunst- und Kulturgeschichte von Partschins

Themenbereich

Geschichte, Archäologie

Kursbeschreibung

Edle Ansitze, malerische Gassen und historische Denkmäler prägen das Partschinser Dorfbild. Die Zeitzeugen der Via Claudia Augusta, die Lebensgeschichte von Peter Mitterhofer, dem Erfinder der Schreibmaschine, und noch viel mehr Wissenswertes wird bei diesem Rundgang anschaulich erklärt.

Kurssprache

Deutsch, Italienisch

Beginn

27.03.2024

Ende

06.11.2024

Kurstage

33

Beginnzeit

09:30 Uhr

Endzeit

12:30 Uhr

Dauer

180 Minuten

Beschreibung Zeit

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort
Tourismusbüro Partschins
Spaureggstraße 10

Zielgruppe
Kunst- und Kulturinteressierte

Referent/in
Claudia Gilli

Gebühr
0 € Findet wöchentlich statt. Kostenlose Teilnahme.

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs
<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Ansprechperson
Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur Partschinser Wasserfall Das Naturheilverfahren für gesteigertes Wohlbefinden

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Unter Klimatherapie versteht man die Anwendung natürlicher Wetter- und Klimafaktoren zu therapeutischen Zwecken. Der gezielte Einsatz von (kühler) Luft, Wind und Sonne trainiert das Immunsystem, steigert die Leistungsfähigkeit und hilft bei chronischen Erkrankungen von Haut und Atemwegen, Stoffwechselerkrankungen, Osteoporose, saisonaler Depression sowie Herz- und Kreislaufpathologien.

Das besondere Mikroklima am Partschinser Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.

Frische Gebirgsluft, Sonne und angenehm kühler Wind sind die gesundheitsfördernden Begleiter dieser Wanderung, die vom Ortskern durch Obstwiesen und Laubwald hinauf zum Partschinser Wasserfall führt. Tosendes Rauschen und feinsten Sprühnebel



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.

Kurssprache

Deutsch, Italienisch, Englisch

Beginn

27.03.2024

Ende

29.05.2024

Kurstage

10

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

13:00 Uhr

Dauer

240 Minuten

Beschreibung Zeit

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Ort

Partschins und Partschinser Wasserfall
Spaureggstraße 10

Zielgruppe

Gesundheitsbewusste Menschen, Einheimische und Gäste, Gestresste Menschen, durch aktuellen Lebensstil "Gefährdete"

Referent/in

Braunhofer Franziska

Gebühr

30 € Teilnahmegebühr

Anmeldeschluss

29.05.2024

Kursanbieter

Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-wanderung-zum-luftkurort-partschinser-wasserfall-3490/>

Ansprechperson

Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

BEREZ/AFIP Kurs - Meditation im Garten Ansitez Gaudententurm

Ein Hoch auf das innere Gleichgewicht

Themenbereich

Meditation, Entspannung

Kursbeschreibung

Gesundheitsvorsorge im Sinne von Entschleunigung und Stressreduktion: Entspannungsübungen steigern nachweislich das körperliche und seelische Wohlbefinden.

Eine Möglichkeit ist die Entspannung nach Jacobson, die sogenannte Muskelrelaxation. Dabei handelt es sich um eine einfache, schnell erlernbare Methode, die dabei hilft Blockaden zu lösen, welche durch Stress und zu starke Anspannung hervorgerufen wurden. Unbehandelt, führen diese Blockaden unter Umständen zu Rücken-, Muskel- oder Kopfschmerzen, Magen- und Darmproblemen sowie zu einer Reihe von psychischen Belastungssymptomen wie Schlaf- und Angststörungen, Depressionen oder gar Burnout.

Mit der Jacobson Methode kann man lernen Beschwerden vorzubeugen bzw. bereits entstandene Schäden besser zu bewältigen. Entspannungsübungen bringen aber noch mehr: Der Körper schüttet weniger Stresshormone aus, die Atmung wird gleichmäßiger, der Blutdruck sinkt, das Herz beruhigt sich. Und auch die Psyche profitiert: Indem körperliche Spannungen abgebaut werden und der Körper sein natürliches Gleichgewicht wiedererlangt, steigt auch das seelische Wohlbefinden. Belastungen, die durch Ängste, Sorgen und Schmerzen hervorgerufen wurden, lassen nach.

Das Gebiet am Partschinzer Wasserfall ist der perfekte Ort, um Körper und Seele wieder in Einklang zu bringen. Das natürliche Rauschen des Wasserfalls, die reine, sauerstoffreiche Luft und nicht zuletzt das einzigartige Landschaftsbild unterstützen und potenzieren den Entspannungsprozess vor, während und nach dem Training.

Kurssprache

Englisch, Italienisch, Deutsch

Beginn

25.03.2024

Ende

04.11.2024

Kurstage

33

Beginnzeit

17:00 Uhr

Endzeit

18:00 Uhr

Dauer

60 Minuten

Beschreibung Zeit

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Montag

Ort

Partschins Ansitez Gaudententurm und Kraftwerk Wasserfall
Spaureggstraße 10

Zielgruppe

Einheimische und Gäste, Gestresste Menschen und potentiell "Gefährdete", Gesundheitsbewusste Menschen



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Birgit Dr. Pixner Blaas

Benedikte Dr. Burger

Gebühr
20 € 1 Meditationseinheit

Anmeldeschluss
04.11.2024

Kursanbieter
Tourismusverein Partschins mit Rabland
und Töll

Detailseite zum Kurs
<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/ggesund-bleibm-salute-take-care-gesundheit-aus-der-natur/termin/meditation-an-besonderen-plaetzen-3516/>

Ansprechperson
Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

Kostenlose ONLINE Infotreffen zu Klangschalen und Kurse

Diese wirksame Entspannungsmethode löst Stress, Verspannungen und Sie fühlen sich nachher leichter, zentriert und klar.

Themenbereich
Meditation, Entspannung

Kursbeschreibung
Die Klänge der Klangschalen erlauben wunderbar zu entspannen und Blockaden zu lösen.

An diesen Info-Treffen erhältst du Einzelheiten über die Klangschalen und die Kurse und Klangschalen-Ausbildung, die auch für alle geeignet ist, die neben- oder hauptberuflich Klangschalen professionell einsetzen wollen.

Du kannst die Ausbildung mit dem Grundkurs beginnen und dann schauen ob du weitermachen willst...

Zertifikat: Nach erfolgreichem Abschluss dieser Ausbildung wird ein Zertifikat verliehen.

Die Ausbildung ist in 4 Wochenenden aufgebaut oder auch in Abendkursen.

Online Termine am



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

- 7. und 15. Februar und 4. und 14. März, 9. und 22. April, 27. Mai, 11. Juni um 20:00 Uhr in deutscher Sprache und um 21:00 in italienischer Sprache.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

BEI DER ANMELDUNG BEKOMMST DU DEN ZUGANGS-LINK.

Persönliche bzw. online Termine gerne auf Anfrage!

Infos zur Ausbildung hier <https://www.anklang.it/de/ausbildung.html>

Kurssprache

Deutsch, Italienisch

Beginn

07.02.2024

Ende

11.06.2024

Kurstage

8

Beginnzeit

20:00 Uhr

Endzeit

21:00 Uhr

Dauer

480 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Duca d'Aosta

Zielgruppe

Interessierte

Referent/in

Anna Matteazzi

Gebühr

Anmeldeschluss

11.06.2024

Kursanbieter

Anna Matteazzi - AnKlang

Detailseite zum Kurs

<https://www.anklang.it/de/ausbildung.html>

Ansprechperson

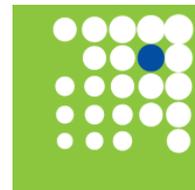
Anna Matteazzi

Tel. 339 4662753

Email info@anklang.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it