



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

NLP Diploma: Der Meilenstein zu beruflichem und persönlichem Erfolg

In 4 Tagen zum international anerkanntem NLP-Diploma

Themenbereich
Betriebsführung

Kursbeschreibung

Neurolinguistisches Programmieren (NLP) ist eine Methode, mit der wir unsere Kommunikation verbessern und uns persönlich weiter entwickeln können. Das ursprüngliche Modell wurde inzwischen stark erweitert. NLP wird heute in vielen Lebensbereichen eingesetzt, z.B. in Therapie, Pflege, Führung, Verkauf, Erziehung, Sport, usw.

Im NLP-Diploma erhalten Sie in kurzer Zeit Einblick in die Grundlagen der Neurolinguistischen Programmierung und der Neurolinguistischen Psychologie. Sie lernen die wesentlichen Grundannahmen des NLP kennen und sind in der Lage, ausgewählte NLP-Grundfertigkeiten in ihrem beruflichen und persönlichen Alltag einzusetzen. Damit haben Sie die Chance, Ihre Kommunikation nachhaltig zu verbessern. Das NLP-Diploma ist als Workshop aufgebaut mit vielen praktischen Übungen. Sie erleben die Wirksamkeit der NLP-Veränderungsarbeit unmittelbar an sich und entwickeln dadurch Ihre Persönlichkeit weiter.

Bei erfolgreichem Abschluss erhalten Sie ein international gültiges NLP-Diploma Zertifikat mit Siegel, entsprechend den Richtlinien der INLPTA.

Die Zertifizierungs-Kriterien basieren auf:

Haltung: Verinnerlichung der Grundprinzipien des NLP

Inhaltliche Kompetenzen: Prinzipien, Techniken und Fähigkeiten

Verhaltens-Kompetenzen: Demonstration des Gelernten

NLP Diploma: Themenangebot

- > Entstehung und Geschichte des NLP
- > Die 3 Grundprinzipien des NLP (Zielorientierung, Sinnesschärfe, Flexibilität)
- > Das NLP-Kommunikationsmodell und seine Axiome
- > Aufbau einer guten und tragfähigen Beziehung zum Gegenüber (Rapport)
- > Trainieren der eigenen Sinnesschärfe
- > Das Feedback-Modell
- > Wohlgeformtheitskriterien für Ziele
- > Wahrnehmungstypen erkennen und für eine verbesserte Kommunikation nutzen
- > Einführung in Submodalitäten
- > Selbstmanagement durch Assoziieren und Dissoziieren, und das Einnehmen unterschiedlicher Perspektiven
- > Die Macht der positiven Sprache



Corsi & Percorsi

corsierpercorsi.retecivica.bz.it

> Das Konzept des Ankerns für das Selbstmanagement

> Basis-Techniken zum mentalen Training und zur Ressourcen-Aktivierung

> Einführung in Time-Line-Arbeit

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Dieser Kompakt-Lehrgang ermöglicht Ihnen eine neue Perspektive auf Ihr berufliches und persönliche Umfeld. Er liefert neue Ideen für das Miteinander, bringt wichtige Erkenntnisse für das persönliche Wachstum und eröffnet neue Wege der Kommunikation. Sie lernen, Ihr eigenes Statemanagement in unterschiedlichen Kontexten zu steigern und erhöhen damit Ihre eigene Resilienz. In kurzer Zeit haben Sie die Chance Ihre Kommunikation nachhaltig zu verbessern für Ihren beruflichen und privaten Erfolg.

Der Lehrgangsleiter MA Alexander Almstetter berichtet, Teilnehmende erzählen von ihren Erfahrungen im Training.

Live aus dem NLP-Training

Kurssprache

Deutsch

Beginn

29.05.2024

Ende

01.06.2024

Kurstage

4

Beginnzeit

08:30 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

1679 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

Zielgruppe

Führungskräfte, Kundenberater:innen, Gesundheits- und Sozialberufe, Pädagog

Referent/in

Alexander Almstetter

Gebühr

650 € Teilnahmebeitrag inkl. Kursunterlagen und Zertifikat

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Lehrgang: Coaching als Führungsaufgabe

Das Ganze im Blick

Themenbereich
Betriebsführung

Kursbeschreibung

Sie tragen Personalverantwortung in einem mittelständischen Unternehmen des Handels und Handwerks, in Tourismus und Gastronomie, oder in Dienstleistungsunternehmen?

Dann bieten wir Ihnen mit dieser Weiterbildung konzeptionelle Grundlagen und ganz viel Praxismodelle für aktuelle Anforderungen der modernen Personalführung. Als TeilnehmerInnen lernen Sie, wie Sie mit ihren MitarbeiterInnen lösungsfokussierte Gespräche führen, Teamtreffen moderieren und Konflikte und Beschwerden gut managen. So sind Sie besser gerüstet gemeinsam mit Ihren Teams Veränderungsprozesse, die heute jedem Betrieb abverlangt werden, gut zu gestalten.

In mehreren Seminaren lernen Sie mit KollegInnen mit vergleichbaren Anforderungen Schritt für Schritt immer komplexere Situationen zu meistern. Ein Zusatz-Seminar gibt Antworten auf die speziellen Fragen der Personalführung in Familienbetrieben.

> Modul 1: Systemisch führen - das Ganze im Blick

Grundlagenseminar, Einführung in lösungsfokussiertes Denken und Führen
Prinzipien kooperationsfördernder Führung

> Modul 2: Kommunikation, Lösungsfokussierte Gesprächsführung

Praxis der lösungsfokussierten Gesprächsführung, Moderation von Konflikten, Konstruktiver Umgang mit Beschwerden, Lösungsorientierung im Führungsalltag

> Modul 3: Team- und Personalentwicklung

Rollen in Teams, Personalentwicklung- Erkennen der Entwicklungspotenziale und diese fördern, Aufgaben von Leitung in Teamentwicklungsprozessen

> Modul 4: Ich und mein Team - Meine ganz persönliche Geschichte als Teamleiter



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

mein persönlicher Zugang zu Führung, meine Prägungen, meine Stärken und wie ich Fallen geschickt umgehe, mein Bild einer starken Führungskraft

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

> Modul 5: Gesunde Führung - Gesundheitsmanagement

Verantwortung für die eigene Gesundheit und die der MitarbeiterInnen, Vertiefung des Führungsverständnisses, Anforderungen von Change- und Diversity-Management

> Modul 6: Herausforderungen im Familienbetrieb erfolgreich managen

die speziellen Anforderungen von Familienbetrieben, Reflexion der Rollendynamiken und ein konstruktiver Umgang damit

Detailprogramm zum Lehrgang

Kurssprache

Deutsch

Beginn

06.05.2024

Ende

20.12.2024

Kurstage

8

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

5040 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

Zielgruppe

Führungskräfte und Personalverantwortliche

Referent/in

verschiedene Fachreferenten

Birgit Dissertori

Gebühr

3190 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Flaschendruck-Kunst Abend-Seminar

Themenbereich
Zeichnen, Grafik, Schreiben

Kursbeschreibung

Wir führen dich in die Kunst des Flaschendrucks ein, wo du lernst, wie du

Glasflaschen in individuelle Kunstwerke verwandeln kannst. Verleihe deinen Geschenken, Dekorationen und Erinnerungstücken eine persönliche Note.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
29.08.2024

Ende
29.08.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
18:30 Uhr

Endzeit
21:30 Uhr

Dauer
180 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort
Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe
Alle Interessierte

Referent/in
Wilfried Ploderer

Gebühr
125 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr, inkl. Sieb und aller Materialien



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Self Leadership

Nur wer sich selbst führen kann, kann auch Andere führen

Themenbereich
Betriebsführung

Kursbeschreibung
Wie Sie erreichen was Sie wollen

Es gibt jede Menge Guidelines, Leitfäden, Checklisten, Bedienungsanleitungen oder How-To-Tipps im Leben. Selbige gibt es natürlich auch für das Thema Leadership. „So wirst du ein gute Führungskraft“ oder „So führst Du ein Team zum Erfolg“, wo der Hauptfokus auf andere und nach aussen liegt. Dabei liegt die Basis für ein gute Führung ganz wo anders: Bei jeden selbst! Self Leadership ist das Fundament und somit viel wichtiger, als all diese How-To's. Den für dein eigenes Leben gibt es keine Bedienungsanleitung.

Vom Opfer zum Täter:

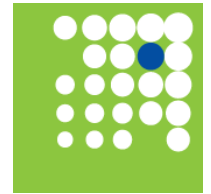
- > Das persönliche Mindset
- > Gedanken steuern und Emotionen beherrschen
- > Von Problemorientiert zu Lösungsorientiert

Die Komfortzone:

- > Mentale Grenzen durchbrechen
- > Rituale entwickeln
- > Umgang mit Enttäuschungen

Die Macht des Unterbewusstsein:

- > Wie kann ich mein Unterbewusstsein positiv beeinflussen
- > Glaubenssätze erkennen und verändern



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it
> Ziele definieren

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Innere Ressourcen nutzen:

- > Wie Sie Ihre natürliche Energie nutzen
- > Bringen Sie Ordnung in Ihr Leben
- > Das Gesetz der Gelassenheit
- > Die fünf Säulen der Persönlichkeitsentwicklung

Sich selber und andere motivieren:

- > Definition von Motivation
- > Die Selbstreflektion/Selbstwahrnehmung
- > Positiv denken und der Optimismus

Kommunikation und Gesprächsführung:

- > Das Dilemma der Kommunikation
- > Grundsätze der Kommunikation und die nonverbale Kommunikation
- > Wer fragt der führt - Fragetechniken erfolgreich anwenden
- > Die Wahrnehmung: Erwartung vs. Realität
- > Körperhaltung interpretieren
- > Gestik, Mimik richtig einsetzen und interpretieren

Selbst- Zeit und Energie Management:

- > Delegieren: Aufgaben definieren und delegieren
- > Priorisieren: Prioritäten richtig setzen
- > Unterschied zwischen Effektivität und Effizienz
- > Zeitfresser identifizieren und Strategien gegen Zeitdiebe definieren

Entscheidungen Treffen:

- > Unbewusste Entscheidungen und der Instinkt
- > Die Phasen der Entscheidungsfindung
- > Die besten Methoden zur Entscheidungsfindung

Kurssprache
Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
13.05.2024

Ende
24.05.2024

Kurstage
2

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
839 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe
Mitarbeiter:innen, Führungskräfte, Inhaber:innen und jede:r der ein ausgewo

Referent/in
Peter Werth

Gebühr
490 € Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Lehrgang: Auf dem Weg zur Top-Führungskraft

Themenbereich
Betriebsführung

Kursbeschreibung
Die Rolle der Führungskraft wird immer wichtiger. Sie bringt neue Herausforderungen, Verantwortungen und Entwicklungsmöglichkeiten mit sich. In diesem zertifizierten Lehrgang werden alle wichtigen Kompetenzen für erfolgreiche und kompetente Führungsarbeit vermittelt.



Corsi & Percorsi

corsierpercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Als Führungskraft ist man für seinen Bereich und die Zielerreichung seiner Mitarbeitenden verantwortlich. Dazu gilt es Menschen zu befähigen, zu organisieren, zu leiten, zu managen, Entscheidungen zu treffen, Konflikte und Probleme zu lösen und die gesetzten Ziele zu erreichen. Mitarbeiter:innen sollen entwickelt, Teams geführt und es muss für ein gutes Miteinander gesorgt werden.

Es gilt die Rolle der Führungskraft professionell auszufüllen und zusätzlich sich und das Unternehmen erfolgreich zu präsentieren. Darüber hinaus sollte man sich selbst nicht vergessen: Wie schaffe ich es, mich weiterzuentwickeln, meine beruflichen und persönlichen Ziele zu erreichen, und dabei gleichzeitig resilient und nachhaltig erfolgreich zu sein?

Im zehntägigen Lehrgang zu vier Modulen lernen die Teilnehmer*innen die wesentlichen Inhalte erfolgreicher Führung kennen. Theorie, Wissensvermittlung, praktische Beispiele und Erfahrungsaustausch werden miteinander verzahnt. Zudem ermöglicht der modulare Aufbau den Teilnehmer:innen, das Erlernte praxisnah umzusetzen, die Lernschritte laufend zu reflektieren, und als Führungskraft selbstsicher und kompetent aufzutreten.

Modul 1:

Führungskraft sein - Klarheit in der Rolle

- Berufliche Rollen, Inhalte und Schnittstellen
- Phasen des Übergangs: Wechsel vom Kollegen zum Vorgesetzten
- Führungs- und Managementaufgaben
- Managementkreislauf
- Ziele und Rahmen festlegen
- Entscheidungen treffen

Führung leben

- Den eigenen Führungsstil finden
- Mitarbeiterführung
- Führungsgrundsätze
- Führungsinstrumente
- Motivieren und gekonnt Rückmeldungen geben
- Umgang und Handling von schwierigen Mitarbeiter*innen

Modul 2:

Sich selbst führen

- Ziele und persönliches Optimalbild
- Klarheit in den verschiedenen Lebensrollen erlangen
- Den eigenen Handlungsrahmen gestalten
- Fokus und Konzentration



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

- Reflektionskompetenz entwickeln
- Kraft- und energievoll agieren
- Umgang mit Konflikten

Die eigene Resilienz stärken

- Hintergründe und Arbeitsmethodik
- Die Säulen der Resilienz
- Effektivität steigern
- Gekonnt Grenzen setzen
- Beziehungsnetzwerk gestalten und pflegen
- Achtsame und effiziente Gestaltung des Tagesablaufes

Modul 3

Teams zum Erfolg führen

- Fundamente erfolgreicher Teams
- Erarbeitung einer gemeinsamen, kraftvollen Ausrichtung
- Kreativität im Team gezielt nutzen
- Werte im Team leben
- Kommunikation & Beziehungen bewusst gestalten
- Teammanagement: Die eigene Arbeitspräferenz erkennen und nutzen
- Zusammenspiel der wichtigsten Teamrollen

Modul 4

Kommunikation, professionell Präsentieren und Abschluss des Lehrganges

- Effizient mit Mitarbeitern, Team und Vorgesetzten kommunizieren
- Gesprächsführung auf die Motivationsfaktoren der Mitarbeiter abstimmen
- Meetings vorbereiten und strukturieren
- Körpersprache, Mimik und Gestik: Wir sind mehr als wir sagen
- Selfbranding: Rollen- und situationsgerechtes Auftreten und Kommunizieren
- Präsentationstechniken und Rhetorik
- Abschlussprojekte: Vortragen und Feedbacks

Detailprogramm zum Lehrgang

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Kurssprache
Deutsch

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
21.02.2024

Ende
13.09.2024

Kurstage
10

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
4199 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort
Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe
Unternehmer:innen und Führungskräfte (auch angehende), die ihre Führungskom

Referent/in
Heinold Pider

Katharina von Bruchhausen

Gebühr
2250 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Einweisung in die PSA gegen Absturz (PSA 3. Kategorie)
GvD Nr. 81/2008, Art. 77

Themenbereich
Arbeitssicherheit, Brandschutz



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Veranstaltungsort: Hotel Langgenhof Stegen, St. Nikolausstraße 11

Gesetzliche Grundlagen: Gesetzesvertretendes Dekret Nr. 81/08 Art. 77; > Unfallstatistiken > Rechtsgrundlagen > Information über die Begriffe Gefahr, Risiko, Unfall, Schaden, Vorbeugung, > Verantwortungen und Gefahren auf der Baustelle > Arbeitsausrüstungen > Persönliche Schutzausrüstung, Rettungsmaßnahmen > PSA der 3. Kategorie > Abschlussprüfung;

Kurssprache

Deutsch

Beginn

31.05.2024

Ende

31.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

08:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

239 Minuten

Beschreibung Zeit

Formazione nel uso dei DPI di terza categoria – lavori in quota / rischio di caduta

Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

Zielgruppe

Mitarbeiter:innen, welche Höhenarbeiten verrichten

Referent/in

Andreas Staffler

Gebühr

160 € Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Sinn- und werteorientierte Persönlichkeitsbildung - Logotherapie

Lehrgang Logotherapie

Themenbereich

Religion, Glaube, Spirituelles

Kursbeschreibung

Die Seminarreihe verfolgt zwei wesentliche Ziele: Zum einen die Auseinandersetzung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit dem eigenen Lebensweg, den persönlichen Werten und der zukünftigen Ausrichtung ihres Lebens.

Darüber hinaus befähigt der Lehrgang dazu, andere Menschen durch sinn-suchende Gespräche zu begleiten, die wichtigsten Lebensthemen zu entdecken, die „Too-much-Seiten“ zu korrigieren und Unterstützung zu leisten, damit jemand mehr zu dem werden kann, der sie/er im Grunde des eigenen Wesens ist.

„Der Sinn ist der Schrittmacher des Seins“, stellte der Wiener Neurologe und Psychiater Prof. Dr. Viktor Frankl (1905-1997), Begründer der Logotherapie, fest. Im Begriff „Logotherapie“ steckt das griechische Wort „Logos“, also „Sinn“. Auf der Basis der Logotherapie führt man Gespräche mit Menschen, die sich in einer Lebenskrise befinden, denen das Leben sinnlos erscheint. Die Logotherapie setzt man aber auch ein, wenn jemand eine Neuorientierung im Leben sucht, wenn man die eigenen Werte auf ihre Lebensfreundlichkeit hin überprüfen will, wenn jemand mit Leid, Schuld oder Verlusterfahrungen ringt.

Detailprogramm zum Lehrgang

Kurssprache

Deutsch

Beginn

14.03.2024

Ende

05.12.2024

Kurstage

10

Beginnzeit

17:00 Uhr

Endzeit

16:00 Uhr

Dauer

4342 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe

Für den Lehrgang gilt: Er ist sowohl für Interessierte geeignet, die andere

Referent/in

Boglarka Hadinger



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it
Petra Altmann

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

2500 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EURO Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Lehrgang Hotelmanagement Von der Rezeption zur Direktion/ins Management

Themenbereich

Betriebsführung

Kursbeschreibung

Die prozessoptimierte Arbeit an der Rezeption ist die Basis für eine gute Auslastung im Hotel. Tägliches Ein- und Auschecken, Kontakt-Punkt für die Gäste und die anderen Abteilungen und das Organisieren von kleinen und großen Wünschen prägt den Alltag des Rezeptionisten/der Rezeptionistin. Nach jahrelangem Arbeiten in diesem Bereich entsteht meist der Wunsch nach einer Erweiterung des Aufgabenbereiches und dem nächsthöheren Schritt ins Management eines Betriebes. Genau hier setzt dieser Lehrgang an: Welche Fachinhalte unterscheiden die Arbeit an der Rezeption von den Tätigkeiten in der Direktion? Welche zusätzlichen Fähigkeiten erfordert diese Position?

Inhalte des Lehrganges:

- > Funktionen und Aufgabenbereiche der Direktion/des Managements
- > Vom Mitarbeitenden zur Führungskraft: persönliche Entwicklung
- > Personalmanagement: Von der Akquise zum Exitgespräch
- > Preis- und Angebotsgestaltung und Implementierung, Revenue Management
- > Verkaufs-Techniken am Telefon und Up-Selling
- > Marketing: Online und Offline
- > Content Marketing und Social Media Marketing: Inhalte gestalten und veröffentlichen
- > Online-Vertrieb: IBE, Channel, OTA's, Tour Operator
- > ASA-J: Manager Report und Kennzahlen-Analyse



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

> Controlling: Kennzahlen und Statistiken, Lohnberechnung

> Leadership: Die richtigen Tools für eine moderne Führungskraft

> Qualitäts-, Prozess- und Beschwerdemanagement, Motivation

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Der Lehrgang wird gestaltet von Fachleuten aus der Praxis, sprich Personen, die den Posten der Direktionsassistenten oder Direktion in verschiedenen Betrieben in Südtirol und im Ausland innehaben oder hatten.

Detailprogramm zum Lehrgang

Kurssprache

Deutsch

Beginn

13.03.2024

Ende

11.12.2024

Kurstage

20

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

8400 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

Zielgruppe

Personen mit Berufserfahrung im Hotel, ASA Kenntnissen, Grundkenntnissen im

Referent/in

verschiedene Fachreferenten

Peter Werth

Gebühr

3050 € Teilnahmebeitrag zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Stressmanagement mit Augentraining

Stressabbau, Selbstheilung und gutes Sehen

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Jeder Mensch ist von Natur aus mit einem Potenzial ausgestattet, seelische und körperliche Krisen zu bewältigen und zu seiner Selbstheilung beizutragen. Im Seminar erlernen Sie Bewältigungsstrategien, die Ihnen helfen, Stress zu reduzieren, um damit Ihr Leben in den Griff zu bekommen und Ihre Selbstheilungskräfte zu stärken.

Sie lernen Übungen und Methoden, die schnell und nachhaltig auf Ihre körperliche und psychische Gesundheit, auf Ihre innere Zufriedenheit und auf Ihr gesamtes Wohlbefinden wirken sowie Ihre Sehkraft auf natürliche Weise verbessern.

- Überrollt Sie der alltägliche Stress? Oft?
- Können Sie nachts nicht richtig durchschlafen?
- Fühlen Sie sich überfordert und hilflos?
- Müssen Sie oft Ihre Brille suchen? Ist sie verkratzt, störend?
- Schmerzt Ihr Rücken? Und die Gelenke?

Wenn Sie sogar nur eine der obigen Fragen mit "Ja" beantwortet haben, sind Sie in diesem Seminar richtig.

Gezieltes Augentraining, Entspannungsübungen für Augen, Gehirn, Körper und Psyche, effektives Körpertraining, Selbsthilfetechniken gegen Müdigkeit, Druck und Anspannung und wirkungsvolle Mentalübungen führen zur Aktivierung Ihrer angeborenen Selbstheilungsmechanismen.

Ihr Nutzen:

- Ganzheitliches Augentraining, Verbesserung der Sehkraft
- Kurz- und Alterssichtigkeit verbessern
- Maßnahmen gegen Grauen und Grünen Star
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Organismus
- Immunsystem fördern und stärken



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

- Körpertraining, bewegliche Gelenke und Wirbelsäule
- Stress abbauen, innere Ruhe finden, Gelassenheit lernen
- Schlafqualität verbessern
- Mehr Lebensfreude im Alltag gewinnen
- Konzentration und Arbeitsvermögen erhöhen

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Mit Unterstützung des Referierendenteams gestalten Sie außerdem Ihr persönliches Trainingsprogramm für zu Hause - für einen langfristigen Erfolg und Umsetzung im Alltag.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

18.07.2024

Ende

20.07.2024

Kurstage

3

Beginnzeit

16:00 Uhr

Endzeit

14:15 Uhr

Dauer

1080 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Vahrn

Stiftstraße 1

Zielgruppe

Alle Interessierte

Referent/in

Georgi Jerkov

Tatyana Jerkova

Gebühr

100 € Teilnahmebeitrag nur für Tag 1 zzgl. 2,00EUR Stempelgebühr

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Ausbildung zum bzw. zur Sicherheitssprecher:in GvD Nr. 81/08 Art. 37

Themenbereich
Arbeitssicherheit, Brandschutz

Kursbeschreibung

Veranstaltungsort: Bildungshaus Kloster Neustift, Stiftstraße 1

Gesetzliche Grundlagen: Gesetzesvertretendes Dekret Nr. 81/08 Art. 37

Tag 1: > Unfallstatistiken > EU-Grundsätze laut Richtlinie 89/391/EWG

> Rechtsgrundlagen und gesetzliche Neuerungen > Rechte und Pflichten

der verschiedenen Subjekte im Betrieb > die Verantwortlichen im Arbeits-

und Gesundheitsschutz > Aufsichtsbehörden > Information über die Verfahren betreffend Erste Hilfe, Brandbekämpfung und Evakuierung der Arbeitsstätten > Die Rolle des Sicherheitssprechers bzw. der Sicherheitssprecherin, Aufgaben und Pflichten > Arbeitsstätten in Produktionsbetrieben

Tag 2: > Definition der Begriffe im Arbeitsschutz (Gefahr, Schaden, Vorbeugung, Sicherheit) > Gefährdungserkennung, Gefährdungsbeurteilung, Risikobewertung > Festlegung und Ermittlung der Risikofaktoren im Betrieb > Vorbeuge- und Schutzmaßnahmen > allgemeine Gefahren im Betrieb

Tag 3: > Spezifische Gefahren im Betrieb > Vorbeuge- und Schutzmaßnahmen > Persönliche Schutzausrüstungen (PSA) > Sicherheitsbeschilderung > Notfallmanagement

Tag 4 (Vormittag): > Modelle von Arbeits- und Gesundheits-Managementsystemen > Information, Schulung und Ausbildung der Mitarbeiter:innen > Gesundheitsüberwachung > Minderjährigen- und Mutterschaftsschutz > Periodische Sicherheitsbesprechung

> Wartung und sicherheitstechnische Überprüfungen > Lenkung Dokumente und Aufzeichnungen > Erstellen des Einsatzsicherheitsplanes und DUVRI

Tag 4 (Nachmittag): > Grundlagen der Kommunikation > Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung > Arbeitsbedingter Stress, Burnout, Stressmanagement > Gefährdungsbeurteilung arbeitsbedingter Stress > Abschlussprüfung

Kurssprache
Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
08.05.2024

Ende
16.05.2024

Kurstage
4

Beginnzeit
08:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
1920 Minuten

Beschreibung Zeit

Formazione base per rappresentante dei lavoratori per la sicurezza (RLS)

Ort

Vahrn
Stiftstraße 1

Zielgruppe

Gewählte oder ernannte Sicherheitssprecher:innen

Referent/in

Marcel Fischer

Ingrid Rofner

Karl Heinz Volgger

Alessandro Doro

Gebühr

550 € Teilnahmebeitrag

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Bildungshaus Kloster Neustift

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email