



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

### 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](mailto:info@zentrum-tau.it)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.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

**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](mailto:info@zentrum-tau.it)

## LEHRGANG "POSITIVE KONFLIKTBERATUNG"

### unsere Konfliktkultur ergründen und verbessern

Themenbereich  
Kommunikation, Gesprächsführung

#### Kursbeschreibung

Wir sind ständig mit Konflikten konfrontiert, mit anderen und auch mit uns selbst. Konflikte haben in unserer Kultur eine negativen Beigeschmack, im Grunde dienen sie aber der Entwicklung vom Menschen und auch von Gesellschaften. Konflikte gehören deshalb zum Leben, so wie die Luft zum Atmen gehört.

Das Problem sind also nicht die Konflikte an sich, sondern wie wir, oder wie Gesellschaften mit ihnen umgehen. Der Lehrgang der Positiven Konfliktberatung, basiert auf dem ganzheitlichen Ansatz der Positiven Psychotherapie und eignet sich besonders durch sein verständliches Modell und seine effektive Methode um Konfliktlösungskompetenzen zu erwerben. Konflikte positiv lösen zu können, ist ein erstrebenswertes Ziel in allen privaten wie beruflichen Bereichen und öffnet neue konstruktive und innovative Wege des Zusammenlebens. Anstatt Streit wird aus einem Konflikt eine WIN-WIN Situation, und somit ein Wachsen für alle Beteiligten

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
25.01.2024

Ende  
07.09.2024

Kurstage  
13

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
9000 Minuten

Beschreibung Zeit  
der Lehrgang besteht aus berufsbegleitenden 5 Modulen

Ort  
ZENTRUM TAU  
Pillhofstrasse 37

Zielgruppe  
für jeden beruflichen wie privaten Kontext



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Referent/in

Birgit Werner

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gebühr

2400 € berufsbegleitend, förderfähig

## Anmeldeschluss

25.01.2024

## Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

## Detailseite zum Kurs

<https://www.zentrum-tau.it/de/angebote-und-raeumlichkeiten/postive-konflikteratung>

## Ansprechperson

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)

# POSITIVE KONFLIKTBERATUNG

## zertifizierter Lehrgang in 5 Modulen

### Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

### Kursbeschreibung

Der Lehrgang "Positive Konfliktberatung" basiert auf dem ganzheitlichen Ansatz der Positiven Psychotherapie und eignet sich besonders durch sein verständliches Modell und seine effektive Methode um Konfliktlösungskompetenzen zu erwerben. Als "Positive\*r Konfliktberater/-in" können Sie Selbsthilfekompetenzen durch ressourcenorientiertes Vorgehen stärken, die Gesunderhaltung fördern und eine zugewandte Beziehungsgestaltung pflegen.

Nach erfolgreichem Abschluss der Fortbildung, sind Sie in der Lage, Methoden und Konzepte der Positiven Konfliktberatung auf ihr tägliches Umfeld und/oder auf ihre tägliche Berufspraxis zu übertragen und anzuwenden. Ausgehend von dem humanistischen Menschenbild der Positiven Konfliktberatung, können Sie den Beratungsverlauf strukturieren und Konflikte besser wahrnehmen. Sie können stressreduzierter leben und arbeiten und haben die Fähigkeit erworben sich und andere rasch in eine gesunde wie produktive Balance bringen.

Für alle Menschen, welche die Herausforderungen des schnellen professionellen und gesellschaftlichen Wandels, positiv mitgestalten möchten.

### Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
25.01.2024

**Ende**  
07.09.2024

**Kurstage**  
13

**Beginnzeit**  
09:00 Uhr

**Endzeit**  
17:00 Uhr

**Dauer**  
6750 Minuten

## Beschreibung Zeit

5 Module

Modul 1: 05./06./07.09.2024 Präsenz

Modul 2: 18./19.10.2024 Online

Modul 3: 05./06./07.12.2024 Präsenz

Modul 4: 31.01./01.02.2025 Online

Modul 5: 27./28./29.03.2025 Präsenz

## Ort

Zentrum Tau  
Pillhofstrasse 37 37

## Zielgruppe

Alle Interessierten an Techniken von "Positiven Konfliktlösungen"

## Referent/in

Birgit Werner

Dietlinde Perathoner

## Gebühr

2400 €

## Anmeldeschluss

20.08.2024

## Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

## Detailseite zum Kurs

<https://www.zentrum-tau.it/de/angebote-und-raeumlichkeiten/positive-konflikteratung>

## Ansprechperson

Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# 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.

### Kursprache

Italienisch, Deutsch

### 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

### Referent/in

Renate Sr. Ausserbrunner

### Gebühr

175 €

### Anmeldeschluss

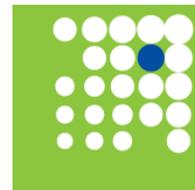
21.05.2024



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

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Ansprechperson  
Dietlinde Perathoner  
Tel. 0471 964178  
Email [info@zentrum-tau.it](mailto:info@zentrum-tau.it)



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

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