



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Stimmliche und körperliche Präsenz im beruflichen Alltag

## Mit starker Stimme zum Erfolg

Themenbereich  
Präsentieren, Moderieren

### Kursbeschreibung

Sie lernen die Bedeutung der Stimme für Ihr persönliches Auftreten im beruflichen Alltag kennen und erfahren, wie Sie durch ihren richtigen und gezielten Einsatz Aufgaben meistern und überzeugend auftreten können.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
06.09.2024

Ende  
21.09.2024

Kurstage  
0

Beginnzeit  
00:00 Uhr

Endzeit  
00:00 Uhr

Dauer  
1170 Minuten

### Beschreibung Zeit

<br />FR 06.09. - SA 07.09.2024<br />SA 21.09.2024<br />jeweils 9 - 17 Uhr

### Ort

### Zielgruppe

Interessierte, Referent/innen, Menschen in leitenden Positionen oder die demnächst eine solche übernehmen

Referent/in  
Thomas Lackner

Gebühr  
450 €

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

### Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/stimmliche-und-k%C3%B6rperliche-pr%C3%A4senz-im-beruflichen-alltag/27-20079.html>

### Ansprechperson

Tel.  
Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Gestärkt und (selbst)bewusst im beruflichen Alltag

## Mehr innere Ruhe, Selbstfürsorge und Resilienz

### Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

### Kursbeschreibung

Dieses Seminar lädt zu Selbstreflexion ein und hilft dabei, die Sicht auf sich selbst, auf andere und auf die Welt zu verändern. Dadurch gelingt es leichter, mit herausfordernden Situationen souveräner und friedvoller umzugehen.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

13.11.2024

### Ende

20.11.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

00:00 Uhr

### Endzeit

00:00 Uhr

### Dauer

780 Minuten

### Beschreibung Zeit

<br />MI 13.11. 2024<br />MI 20.11. 2024<br />jeweils 9 - 17 Uhr<br />

### Ort

### Zielgruppe

Personen aus pädagogischen, therapeutischen und psychosozialen Berufen, Personen die in sozialen Berufen arbeiten, Interessierte

### Referent/in

Doris Kaserer

### Gebühr

250 €

### 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/gest%C3%A4rkt-und-selbstbewusst-im-beruflichen-alltag/32-20069.html>

## Ansprechperson

Tel.  
Email

# Hochsensibilität

## Empfindsamkeit als Stärke: Strategien für den Alltag

Themenbereich  
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

Die Teilnehmenden dieses Seminars erfahren, was Hochsensibilität überhaupt ist und wie Betroffene durch einfache sowie wirksame Übungen bzw. Strategien ihren Alltag gut meistern und ihre hohe Sensibilität zu ihrem Vorteil nutzen können.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
18.01.2025

Ende  
18.01.2025

Kurstage  
0

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
390 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort

### Zielgruppe

Personen aus pädagogischen, therapeutischen und psychosozialen Berufen, Interessierte, Psycholog/innen

Referent/in  
Gerlinde Goller

Gebühr  
100 €



Corsi & Percorsi  
[corsiiepercorsi.retecivica.bz.it](https://corsiiepercorsi.retecivica.bz.it)

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

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs  
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/hochsensibilit%C3%A4t/27-20155.html>

Ansprechperson

Tel.  
Email

## Stress und Angst weg-atmen Bodymind-Centering im (beruflichen) Alltag

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Vereinigen Sie Körper und Geist durch einfache Atemübungen und finden Sie endlich die emotionale Ausgeglichenheit, nach der wir alle suchen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
23.10.2024

Ende  
23.10.2024

Kurstage  
0

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe  
Personen aus pädagogischen, therapeutischen und psychosozialen Berufen, Personen in Gesundheitsberufen

Referent/in  
Lilli Unterkircher



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

140 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/stress-und-angst-weg-atmen/32-18816.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

## Komplexität meistern

Was die Not wendet und die Seele nährt

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

In diesem Kurs erlernen Sie Techniken, mit denen Sie die Herausforderungen und emotionellen Belastungen im (beruflichen) Alltag besser meistern können.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

24.10.2024

Ende

25.10.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

780 Minuten

Beschreibung Zeit

<br />DO 24.10 - FR 25.10.2024<br />9 - 17 Uhr<br /><br />

Ort

Zielgruppe

Führungskräfte, Interessierte, Mitarbeiter/innen



Corsi & Percorsi  
[corsiiepercorsi.retecivica.bz.it](https://corsiiepercorsi.retecivica.bz.it)

Referent/in

Monika Hill

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

Gebühr

285 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/komplexit%C3%A4t-meistern/27-19827.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

## Achtsamkeit für Frauen

Das Achtsamkeitsseminar für Frauen, die keine Zeit für Achtsamkeit haben

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Ziel dieses gemeinsamen Tages ist es, dass die Teilnehmerinnen sowohl im privaten als auch im beruflichen Leben die Achtsamkeit ganz individuell und bewusst in den Alltag integrieren können.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

12.10.2024

Ende

12.10.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort



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

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

## Zielgruppe

Personen in Gesundheitsberufen, Frauen, Personen aus pädagogischen, therapeutischen und psychosozialen Berufen

## Referent/in

Manuela Gottardo

## Gebühr

85 €

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Cusanus Akademie

## Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/achtsamkeit-f%C3%BCr-frauen/27-19820.html>

## Ansprechperson

Tel.

Email