



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Alles im Blick Achtsam mit Gäste unterwegs

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung  
Die Bedürfnisse der Gäste wahrnehmen, achtsam die Natur er-leben, in herausfordernden Situationen bei sich bleiben.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
23.11.2024

Ende  
23.11.2024

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
390 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Nals  
Vilpianer Straße 27

Zielgruppe  
Interessierte, Wanderführer/leiter, Wander- und Bergführer

Referent/in  
Tiziana Sarah Scisci

Gebühr  
99 € Seminarbetrag

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson  
Sabine Kaufmann  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gesundheitstag für Freundinnen

### Ein Tag für die Freundschaft

#### Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

#### Kursbeschreibung

Schnappen sie sich Ihre beste Freundin und verbringen Sie gemeinsam einen "gesunden" Tag mit spannenden Themen und gutem Essen.

#### Kurssprache

Deutsch

#### Beginn

23.11.2024

#### Ende

23.11.2024

#### Kurstage

1

#### Beginnzeit

09:00 Uhr

#### Endzeit

17:00 Uhr

#### Dauer

390 Minuten

#### Beschreibung Zeit

-

#### Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27

#### Zielgruppe

Freundinnen

#### Referent/in

Peter Morandell

Waltraud Kranebitter

Bettina Christanell

#### Gebühr

65 € Seminarbetrag

#### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson  
Sabine Kaufmann  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Natur- und Waldpädagogik für Wanderleiter:innen

### Gäste auf Wanderungen mit Elementen aus der Natur begeistern

Themenbereich  
Outdoor

Kursbeschreibung  
Naturpädagogisches Handwerkszeug für den Rucksack.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
07.06.2024

Ende  
07.06.2024

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
390 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Nals  
Vilpianer Straße 27

Zielgruppe  
Wanderführer/leiter

Referent/in  
Christina Anna Frank Christina Anna

Gebühr  
99 € Seminarbetrag

Anmeldeschluss  
-



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

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

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson  
Sabine Kaufmann  
Tel. 0471057100  
Email [bildungshaus@lichtenburg.it](mailto:bildungshaus@lichtenburg.it)

## Resilienz und Stresskompetenz für Fach- und Führungskräfte

Themenbereich  
Gesundheit und gesunder Lebensstil

### Kursbeschreibung

Unser Arbeits- und Lebensalltag wird immer anspruchsvoller. Wir neigen dazu, diesen Anspruch oft zu unterschätzen und uns zu viel zuzumuten. Gerade in der aktuellen Zeit, in der man sich fast täglich auf neue Herausforderungen einstellen muss, ist eine hohe psychische Widerstandskraft und mentale Stärke unglaublich wichtig.

Resilienz, mentale Stärke & Gelassenheit lassen sich trainieren und das persolog® Resilienz-Profil unterstützt Sie dabei. Es hilft Ihnen, Ihren Blick auf die positiven Aspekte zu richten, die Ihnen dabei helfen, schwierige und unsichere Zeiten besser zu meistern.

Mit Hilfe eines Fragebogens ermitteln Sie Ihre aktuelle Resilienz-Kompetenz in 12 Resilienzfaktoren und erfahren so, wo Ihr größtes Entwicklungspotenzial liegt.

Nutzen: Sie meistern Herausforderungen besser, wenn Sie über eine breite Palette an Ressourcen verfügen. Sie verstehen, wie Sie Ihre Ressourcen besser nutzen können, um auch im Stress gelassen zu bleiben und ihre mentale Stärke zu fördern.

Das Persolog® Resilienz-Profil hilft Ihnen dabei:

- Ihre innere Widerstandskraft zu entdecken
- Ihre Resilienz Kompetenz zu verbessern und
- Herausforderungen und Stress mit Gelassenheit zu meistern

Methoden: Persolog® Resilienz-Profil

Resilienz-Profil zum Rubbeln, 7 praktische Resilienz-Übungen, spannende Impulsreferate zum Thema Resilienz, Resilienz & Persönlichkeit, Quizspiel und Strategieplaner

Kurssprache  
Deutsch



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

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

**Beginn**  
21.10.2024

**Ende**  
22.10.2024

**Kurstage**  
2

**Beginnzeit**  
09:00 Uhr

**Endzeit**  
17:00 Uhr

**Dauer**  
780 Minuten

**Beschreibung Zeit**  
-

**Ort**  
Meran  
Ortweinstr. 6

**Zielgruppe**  
Erwachsene allgemein

**Referent/in**  
Helga Niederstätter

**Gebühr**  
690 €

**Anmeldeschluss**  
14.10.2024

**Kursanbieter**  
Volkshochschule Urania Meran Gen.

**Detailseite zum Kurs**  
-

**Ansprechperson**

Tel.  
Email