



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Voice Up! Stimme: Selbst & Sicher

Themenbereich  
Kommunikation, Gesprächsführung

### Kursbeschreibung

In diesem Kurs möchte ich einen entscheidenden Unterschied machen in deinem Umgang mit deiner Stimme und deiner Selbstwahrnehmung. Unsere Stimme ist ein Schatz, den wir alle im Gepäck haben und zu selten auspacken. Wir hemmen uns an nagenden Selbstzweifeln, trauen uns zu wenig zu und dementsprechend richtet es sich unsere Stimme in einer kleinen comfort zone ein, die nur ein Bruchteil unseres Potentials darstellt.

Ich möchte kurzweilige Übungen zeigen, um das Potential der eigenen Stimme anzukurbeln. Es geht darum, ins Vertrauen zu kommen. Wir werden gemeinsam die eigene Stimme und die Gruppe spüren, um mit einem Selbstwert-Boost aus dieser Stunde wieder rauszugehen. Dabei schöpfe ich aus langjähriger Erfahrung in der Arbeit auf der Bühne und als Auftrittstrainerin und habe einen spielerischen, humorvollen Zugang.

Zielgruppe: Frauen jeden Alters

Franziska Guggenbichler Beck: Dozentin für Public Speaking an der Freien Universität Bozen

Die studierte Regisseurin und Kommunikationswissenschaftlerin begleitet seit über zehn Jahren Menschen auf die Bühne und bereitet sie auf Präsentationen, Gesprächssituationen und Auftritte vor.

Kursprache  
Deutsch

Beginn  
12.10.2024

Ende  
12.10.2024

Kurstage  
1

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
390 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Meran  
Ortweinstr. 6

Zielgruppe  
Erwachsene allgemein



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in

Franziska Guggenbichler Beck

Gebühr

185 €

Anmeldeschluss

12.10.2024

Kursanbieter

Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

## Ehevorbereitung

Gemeinsam den Lebensweg beschreiten und die Zukunft gestalten

Themenbereich

Partnerschaft

Kursbeschreibung

Im Gespräch mit dem Ehepartner und Fachreferenten werden wichtige Fragen rund um die Partnerschaft und Ehe besprochen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

29.11.2024

Ende

01.12.2024

Kurstage

3

Beginnzeit

16:00 Uhr

Endzeit

16:00 Uhr

Dauer

1035 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Nals

Vilpianer Straße 27

Zielgruppe

Brautpaare



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in  
Elisabeth Hickmann

Julia-Luna Cappelletto

Verena Nagler

Thomas Hickmann

Markus Moling

Gebühr  
70 € pro Person

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

[Detailseite zum Kurs](#)  
-

Ansprechperson  
Martin Schgör  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Sag mal, wie schaffst du das? Jeden Tag eine neue Herausforderung

Themenbereich  
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

Eines vorweg: Du musst nicht alles alleine machen. Du musst nicht perfekt sein! Vereinbarkeit von Familie und Beruf ist machbar und dabei auch noch Zeit für eigene Bedürfnisse finden. Wie das geht? Investiere jetzt 1 Tag für Dich und erfahre wertvolle Inputs für mehr Gelassenheit.

Kurssprache  
Deutsch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Beginn**  
27.11.2024

**Ende**  
27.11.2024

**Kurstage**  
1

**Beginnzeit**  
09:00 Uhr

**Endzeit**  
17:00 Uhr

**Dauer**  
390 Minuten

**Beschreibung Zeit**

-

**Ort**  
Nals  
Vilpianer Straße 27

**Zielgruppe**  
Eltern, Frauen und Männer

**Referent/in**  
Sabine Fischer

**Gebühr**  
355 € Seminarbetrag inkl. Online-Coaching

**Anmeldeschluss**

-

**Kursanbieter**  
Bildungshaus Lichtenburg

**Detailseite zum Kurs**

-

**Ansprechperson**  
Carolin Pranter  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Körpersprache und Interpretation

### Weiterbildungsreihe: Kommunikation und Körpersprache

**Themenbereich**  
Rhetorik, Auftreten

**Kursbeschreibung**  
Im Seminar geht es um nonverbale Kommunikation, innere und äußere Haltung, Wirkung auf andere, Authentizität, Körpersprache und den ersten Eindruck.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

07.11.2024

## Ende

08.11.2024

## Kurstage

2

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

780 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27

## Zielgruppe

Personen die aktiv u. kreativ mehr über sich selbst erfahren möchten, Führungskräfte

## Referent/in

Brigitta Prochazka

## Gebühr

1590 € Seminarbetrag für die gesamte Weiterbildungsreihe

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Lichtenburg

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Martin Schgör  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

# Überzeugende Kommunikation und Rhetorik

## Weiterbildungsreihe: Kommunikation und Körpersprache

### Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

### Kursbeschreibung

Das erworbene „Know-how“ hilft Ihnen sich besser zu präsentieren, sich verständlich auszudrücken und erfolgreich zu kommunizieren.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

05.12.2024

## Ende

06.12.2024

## Kurstage

2

## Beginnzeit

09:00 Uhr

## Endzeit

17:00 Uhr

## Dauer

780 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27

## Zielgruppe

Personen die aktiv u. kreativ mehr über sich selbst erfahren möchten, Führungskräfte

## Referent/in

Klaus Fischer

## Gebühr

650 € Seminarbetrag

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Lichtenburg

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Martin Schgör  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Ehevorbereitung

Gemeinsam den Lebensweg beschreiten und die Zukunft gestalten

## Themenbereich

Partnerschaft



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Kursbeschreibung

Im Gespräch mit dem Ehepartner und Fachreferenten werden wichtige Fragen rund um die Partnerschaft und Ehe besprochen.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

25.10.2024

## Ende

27.10.2024

## Kurstage

3

## Beginnzeit

16:00 Uhr

## Endzeit

16:00 Uhr

## Dauer

1035 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27

## Zielgruppe

Brautpaare

## Referent/in

Thomas Hickmann

Markus Moling

Julia-Luna Cappelletto

Elisabeth Hickmann

Verena Nagler

## Gebühr

70 € pro Person

## Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson  
Martin Schgör  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Krisenkommunikation

### Lehrgang PR- und Kommunikationsmanagement im Unternehmen - Modul 8

Themenbereich  
Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung  
Im Workshop werden die Grundlagen für effektive interne und externe Kommunikation vermittelt und wie man den Zusammenhang von Krisen und Veränderungssituationen darstellen sowie Lösungsansätze aufzeigen kann

Kurssprache  
Deutsch

Beginn	Ende	Kurstage
16.09.2024	17.09.2024	2
Beginnzeit	Endzeit	Dauer
09:00 Uhr	17:00 Uhr	780 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Nals  
Vilpianer Straße 27

Zielgruppe  
Fachleute für PR und Marketing, Verantwortliche für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Verantwortliche für Vertrieb und Marketing

Referent/in  
Ralph Dalibor

Gebühr  
3890 € Seminarbetrag für 8 Module (Abschluss LG)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson  
Carolin Pranter  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Jugendcamp - Kompetenzen für die Zukunft! Körper & Geist - S

Themenbereich  
Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

In dieser Woche werden Körper und Geist geschult. Durch das programmieren eigener Inhalte werden Grundkenntnisse in Mathematik, logisches und strukturiertes Denken gefestigt und erste Informatikkenntnisse erlangt.

Beim Mentaltraining und dem Selbstverteidigungskurs wird das Selbstbewusstsein gestärkt und Verteidigungstechniken erlernt.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
29.07.2024

Ende  
02.08.2024

Kurstage  
5

Beginnzeit  
08:30 Uhr

Endzeit  
15:30 Uhr

Dauer  
1800 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort  
Meran  
Otto-Huber-Straße 84

Zielgruppe

Referent/in  
Franz Meinrad Gluderer



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it  
Michael Lanthaler

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Massimo Vidoni

## Gebühr

120 €

## Anmeldeschluss

29.07.2024

## Kursanbieter

KVW Bildung Meran

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email

## Bibelseminar

„Gott – Glaube – Religion – Kirche“ – Zusammengehörende oder zu trennende Wirklichkeiten?

### Themenbereich

Religion, Glaube, Spirituelles

### Kursbeschreibung

Glaube und der kritische Blick auf das Alte Testament

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

16.11.2024

### Ende

16.11.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

390 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe  
Frauen und Männer

Referent/in  
Arnold Stiglmaier

Gebühr  
30 € Seminarbetrag

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

Detailseite zum Kurs  
-

Ansprechperson  
Carolin Pranter  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Sprechtechnik und Stimme

### Weiterbildungsreihe: Kommunikation und Körpersprache

Themenbereich  
Kommunikation, Gesprächsführung

Kursbeschreibung  
Das erworbene „Know-how“ hilft Ihnen sich besser zu präsentieren, sich verständlich auszudrücken und erfolgreich zu kommunizieren.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
14.10.2024

Ende  
15.10.2024

Kurstage  
2

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
780 Minuten

Beschreibung Zeit  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort  
Nals  
Vilpianer Straße 27

Zielgruppe  
Personen die aktiv u. kreativ mehr über sich selbst erfahren möchten, Führungskräfte

Referent/in  
Brigitta Prochazka

Gebühr  
1590 € Seminarbetrag für die gesamte Weiterbildungsreihe

Anmeldeschluss  
-

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

[Detailseite zum Kurs](#)  
-

Ansprechperson  
Martin Schgör  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Ehevorbereitung

### Gemeinsam den Lebensweg beschreiten und die Zukunft gestalten

Themenbereich  
Partnerschaft

Kursbeschreibung  
Im Gespräch mit dem Ehepartner und Fachreferenten werden wichtige Fragen rund um die Partnerschaft und Ehe besprochen.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
07.06.2024

Ende  
09.06.2024

Kurstage  
3

Beginnzeit  
16:00 Uhr

Endzeit  
16:00 Uhr

Dauer  
1035 Minuten

Beschreibung Zeit  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27

## Zielgruppe

Brautpaare

## Referent/in

Elisabeth Hickmann

Julia-Luna Cappelletto

Markus Moling

Thomas Hickmann

## Gebühr

70 € pro Person

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Lichtenburg

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Martin Schgör

Tel. 0471057100

Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Family-Rafting auf der Passer

Für Kinder ab 10 Jahren in Begleitung

### Themenbereich

Familie und Kinder

### Kursbeschreibung

Auf in die wilden Wasser! Gemeinsam paddelt die ganze Familie mit einem erfahrenen Wildwasserguide von St. Martin i. P. bis nach Saltaus und entdeckt eine naturbelassene, grüne Flusslandschaft. Lerne dein Zuhause aus einem ungewohnten Blickwinkel kennen. Unterwegs können sich Wagemutige im klaren Wasser abkühlen.



## Corsi & Percorsi

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

Seit zehn Jahren bietet Südtirol Rafting Expeditions Wildwasserabfahrten auf der Passer. Nach der Einschreibung, dem Umkleiden und dem Transport zum Einstieg, erfolgt eine ausführliche Sicherheitseinweisung. Neopren-Anzüge, Helme, Schwimmwesten, Schuhe etc. werden zur Verfügung gestellt.

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

Voraussetzung für die Teilnahme sind Schwimmkenntnisse.

## Kurssprache

Deutsch

## Beginn

25.06.2024

## Ende

25.06.2024

## Kurstage

1

## Beginnzeit

10:00 Uhr

## Endzeit

13:00 Uhr

## Dauer

180 Minuten

## Beschreibung Zeit

-

## Ort

Meran

## Zielgruppe

Kinder

## Referent/in

Johannes Steiner Ender

## Gebühr

58 €

## Anmeldeschluss

25.06.2024

## Kursanbieter

Volkshochschule Urania Meran Gen.

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Aktiv diskutieren statt ziellos streiten

## Eine konstruktive Diskussionskultur aufbauen und fördern

### Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

### Kursbeschreibung

Mit aktiver Diskussionskultur schnelle Lösungen erreichen, neue Möglichkeiten aufzeigen, Impulse setzen.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

14.11.2024

### Ende

15.11.2024

### Kurstage

2

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:00 Uhr

### Dauer

780 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27

### Zielgruppe

Fachleute für PR und Marketing, Personal - Manager, Leitender Angestellter, Führungskräfte aus allen Bereichen

### Referent/in

Simon Wolf

### Gebühr

650 € Seminarbetrag

### Anmeldeschluss

-

### Kursanbieter

Bildungshaus Lichtenburg

### Detailseite zum Kurs

-

### Ansprechperson

Martin Schgör  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Counsellor Professional - Jg. 2022 - 2. Ausbildungsjahr Lebensberatung

### Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

### Kursbeschreibung

Für alle die bereits eine 1 jährige Ausbildung in systemischer Beratung abgeschlossen haben.

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

22.09.2023

### Ende

09.06.2024

### Kurstage

20

### Beginnzeit

09:00 Uhr

### Endzeit

17:30 Uhr

### Dauer

9000 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

Nals  
Vilpianer Straße 27

### Zielgruppe

Frauen und Männer

### Referent/in

Andreas Zimmermann

Astrid Fleischmann

Stefan Eikemann

Ulrike Wiegner

### Gebühr

3250 € Seminarbetrag bei Ratenzahlung: 3.250€ (3.200€ + 50€ Bearbeitungsgebühr)

1. Rate : 1700€ innerhalb 20.09.2023

2. Rate: 1550€ innerhalb 30.01.2024

### Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter  
Bildungshaus Lichtenburg

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson  
Martin Schgör  
Tel. 0471057100  
Email bildungshaus@lichtenburg.it

## Counsellor Jahrgang 2021 - 3. Ausbildungsjahr Lebensberatung

Themenbereich  
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung  
Für alle die bereits eine 2 jährige Ausbildung zum psychosozialen Lebensberater abgeschlossen haben.

Kurssprache  
Deutsch

Beginn  
22.09.2023

Ende  
07.06.2024

Kurstage  
20

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:30 Uhr

Dauer  
9000 Minuten

Beschreibung Zeit  
-

Ort  
Nals  
Vilpianer Straße 27

Zielgruppe  
Mitarbeiter im Sozial- und Gesundheitswesen, Seelsorger, Mitarbeiter aus dem Bildungsbereich

Referent/in  
Marion Brugnara

Ulrike Wiegner

Stefan Eikemann



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it  
Sandra Scherz

Margarethe Profunser

Andreas Zimmermann

Stephan Innerhofer

Beate Bruckner

## Gebühr

2670 € Seminarbetrag

## Anmeldeschluss

-

## Kursanbieter

Bildungshaus Lichtenburg

## Detailseite zum Kurs

-

## Ansprechperson

Martin Schgör

Tel. 0471057100

Email bildungshaus@lichtenburg.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it