



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Rio Abierto: Lebendige Präsenz für aktive Trainer*innen

Die Arbeit an sich selbst – „Trabajo sobre sí” als Basis für die Arbeit mit Menschen

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Workshop mit Viviana Britos aus Buenos Aires

Kurssprache

Deutsch

Beginn

08.07.2024

Ende

10.07.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

1290 Minuten

Beschreibung Zeit

MO 08.07. - MI 10.07.2024
MO 16 - 21 Uhr
DI und MI 9 - 19 Uhr

Ort

Zielgruppe

Personen die in pädagogischen Berufen arbeiten, Interessierte, Trainer/innen

Referent/in

Viviana Britos

Gebühr

220 € Mitglieder zahlen 190,00€

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/rio-abierto-lebendige-pr%C3%A4senz/33-19160.html>

Ansprechperson

Tel.
Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Stress und emotionales Essen

Verstehen und Überwinden von stressbedingtem Essverhalten

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Die Teilnehmenden lernen den emotionalen Hintergrund stressbedingten Essverhaltens kennen und erfahren, wie negative Muster durchbrochen und stattdessen sinnvolle Strategien im Umgang mit emotionalem Essen gefunden werden können.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

23.11.2024

Ende

23.11.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe

Personen in Gesundheitsberufen, Personen aus pädagogischen, therapeutischen und psychosozialen Berufen, Psycholog/innen

Referent/in

Juliette Wernicke

Gebühr

190 €

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/stress-und-emotionales-essen/27-20109.html>

Ansprechperson

Tel.
Email

#CusanusOnline - Ganzheitliches Fasten im Alltag

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Während dieser berufsbegleitenden Fastenwoche gehen die Teilnehmer:innen untertags ihren Verpflichtungen nach und treffen sich abends online in der Gruppe.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
30.11.2024

Ende
06.12.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
630 Minuten

Beschreibung Zeit

SA 30.11. - FR 06.12.2024
jeweils 19.30 - 21 Uhr
zwei Vorbereitungstage vorher

Ort

Zielgruppe
Interessierte

Referent/in
Paula Holzer

Gebühr
140 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

Kursanbieter
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.
Email

Selbsthilfe bei Spannungskopfschmerzen und Migräne

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Die Teilnehmer:innen lernen selbständig und zielgerichtet mit Kopfschmerz- und Migräneattacken umzugehen.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
06.12.2024

Ende
06.12.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
390 Minuten

Beschreibung Zeit

Ort

Zielgruppe
Interessierte, Personen in Gesundheitsberufen

Referent/in
Heinz Peter Steiner

Gebühr
155 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

Kursanbieter
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/selbsthilfe-bei-spannungskopfschmerzen-und-migr%C3%A4ne/32-19716.html>

Ansprechperson

Tel.
Email

Intuitionsschulung Verbindung von Herz und Verstand

Themenbereich
Meditation, Entspannung

Kursbeschreibung
Entspannung, Meditation und Imagination unterstützen uns dabei, wieder über die unerschöpfliche Fülle und Weisheit in uns staunen zu lernen.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
11.10.2024

Ende
13.10.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
750 Minuten

Beschreibung Zeit

FR 11.10. - SO 13.10.2024
Kurszeiten
FR 19 - 21 Uhr
SA 9 - 17 Uhr
SO 9 - 12.30 Uhr

Ort

Zielgruppe
Menschen, die leiten, begleiten und/oder beraten, Personen aus pädagogischen, therapeutischen und psychosozialen Berufen, Interessierte

Referent/in
Marianne Bittmann



Corsi & Percorsi
corsielpercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

210 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/intuitionsschulung/27-19990.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

Zielgruppe

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



Corsi & Percorsi
corsielpercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

Fasten - Meditation - Feldenkrais

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Sie nehmen in dieser Woche nur Tee, Wasser und Gemüsebrühe zu sich und erleben bei einfachen Mahlzeiten wie es ist, langsam zu essen, sorgfältig zu kauen und zu spüren, wie wenig Sie brauchen.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
26.10.2024

Ende
01.11.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
2520 Minuten

Beschreibung Zeit

SA 26.10.2024, 16 Uhr - FR 01.11.2024, 13 Uhr

Ort



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Referent/in

Rotraud Kühn

Amrei Pfeiffer

Gebühr

620 € inkl. Unterkunft + Verpflegung/ Ortstaxe extra

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/fasten-meditation-feldenkraus/33-19978.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Faszienwissen spüren Craniosakrale Techniken für alle

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

In diesem Workshop vermittelt Physiotherapeutin und Osteopathin Daniela Petroni Grundlagen zum Thema Faszien.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

08.11.2024

Ende

09.11.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

670 Minuten

Beschreibung Zeit

FR 08.11. - SA 09.11.2024
Kurszeiten
FR 14 - 18 Uhr
SA 9 - 18 Uhr



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Ort

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Interessierte, Personen in Gesundheitsberufen, Masseur/innen

Referent/in

Daniela Petroni

Gebühr

190 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/faszienwissen-sp%C3%BCren/33-19970.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Kinesiologisches Taping Basiskurs

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

In Zusammenarbeit mit der eufag - Europa Fortbildungsakademie Gesundheit

Kurssprache

Deutsch

Beginn

11.11.2024

Ende

12.11.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

900 Minuten

Beschreibung Zeit

MO 11.11. - DI 12.11.2024
jeweils 9 - 18 Uhr



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Ort

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Personen in Gesundheitsberufen, Interessierte

Referent/in

Andreas Richter

Gebühr

340 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/kinesiologisches-tapen/33-20033.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

6. Lehrgang für Manuelle Chinesische Medizin

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Die Teilnehmenden lernen die zwölf Organmeridiane mit ausgewählten Punkten und deren Indikationen kennen und behandeln. So kann energetische Balance erreicht werden. Ziel der Massage ist es, das Qi in den Meridianen zum Fließen zu bringen.

Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
14.11.2024

Ende
22.03.2025

Kurstage
0

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
3690 Minuten

Beschreibung Zeit

Teil 1: DO 14.11. - SA 16.11.2024
Teil 2: DO 13.02. - SA 15.02.2025
Teil 3: DO 20.03. - SA 22.03.2025

Kurszeiten
DO/FR 9 - 17.30 Uhr
SA 9 - 17 Uhr

Ort

Zielgruppe

Interessierte, Personen in Gesundheitsberufen

Referent/in

Michael Geyerhofer

Gebühr

970 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/6-lehrgang-f%C3%BCr-manuelle-chinesische-medicin/32-18452.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Achtsam und intuitiv essen mit Genuss

Bewusste Ernährung für mehr Wohlbefinden und Lebensfreude

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Die Teilnehmenden lernen, wie sie wieder auf ihr natürliches Hunger- und Sättigungsgefühl achten können und damit sowohl ihre physische als auch psychische Gesundheit stärken.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Kurssprache
Deutsch

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
21.11.2024

Ende
21.11.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe

Frauen, Pädagog/innen, Interessierte

Referent/in

Juliette Wernicke

Gebühr

140 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/achtsam-und-intuitiv-essen-mit-genuss/27-20108.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Tag der Stille

Sich in Ruhe erfahren

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Über den Tag verteilt wechseln sich Phasen von geführten und offenen Meditationen mit angeleiteten sanften Körperübungen ab, die uns immer wieder in eine angenehme Körper-Geist-Seele-Balance bringen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

23.11.2024

Ende

23.11.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe

Interessierte, Personen aus pädagogischen, therapeutischen und psychosozialen Berufen, Frauen

Referent/in

Manuela Gottardo

Gebühr

85 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/tag-der-stille/27-19866.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Vital und lebendig mit Rio Abierto für Menschen im besten Alter (70+)

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Nach einer Einwärmphase, in der wir unter anderem unsere Gelenke aktivieren und den Beckenboden stärken, bewegen wir uns zur Musik. Gemeinsam im Kreis, jede:r für sich alleine und in Einzel- oder Partnerübungen bringen wir den Körper in Schwung.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

23.09.2024

Ende

25.11.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

540 Minuten

Beschreibung Zeit

MO 23.09. - MO 25.11.2024 (ausgenommen MO 28.10.2024)
jeden Montag jeweils 9 - 10 Uhr

Ort

Zielgruppe

Senior/innen

Referent/in

Inge Zöschg

Gebühr

100 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

Stress als Schlafkiller Nr. 1

Nur ein freier Kopf sorgt für eine erholsame Nacht

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Damit wir aber am nächsten Tag wieder voller Energie und Motivation loslegen können, ist es wichtig, wirkungsvoll abzuschalten und erholsam zu schlafen. Wie kann das gehen?

Kurssprache

Deutsch

Beginn

24.09.2024

Ende

24.09.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe

Frauen, Männer

Referent/in

Heinz Peter Steiner

Gebühr

145 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/stress-als-schlafkiller-nr-1-kopie/32-19707.html>

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Yoga für Männer

Kraft - Beweglichkeit - Entspannung

Themenbereich

Yoga und Körpererfahrung

Kursbeschreibung

Yoga ist ein Vielkönner: Sie verbessern damit Ihr Körpergefühl und Ihre Bewegungsfähigkeit, bringen Körper und Geist Schritt für Schritt in Einklang und entspannen sich effektiv.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

25.09.2024

Ende

16.10.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

300 Minuten

Beschreibung Zeit

MI 25.09.2024
MI 02.10.2024
MI 09.10.2024
MI 16.10.2024
jeweils 20 - 21.15 Uhr

Ort

Zielgruppe

Männer

Referent/in

Sieghard Gostner

Gebühr

60 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ergonomie 4.0: Faszien-gesundheit am Arbeitsplatz

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Wie Sie durch einfache Bewegungsimpulse aus dem funktionellen Training Knochen- und Gelenksschmerzen reduzieren können und welche Möglichkeiten ein regelmäßig umgesetztes Augentraining bietet, um Verspannungen im Hals- und Nackenbereich vorzubeugen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

16.10.2024

Ende

16.10.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Zielgruppe

Männer, Frauen

Referent/in

Heinz Peter Steiner

Gebühr

145 €

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/ergonomie-4-0-fasziengesundheit-am-arbeitsplatz/32-19706.html>

Ansprechperson

Tel.
Email

Resilienz durch Vitamin N(atur) Natur-Resilienz-Training

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Das Natur-Resilienz-Training richtet sich an Erwachsene, die dem Alltagsstress entfliehen und Strategien erlernen möchten, um widerstandsfähiger gegen die Herausforderungen des Lebens zu werden.

Kurssprache
Deutsch

Beginn 21.10.2024	Ende 22.10.2024	Kurstage 0
Beginnzeit 00:00 Uhr	Endzeit 00:00 Uhr	Dauer 900 Minuten

Beschreibung Zeit

MO 21.10. - DI 22.10.2024
jeweils 9 - 18 Uhr

Ort

Zielgruppe

Referent/in
Anna Maria Obrist Gantioler

Gebühr
100 € inkl. Mittagessen an beiden Tagen!!



Corsi & Percorsi
corsielpercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/resilienz-durch-vitamin-natur/33-19915.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

Atem – Geschenk zur Lebendigkeit Atempädagogik-Seminar

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Mit Hilfe von einfachen Wahrnehmungs- und Bewegungsübungen kommen wir dem Geschenk des Atems auf die Spur und schulen unsere Empfindungsfähigkeit für Leib und Seele.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

25.10.2024

Ende

26.10.2024

Kurstage

2

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

780 Minuten

Beschreibung Zeit

FR 25.10. - SA 26.10.2024
jeweils 9 - 17 Uhr

Ort

Zielgruppe

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



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Wibke Mullur

Gebühr
220 €

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/atem-geschenk-zur-lebendigkeit/32-20059.html>

Ansprechperson

Tel.
Email

Selbsthilfe bei Schmerzen Engpassdehnungen von Liebscher & Bracht®

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Wenn Sie regelmäßig unter Schmerzen leiden und nicht wissen, wie Sie diese lindern können, dann ist dieses Seminar genau das Richtige für Sie.

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



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Interessierte, Personen in Gesundheitsberufen

Referent/in

Stefanie Lepiorz Borghini

Gebühr

90 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/selbsthilfe-bei-schmerzen/33-20017.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Aktive Stressbewältigung durch „Minuten-Trainings“

Kurze Tipps mit starker Wirkung für Ihr Gesundheits- und Leistungsmanagement

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Im Mittelpunkt des Seminars stehen kleine Tipps mit starker Wirkung für die aktive Stressbewältigung.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

05.12.2024

Ende

05.12.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

390 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe
Frauen, Männer

Referent/in
Heinz Peter Steiner

Gebühr
145 €

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/aktive-stressbew%C3%A4ltigung-durch-minuten-trainings/27-19906.html>

Ansprechperson

Tel.
Email

Tiefe Wurzeln, starke Bindungen Nachhaltige Beziehungen gestalten und erhalten

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Welche Rolle die verschiedenen Formen von Beziehungen in unserem Leben spielen und wie wir dazu beitragen können, sie gut und nachhaltig zu gestalten – darum geht es in diesem Kurs mit der erfahrenen Referentin Ursula Baatz.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
27.09.2024

Ende
29.09.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
780 Minuten

Beschreibung Zeit

FR 27.09 - SO 29.09.2024
Kurszeiten
FR 16 - 19 Uhr
SA 9 - 17 Uhr
SO 9 - 12.30 Uhr



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort

Zielgruppe

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

Referent/in

Ursula Baatz

Gebühr

210 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/tiefe-wurzeln-starke-bindungen/27-19998.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Ayurveda und Yoga

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Der Kurs zielt darauf ab, vertiefende Kenntnisse des Ayurveda und Yoga zu vermitteln.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

04.10.2024

Ende

06.10.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

00:00 Uhr

Endzeit

00:00 Uhr

Dauer

1230 Minuten

Beschreibung Zeit

FR 04.10. - SO 06.10.2024
Kurszeiten
FR 14 - 18 Uhr
SA 9 - 18 Uhr
SO 9 - 18 Uhr



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort

Zielgruppe

Masseur/innen, Interessierte, Personen in Gesundheitsberufen

Referent/in

Manlio Casapiccola

Gebühr

370 €

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/ayurveda-und-yoga/33-19780.html>

Ansprechperson

Tel.

Email

Spezielle Symptomkontrolle in der Palliativpflege

... es gibt noch viel zu tun!

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir palliativpflegerische Maßnahmen erarbeiten, um die uns anvertrauten Patienten in der letzten Lebensphase kompetent und ganzheitlich betreuen und begleiten zu können.

Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
08.10.2024

Ende
09.10.2024

Kurstage
0

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
18:00 Uhr

Dauer
900 Minuten

Beschreibung Zeit

DI 08.10. - MI 09.10.2024
jeweils 9 - 18 Uhr

Ort

Zielgruppe
Interessierte, Personen in Gesundheitsberufen

Referent/in
Evelin Tollenaere

Elisabeth Unterhofer

Gebühr
350 €

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter
Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs
<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/spezielle-symptomkontrolle-in-der-palliativpflege/33-20034.html>

Ansprechperson

Tel.
Email

Fasten - Meditation - Feldenkrais

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Sie nehmen in dieser Woche nur Tee, Wasser und Gemüsebrühe zu sich und erleben bei einfachen Mahlzeiten wie es ist, langsam zu essen, sorgfältig zu kauen und zu spüren, wie wenig Sie brauchen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

02.11.2024

Ende

08.11.2024

Kurstage

0

Beginnzeit

16:00 Uhr

Endzeit

13:00 Uhr

Dauer

2520 Minuten

Beschreibung Zeit

SA 02.11.2024, 16 Uhr - FR 08.11.2024, 13 Uhr

Ort

Zielgruppe

Referent/in

Rotraud Kühn

Amrei Pfeiffer

Gebühr

620 € inkl. Unterkunft + Verpflegung/ Ortstaxe extra

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

Cusanus Akademie

Detailseite zum Kurs

<https://www.cusanus.bz.it/de/bildungsprogramm/fasten-meditation-feldenkrais/33-19979.html>

Ansprechperson

Tel.

Email