



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# "WENN DU DICH SELBST LIEBST, LIEBST DU DIE WELT" Byron Katie

## "THE WORK VON BYRON KATIE"

### Themenbereich

Kommunikation, Gesprächsführung

### Kursbeschreibung

Zweifel und Selbstkritik sind bei vielen von uns tägliche, ungeliebte Begleiter. Sie bremsen unsere Energie und drücken auf unsere Stimmung. Scheinbar sind wir nie gut genug, was auch immer wir leisten, dass diese Stimmen sich einmal beruhigen könnten. Unser Verstand produziert weiter Beweise dafür. Mit den 4 Fragen aus "The Work von Byron Katie" wenden wir uns diesen Glaubenssätzen zu und untersuchen sie. "Du bist nicht gut genug." Ist das wahr? Finden deine ganz persönlichen Antworten. Nur du kannst sie dir geben. Vielleicht haben wir nur zu eifrig versucht für andere perfekt zu sein? Wie wäre es dir selbst deine beste Freundin zu werden? Was würde die tun oder sagen?

### Kurssprache

Deutsch

### Beginn

07.06.2024

### Ende

07.06.2024

### Kurstage

1

### Beginnzeit

18:00 Uhr

### Endzeit

21:00 Uhr

### Dauer

180 Minuten

### Beschreibung Zeit

-

### Ort

ZENTRUM TAU  
Pillhofstrasse 3

### Zielgruppe

alle Interessierten Frauen und Männer

### Referent/in

Helga Bohnstedt

### Gebühr

45 €

### Anmeldeschluss

06.06.2024



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

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

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

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

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

## EINFÜHRUNGSKURS FÜR MENTOREN

### menschliche Unterstützung für Mitmenschen

Themenbereich  
Kommunikation, Gesprächsführung

#### Kursbeschreibung

unabhängig vom Ausgang einer Krise, wissen krisenerfahrene Unternehmer\*innen/Führungskräfte/Freiberufler\*innen am besten, wie es sich anfühlt, wenn man nicht mehr ein noch aus weiß. Ihre Erfahrung kann für andere Unternehmer\*innen/Führungskräfte/Freiberufler\*innen der erste Schritt aus der Ohnmacht sein. In einer zweitägigen Weiterbildung lernen Sie anhand von Theorieinputs, Beispielen, Übungen und Rollenspielen die Grundlagen von Kommunikation und Gesprächsführung sowie personenzentrierter Beratung kennen, können diese erfahren und sich darin „üben“. Ziel der Ausbildung ist es, morgen anderen Unternehmer\*innen/ Führungskräfte/ Freiberufler\*innen und Menschen über eine schwierige Situation hinweg helfen zu können.

Kurssprache  
Italienisch, Deutsch

Beginn  
04.05.2024

Ende  
14.06.2024

Kurstage  
2

Beginnzeit  
09:00 Uhr

Endzeit  
17:00 Uhr

Dauer  
780 Minuten

Beschreibung Zeit  
Mittagspause von 12:30 - 14:00

Ort  
ZENTRUM TAU  
Pillhofstrasse 37

Zielgruppe  
Unternehmer\*Innen, Führungskräfte, Mitarbeiter, Freiberufler und Interessierte

Referent/in  
Renate Dr. Ausserbrunner



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

Gebühr

0 €

Anmeldeschluss

12.06.2024

Kursanbieter

Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs

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

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)

## "LEHRGANG PILGERBEGLEITUNG"

Pilgern - eine Weg zu uns selbst

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

Pilgern gab und gibt es in jeder Kultur, es ist die älteste und natürlichste Bewegungsform. Pilgern ist aber nicht nur ein Stück des Weges gehen, Pilgern ist sehr viel mehr: es ist vor allem ein Weg zu sich selbst. Im Lehrgang Pilgerbegleiter\*In, lernst du alles was zum Pilgern dazugehört. Hinterher kannst du Einzelne oder auch Gruppen auf ihrem Weg mit einem fundierten Wissen begleiten.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

25.04.2024

Ende

27.09.2024

Kurstage

12

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

6000 Minuten

Beschreibung Zeit

Neue und alte Aspekte des Pilgerns

Ort

ZENTRUM TAU

Pillhofstrasse 37

Zielgruppe

alle Interessierten



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in  
Maria Rummel

Heiner Nicolussi - Leck

Michael kaminski

Gebühr  
990 €

Anmeldeschluss  
25.04.2024

Kursanbieter  
Soziale Genossenschaft Zentrum Tau

Detailseite zum Kurs  
<https://www.zentrum-tau.it/de/angebote-und-raeumlichkeiten/pilgerbegleiter-in>

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

Beginn  
01.04.2024

Ende  
10.06.2024

Kurstage  
71

Beginnzeit  
18:00 Uhr

Endzeit  
19:20 Uhr

Dauer  
800 Minuten

Beschreibung Zeit  
-



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

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

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)

## 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  
Deutsch, Italienisch



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**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

**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.



## Corsi & Percorsi

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

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

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

## Referent/in

Birgit Werner

## 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)