



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Feldenkrais Methode® im Freien

Themenbereich

Meditation, Entspannung

Kursbeschreibung

Im wundervollen Parkambiente, erreichen wir durch die einfachen und gezielten Bewegungsabläufe der Feldenkrais Methode, frei von Schmerzen und Einschränkungen zu sein und beweglich und dynamisch Alltag und Freizeit genießen zu können. Wir lenken unsere Aufmerksamkeit auf unseren Körper und lernen dabei achtsam und bewusst mit uns umzugehen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

08.05.2024

Ende

05.06.2024

Kurstage

5

Beginnzeit

18:00 Uhr

Endzeit

19:00 Uhr

Dauer

300 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Bozen

Glaningerweg 1

Zielgruppe

Referent/in

Verena Unterhofer

Gebühr

59 €

Anmeldeschluss

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Frauenpower, Beckenbodentraining und Pilates - im Freien

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Abwechslungsreich ist das Kräftigungstraining speziell für die Frau. Wir verbessern neben Kraft, Ausdauer und Koordination auch die Bindegewebsstruktur unserer bekannten Problemzonen. Spezielle Aufmerksamkeit bekommt der Beckenboden, denn er sorgt für Stabilität, für eine gesunde Rückenaufreckungskraft und bietet den

inneren Organen Halt. So beugen wir mit gezielten Übungen und Tipps für den Alltag Inkontinenz vor. Zudem stärken wir mit Elementen aus der Pilates-Methode die tiefliegende Bauch- und Rückenmuskulatur - unsere Körpermitte.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

15.05.2024

Ende

12.06.2024

Kurstage

5

Beginnzeit

10:45 Uhr

Endzeit

11:45 Uhr

Dauer

300 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Meran

Zielgruppe

Erwachsene allgemein

Referent/in

Evi Kerschbaumer



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Gebühr

59 €

Anmeldeschluss

15.05.2024

Kursanbieter

Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

Frauenpower, Beckenbodentraining und Pilates - im Freien

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Abwechslungsreich ist das Kräftigungstraining speziell für die Frau. Wir verbessern neben Kraft, Ausdauer und Koordination auch die Bindegewebsstruktur unserer bekannten Problemzonen. Spezielle Aufmerksamkeit bekommt der Beckenboden, denn er sorgt für Stabilität, für eine gesunde Rückenaufreckungskraft und bietet den

inneren Organen Halt. So beugen wir mit gezielten Übungen und Tipps für den Alltag Inkontinenz vor. Zudem stärken wir mit Elementen aus der Pilates-Methode die tiefliegende Bauch- und Rückenmuskulatur - unsere Körpermitte.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

10.05.2024

Ende

07.06.2024

Kurstage

5

Beginnzeit

11:00 Uhr

Endzeit

12:00 Uhr

Dauer

300 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Meran

Zielgruppe

Erwachsene allgemein



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Referent/in
Evi Kerschbaumer

Gebühr
59 €

Anmeldeschluss
10.05.2024

Kursanbieter
Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Genießen, Entspannen, Bewegen - 2 Tage Zeit für mich für Personen ab 55 Jahren

Themenbereich
Meditation, Entspannung

Kursbeschreibung

An diesen zwei Tagen erhalten Sie wertvolle Inputs zu Bewegung und Entspannung. Einfache Techniken können Ihren Alltag erleichtern, Ihr Wohlbefinden stärken und Ihre Gesundheit fördern. Auf dem Programm stehen eine gemütliche Wanderung, leichte einfache Bewegungs- und Entspannungsübungen für den Alltag, gutes Essen und geselliges Beisammensein. Das alles inmitten der Natur und im schönen Ambiente der Pension Mitterbach. Tanken Sie Kraft, Freude und Wohlbefinden für Ihren Alltag!

Kurssprache
Deutsch

Beginn
08.06.2024

Ende
09.06.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
10:00 Uhr

Endzeit
14:00 Uhr

Dauer
0 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Ahrntal
Am Mitterbach - Weissenbach 22



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Zielgruppe

Referent/in

Elfriede Herta Forer

Elisa Oberhollenzer

Gebühr

262 € pro Person im Doppelzimmer

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

Haltungs- und Rückenschule, Koordination und Unfallprävention

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Rückengesundheit

- Unser Rücken: Anatomie, Physiologie
- Einseitige Belastungen und stereotype Bewegungsformen am Arbeitsplatz
- Statistische Erhebungen, wissenschaftliche Studien und Daten
- Optimale Arbeitsbedingungen schaffen - ergonomische Aspekte im Berufsalltag
- Richtig Sitzen
- Richtig Stehen und Gehen
- Richtig Heben und Tragen
- Übungen für zwischendurch, am Arbeitsplatz
- Übungen zur Verbesserung der Stabilität und Beweglichkeit unseres Rückens
- Zusammenhang Haltungs- bzw. Rückenbeschwerden und Stress



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

- Umgang mit Stress: Entspannungstechniken

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Koordination und Unfallprävention

- Koordinative Fähigkeiten - Grundlagen und praktische Beispiele. Gleichgewichts-, Orientierungs-, Differenzierungs-, Kopplungs-, Rhythmisierungs- und Reaktionsfähigkeit
- Koordinative Fähigkeiten und Lebensqualität
- Zusammenhang Koordination - Aufmerksamkeit - Konzentration
- Unser Zentralnervensystem: einfache und komplexe Bewegungsformen und Reflexe
- Beruflicher Alltag und Freizeit: Automatisierte Bewegungsformen, Gefahrenquellen und typische Verhaltensmuster
- Koordinative Übungen und alternative Bewegungsformen im Beruf und im Alltag.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

06.06.2024

Ende

06.06.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

08:30 Uhr

Endzeit

15:30 Uhr

Dauer

360 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Mitterweg 5

Zielgruppe

Referent/in

Michele Cattani

Gebühr

110 € EbK-Mitglieder

Anmeldeschluss

05.06.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
HDS SERVICEGENOSSENSCHAFT

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson
hdsweiterbildung .
Tel. 0471310325
Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Wohlfühlgewicht: Was ist das und wie kann ich es erreichen?

Themenbereich
Kochen, Essen, Trinken

Kursbeschreibung

Du lernst auf die Bedürfnisse deines Körpers zu hören und bekommst einfache Grundsätze, Methoden und Leitlinien in die Hand, die dich bei deinem Weg zum Wohlfühlgewicht und dauerhafter Gesundheit unterstützen. Mit Infos zu gesunden Lebensmitteln und Rezepten gelingt die Umsetzung auch im Alltag.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
21.05.2024

Ende
21.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
13:00 Uhr

Dauer
240 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Mühlen / Sand in Taufers

Zielgruppe

Referent/in
Gertrud Knapp

Gebühr
85 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

21.05.2024

Kursanbieter

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email

Erste Schritte am PC mit Windows

Themenbereich

EDV und Informatik

Kursbeschreibung

Sie wollen nicht mehr von der digitalen Welt ausgeschlossen sein? In diesem Kurs erwerben Sie Basiskenntnisse, um ihren Computer mit dem Betriebssystem Windows im Alltag stressfrei nutzen zu können. Es werden keine Computerkenntnisse vorausgesetzt.

Inhalte:

Umgang mit Maus und Tastatur

Starten von Programmen.

Umgang mit Windows Oberfläche

Daten speichern.

Neue Ordner anlegen.

Dateien suchen

Erste Schritte in Textverarbeitung und Internet

Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
11.05.2024

Ende
11.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
08:30 Uhr

Endzeit
12:30 Uhr

Dauer
240 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Meran
Ortweinstraße 6

Zielgruppe
Erwachsene allgemein

Referent/in
Stefan Egger

Gebühr
59 €

Anmeldeschluss
10.05.2024

Kursanbieter
Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Zertifizierte Ausbildung zum/zur EntspannungspädagogIn für K inkl. KursleiterIn für Progressive Muskelentspannung.

Themenbereich
Kinder- und Jugendarbeit

Kursbeschreibung
Stress belastet zunehmend auch Kinder und beeinflusst oft massiv den pädagogischen Alltag. Hier bietet die ganzheitliche Entspannungspädagogik hilfreiche Ansätze und erprobte Verfahren. In dieser wissenschaftlich begleiteten Ausbildung bekommen Sie ein umfangreiches Handwerkszeug und eignen sich fundiertes Fachwissen an.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Kurssprache
Deutsch

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
18.03.2024

Ende
25.05.2024

Kurstage
6

Beginnzeit
00:00 Uhr

Endzeit
00:00 Uhr

Dauer
2640 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Meran
Otto-Huber-Straße 84

Zielgruppe

Referent/in
Christiane Hosemann

Gebühr
970 €

Anmeldeschluss
18.03.2024

Kursanbieter
KVW Bildung Meran

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson

Tel.
Email

Sitzen ist das neue Rauchen! Bringe Bewegung in deinen Büroalltag!

Themenbereich
Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung
Vom Autositz direkt auf den Bürostuhl. Für viele von uns ist dies der Alltag.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Stundenlanges Sitzen ist ungesund und führt zu einem trägen Blutkreislauf, zu schlechter Nährstoffversorgung und macht zudem hungrig.

Schon kleine Bewegungseinheiten können hilfreich sein. Wer sich bei der Arbeit genügend bewegt, kann Verspannungen und Rückenschmerzen vorbeugen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

25.05.2024

Ende

25.05.2024

Kurstage

1

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

12:00 Uhr

Dauer

180 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Meran

Ortweinstraße 6

Zielgruppe

Erwachsene allgemein

Referent/in

Christian Zöschg

Gebühr

35 €

Anmeldeschluss

25.05.2024

Kursanbieter

Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

MBSR - Stressreduzierung durch Achtsamkeit 8-Wochen-Kurs nach Jon Kabat-Zinn.

Themenbereich

Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung

Achtsamkeit ist der Schlüssel, um aus dem Hamsterrad auszusteigen und um dem (Berufs)Alltag gelassener zu begegnen, sowie Herausforderungen erfolgreich und mit weniger Stress zu bewältigen. Sie lernen, Ihre Fähigkeiten zu nutzen und zu pflegen, um sich aktiv um Ihre Fürsorge zu kümmern und mehr Gleichgewicht und Leichtigkeit zu finden.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

08.04.2024

Ende

03.06.2024

Kurstage

9

Beginnzeit

17:00 Uhr

Endzeit

20:00 Uhr

Dauer

1650 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Brixen
Hofgasse 2

Zielgruppe

Referent/in

Michèle Honeck

Gebühr

390 €

Anmeldeschluss

08.04.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursanbieter
KVW Bildung Brixen

Detailseite zum Kurs

Ansprechperson

Tel.
Email

Meditatives Makramee: Wir knüpfen ein Windlicht

Themenbereich
Basteln

Kursbeschreibung

Die Handwerkskunst Makramee, die ihre Blütezeit in den 70er Jahren erlebte, beleben wir neu. Wir erlernen verschiedene Knoten und Muster, um daraus ein dekoratives Windlicht herzustellen, das sich auch als nettes Mitbringsel eignet. Ganz nebenbei schulen wir beim Knüpfen auch unsere Achtsamkeit, denn durch das bewusste Knüpfen, können wir gut entspannen und den Alltag hinter uns lassen.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
11.05.2024

Ende
11.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
14:00 Uhr

Endzeit
17:00 Uhr

Dauer
180 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
St. Georgen
Gremsenstraße 24 A - St. Georgen

Zielgruppe

Referent/in
Ingrid Bodner

Gebühr
45 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Anmeldeschluss

-

Kursanbieter
VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS
SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email

Bewegung

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil

Kursbeschreibung

Bewegung:

- Effektive und effiziente Bewegungsformen
- Zusammenhänge Zentralnervensystem (ZNS) - automatisierte Bewegungen - Reflexe - Muskulatur -
Bewegungsausführung
- Unser Bewegungsleben: Grundlagen sportmotorischer Bereiche und praktische Übungsformen
- Herzkreislaufsystem - Stoffwechsel - Knochen, Sehnen, Bänder, Muskeln - Psyche
- Ausdauer - Kräftigen, Stabilisieren - Beweglichkeit
- Koordinative Fähigkeiten: Gleichgewichts-, Orientierungs-, Differenzierungs-, Kopplungs-, Rhythmisierungs- und
Reaktionsfähigkeit
- Beruflicher Alltag und Freizeit: Automatisierte Bewegungsformen, Gefahrenquellen und typische Verhaltensmuster

Kurssprache

Deutsch

Beginn
27.05.2024

Ende
27.05.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
14:00 Uhr

Endzeit
18:00 Uhr

Dauer
240 Minuten

Beschreibung Zeit

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ort
hds Bozen

Zielgruppe

Referent/in
Michele Cattani

Gebühr
48 € hds- und EbK-Mitglieder:

Anmeldeschluss
27.05.2024

Kursanbieter
HDS SERVICEGENOSSENSCHAFT

Detailseite zum Kurs
-

Ansprechperson
hdsWeiterbildung .
Tel. 0471 310 325
Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Kraftquelle Klang – Mit allen Sinnen spielen und lernen Ein Seminar für Erwachsene

Themenbereich
Pädagogik und Erwachsenenbildung

Kursbeschreibung

Die obertonreichen Klänge der tibetischen Klangschalen helfen uns zu entspannen und uns besser zu fühlen. Sie regen unsere beiden Gehirnhälften an, kreativ miteinander zu kommunizieren, und bauen Stress und Ängste ab.

Mit Klangschalen lässt sich gemeinsam mit den Kindern sehr gut experimentieren und ihre Neugier wecken.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer Förder-Spiele mit den Klangschalen kennen, die mit Kinder, Jugendliche und Menschen mit Beeinträchtigung wunderbar umsetzbar sind.

Die Übungen, Spiele und Fantasiereisen sind im Alltag, in der Schule, im Kindergarten und in der Familie sofort einsetzbar und eignen sich einzeln sowie auch in der Gruppe.



Corsi & Percorsi

corsi.percorsi.retecivica.bz.it

Info <https://www.anklang.it/de/artikel-seminarie/66-ganzheitliche-spiele-mit-klingschalen.html>

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kurssprache

Italienisch, Deutsch

Beginn

11.05.2024

Ende

12.05.2024

Kurstage

2

Beginnzeit

09:00 Uhr

Endzeit

17:00 Uhr

Dauer

780 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Bozen

Duca d'Aosta Allee 39100

Zielgruppe

Interessierte

Referent/in

Anna Matteazzi

Gebühr

240 € inkl. Skript und Teilnahmebestätigung

Anmeldeschluss

10.05.2024

Kursanbieter

Anna Matteazzi - AnKlang

Detailseite zum Kurs

<https://www.anklang.it/de/artikel-seminarie/66-ganzheitliche-spiele-mit-klingschalen.html>

Ansprechperson

Anna Matteazzi

Tel. 3394662753

Email info@anklang.it

Wer rastet, der rostet! Gymnastik am Morgen

Für Männer und Frauen

Themenbereich

Gesundheit und gesunder Lebensstil



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Kursbeschreibung

Bewegungsmangel ist Gift. Durch stundenlanges Sitzen oder Stehen "verhungern" unsere Gelenke gewissermaßen. Durch regelmäßige Bewegung werden die Gelenke deutlich besser mit Nährstoffen versorgt. Ziel dieses Kurses ist es, die Leistungsfähigkeit für die Herausforderungen des Alltags zu verbessern. Stabilisationsübungen auf labilen Unterlagen machen die Fuß- und Beinmuskulatur stark und beugen Stürze vor. Das Koordinationstraining verbessert die Hirnleistung, neue Nervenzellen werden gebildet und das Demenzrisiko wird reduziert. Wir stärken unsere Körpermitte, den Beckenboden sowie die Bauch- und Rückenmuskulatur.

Mit Dehn- und Mobilisationsübungen beugen wir der zunehmenden "Versteifung" vor. Unser Motto ist körperliche und geistige Beweglichkeit, für Männer und Frauen.

Kurssprache

Deutsch

Beginn

10.05.2024

Ende

07.06.2024

Kurstage

5

Beginnzeit

08:30 Uhr

Endzeit

09:30 Uhr

Dauer

300 Minuten

Beschreibung Zeit

-

Ort

Meran

Ortweinstr. 6

Zielgruppe

Erwachsene allgemein

Referent/in

Evi Kerschbaumer

Gebühr

59 €

Anmeldeschluss

11.05.2024

Kursanbieter

Volkshochschule Urania Meran Gen.

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lehrgang Kreative Resilienzentwicklung

Ein Weg zu mehr innerer Stärke und Gelassenheit

Themenbereich

Pädagogik und Erwachsenenbildung

Kursbeschreibung

Ziel und Inhalt: Resilienz entsteht durch Herausforderungen. Und solche gibt es im Alltag sehr viele, sowohl beruflich als auch privat. Die Arbeit ist häufig mit Stress und Belastungen verbunden. Zudem sind äußere gesellschaftliche Strukturen und vermeintliche Sicherheiten nicht mehr verlässlich. Die Entwicklung eines inneren Rückhalts ist ein wichtiger Weg aus der Krise. Anpassungsfähigkeit, Flexibilität und Stärke helfen bei deren Bewältigung. Es braucht eine kreative Haltung, um sich den täglichen Anforderungen und auch den großen Übergängen des Lebens mit mehr Leichtigkeit stellen zu können.

Krisen und Umbrüche geben auch bedeutenden Anstoß zu lebendiger Weiterentwicklung. Sie können Anlass sein, dass wir uns wandeln und erneuern. Was ist mir wirklich wichtig? Was tut mir gut und stabilisiert mich? Wie kann ich mir meiner persönlichen Ressourcen bewusstwerden und sie für meine "Herzens" - Anliegen einsetzen? Aus der Krise lernen bedeutet, mit neuer Lebensfreude sich diesen Fragen zu stellen.

Der Lehrgang eröffnet einen Raum für Selbstreflexion und Weiterentwicklung der eigenen Haltung in Beruf und Privatleben. So gelangt man vom äußeren Erfolg zum inneren Erfüllungsein und von der Erledigung von "to do-Listen" zur sinnvollen Verantwortungsübernahme. Die Teilnehmenden können wiederum die erfahrenen Methoden in ihrer Arbeit mit Menschen einsetzen.

Angewandte Methoden:

- Achtsamer Dialog (David Bohm) und Selbsterforschung
- Systemisches Arbeiten/Aufstellungen
- Kreatives Schreiben als Quelle der Kraft und Resilienz
- Naturerleben und Rituale
- Achtsamkeitspraxis nach J. Kabat Zinn (MBSR)
- Ressourcenarbeit
- Kraft und Präsenz in Bewegung (meditative Bewegungspraxis aus dem japanischen Kulturkreis)

Kurssprache

Deutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Beginn
21.03.2024

Ende
28.09.2024

Kurstage
9

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
12:30 Uhr

Dauer
3060 Minuten

Beschreibung Zeit

1. Modul: 21.03.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 22.03.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 23.03.24, 9.00 – 12.30 Uhr
2. Modul: 30.05.24, 14.00 – 17.30 und 19.00 – 21.00 Uhr / 31.05.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 01.06.24, 9.00 – 12.30 Uhr
3. Modul: 26.09.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 27.09.24, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr / 28.09.24, 9.00 – 12.30 Uhr

Ort

Bildungshaus Jukas
Brunogasse 2

Zielgruppe

Alle Interessierten

Referent/in

Barbara Hülmeier

Gebühr

950 € inkl. 22% Mwst.

Anmeldeschluss

07.03.2024

Kursanbieter

Jugendhaus Kassianeum

Detailseite zum Kurs

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/kreative-resilienzentwicklung-1255/>

Ansprechperson

Angelika Mahlknecht
Tel. +39 0472 279923
Email bildung@jukas.net