



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Haltungs- und Rückenschule, Koordination und Unfallprävention

Ambito tematico

Salute e stili di vita

Descrizione

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
- Umgang mit Stress: Entspannungstechniken

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.

Lingua d'offerta

Tedesco



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
06.06.2024

Termine
06.06.2024

Numero giornate corso
1

dalle
08:30

alle
15:30

Durata
360 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Mitterweg 5

Destinatari

Docenti
Michele Cattani

Costo del corso
48 € hds- und EbK-Mitglieder

Termine per l'iscrizione
05.06.2024

Agenzia/Ente
UNIONE COOPERATIVA SERVIZI

Pagina del corso
-

Persona da contattare
hdsweiterbildung .
Tel. 0471310323
Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Kundenakquise im Web 2024

Ambito tematico
EDP e informatica

Descrizione

Wie erreiche ich heute als Unternehmen meine Kunden im Internet? Brauche ich dazu Social Media, Newsletter oder einen Blog? Google oder Youtube? Und was ist mit SEO?

Dieser Kurs bietet einen Überblick über die heutigen Möglichkeiten der Kundenakquise und den Aufbau von Kundenbeziehungen im Online-Bereich. Die Ausrichtungen der Kanäle sowie deren Vor- und Nachteile werden besprochen. Er



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

bietet eine Hilfestellung für Betriebe, die ihre Onlinestrategie überdenken und verstehen wollen, wann welcher Online-Kanal der richtige ist.

- Wandel der Unternehmenskommunikation
- Onlinekommunikation – Facebook, Youtube, Newsletter und mehr
- Internetseite, Onlineshop
- Selber machen oder machen lassen
- Wie finde ich meine Strategie?

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

16.10.2024

Termine

16.10.2024

Numero giornate corso

1

dalle

14:00

alle

18:00

Durata

240 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Mitterweg, 5

Destinatari

Docenti

Martin Viehweider

Costo del corso

52 € hds + EBK Mitglieder

Termine per l'iscrizione

15.10.2024

Agenzia/Ente

UNIONE COOPERATIVA SERVIZI

Pagina del corso

-

Persona da contattare

[hdsweiterbildung .](mailto:hdsweiterbildung@unioneformazionhdsweiterbildung@hds-bz.it)

Tel. 0471 310323

Email [hdsweiterbildung - unioneformazionhdsweiterbildung@hds-bz.it](mailto:hdsweiterbildung@unioneformazionhdsweiterbildung@hds-bz.it)



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Leadership sana

Ambito tematico

Sicurezza del lavoro, prevenzione incendi

Descrizione

Sul posto di lavoro, il fattore che influisce maggiormente sulla salute e il benessere, è il diretto responsabile con il suo metodo dirigenziale. In un'epoca di carenza di collaboratori e di stress elevato, si tratta di una risorsa da non sottovalutare e, anzi, da sfruttare, per garantire la salute dei collaboratori e la loro permanenza in azienda. Questo seminario trasmette quindi le basi per una sana gestione dirigenziale – sia per i dirigenti stessi che per i rispettivi collaboratori.

- Competenza dirigenziale e salute: fondamenti e dinamiche
- Peso psicosociale e risorse: cosa può aiutarmi a combattere lo stress?
- Atteggiamento interiore e dirigenza: cosa distingue una valutazione effettiva?
- Colloqui coi collaboratori e commenti critici nella quotidianità di un dirigente: come posso dirlo correttamente?

Lingua d'offerta

Italiano

Inizio

05.06.2024

Termine

05.06.2024

Numero giornate corso

1

dalle

08:30

alle

17:30

Durata

480 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Via Mezzo ai Piani 5

Destinatari

Docenti

Ruth Gschleier

Costo del corso

48 € associati Unione + EbK

Termine per l'iscrizione

04.06.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
UNIONE COOPERATIVA SERVIZI

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Unioneformazione .
Tel. 0471310325
Email unioneformazione@unione-bz.it

Erfolgreich mit E-Mail-Marketing

Ambito tematico
EDP e informatica

Descrizione

- Einführung ins E-Mail-Marketing
- E-Mail-Marketing-Software
- Strategie & Zielsetzung
- Zustellbarkeit der Mailings
- E-Mail-Design
- Starke Inhalte, die ankommen
- Der Versandprozess
- Erfolgsanalyse
- Exkurs-Themen

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
03.10.2024

Termine
03.10.2024

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
420 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Mitterweg 5



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Destinatari

Docenti

Fedrigotti Thomas

Costo del corso

77 € EbK Mitglieder

Termine per l'iscrizione

02.10.2024

Agenzia/Ente

UNIONE COOPERATIVA SERVIZI

Pagina del corso

-

Persona da contattare

hds Weiterbildung .

Tel. 0471 310323

Email hdsweiterbildung@hds-bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it