Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

# Dem Leben Gestalt verleihen

## Gestalttherapeutische Jahresgruppe

### Ambito tematico
Formazione della persona, psicologia

### Descrizione
In unmittelbaren Begegnungen sich neu ausrichten, sich entfalten, eigene Lebendigkeit fördern. In einer vertrauten und unterstützenden Atmosphäre können alte festgefahrene Muster aufgegeben werden, oft einhergehend mit Humor, unerwarteten Einsichten. Die Weisheit einer Gruppe nutzen. Raum für berufliche wie persönliche Themen, Ressourcen stärken .. Die Resonanz einer Gruppe in geschütztem und unterstützendem Rahmen bringen eine Entwicklung in Gang, die inneres Wachstum, Sinnfindung und eigene Lebendigkeit fördert.

### Lingua d'offerta
Tedesco

| Inizio | Termine | Numero giornate corso |
|---|---|---|
| 05.09.2023 | 11.06.2024 | 281 |
| **dalle** | **alle** | **Durata** |
| 19:30 | 21:30 | 1800 minuti |

### Descrizione durata
-

### Luogo
Claudia-de'-Medici-Str. 1a

### Destinatari
Menschen, die Kontakt zu ihren Stärken und Fähigkeiten erlangen wollen, Personen, die sich verändern und ihre Hindernisse begreifen möchten, Personen, die Unterstützung und Zentrierung im Alltag suchen

### Docenti
Georg Pernter

### Costo del corso
65 € pro Treffen

### Termine per l'iscrizione
05.09.2023

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Agenzia/Ente
Accademia della Gestalt Alto Adige

## Pagina del corso
http://gestaltakademie-suedtirol.it/aktuelle-angebote/jahresgruppe-gestalt.html

## Persona da contattare
Georg Pernter
Tel. 3490596819
Email info@gestaltakademie-suedtirol.it

# Essverhalten entwickeln

## Ambito tematico
Salute e stili di vita

## Descrizione
Im Gruppensetting soll eine ganzheitliche Auseinandersetzung zwischen Ernährung, Psyche und Umfeld stattfinden mit dem Ziel ein gesundes und auf die Bedürfnisse des Körpers hin ausgerichtetes Essverhalten zu fördern. Interaktiv und mit wahrnehmungsfördernden Übungen werden achtsames Essen und Genussfähigkeit gestärkt, wodurch Sie für dauerhafte neue Gewohnheiten sensibilisiert werden. Ohne Diät-Vorschriften werden selbstbestimmte und individuelle Lösungen angestrebt.

## Lingua d'offerta
Tedesco

## Inizio
04.10.2023

## Termine
03.06.2024

## Numero giornate corso
244

## dalle
16:00

## alle
17:30

## Durata
1350 minuti

## Descrizione durata
Vorgespräch erforderlich

## Luogo

Claudia-de'-Medici-Str. 1a

## Destinatari
Menschen sein, die abnehmen sollen/wollen , und es schon öfters mit mehr oder weniger Erfolg probiert haben., Personen, die bei Stress dazu neigen mehr zu essen als sie brauchen , und für die Essen zu einem Konfliktthema geworden ist.

## Docenti
Birgit Gegenfurtner

## Costo del corso
55 € Pro Treffen (insgesamt 15 )

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Termine per l'iscrizione
03.06.2024

## Agenzia/Ente
Accademia della Gestalt Alto Adige

## Pagina del corso
-

## Persona da contattare
Birgit Gegenfurtner
Tel. 329-4644013
Email info@gestaltakademie-suedtirol.it

# Abenteuer Ich.
## Eine Gruppe für junge Menschen

## Ambito tematico
Attività per bambini e giovani

## Descrizione
Wer bin ich? Wer möchte ich sein? Und wie will ich von anderen wahrgenommen werden? Was beschäftigt mich? Die Knoten in Kopf und Bauch lösen. Den inneren Vulkan entdecken, meinen Weg finden. Bei mir ankommen. Mich mit anderen ausprobieren. In der Gruppe hat alles Platz, was dich beschäftigt: Selbstvertrauen stärken, Mut gewinnen, aber auch schwierigere Themen wie Angst, Aggression, Sexualität oder nervig-schwierige Alltagssituationen.

## Lingua d'offerta
Tedesco

## Inizio
11.10.2023

## Termine
05.06.2024

## Numero giornate corso
9

## dalle
14:00

## alle
15:30

## Durata
810 minuti

## Descrizione durata
-

## Luogo
Claudia-de'-Medici-Str. 1a

## Destinatari
Junge Menschen ab 14, Jugendliche, die sich und ihre Fähigkeiten besser verstehen möchten und ihr Selbstvertrauen stärken wollen

## Docenti
Georg Pernter

Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it
Eva Locher

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Costo del corso
50 € pro Treffen

## Termine per l'iscrizione
11.10.2023

## Agenzia/Ente
Accademia della Gestalt Alto Adige

## Pagina del corso
http://gestaltakademie-suedtirol.it/aktuelle-angebote/jahresgruppe-gestalt.html

## Persona da contattare
Georg Pernter
Tel. 3490596819
Email info@gestaltakademie-suedtirol.it