



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Vom halbherzigen Ja zum positiven Nein Grenzen setzen - Handlungsspielraum schaffen - ONLINE Seminar

Ambito tematico

Attività per bambini e giovani

Descrizione

„Ja sagen“ macht beliebt! Ein „Nein“ hingegen wirkt oft sperrig und unkooperativ. Doch wer zu allem Ja sagt und keine Grenzen setzt, läuft Gefahr, seine Energie zu verlieren, nicht mehr leistungsfähig zu sein, krank zu werden.

Tagtäglich sind wir mit der Herausforderung konfrontiert, viele große und kleine Entscheidungen zu treffen. Doch wie kann ich meine eigenen Standpunkte erspüren und vertreten? Was hilft mir, gute Entscheidungen zu treffen und mich klar und fair zu positionieren? Wie zeige ich mich als gute*r Partner*in in Absprachen und Verhandlungen? Wie gelingt es mir, nicht nur ein „Ja“ sondern auch ein „Nein“ zu vertreten, ohne Arbeits- und private Beziehungen zu gefährden?

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

18.02.2025

Termine

20.02.2025

Numero giornate corso

3

dalle

09:00

alle

12:00

Durata

540 minuti

Descrizione durata

Dienstag, 18. Februar 25, 9.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch, 19. Februar 25, 9.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag, 20. Februar 25, 9.00 – 12.00 Uhr

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Barbara Hülmeier

Costo del corso

190 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione

11.02.2025



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/vom-halbherzigen-ja-zum-positiven-nein-1413/>

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

GlücksMomente | LebensFreude | KraftQuellen Biografiearbeit für Achtsamkeit und Wertschätzung. Online Seminar

Ambito tematico
Formazione della persona, psicologia

Descrizione

"Ein erfülltes Leben ist wie eine Schatzsuche, wobei man hin und wieder auf kleine Kostbarkeiten und große Juwelen stößt."
Unbekannt

Durch Erinnerungsarbeit bilden wir ein Fundament der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft. Im HiER und jETZT nehmen wir uns ganz bewusst Zeit für uns selbst und entdecken in kreativen (Schreib-)Impulsen unsere eigenen, inneren KraftQuellen. Wir erleben durch das Anwenden achtsamer Methoden, wie Biografiearbeit wirken kann und wie wichtig es ist, der eigenen LebensGeschichte und den eigenen Erfahrungen eine Wertschätzung zu geben.

In Einzelarbeitsphasen und im Austausch mit der Gruppe begeben wir uns auf die Suche und das (Wieder-)Entdecken unserer individuellen LebensJuwelen.

Es wird das Videokonferenzprogramm Zoom verwendet.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
14.10.2024

Termine
14.10.2024

Numero giornate corso
1

dalle
16:00

alle
21:00

Durata
270 minuti

Descrizione durata
-



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Sylvie Dellemann

Costo del corso

90 € Beitrag inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione

07.10.2024

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/gluecksmomente-i-lebensfreude-i-kraftquellen-1319/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email bildung@jukas.net

Bereit für die Schule?

ONLINE Infoabend für Eltern von Kindern bis 5 Jahren

Ambito tematico

Attività per bambini e giovani

Descrizione

Manchmal ist nicht klar, ob ein Kindergartenkind für die Schule bereit ist. Dies betrifft vor allem Kinder, die spät im Jahr Geburtstag haben.

Eltern machen sich vor diesem wichtigen Schritt im Leben ihres Kindes häufig diese Gedanken:

- Ist es besser noch ein Jahr zu warten?
- Bringt mein Kind die nötigen Voraussetzungen für die Schule mit?
- Ist mein Kind mit den Inhalten überfordert?
- Wie sieht es emotional aus?

Bei diesem Infoabend sprechen wir über die Voraussetzungen, die ein Kind beim Schuleintritt haben sollte, über Vorläuferfertigkeiten des Lesens, Schreibens und Rechnens und worauf noch geachtet werden sollte.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Es wird das Videokonferenzprogramm zoom verwendet.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

18.10.2024

Termine

18.10.2024

Numero giornate corso

1

dalle

18:00

alle

19:30

Durata

90 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Eltern von Kindern bis 5 Jahren und Interessierte

Docenti

Carla Maria Felderer

Costo del corso

12 € inkl. 22% MwSt.

Termine per l'iscrizione

14.10.2024

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/bereit-fuer-die-schule-1359/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email bildung@jukas.net

ONLINE Seminar Tod und Trauer

Sprachlosigkeit überwinden und Begegnungen schaffen

Ambito tematico

Attività per bambini e giovani



Corsi & Percorsi

corsielpercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Descrizione

Uns fällt es nicht leicht, andere in ihrer Trauer zu begleiten, hilfreich zur Seite zu stehen und passende Worte und Taten zu finden. Wieso ist das eigentlich so schwierig? Wovon haben wir Angst? Woher kommt diese Unsicherheit? Wo doch der Tod zum Leben gehört wie die Geburt – es sollte doch ganz normal sein.

Im Seminar stellen wir uns diesen Fragen und erhalten einen Überblick über verschiedene Trauerphasen. Wir beschäftigen uns mit möglichen Beratungsansätzen für den Umgang mit Menschen in Trauer, wobei die Referentin auf die Besonderheiten bei der Begleitung von Kindern und Jugendlichen eingeht.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

08.04.2025

Termine

08.04.2025

Numero giornate corso

1

dalle

14:00

alle

19:00

Durata

300 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Aglaia Hörning

Costo del corso

85 € Kursbeitrag

Termine per l'iscrizione

01.04.2025

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/tod-und-trauer-1396/>

Persona da contattare

Ingrid Fischnaller

Tel. +39 0472 279923

Email bildung@jukas.net



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Grafikdesign mit Canva: Ansprechend, einfach und kostenlos

ONLINE Seminar

Ambito tematico

Disegno, grafica, scrittura

Descrizione

Bilder und grafische Darstellungen prägen unsere Welt. Ansprechend gestaltete Beiträge finden überall mehr Beachtung, aber gutes Grafikdesign ist eine wahre Kunst. Mit dem richtigen Werkzeug lassen sich heute einfach und intuitiv visuelle Elemente aller Art für soziale Medien und Websites erstellen. Durch unterschiedlichste anpassbare Vorlagen kommen auch Nicht-Grafiker ohne jedes Vorwissen schnell zu hochwertigen Ergebnissen.

Erstelle in Windeseile Header, Cover und Posts, aber auch Illustrationen, Infografiken, Präsentationen, Sticker, Broschüren oder Flyer.

In diesem Kurs lernst du die Basisfunktionen, Werkzeuge und Layouts des kostenlosen Browsertools „Canva“ kennen. Du übst einfache Bildbearbeitung mit Canva, das Arbeiten mit Stock-Fotos, Grafik-Elementen, eigenem und fremdem Material und entdeckst versteckte Features. Es gibt Tipps und Tricks für schnelleres Arbeiten. Auch hast du Gelegenheit für die Erprobung verschiedener Designs an eigenen kleinen Projekten.

Es wird das Videokonferenzprogramm Zoom verwendet.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

08.11.2024

Termine

08.11.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:30

Durata

420 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»
«address»

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Barbara Weidmann-Lainer



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso
135 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione
30.10.2024

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/grafikdesign-mit-canva-ansprechend-einfach-und-kostenlos-1363/>

Persona da contattare
Angelika Mahlknecht
Tel. 0039 0472 279923
Email bildung@jukas.net

Canva: Videos einfach und gratis produzieren ONLINE Seminar

Ambito tematico
Cinema, fotografia, video

Descrizione

Videoproduktion muss nicht kompliziert und teuer sein! Canva ist ein überaus beliebtes Online-Werkzeug für Grafikdesign aller Art. Seine abertausend Vorlagen lassen sich auch ganz hervorragend zum Gestalten toller Videos nutzen: Storys und Reels, Kurzfilme, Musik-Clips, Erklärvideos und Tutorials, Trickvideos oder Stop-Motion-Animationen - die Möglichkeiten sind vielfältig.

Filmchen aus selbst gedrehtem Material oder mit Videos aus der Canva-Datenbank. Mit gezielten Texteinblendungen, Grafiken und Animationen. Mit und ohne Musik oder Sprachaufnahmen. Alleine oder im Team. Aber immer kinderleicht und hochprofessionell.

Alle im Kurs gezeigten Tipps und Tricks sind mit der Gratisversion von Canva möglich.

Es wird das Videokonferenzprogramm Zoom verwendet.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
17.01.2025

Termine
17.01.2025

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
390 minuti

Descrizione durata
-



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Barbara Weidmann-Lainer

Costo del corso

135 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione

10.01.2025

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/canva-videos-einfach-und-gratis-produzieren-1364/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. 0039 0472 279923

Email bildung@jukas.net

Das Fundbuch: Intensiv-er-leben

Einführung in die kreative Biografiearbeit - ONLINE KURS

Ambito tematico

Disegno, grafica, scrittura

Descrizione

„Denn jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,“ dichtete einst Hermann Hesse in seinem berühmten Gedicht über die Stufen des Lebens. In diesem Online Kurs wollen wir uns an zwei Wochenenden mit unserem Fundbuch dem Zauber der Anfänge widmen. Das Konzept wird vorgestellt und ermöglicht Dir einen neuen Blick auf Biografisches. Was hat Dich begleitet und geprägt? Wo komme ich her? Wo stehe ich heute? Und wo will ich eigentlich hin?

Unter Anleitung erstellen wir gemeinsam farbenprächtige Seiten, die spielerisch Vergangenes mit Deinen Zukunftsvisionen verweben. Wir verarbeiten Fundstücke aller Art, wie Fotos, Postkarten, Zeitungsausschnitte, Briefe und Notizen und erweitern dabei unseren Spielraum, mit Erlebtem umzugehen. Du wirst collagieren, malen, schreiben, falten und schließlich mit einem reichen Schatz an Gestaltungsideen ausgestattet sein.

Dein persönliches Fundbuch wird damit mehr sein als ein reines Text-Tagebuch. Hier reflektierst du mit Hirn und Hand und intensivierst Deine Wahrnehmung im Alltag. Du entdeckst die Freude am kleinen Feinen.



Corsi & Percorsi

corsi.percorsi.retecivica.bz.it

Die Kursleiterin schickt Dir vorab eine Materialliste, an der Du Dich orientieren kannst, mit Vorschlägen für Farben, Klebstoff und dem spiralgebundenen Skizzen-Fundbuch.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Links zu Fundbuch-Filmen:

https://youtu.be/A3QjSSRCJNg?si=SZOwcYo_2_8EOx_7

<https://youtu.be/fN4xtSgkZ38?si=iS7XUUu3aC3K2wGy>

Es wird das Videokonferenzprogramm zoom verwendet.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

26.10.2024

Termine

10.11.2024

Numero giornate corso

16

dalle

10:00

alle

14:00

Durata

960 minuti

Descrizione durata

Modul 1:

Samstag, 26. Oktober 24, 10.00 – 14.00 Uhr

Sonntag, 27. Oktober 24, 10.00 – 14.00 Uhr

Modul 2:

Samstag, 9. November 24, 10.00 – 14.00 Uhr

Sonntag, 10. November 24, 10.00 – 14.00 Uhr

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Alle an Biografiearbeit Interessierten

Docenti

Anke Mühlig

Costo del corso

250 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione

11.10.2024

Pagina: 9/12

Data di stampa: 29.05.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianum

Pagina del corso
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/das-fundbuch-intensiv-er-leben-1360/>

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

ONLINEWERKSTATT Hörbar kreativ: Von der Idee zum eigenen Podcast

Ambito tematico
Cinema, fotografia, video

Descrizione

Eine Werkstatt, die die Brücke zwischen digitaler Technologie und kreativer Jugendarbeit schlägt. Podcasts haben sich zu einem zentralen Medium für junge Menschen entwickelt. Sie bieten Unterhaltung, Bildung und Inspiration. Fast jeder Zweite unter 30 Jahren hört regelmäßig Podcasts, oft sogar mehrmals pro Woche.

Wir wollen diesen Trend nutzen und nicht nur Dir, sondern auch den Menschen, mit denen Du arbeitest, eine neue, kreative Ausdrucksform eröffnen. Verwebe Worte und Töne auf spannende Weise und kreierte mit einfachen - meist kostenlosen - Werkzeugen mitreißende Hörstücke. Dafür muss man längst kein Audioexperte mehr sein. Sogar mit einem Smartphone lassen sich professionelle Aufnahmen machen, wenn Du weißt, wie.

Unsere Referentin führt Dich durch die Grundlagen der Audioproduktion, von der Ideenfindung bis zur Veröffentlichung, und vermittelt Dir das nötige Know-how, um selbst eigene Podcast-Werkstätten zu leiten.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
24.01.2025

Termine
24.01.2025

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:30

Durata
420 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
«waveCourseaddress.citylt»
«address»



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Destinatari
Alle Interessierten

Docenti
Barbara Weidmann-Lainer

Costo del corso
135 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione
17.01.2025

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/hoerbar-kreativ-von-der-idee-zum-eigenen-podcast-1365/>

Persona da contattare
Angelika Mahlknecht
Tel. 0039 0472 279923
Email bildung@jukas.net

Konflikte verstehen und moderieren Online Seminar

Ambito tematico
Attività per bambini e giovani

Descrizione
Konflikte sind für viele Menschen mit Stress und negativen Gefühlen behaftet. Wir beschäftigen uns damit, was mit uns und dem Gegenüber in Konfliktsituationen geschieht und erhalten Einblick in Konflikttheorie und -diagnose. So gelingt es, handlungsfähig zu bleiben und dabei mit hoch emotionalisierten Menschen umzugehen.

Darüber hinaus ist es in Beratung und Therapie, bei der Begleitung von (jungen) Menschen, aber auch in Leitungspositionen oft erforderlich, Konflikte zu moderieren. Es liegt dann an uns, professionell zu reagieren, die Situation zu halten, evtl. einzelne Beteiligte „zu schützen“ und dennoch mit größtmöglicher Neutralität zu handeln. Die spezifischen Anforderungen an uns und auch eine Auswahl von Methoden in der Gesprächsführung stehen hier im Mittelpunkt.

Es wird das Videokonferenzprogramm zoom verwendet.

Lingua d'offerta
Tedesco



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
28.01.2025

Termine
18.03.2025

Numero giornate corso
50

dalle
14:00

alle
16:00

Durata
480 minuti

Descrizione durata

Dienstag, 28. Januar 25, 14.00 – 16.00 Uhr

Dienstag, 4. Februar 25, 14.00 – 16.00 Uhr

Dienstag, 25. Februar 25, 14.00 – 16.00 Uhr

Dienstag, 18. März 25, 14.00 – 16.00 Uhr

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»
«address»

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Aglaia Hörning

Costo del corso

160 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione

21.01.2025

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/konflikte-verstehen-und-moderieren-1400/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email bildung@jukas.net