



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ambito tematico

Apprendimento, orientamento professionale

Descrizione

-

Lingua d'offerta

Inizio

06.09.2024

Termine

21.06.2025

Numero giornate corso

0

dalle

08:00

alle

16:00

Durata

0 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Berufsbildungszentrum Ch. J. Tschuggmall, Brixen

Destinatari

Absolventinnen und Absolventen von Oberschulen oder vierjährigen Berufsfach

Docenti

- Fachreferent*in

Costo del corso

800 €

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Scuola professionale provinciale per il commercio, l'artigianato e l'industria "Chr. J. Tschuggmall", Bressanone

Pagina del corso

<https://app1.civis.bz.it/auth-sfsf-citizen.aspx?destUrl=10563>

Persona da contattare

TBD -

Tel.

Email [Weiterbildung.Tschuggmall@schule.suedtirol.it](mailto>Weiterbildung.Tschuggmall@schule.suedtirol.it)



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ambito tematico

Apprendimento, orientamento professionale

Descrizione

-

Lingua d'offerta

Inizio

21.10.2024

Termine

22.10.2024

Numero giornate corso

0

dalle

08:30

alle

17:30

Durata

0 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Arbeitnehmer%innen

Docenti

Andreas Moser

Costo del corso

1 €

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Scuola professionale provinciale per
l'industria e l'artigianato, Bolzano

Pagina del corso

<https://app1.civis.bz.it/auth-sfsf-citizen.aspx?destUrl=10353>

Persona da contattare

TBD -

Tel.

Email weiterbildung@berufsschule.bz



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ambito tematico

Apprendimento, orientamento professionale

Descrizione

-

Lingua d'offerta

Inizio

15.10.2024

Termine

16.10.2024

Numero giornate corso

0

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

0 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Beschäftigte in der IT

Docenti

Egon Pramstrahler

Costo del corso

90 €

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Scuola professionale provinciale per
l'industria e l'artigianato, Bolzano

Pagina del corso

<https://app1.civis.bz.it/auth-sfsf-citizen.aspx?destUrl=10086>

Persona da contattare

TBD -

Tel.

Email weiterbildung@berufsschule.bz



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Cocktail Lab

Ambito tematico

Cucina ed alimentazione

Descrizione

Basato sul concetto "ZeroWaste" porteremo il professionista alla scelta di ingredienti utilizzabili al 100%, creando prodotti Home Made che porteranno i nostri Bar Keeper a sfruttare tecniche di cucina per produrre i propri ingredienti fatti in casa, con la quale verranno poi realizzati i drink. Si produrranno gli ingredienti sotto elencati con prodotti naturali, sfruttando un ingrediente per creare più prodotti annullando completamente lo scarto.

Lingua d'offerta

Inizio

24.05.2024

Termine

24.05.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

480 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Gustelier - atelier del gusto
Via Macello 59 Via Macello 59

Destinatari

Esperti di gusto

Docenti

Stefano Urru

Costo del corso

322 € Quota di partecipazione

Termine per l'iscrizione

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Albergatori Pubblici Esercenti Service -
Cooperativa

Pagina del corso
<https://www.gustelier.it/de/events-und-workshops/cocktail-lab-395>

Persona da contattare
Gustelier atelier del gusto
Tel. +390471317777
Email info@gustelier.it

Dolci innovativi – vegani e senza glutine

Ambito tematico
Cucina ed alimentazione

Descrizione

Durante il corso verranno rielaborati dolci classici ma in chiave innovativa, senza uova, latticini e glutine nel rispetto dei principi base della cucina sana, naturale e che sia accessibile anche a coloro che hanno intolleranze e allergie.

Contenuti:

Sacher
Mousse alla frutta con base meringa all'italiana
Base della frolla con cremoso al caramello e cioccolato

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
22.05.2024

Termine
22.05.2024

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
480 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
Gustelier - Atelier für Geschmackserfahrung
Via Macello 59 Schlachthofstraße, 59, 39100 Bozen, Südtirol, Italien

Destinatari
Esperti di gusto



Corsi & Percorsi
corsipercorsi.retecivica.bz.it

Docenti

Manuel Marzari

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

283 € quota di partecipazione

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Albergatori Pubblici Esercenti Service -
Cooperativa

Pagina del corso

<https://www.gustelier.it/de/events-und-workshops/dolci-innovativi-senza-zucchero-400>

Persona da contattare

Gustelier atelier del gusto
Tel. +390471317777
Email info@gustelier.it

Espresso, Cappuccino e Latte Art

Ambito tematico

Cucina ed alimentazione

Descrizione

In questo workshop imparerete tutto quello che si deve sapere sul caffè! Inoltre il pomeriggio vedrete come si fa il cappuccino perfetto e imparerete come decorarlo con la tecnica "latte art"!

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano, Inglese

Inizio

12.06.2024

Termine

12.06.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

14:00

Durata

300 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Gustelier - atelier del gusto
Via Macello 59 59a



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Destinatari
Esperti di gusto

Docenti
Stefano Urru

Costo del corso
315 € Quota di partecipazione

Termine per l'iscrizione
-

Agenzia/Ente
Albergatori Pubblici Esercenti Service -
Cooperativa

Pagina del corso
<https://www.gustelier.it/de/events-und-workshops/espresso-cappuccino-e-latte-art-397>

Persona da contattare
Gustelier atelier del gusto
Tel. +390471317777
Email info@gustelier.it

Pilates con Grazia - All levels!

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

Lingua d'offerta

Inizio
09.04.2024

Termine
06.06.2024

Numero giornate corso
17

dalle
19:00

alle
20:00

Durata
0 minuti

Descrizione durata
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Luogo

Bolzano
Via Firenze 51

Destinatari

Giovani, Adulti

Docenti

GRAZIA MARALDI

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

UPAD Università Popolare delle Alpi
Dolomitiche

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.
Email

Pilates con Grazia - All levels!

Ambito tematico

Ginnastica

Descrizione

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

Lingua d'offerta



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
09.04.2024

Termine
06.06.2024

Numero giornate corso
17

dalle
17:00

alle
18:00

Durata
0 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
Bolzano
Via Firenze 51

Destinatari
Adulti, Giovani

Docenti
GRAZIA MARALDI

Costo del corso

Termine per l'iscrizione
-

Agenzia/Ente
UPAD Università Popolare delle Alpi
Dolomitiche

Pagina del corso
-

Persona da contattare

Tel.
Email

Pilates con Grazia - All levels!

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Inizio
03.05.2024

Termine
31.05.2024

Numero giornate corso
5

dalle
17:30

alle
18:30

Durata
0 minuti

Descrizione durata

-

Luogo
Bolzano
Via Firenze 51

Destinatari
Adulti, Giovani

Docenti
GRAZIA MARALDI

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente
UPAD Università Popolare delle Alpi
Dolomitiche

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.
Email

Pilates con Grazia - All levels!

Ambito tematico
Ginnastica



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Descrizione

Il pilates prevede una logica sequenza di esercizi che conducono mente e corpo alla ricerca comune del controllo, della precisione e della fluidità dei movimenti, coordinati con una giusta respirazione.

Lingua d'offerta

Inizio

09.01.2024

Termine

06.06.2024

Numero giornate corso

17

dalle

18:00

alle

19:00

Durata

0 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Bolzano

Via Firenze 51

Destinatari

Giovani, Adulti

Docenti

GRAZIA MARALDI

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

UPAD Università Popolare delle Alpi
Dolomitiche

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.

Email



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Sitzkissen-Filzen mit Märchen Werkstatt für Familien

Ambito tematico
Famiglia e figli

Descrizione
Der Frühling steht vor der Tür. Daher brauchen wir eine Sitzunterlage für unsere Picknicks oder Wanderungen!

An diesem Nachmittag stellen wir ein weiches Sitzkissen aus Schafwolle her mit vielen schönen Blumen, die den Frühling ankündigen: Schneeglöckchen, Leberblümchen, Veilchen, Narzissen oder Tulpen. Oder soll's lieber ein Apfelbaum, ein Schmetterling oder gar eine Pizza werden?

Bei diesem kreativen Schaffen hören wir mündlich erzählte Geschichten aus aller Welt und lassen uns von ihnen inspirieren.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
01.02.2025

Termine
01.02.2025

Numero giornate corso
1

dalle
16:00

alle
18:30

Durata
150 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Brunogasse 2

Destinatari

Kinder ab 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

Docenti

Leni Leitgeb

Rosemarie Mayer

Costo del corso

23 € pro Person inkl. Material

Termine per l'iscrizione

20.01.2025



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianenum

Pagina del corso
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/sitzkissen-filzen-mit-maerchen-1378/>

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

Mocktails - Alkoholfreie, erfrischende Drinks für den Sommer

Ambito tematico
Cucina ed alimentazione

Descrizione

In diesem Praxisworkshop geht es um Mocktails, die alkoholfreie Alternative zum Cocktail. Der Name stammt aus dem Englischen, abgeleitet von „to mock“ und bedeutet nachahmen bzw. vortäuschen. Auch in Südtirol gewinnen diese Drinks immer mehr an Beliebtheit, sei es bei einem gemütlichen Aperitivo mit Freunden, als Speisenbegleitung oder auch als Digestif oder Abend-Drink an der Bar. Produzenten setzen auf alkoholfreie Destillate wie Whisky, Gin, Amaretto usw., um z. B. auch einen Gin Tonic ohne Alkohol genießen zu können.

Nach einer Einführung zum Herstellungsverfahren und zu geschichtlichen Hintergründen wird in einem praktischen Teil der Aufbau eines Mocktails von einem Profi-Bartender präsentiert. Alles ganz nach dem Motto: „Less waste, high taste“.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
27.05.2024

Termine
27.05.2024

Numero giornate corso
1

dalle
10:00

alle
14:00

Durata
240 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Schlachthofstraße, 59, 39100 Bozen, Südtirol, Italien 59a

Destinatari
Geschmacksprofis



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Docenti

Hannes Andergassen

Costo del corso

182 € Teilnahmegebühr

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Albergatori Pubblici Esercenti Service -
Cooperativa

Pagina del corso

<https://www.gustelier.it/de/events-und-workshops/mocktails-alkoholfreie-erfrischende-drinks-fur-den-sommer-396>

Persona da contattare

Gustelier Atelier für Geschmackserfahrung
Tel. +390471317777
Email info@gustelier.it

Reden ohne Worte

Nonverbale Kommunikation bewusst machen - Seminar

Ambito tematico

Retorica, Come presentarsi in pubblico

Descrizione

Die nonverbale Kommunikation ist die Urform zwischenmenschlicher Verständigung und drückt sich durch Gestik, Mimik, Körpersprache und andere optische Zeichen aus. Sie beträgt über 80 % der Kommunikation und begegnet uns immer und überall.

Wir dürfen also unseren Körper nicht unterschätzen. Wir bieten unserem Gegenüber eine Fülle von Informationen an. Vieles von dem, was wir nonverbal preisgeben, ist uns aber nicht bewusst. Doch unser Gesprächspartner nimmt alle Informationen wahr und bildet sich von uns einen Eindruck.

Das Seminar bietet einen Einblick in zwischenmenschliche Interaktionen und in den bewussteren Umgang mit unseren nonverbalen Kommunikationsmitteln. Übungen und Improvisationen helfen, sich der eigenen Körpersprache, Gestik und Mimik bewusst zu werden. Wir erfahren in der Gruppe, wie wir wirken und uns in bestimmten Situationen unbewusst und bewusst verhalten. Dies ebnet den Weg zu einer gelungenen Kommunikation.

Lingua d'offerta

Tedesco



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
11.04.2025

Termine
11.04.2025

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
420 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Destinatari
Alle Interessierten

Docenti
Minu Ghedina

Costo del corso
90 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione
31.03.2025

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/reden-ohne-worte-1376/>

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

Meine eigene Comic-Geschichte

Familienwerkstatt

Ambito tematico
Familia e figli

Descrizione

Gemeinsam gestalten wir einen spannenden Comic. Unter professioneller Anleitung lernen wir, wie wir unsere Ideen am besten umsetzen können – angefangen bei der Entwicklung der Handlung über das Zeichnen von Spezialeffekten, Landschaften und Tieren bis hin zur kreativen Darstellung von Emotionen und der Anfertigung von Sprechblasen.

Am Ende präsentiert jedes Paar seinen eigenen Comic. Dabei basiert die Geschichte auf einem vorgegebenen Grundgerüst



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio
15.02.2025

Termine
15.02.2025

Numero giornate corso
1

dalle
14:00

alle
17:00

Durata
180 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Kinder ab 9 in Begleitung eines Erwachsenen

Docenti

Simon Mayr

Costo del corso

30 € inkl. 22% Mwst. pro Person

Termine per l'iscrizione

05.02.2025

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/meine-eigene-comic-geschichte-1379/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email bildung@jukas.net

Gut ankommen - sicher reden ohne Lampenfieber
Rhetorik und Präsentationstechniken - Seminar

Ambito tematico

R retorica, Come presentarsi in pubblico



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Descrizione

Der Weg hinaus auf die Bühne, zur Rede, zur Präsentation ist nicht immer einfach. Um dir diesen Weg zu erleichtern, gibt es grundsätzliche Regeln und Übungen, die du erlernen kannst. Für deinen Auftritt ist nicht nur der richtige Inhalt entscheidend, sondern auch eine gute, sichere Stimme, verständliche Aussprache, die richtige Atmung und Körperhaltung.

In diesem eintägigen Seminar wirst du auf angenehme Art und Weise vieles über Atmung und ihren Zusammenhang mit Lampenfieber und Sprechen erfahren, deine eigene Stimme entdecken, manches über richtige Körperhaltung hören, die Schritte zu einer guten Rede kennen lernen und den Weg hinaus erproben. Du erhältst Übungen zur Gelassenheit, die dich unterstützen, mit Lampenfieber umzugehen.

Außerdem bietet das Seminar einen Einblick in zwischenmenschliche Interaktionen und in den bewussteren Umgang mit deinen nonverbalen Kommunikationsmitteln. Um sich der eigenen Körpersprache, Gestik und Mimik bewusst zu werden, helfen Übungen und Improvisationen. Du erfährst in der Gruppe, wie du wirkst und in bestimmten Situationen nonverbal kommunizierst. Dies ebnet dir den Weg zu einer gelungenen Kommunikation.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

13.12.2024

Termine

13.12.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

420 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Minu Ghedina

Costo del corso

90 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione

02.12.2024



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/gut-ankommen-sicher-reden-ohne-lampenfieber-1372/>

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

Innovative Snacks für den Barbereich

Ambito tematico
Cucina ed alimentazione

Descrizione

Belegtes Brötchen, Toast und Piadina kennt jeder – aber geht auch mehr? Ja, das geht! In diesem Kurs kreieren Sie einfache, kleine Gerichte und Snacks, welche in jeder Bar schnell und unkompliziert zubereitet und mithilfe einer Mikrowelle und eines Toasters erwärmt werden können. Vom neu interpretierten Toast zur Bowle, vom besonderen Brötchen zum stylischen Häppchen - auch laktosefrei oder vegan: Es werden allerlei kleine Köstlichkeiten mit dem gewissen Etwas kreiert, welche die persönliche Note des Betriebs unterstreichen und für Kundenbindung und Umsatz sorgen.

Inhalte:

Poké Bowl
Taboulé
Weißwurst-Chorizo-Spieß
Verschiedene Aufstriche: Humus, Frischkäse, Olivencreme
Tortillas
Knödeltapas

Lingua d'offerta



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
27.05.2024

Termine
27.05.2024

Numero giornate corso
1

dalle
15:00

alle
19:00

Durata
240 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Schlachthofstraße, 59, 39100 Bozen, Südtirol, Italien 59a

Destinatari
Geschmacksprofi

Docenti
Christian Walder

Costo del corso
182 € Teilnahmegebühr

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente
Albergatori Pubblici Esercenti Service -
Cooperativa

Pagina del corso
<https://www.gustelier.it/de/events-und-workshops/innovative-snacks-fur-den-barbereich-401>

Persona da contattare
Gustelier Atelier für Geschmackserfahrung
Tel. +390471317777
Email info@gustelier.it

Zirkuserlebnis für Klein und Groß Familienwerkstatt

Ambito tematico
Familia e figli

Descrizione

Beim Familiennachmittag tauchen wir in die bunte Welt der Zirkuskünste ein. Nach dem Einwärmen mit lustigen Spielen werden wir selbst zu Artisten und üben die Koordination beim Jonglieren und Tellerdrehen. Wir versuchen, unser Gleichgewicht auf Rolle, Pedalo, Rola Bola und den Stelzen zu halten. Viel Spaß und Freude machen uns auch einfache Elemente der Erwachsenen-Kind-Akrobatik.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Lasst euch auf ein tolles Zirkusabenteuer ein!

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

05.04.2025

Termine

05.04.2025

Numero giornate corso

1

dalle

14:00

alle

18:00

Durata

240 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Brunogasse 2

Destinatari

Kinder ab 6 Jahren gemeinsam mit einem Erwachsenen

Docenti

Hannah Grüner

Costo del corso

35 € inkl. 22% Mwst. pro Person

Termine per l'iscrizione

24.03.2025

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/zirkuserlebnis-fuer-klein-und-gross-1380/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email bildung@jukas.net

Jugendliche für das Leben stärken Mentaltraining für das Mittel- und Oberschulalter

Ambito tematico

Attività per bambini e giovani



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Descrizione

Im Kindesalter wird der Grundstein für alle späteren Entwicklungen gelegt. Indem Jugendliche frühzeitig lernen, wie sie sich mental und emotional stärken können, entwickeln sie für die Bewältigung ihrer gegenwärtigen und zukünftigen Herausforderungen eine stabile Basis.

Mit Hilfe von konkreten praktischen Tipps des mentalen Trainings befassen wir uns im Seminar mit folgenden Themen:

- Was ist Mentaltraining und wie funktioniert es?
- Lernen mit Hilfe von Mentaltechniken: Verschiedene gehirngerechte Lern- und Arbeitstechniken
- Mentale Methoden, um Blockaden oder Ängste aufzulösen (Blackout, Prüfungsangst, Nervosität usw.) und Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen
- Methoden und Wege, um Struktur in das eigene Leben zu bekommen
- Eigene Ziele fokussieren, konkrete Schritte der Umsetzung planen, um sie zu erreichen
- Resilienz - die Kraft des Guten, Übungen zur Stärkung des Selbstbewusstseins, der Selbstmotivation und der eigenen Persönlichkeit
- Konzentrations- und Entspannungsübungen für Stressabbau, Gelassenheit und innere Balance

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

22.02.2025

Termine

22.02.2025

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

420 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Brunogasse 2

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Cordula Oberhuber

Costo del corso

76.5 € Frühbucherpreis samt Einzahlung bis 15.01.2025

Termine per l'iscrizione

10.02.2025



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/jugendliche-fuer-das-leben-staerken-1373/>

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

Social Media Marketing Grundkurs

Ambito tematico
Mass-Media, pedagogia dell'audiovisivo

Descrizione

- Introduzione in la Social Media-Landschaft: Ein Überblick über die verschiedenen Plattformen und ihre spezifischen Vorteile für Unternehmen.
- Aktuelle Nutzerzahlen und Trends: Entdecken Sie, wie sich das Nutzerverhalten auf den verschiedenen Plattformen entwickelt und wie Sie diese Erkenntnisse für Ihr Unternehmen nutzen können.
- Social Media-Strategie: Grundlagen zum Aufbau einer effektiven Social Media-Strategie.
- Content-Erstellung und -Management: Tipps und Techniken für die Erstellung ansprechender Inhalte und deren Management über verschiedene Kanäle.

- Einblick in Algorithmen und Analysetools: Verstehen Sie, wie Algorithmen auf verschiedenen Plattformen arbeiten und wie Analysetools Ihnen helfen können, Ihre Social Media-Präsenz zu optimieren.

Besonderes Angebot: Zusätzlich zum dreistündigen Kurs ist ein persönliches Einzelcoaching von einer Stunde mit der Referentin inbegriffen. Diese findet online statt. Der Beratungstermin wird noch gemeinsam mit dem Teilnehmer festgelegt.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
22.05.2024

Termine
22.05.2024

Numero giornate corso
1

dalle
08:30

alle
12:30

Durata
240 minuti

Descrizione durata
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Luogo

Mitterweg 5

Destinatari

Docenti

Sarah Schrentewein

Costo del corso

165 € hds-Mitglieder

Termine per l'iscrizione

21.05.2024

Agenzia/Ente

UNIONE COOPERATIVA SERVIZI

Pagina del corso

-

Persona da contattare

hds weiterbildung

Tel. 0471310325

Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Bildgenerierung und Bearbeitung mit Hilfe von künstlicher Intelligenz

Ambito tematico

EDP e informatica

Descrizione

- Grundlagen und Möglichkeiten
- Wichtige Bildgenerierungstools
- Prompting

Lingua d'offerta

Tedesco



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
23.05.2024

Termine
23.05.2024

Numero giornate corso
1

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
480 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Mitterweg 5

Destinatari

Docenti

Tatjana Finger

Costo del corso

52 € hds + EbK Mitglieder

Termine per l'iscrizione

22.05.2024

Agenzia/Ente

UNIONE COOPERATIVA SERVIZI

Pagina del corso

-

Persona da contattare

hdsWeiterbildung .

Tel.

Email hdsweiterbildung@hds-bz.it

Keine Angst vor Konfliktgesprächen

Methoden der Mediation hilfreich im (Arbeits-)Alltag anwenden - Seminar

Ambito tematico

Attività per bambini e giovani

Descrizione

Mediation ist eine Methode, bei der eine neutrale Person als Vermittlerin zwischen Konfliktparteien agiert und sie bei der Entwicklung konstruktiver Lösungsansätze sowie Vereinbarungen unterstützt.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Der beste Konflikt ist jener, der durch eine gütliche Einigung der Beteiligten gelöst werden kann oder erst gar nicht entsteht, weil ein respektvoller Umgang miteinander gepflegt wird. Im Rahmen dieses Seminars werden Grundsätze und hilfreiche Methoden vorgestellt und geübt, die eine wertschätzende Gesprächsführung fördern und die Fähigkeit zur Durchführung konstruktiver Konfliktgespräche stärken.

Ziel ist, die Teilnehmenden zu ermutigen und zu befähigen, mediative Methoden in ihren täglichen Aktivitäten anzuwenden.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

03.04.2025

Termine

04.04.2025

Numero giornate corso

2

dalle

09:00

alle

17:30

Durata

840 minuti

Descrizione durata

Donnerstag, 3. April 25, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr

Freitag, 4. April 25, 9.00 – 12.30 und 14.00 – 17.30 Uhr

Luogo

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Barbara Wick

Costo del corso

225 € Frühbucherpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.01.25

Termine per l'iscrizione

26.01.2023

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/keine-angst-vor-konfliktgesprachen-1375/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +390472 279923

Email bildung@jukas.net



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Eine Insel für 2

Wohlfühlnachmittag für Mutter & Tochter, Oma & Enkelin, Tante & Nichte ...

Ambito tematico

Famiglia e figli

Descrizione

Gemeinsam entspannen und die Zeit genießen... Dieser Nachmittag steht ganz im Zeichen des Wohlfühls.

Es gibt Tipps und Tricks für die richtige Gesichtspflege sowie eine professionelle Hautberatung. Wir verwöhnen uns gegenseitig mit Gesichtereinigung, Peeling, Maske und Gesichtsmassage und bekommen von der Kursleiterin Informationen zu typ- und altersgerechten Schminkideen und Kosmetikbehandlungen.

Für die Pflege unserer Hände zeigt sie eine Handmassage; kleine Verspannungen können wir bei verschiedenen Übungen auflockern.

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

12.10.2024

Termine

12.10.2024

Numero giornate corso

1

dalle

15:00

alle

18:00

Durata

180 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Brunogasse 2

Destinatari

Mädchen zwischen 10 und 15 Jahren gemeinsam mit einem weiblichen Erwachsenen

Docenti

Sylvia Weger

Costo del corso

25 € inkl. 22% Mwst. pro Person

Termine per l'iscrizione

02.10.2024



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/eine-insel-fuer-2-1366/>

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

Märchenhafte Christbaumkugeln

Märchen-Filz-Werkstatt für Familien

Ambito tematico
Famiglia e figli

Descrizione

Ziel und Inhalt: Zehn Tage vor Heiligabend vergessen wir den vorweihnachtlichen Trubel und schaffen uns eine Märchen-Filz-Oase der Ruhe. Wir lernen, aus heimischer Schafswolle wunderschönen Christbaumschmuck in der Trockenfilz-Technik zu fertigen. Weihnachtskugeln in allen Farben und fantasiereichen Motiven stimmen uns auf das große Fest ein.

Während des Werkelns hören wir mündlich erzählte Winter- und Weihnachtsmärchen aus aller Welt.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
14.12.2024

Termine
14.12.2024

Numero giornate corso
1

dalle
16:00

alle
18:30

Durata
150 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Brunogasse 2

Destinatari

Kinder ab 6 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen

Docenti

Rosemarie Mayer



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it
Leni Leitgeb

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso
23 € Kursbeitrag pro Person inkl. Material

Termine per l'iscrizione
02.12.2024

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/maerchenhafte-christbaumkugeln-1367/>

Persona da contattare
Angelika Mahlknecht
Tel. +390472 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.

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

Links zu Fundbuch-Filmen:

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

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



Corsi & Percorsi

corsielpercorsi.retecivica.bz.it

Es wird das Videokonferenzprogramm zoom verwendet.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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 Mühlrig

Costo del corso

250 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione

11.10.2024

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

Pagina: 29/35

Data di stampa: 20.05.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Canva: Videos einfach und gratis produzieren ONLINE Seminar

Ambito tematico

Cinema, fotografia, video

Descrizione

Videoproduzione 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

-

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Alle Interessierten

Docenti

Barbara Weidmann-Lainer

Costo del corso

135 € inkl. 22% Mwst.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Termine per l'iscrizione
10.01.2025

Agenzia/Ente
Jugendhaus Kassianeum

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

Wohlfühlzeit für die ganze Familie

Ambito tematico
Famiglia e figli

Descrizione
Wir erlernen eine einfache Rücken-, Hand- und Gesichtsmassage und dürfen sie gleich bei uns gegenseitig ausprobieren. Dabei werden ätherische Duftöle verwendet.

Mit Klangschalen begeben wir uns auf eine Fantasiereise durch den Körper. Sie bewirkt tiefe Entspannung und innere Harmonie, bedeutet Zeit für Ruhe und Geborgenheit. Durch den achtsamen Umgang mit uns selbst stärken wir Körper, Geist und Seele.

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
01.02.2025

Termine
01.02.2025

Numero giornate corso
1

dalle
10:00

alle
12:00

Durata
120 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Brunogasse 2

Destinatari
Kinder ab 6 Jahren gemeinsam mit einem Erwachsenen



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti

Sylvia Weger

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

18 € Kursbeitrag inkl. 22% Mwst. pro Person

Termine per l'iscrizione

22.01.2025

Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/wohlfuehlzeit-fuer-die-ganze-familie-1377/>

Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email bildung@jukas.net

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



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

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

Rhetorik

Ambito tematico
Tecniche di comunicazione, Tecniche di conduzione di un colloquio

Descrizione
Sagen, was man meint; reden, um zu wirken; fragen, um zu verstehen; sprechen, um der Idee einen Körper zu geben. Rhetorische Fähigkeiten sind von unschätzbarem Vorteil, sei es bei Gesprächen mit Kunden oder im Unternehmen. Sie sind auch unabdingbar, um Mitarbeiter und Teams zu Höchstleistungen zu motivieren. Oft fällt es schwer, so zu kommunizieren, dass der Gesprächspartner tatsächlich versteht, was die eigene Intention ist. Eine konstruktive, wertschätzende Atmosphäre ist ebenso



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

wichtig wie eine kritische Reflexion Ihres eigenen Kommunikationsstils und eine professionelle Vorbereitung. Mit diesem Seminar zum Thema Kommunikation und Gesprächsführung gelingt es Ihnen Ihre Kommunikationsfähigkeit zu verbessern und Ihre Ziele zu erreichen.

Aus dem Inhalt:

- Grundsätze der Kommunikation
- Zuhören ist nicht gleich Zuhören
- Wer fragt der führt
- Grundlagen der Rhetorik
- Rhetorik
- Rhetorik in einer Präsentation - Moderation
- Nonverbale Kommunikation

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

21.05.2024

Termine

28.05.2024

Numero giornate corso

8

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

840 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Mitterweg 5

Destinatari

Docenti

Peter Werth

Costo del corso

127 € EbK-Mitglieder

Termine per l'iscrizione

27.05.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Agenzia/Ente
UNIONE COOPERATIVA SERVIZI

Persona da contattare
[hdsweiterbildung](mailto:hdsweiterbildung@hds-bz.it) .
Tel. 0471/310323
Email hdsweiterbildung@hds-bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Pagina del corso
-