



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Spannende Liedbegleitung für Gitarre Gitarren-Wochenende. Kurs

### Ambito tematico

Musica

### Descrizione

Du nimmst dein Lieblingslied mit - wir machen ein spannendes Gitarrenarrangement zur Begleitung deines Liedes daraus! Jeder Musikstil ist willkommen.

Die Kunst der Begleitung eines Liedes besteht darin, das Typische zu entdecken und passende Rhythmen zu suchen (mehrere, für Strophe, Refrain, Bridge), eine Intro, Übergänge und ein Zwischenspiel zu finden.

Der Kurs führt sozusagen alle Techniken zusammen, die man kann.

Wichtig ist, dass du das Lied gut beherrschst und Text und Akkorde dafür mitbringst. Ideal wäre eine Aufnahme (muss aber nicht sein).

Wenn du kein Lied hast, macht das auch nichts, dann gibt es genug davon von den anderen Teilnehmer\*innen.

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

11.04.2025

### Termine

13.04.2025

### Numero giornate corso

3

### dalle

18:00

### alle

12:30

### Durata

840 minuti

### Descrizione durata

Freitag, 11. April 25, 18.00 – 21.30 Uhr

Samstag, 12. April 25, 9.00 – 12.30 und 13.30 – 17.00 Uhr

Sonntag, 13. April 25, 9.00 – 12.30 Uhr

### Luogo

Brunogasse 2

### Destinatari

Alle Interessierten, die ihre Gitarrenkenntnisse ausbauen möchten

### Docenti

Ossy Pardeller



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso  
135 € Spezialpreis für Jugendliche unter 18

Termine per l'iscrizione  
28.03.2025

Agenzia/Ente  
Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/spannende-liedbegleitung-fuer-gitarre-1397/>

Persona da contattare  
Angelika Mahlkecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Ukulele

### Wochenende für Anfänger\*innen. Grundkurs

Ambito tematico  
Musica

#### Descrizione

Die Ukulele ist ein immer beliebteres Instrument. Man kann damit wunderbar musizieren und sie überallhin mitnehmen, sogar als Handgepäck im Flugzeug. Sie ist für Klein und Groß geeignet und somit ein richtiges Familieninstrument. Deshalb kann auch die ganze Familie an diesem Kurs teilnehmen.

Das Wochenende ist für Anfänger\*innen gedacht, d.h. du sollst wirklich nichts können!

Am Sonntag spielen wir garantiert ALLE den Ukulele-Klassiker "Somewhere over the Rainbow".

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
10.01.2025

Termine  
12.01.2025

Numero giornate corso  
3

dalle  
18:00

alle  
12:30

Durata  
840 minuti

#### Descrizione durata

Freitag, 10. Jänner 25, 18.00 – 21.30 Uhr

Samstag, 11. Jänner 25, 9.00 – 12.30 und 13.30 – 17.00 Uhr

Sonntag, 12. Jänner 25, 9.00 – 12.30 Uhr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Luogo

Brunogasse 2

## Destinatari

Alle Interessierten, die Ukulele lernen möchten., Kinder ab 9 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen, Jugendliche auch ohne Begleitung eines Erwachsenen!

## Docenti

Ossy Pardeller

## Costo del corso

165 € inkl. 22% MwSt.

## Termine per l'iscrizione

27.12.2024

## Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

## Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/ukulele-1394/>

## Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

# Freier atmen mit der Feldenkrais-Methode Tageskurs

## Ambito tematico

Salute e stili di vita

## Descrizione

Vom ersten bis zum letzten Atemzug symbolisiert die Atmung unser Leben. Sie hat einen großen Einfluss auf unsere Haltung, die Bewegung und Gesundheit. Mit Bewegungslektionen der Feldenkrais-Methode bringen wir mehr Bewusstheit zur Atmung. Das Zwerchfell und die Atemmuskulatur werden einbezogen. Der Geist wird klar und die Stimme bekommt einen fundierten Resonanzboden. Verspannungen in Brustkorb und Rücken lösen sich.

## Lingua d'offerta

Tedesco



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio  
07.12.2024

Termine  
07.12.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
10:00

alle  
16:00

Durata  
300 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Destinatari  
Alle Interessierten

Docenti  
Silke Siebert

Costo del corso  
65 € inkl. 22% Mwst.

Termine per l'iscrizione  
25.11.2024

Agenzia/Ente  
Jugendhaus Kassianeum

Pagina del corso  
<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/freier-atmen-mit-der-feldenkrais-methode-1391/>

Persona da contattare  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Ich erfinde mich neu Theaterspielen als Gewinn für uns selbst. Seminar

Ambito tematico  
Teatro, trucco, costumistica e scenografia teatrale

Descrizione  
Wer bin ich? Wer könnte ich sein? Wer möchte ich sein?

Theaterspiel ist nicht nur Lust am Spielen, sondern auch ein Ort der Selbsterfahrung in einer fremden Rolle.



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Theaterspielen bedeutet frei werden, sich neu erfahren, Hemmungen überwinden und Ängste abbauen, und vor allem: Freude am Spielen und Entdecken. Spielen belebt die Fantasie! Es trainiert die Wahrnehmung, Konzentration und das Zusammenspiel mit anderen - der verbale und nonverbale Ausdruck wird verbessert.

Wir machen Körperübungen aus dem Butohtheater, um Konzentration und Körperbewusstsein zu steigern, Atem- und Sprechübungen, um sicheres Auftreten zu üben, und wir werden zu eigenen Ideen improvisieren und in fremde Rollen schlüpfen.

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

## Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

14.12.2024

### Termine

14.12.2024

### 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

80 € inkl. 22% Mwst.

## Termine per l'iscrizione

29.11.2024

## Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

## Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/ich-erfinde-mich-neu-1393/>

## Persona da contattare

Angelika Mahlkecht

Tel. +39 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Tanzend in den Winter...

### Tanzfest

#### Ambito tematico

Danza

#### Descrizione

Draußen ist es kalt und finster – wir aber trotzdem der Kälte mit Bewegung und Spaß. Mit abwechselnd beschwingten, heißen Rhythmen und leisen, besinnlichen Klängen bringen wir Wärme und ein strahlendes Licht in die Dunkelheit.

Genieße freies Tanzen, Kreistänze und einige wenige choreografierte Schritte.

Keine Vorkenntnisse erforderlich - komm einfach vorbei und lass dich von der Musik mitreißen!

#### Lingua d'offerta

Tedesco

#### Inizio

07.12.2024

#### Termine

07.12.2024

#### Numero giornate corso

1

#### dalle

18:00

#### alle

19:30

#### Durata

90 minuti

#### Descrizione durata

-

#### Luogo

#### Destinatari

Alle Interessierten

#### Docenti

Silke Siebert

#### Costo del corso

18 € inkl. 22% MwSt.

#### Termine per l'iscrizione

25.11.2024



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/tanzend-in-den-winter-1392/>

### Persona da contattare

Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Mein schöpferisches Potential finden & entwickeln Seminar

### Ambito tematico

Retorica, Come presentarsi in pubblico

### Descrizione

Frei nach Arno Stern bieten wir ein eintägiges Seminar, in dem du auf ungewöhnliche Weise lernst, dein eigenes schöpferisches Potential zu finden und zu entwickeln.

Du wirst mit einfachen malerischen und zeichnerischen Übungen mögliche Blockaden lösen, Gedankenspiralen aufbrechen und neue Ideen aufspüren. Auch professionelle Künstler aller Richtungen machen sich diese Malübungen zu Nutze, um wieder in den kreativen Prozess zu gelangen.

Wichtig dabei ist: Die Kursleiterin greift nicht in den schöpferischen Prozess ein. Das bedeutet:

- wir schaffen einen Raum, der frei von Druck und Beeinflussung sein wird;
- der Schwerpunkt beim Arbeiten liegt nicht auf dem Endprodukt, sondern dem Prozess;
- über die Arbeiten wird erst am Ende gesprochen und nur, um den Prozess zu beschreiben;
- die anderen Teilnehmer sind nicht Zuschauer, sondern Mitspieler;
- die Kursleiterin vermittelt keine Techniken.

Lass dich darauf ein!

### Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio  
12.04.2025

Termine  
12.04.2025

Numero giornate corso  
1

dalle  
09:00

alle  
17:00

Durata  
420 minuti

Descrizione durata

-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Luogo

## Destinatari

Alle Interessierten

## Docenti

Minu Ghedina

## Costo del corso

80 € inkl. 22% Mwst.

## Termine per l'iscrizione

31.03.2025

## Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

## Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/mein-schoepferisches-potential-finden-entwickeln-1398/>

## Persona da contattare

Angelika Mahlkecht

Tel. +39 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

# JU&MI - Jugendarbeit und Motivierende Gesprächsführung

## Ein Zugang zu Jugendlichen - Basisseminar

### Ambito tematico

Attività per bambini e giovani

### Descrizione

Für Jugendliche mit problematischen oder riskanten Verhaltensweisen können Jugendarbeiter\*innen und Erzieher\*innen wichtige Bezugspersonen sein. Sie haben häufig engen Kontakt zu jungen Menschen und stehen ihnen demzufolge auch als Gesprächspartner\*innen zur Verfügung.

Eine Fortbildung in "Motivierender Gesprächsführung" kann diesbezüglich Unterstützung bieten: Es geht darum, gemeinsam und auf partnerschaftliche Art mit der betreffenden Person Bedenken und Ambivalenzen hinsichtlich ihres Verhaltens zu betrachten. Der oder die Jugendliche kann u. U. eine Verhaltensänderung erwägen oder zu einer erhöhten Bereitschaft kommen, ein professionelles Hilfsangebot anzunehmen.

Auch für Fachpersonen kann diese Art der Gesprächsführung eine Bereicherung in der Arbeit mit jungen Menschen darstellen: Durch kurze Interventionen wird bei Jugendlichen die Entwicklung eines Problembewusstseins und die Bereitschaft zu einer Verhaltensänderung gefördert.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

24.10.2024

### Termine

25.10.2024

### Numero giornate corso

2

### dalle

09:00

### alle

18:00

### Durata

900 minuti

### Descrizione durata

Donnerstag, 24. Oktober 24, 9.00 – 13.00 und 14.30 – 18.00 Uhr

Freitag, 25. Oktober 24, 9.00 – 13.00 und 14.30 - 18.00 Uhr

### Luogo

Brunogasse 2

### Destinatari

Multiplikator/innen aus dem Jugendsozial- und Gesundheitsbereichen, Multiplikator/innen aus Bereichen der Jugendberatung- und -begleitung, Mitarbeiter/innen der Jugendarbeit, Erzieher/innen, Sozialpädagogen/innen, Sozialassistent/innen, Psycholog/innen, Ärzt/innen, Krankenpfleger/innen,

### Docenti

Peter Koler

Wolfgang Hainz

### Costo del corso

153 € Frühbucherpreis bei Anmeldung samt Einzahlung bis 15.09.24

### Termine per l'iscrizione

10.10.2024

### Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

### Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/jumi-jugendarbeit-und-motivierende-gespraechsfuehrung-1389/>

### Persona da contattare

Angelika Mahlkecht

Tel. +39 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Gemmotherapie: Die Heilkraft der Pflanzenknospen Werkstatt

**Ambito tematico**  
Salute e stili di vita

### Descrizione

Die Knospen sind das Lebendigste der Pflanzen und stecken voller Vitalität. Die Gemmotherapie nutzt diese Vitalität als Regenerations- und Heilkraft für den Menschen. Ob Husten, Schnupfen oder Heiserkeit, ob schmerzende Gelenke oder Magenbeschwerden: Heilmittel aus frischen Knospen können schnell und sanft Abhilfe schaffen.

In dieser Werkstatt erhalten wir Einblick in diese sehr junge Form der Pflanzenheilkunde. Am Vormittag widmen wir uns der Knospenkunde – wie bestimmt man Knospen und wie erkennt und sammelt man sie im Winter? Nach einer kurzen Exkursion an der Eisackpromenade widmen wir uns der Gemmotherapie. Dabei stellen wir ein Urmazerat und eine D1-Verdünnung zum Mitnehmen her.

**Lingua d'offerta**  
Tedesco

**Inizio**  
22.03.2025

**Termine**  
22.03.2025

**Numero giornate corso**  
1

**dalle**  
09:00

**alle**  
17:30

**Durata**  
420 minuti

**Descrizione durata**  
-

**Luogo**

**Destinatari**

Multiplikator\*innen in pädagogischen, Eltern und alle Interessierten, sozialen und gesundheitsorientierten Berufen

**Docenti**

Brigitte Curti

**Costo del corso**

10 € Materialspesen an die Kursleiterin (vor Ort zu bezahlen)

**Termine per l'iscrizione**

10.03.2025



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/gemmotherapie-die-heilkraft-der-pflanzenknospen-1390/>

Persona da contattare  
Angelika Mahlknecht  
Tel. +39 0472 279923  
Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## ONLINE Seminar Tod und Trauer Sprachlosigkeit überwinden und Begegnungen schaffen

Ambito tematico  
Attività per bambini e giovani

### 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? Wovor 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.cityIt»  
«address»

Destinatari  
Alle Interessierten



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

### Docenti

Aglaia Hörning

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Costo del corso

85 € Kursbeitrag

### Termine per l'iscrizione

01.04.2025

### Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

### Pagina del corso

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

### Persona da contattare

Angelika Mahlknecht

Tel. +39 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)

## Ein guter Start mit der Gitarre

### Gitarren-Wochenende für Anfänger\*innen. Grundkurs

#### Ambito tematico

Musica

#### Descrizione

Willst du Gitarre spielen lernen oder es einfach mal versuchen?

In diesem Wochenendkurs lernst du die Grundlagen des Gitarrenspiels: Akkorde, Rhythmen, Tipps und Tricks, wie du effizient das Ziel erreichst.

Du wirst staunen, was an einem Wochenende alles möglich ist.

Wir spielen immer in der Gruppe, was großen Spaß macht. Außerdem sind die Anfangsunsauberkeiten nicht ganz so hörbar. Wir lernen einfache Lieder begleiten, die richtige Haltung und alles, was ein gutes und gesundes Vorwärtkommen fördert.

#### Lingua d'offerta

Tedesco

#### Inizio

07.02.2025

#### Termine

09.02.2025

#### Numero giornate corso

3

#### dalle

18:00

#### alle

12:30

#### Durata

840 minuti

#### Descrizione durata

Freitag, 7. Februar 25, 18.00 – 21.30 Uhr



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Samstag, 8. Februar 25, 9.00 – 12.30 und 13.30 – 17.00 Uhr

Sonntag, 9. Februar 25, 9.00 – 12.30 Uhr

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

## Luogo

Brunogasse 2

## Destinatari

Alle Interessierten (ab 15 Jahren)

## Docenti

Ossy Pardeller

## Costo del corso

135 € Spezialpreis für Jugendliche unter 18 Jahren

## Termine per l'iscrizione

27.01.2025

## Agenzia/Ente

Jugendhaus Kassianeum

## Pagina del corso

<https://www.jukas.net/veranstaltungen/detail/ein-guter-start-mit-der-gitarre-1395/>

## Persona da contattare

Angelika Mahlkecht

Tel. +39 0472 279923

Email [bildung@jukas.net](mailto:bildung@jukas.net)