



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

35esima Fiera Edilizia Abitativa

Ambito tematico

Edilizia

Descrizione

visitatori troveranno una vasta offerta di servizi che spaziano dalla consulenza in materia di agevolazioni per l'edilizia e le modalità di finanziamento, fino all'assistenza nell'elaborazione di un piano di finanziamento personalizzato. Presso i vari stand saranno fornite informazioni e consulenza su risparmio casa, certificazione energetica, ecc.

La fiera informativa sull'edilizia abitativa offre inoltre un'ampia panoramica sulle più moderne tecniche di risparmio energetico, su sistemi di ventilazione, materiali di costruzione e isolamento. Presso i singoli stand saranno a disposizione esperti del settore che risponderanno alle domande dei visitatori. Il programma prevede infine una serie di interventi specializzati sulle varie questioni legate all'edilizia abitativa.

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

19.10.2024

Termine

20.10.2024

Numero giornate corso

2

dalle

09:00

alle

18:00

Durata

540 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Casa della Cultura
Via Sciliar 1

Destinatari

tutti gli interessati

Docenti

Christine Romen

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-



Corsi & Percorsi
corsipercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Arbeiter-, Freizeit- und Bildungsverein

Pagina del corso
https://www.afb.bz/afb_de/content/wohnbaumesse/

Persona da contattare

Heidi Rabensteiner
Tel. 0471-254199
Email info@afb.bz

Appuntamenti ONLINE gratuiti su campane tibetane e corsi

Le campane tibetane sono un metodo di rilassamento efficace contro stress, tensioni e blocchi energetici.

Ambito tematico

Meditazione, rilassamento

Descrizione

In questi appuntamenti ricevi informazioni sulle campane tibetane e le diverse possibilità di formazione.

Per coloro che vogliono impiegare le campane tibetane nel settore lavorativo o farne una seconda attività professionale. Adatto anche per l'uso personale e in famiglia!

È possibile anche partecipare al corso base e poi decidere se proseguire con la formazione!!

Alla fine della formazione viene consegnato il certificato.

Dopo un trattamento con le campane tibetane il ricevente si sente più leggero e in armonia con se stesso.

La formazione prevede un'ampia parte pratica, accompagnata fin dall'inizio da molti esercizi con concrete possibilità di applicazione.

Appuntamenti ONLINE il

- 7 e 15 febbraio, 4 e 14 marzo, 9 e 22 aprile, 27 maggio, 11 giugno in lingua italiana ore 21:00 e in lingua tedesca alle ore 20:00

DOPO L'ISCRIZIONE RICEVERAI IL LINK DI ACCESSO.

Appuntamenti ONLINE personali su richiesta!

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
07.02.2024

Termine
11.06.2024

Numero giornate corso
8

dalle
20:00

alle
21:00

Durata
480 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Duca d'Aosta

Destinatari
Interessati

Docenti
Anna Matteazzi

Costo del corso

Termine per l'iscrizione
11.06.2024

Agenzia/Ente
Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso
<https://www.anklang.it/de/ausbildung.html>

Persona da contattare
Anna Matteazzi
Tel. 339 4662753
Email info@anklang.it

Appuntamenti ONLINE gratuiti su campane tibetane e corsi
Le campane tibetane sono un metodo di rilassamento efficace contro stress, tensioni e blocchi energetici.

Ambito tematico
Meditazione, rilassamento

Descrizione
In questi appuntamenti ricevi informazioni sulle campane tibetane e le diverse possibilità di formazione.



Corsi & Percorsi

corsipercorsi.retecivica.bz.it

Per coloro che vogliono impiegare le campane tibetane nel settore lavorativo o farne una seconda attività professionale. Adatto anche per l'uso personale e in famiglia!

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

È possibile anche partecipare al corso base e poi decidere se proseguire con la formazione!!

Alla fine della formazione viene consegnato il certificato.

Dopo un trattamento con le campane tibetane il ricevente si sente più leggero e in armonia con se stesso.

La formazione prevede un'ampia parte pratica, accompagnata fin dall'inizio da molti esercizi con concrete possibilità di applicazione.

DOPO L'ISCRIZIONE RICEVERAI IL LINK DI ACCESSO.

Appuntamenti ONLINE personali su richiesta!

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

27.08.2024

Termine

04.12.2024

Numero giornate corso

1

dalle

20:00

alle

21:00

Durata

60 minuti

Descrizione durata

Appuntamenti ONLINE il

- 27 agosto, 17 e 23 settembre, 1 e 10 e 21 ottobre, 4 novembre, 4 dicembre in lingua italiana ore 21:00 e in lingua tedesca alle ore 20:00

Luogo

AnKlang

Destinatari

Interessati

Docenti

Anna Matteazzi

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

04.12.2024



Corsi & Percorsi
corsipercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso
<https://www.anklang.it/de/ausbildung.html>

Persona da contattare
Anna Matteazzi
Tel. 339 4662753
Email info@anklang.it

Bagno di suoni rilassante Meditazione con Campane Tibetane per il benessere

Ambito tematico
Meditazione, rilassamento

Descrizione
Immerso da suoni curativi di campane tibetane, handpan, gong, campane di cristallo e altri strumenti terapeutici puoi rilassarti profondamente e sentire un profondo benessere.

Richiesta la prenotazione.

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano

Inizio
09.12.2024

Termine
09.12.2024

Numero giornate corso
1

dalle
20:00

alle
21:15

Durata
75 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
Atelier Rapunzel

Destinatari

Docenti
Anna Matteazzi

Costo del corso
24 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Termine per l'iscrizione
09.12.2024

Agenzia/Ente
Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso
<https://www.anklang.it/de/klangbad-events.html>

Persona da contattare
Anna Matteazzi
Tel.
Email info@anklang.it

Bagno di suoni rilassante di luna piena Meditazione con Campane Tibetane per il benessere

Ambito tematico
Meditazione, rilassamento

Descrizione
Immerso da suoni curativi di campane tibetane, handpan, gong, campane di cristallo e altri strumenti terapeutici puoi rilassarti profondamente. In questo bagno di suoni invitiamo anche l'energia della luna piena per un'esperienza ancora più profonda di benessere.

Richiesta la prenotazione.

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano

Inizio
14.11.2024

Termine
14.11.2024

Numero giornate corso
1

dalle
20:00

alle
21:15

Durata
75 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
Atelier Rapunzel

Destinatari



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti

Anna Matteazzi

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

24 €

Termine per l'iscrizione

14.11.2024

Agenzia/Ente

Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso

<https://www.anklang.it/de/klangbad-events.html>

Persona da contattare

Anna Matteazzi

Tel.

Email info@anklang.it

Bagno di suoni rilassante di luna piena Meditazione con Campane Tibetane per il benessere

Ambito tematico

Meditazione, rilassamento

Descrizione

Immerso da suoni curativi di campane tibetane, handpan, gong, campane di cristallo e altri strumenti terapeutici puoi rilassarti profondamente. In questo bagno di suoni invitiamo anche l'energia della luna piena per un'esperienza ancora più profonda di benessere.

Richiesta la prenotazione.

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

17.10.2024

Termine

17.10.2024

Numero giornate corso

1

dalle

20:00

alle

21:15

Durata

75 minuti

Descrizione durata

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Luogo
Atelier Rapunzel

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Destinatari

Docenti
Anna Matteazzi

Costo del corso
24 €

Termine per l'iscrizione
17.10.2024

Agenzia/Ente
Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso
<https://www.anklang.it/de/klangbad-events.html>

Persona da contattare
Anna Matteazzi
Tel.
Email info@anklang.it

BECKENBODEN il centro femminile

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione

"Pavimento pelvico - il centro femminile Pavimento pelvico

Il pavimento pelvico deve essere visto in modo olistico. Il nostro centro deve essere palpabile, percepito e flessibile, perché solo così può nascere la forza.

Ci dà sostegno, fiducia in noi stessi e svolge un ruolo importante nella nostra sessualità. Molti disturbi psicologici della nostra esistenza femminile si riflettono nella capacità del pavimento pelvico di sostenerci.

Il corso è integrato da consigli di naturopatia per sostenere naturalmente la donna nella sua femminilità. "

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
10.09.2024

Termine
15.10.2024

Numero giornate corso
6

dalle
19:00

alle
20:30

Durata
540 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari
tutti interessati

Docenti
Anita Runggaldier

Costo del corso
120 €

Termine per l'iscrizione
03.09.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

BECKENBODEN il centro femminile

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione
"Pavimento pelvico - il centro femminile Pavimento pelvico

Il pavimento pelvico deve essere visto in modo olistico. Il nostro centro deve essere palpabile, percepito e flessibile, perché solo così può nascere la forza.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Ci dà sostegno, fiducia in noi stessi e svolge un ruolo importante nella nostra sessualità. Molti disturbi psicologici della nostra esistenza femminile si riflettono nella capacità del pavimento pelvico di sostenerci.

Il corso è integrato da consigli di naturopatia per sostenere naturalmente la donna nella sua femminilità. "

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

22.10.2024

Termine

26.11.2024

Numero giornate corso

6

dalle

00:00

alle

10:30

Durata

540 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari

tutti interessati

Docenti

Anita Runggaldier

Costo del corso

120 €

Termine per l'iscrizione

15.10.2024

Agenzia/Ente

Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email info@zentrum-tau.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Campane Tibetane corso base

Ambito tematico

Meditazione, rilassamento

Descrizione

Con i suoni armonici delle campane tibetane e' possibile raggiungere un rilassamento profondo e percepire serenita' e calma interiore. I suoni delle campane tibetane stimolano un processo di auto guarigione e di armonizzazione.

Adagiate sul corpo le campane possono sciogliere contratture e aumentare la nostra vitalita'.

In questo corso imparate molto di piu' sulle varie possibilita' di applicazione e come con diverse tecniche potete usare le campane in modo benefico e rigenerante.

Dopo il corso siete in grado di usare le campane per voi stessi, la famiglia e in ambiti pedagogici, terapeutici e del benessere.

Dopo questo corso di 2 giorni è possibile continuare con la formazione professionale di massaggio con campane tibetane presso AnKlang di altri 3 fine settimana, dove alla fine conseguite il certificato di operatore professionale con le campane tibetane, con il quale si può esercitare la professione come attività lavorativa.

Prezzi e info sul corso base e sulla formazione completa <https://www.anklang.it/it/formazione-massaggio-campane-tibetane-con-certificato-e-il-corso-base.html>

Conferenze gratuite online su richiesta.

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

26.10.2024

Termine

27.10.2024

Numero giornate corso

2

dalle

09:00

alle

16:30

Durata

780 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

AnKlang



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Destinatari

Interessati e operatori del benessere

Docenti

Anna Matteazzi

Costo del corso

275 € incl. dispensa e certificato di frequenza

Termine per l'iscrizione

25.10.2024

Agenzia/Ente

Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso

<https://www.anklang.it/de/professionelle-klangmassage-ausbildung-mit-zertifikat-und-der-grundkurs.html>

Persona da contattare

Anna Matteazzi

Tel. 3394662753

Email info@anklang.it

CORSO INTRODUTTIVO PER MENTORI

Sostegno umano per il prossimo

Ambito tematico

Tecniche di comunicazione, Tecniche di conduzione di un colloquio

Descrizione

Indipendentemente dall'esito di una crisi, imprenditori/dirigenti/liberi professionisti con esperienza di crisi sanno bene cosa si prova quando non si ritrova in una crisi. La loro esperienza può essere il primo passo per altri imprenditori/dirigenti/liberi professionisti per superare l'impotenza. In un corso di formazione di due giorni, imparerete le basi della comunicazione e delle abilità di conversazione, nonché della consulenza centrata sulla persona, attraverso input teorici, esempi, esercizi e giochi di ruolo. L'obiettivo della formazione è quello di essere in grado di aiutare altri imprenditori/manager/liberi professionisti e persone che domani si ritroveranno in una situazione difficile.

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
04.05.2024

Termine
14.06.2024

Numero giornate corso
2

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
780 minuti

Descrizione durata
Pausa pranzo dalle 12:30 - 14:00

Luogo
ZENTRUM TAU
via Pillhof 37

Destinatari
Imprenditori, dirigenti, collaboratori, liberi professionisti e interessati

Docenti
Renate Dr. Ausserbrunner

Costo del corso
0 €

Termine per l'iscrizione
12.06.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/kommunikation>

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

Diritto amministrativo per imprese: esempi pratici

Esempi pratici e consigli su come rapportarsi con la pubblica amministrazione

Ambito tematico
Diritto

Descrizione
Nell'esercitare la loro attività economica, gli imprenditori e le imprenditrici hanno spesso a che fare con procedimenti amministrativi: dalla creazione dell'impresa alla presentazione delle domande di contributo e alla chiusura dell'azienda. Non è sempre facile per le imprese orientarsi in questi procedimenti e conoscere i propri diritti.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Durante questo webinar vengono illustrati e spiegati attraverso esempi concreti il modo di procedere, i contenuti e gli elementi di alcuni strumenti di un procedimento amministrativo. Nel corso dell'evento online le due esperte daranno consigli preziosi e risponderanno alle domande dei partecipanti.

• Saluti

Dott. Alfred Aberer, Segretario generale della Camera di commercio di Bolzano,

• Diritti e obblighi delle imprese nei procedimenti amministrativi

Avv. Karin Pichler, Reparto Affari legali della Camera di commercio di Bolzano

• Accesso agli atti e mezzi di impugnazione

Avv. PhD. Ulrike Vent, avvocato a Merano

• Risposte alle domande dalla chat

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

23.10.2024

Termine

23.10.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

10:00

Durata

60 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

«waveCourseaddress.citylt»

«address»

Destinatari

Imprenditori/imprenditrici, amministratori, responsabili amministrazione e altri interessati

Docenti

Karin Pichler

Ulrike Vent

Costo del corso

0 € La partecipazione è gratuita.

Per motivi organizzativi è necessaria un'iscrizione.



Corsi & Percorsi

corsipercorsi.retecivica.bz.it

Termine per l'iscrizione

16.10.2024

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente

WIFI - Formazione e sviluppo del
personale

Pagina del corso

<https://www.wifi.bz.it/de/weiterbildung/details?verid=10878>

Persona da contattare

Tel.

Email

Diritto d'autore per le imprese

L'utilizzo a norma di legge di immagini e testi e la nuova sfida dell'IA

Ambito tematico

Cultura d'impresa

Descrizione

Le imprese utilizzano immagini, video e testi per molteplici finalità: siti web, social media, campagne di marketing, catalogo prodotti e tanto altro ancora. Quali sono le implicazioni di questo utilizzo in termini di diritto d'autore?

La legge sul diritto d'autore protegge le opere intellettuali di natura creativa e regola i diritti e gli obblighi degli autori e degli utilizzatori di tali opere. Nel mondo digitale attuale si presentano nuove sfide. In particolare, i testi, le immagini e i video creati dall'intelligenza artificiale (IA) sollevano diverse questioni legali.

Per le imprese sorgono numerose domande rilevanti: quali immagini o testi possono essere utilizzati? A cosa bisogna prestare attenzione quando si utilizzano? Quali differenze ci sono tra media stampati e online? Come si devono indicare le fonti delle opere create da terzi? Quali aspetti bisogna considerare quando si stipulano contratti con studi grafici e altri fornitori di servizi? Come devono essere inquadrare legalmente le opere create o modificate dall'IA?

Questo evento informativo fornirà risposte a queste e altre domande. Gli esperti presenteranno una panoramica della legislazione vigente e illustreranno i concetti attraverso esempi pratici, fornendo consigli preziosi.

- Saluti

Michl Ebner, Presidente della Camera di commercio di Bolzano

- Il diritto d'autore - introduzione e principi base

Avv. Karin Pichler, Area Legal della Camera di commercio di Bolzano



Corsi & Percorsi

corsipercorsi.retecivica.bz.it

- Come nasce il diritto d'autore e quanto dura la protezione?
- Quali diritti hanno gli autori?
- A cosa bisogna prestare attenzione quando si utilizzano testi /immagini / video di terzi?
- Come si citano correttamente le fonti?

- Il diritto d'autore – le nuove frontiere del mondo digitale

Avv. Mario Pozzi, Partner Studio SIB LEX, Milano

- Quali forme contrattuali esistono per l'utilizzo di opere di terzi?
- Ci sono degli aspetti particolari da considerare nell'utilizzo online?
- A cosa bisogna prestare attenzione utilizzando l'IA?
- Chi è il titolare di testi, immagini e video generati dall'IA?

- Esempi pratici e risposta alle domande dei partecipanti

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

21.11.2024

Termine

21.11.2024

Numero giornate corso

1

dalle

15:00

alle

17:00

Durata

120 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Bolzano

Via Alto Adige 60

Destinatari

Imprenditori e imprenditrici, responsabili marketing e responsabili innovazione di imprese e organizzazioni

Docenti

Mario Pozzi

Karin Pichler

Costo del corso

0 € Questa manifestazione formativa è gratuita.



Corsi & Percorsi

corsi.percorsi.retecivica.bz.it

Termine per l'iscrizione

14.11.2024

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente

WIFI - Formazione e sviluppo del personale

Pagina del corso

<https://www.wifi.bz.it/de/weiterbildung/details?verid=10870>

Persona da contattare

Tel.

Email

Discriminazione sul posto di lavoro

Ambito tematico

Politica, educazione civica

Descrizione

La conferenza mira a fornire informazioni sugli aspetti legali, organizzativi e psicologici della discriminazione e delle molestie sessuali sul posto di lavoro. L'obiettivo è mettere i sindacati e le organizzazioni sociali in condizione di promuovere una cultura del lavoro rispettosa e di proteggere i dipendenti dalla discriminazione. Le molestie sessuali sul posto di lavoro colpiscono soprattutto le donne e sono ancora sottovalutate. Le donne sono spesso in una posizione gerarchica più debole e privilegiano la cooperazione rispetto alla repressione.

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano, Inglese

Inizio

05.09.2024

Termine

05.09.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

480 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Accademia Cusanus
Seminarstraße 2

Destinatari

tutti gli interessati



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti
Karin Reisige

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente
Arbeiter-, Freizeit- und Bildungsverein

Pagina del corso
https://www.afb.bz/afb_de/content/veranstaltungen/diskriminierung-am-arbeitsplatz/

Persona da contattare
Heidi Rabensteiner
Tel. 0471-254199
Email info@afb.bz

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
Italiano, Tedesco, 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

Feldenkrais 1

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione
FELDENKRAIS: corpo agile, mente vigile! Non siamo consapevoli della maggior parte delle nostre abitudini e dei nostri schemi di movimento. Possono sembrare giusti - per abitudine - ma non sempre sono salutari. Soprattutto in ambito fisico, ce ne accorgiamo a un certo punto con tensioni, mal di schiena e mal di testa, immobilità o problemi alle articolazioni. Le persone hanno esperienze sorprendenti e incoraggianti con il FELDENKRAIS - imparano sequenze di movimento sane ed efficienti che hanno un effetto sul cervello e sulla personalità. Nel lavoro con il Feldenkrais, si impara a percepire e modificare consapevolmente le proprie abitudini.

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
10.09.2024

Termine
15.10.2024

Numero giornate corso
36

dalle
17:00

alle
18:00

Durata
360 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari
tutti

Docenti
Margit Hrasdil

Costo del corso
90 €

Termine per l'iscrizione
03.09.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

Feldenkrais 2

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione

FELDENKRAIS: corpo agile, mente vigile! Non siamo consapevoli della maggior parte delle nostre abitudini e dei nostri schemi di movimento. Possono sembrare giusti - per abitudine - ma non sempre sono salutari. Soprattutto in ambito fisico, ce ne accorgiamo a un certo punto con tensioni, mal di schiena e mal di testa, immobilità o problemi alle articolazioni. Le persone hanno esperienze sorprendenti e incoraggianti con il FELDENKRAIS - imparano sequenze di movimento sane ed efficienti che



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

hanno un effetto sul cervello e sulla personalità. Nel lavoro con il Feldenkrais, si impara a percepire e modificare consapevolmente le proprie abitudini.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

12.11.2024

Termine

17.12.2024

Numero giornate corso

6

dalle

17:00

alle

18:00

Durata

360 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari

alle Interessierten

Docenti

Hrasdil Margit

Costo del corso

90 €

Termine per l'iscrizione

05.11.2024

Agenzia/Ente

Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso

www.zentrum-tau.it

Persona da contattare

Tel.

Email

FELDENKRAIS Corso 1

Ambito tematico

Salute e stili di vita



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Descrizione

FELDENKRAIS: corpo agile, mente vigile! Non siamo consapevoli della maggior parte delle nostre abitudini e dei nostri schemi di movimento. Possono sembrare giusti - per abitudine - ma non sempre sono salutari. Soprattutto in ambito fisico, ce ne accorgiamo a un certo punto con tensioni, mal di schiena e mal di testa, immobilità o problemi alle articolazioni. Le persone hanno esperienze sorprendenti e incoraggianti con il FELDENKRAIS - imparano sequenze di movimento sane ed efficienti che hanno un effetto sul cervello e sulla personalità. Nel lavoro con il Feldenkrais, si impara a percepire e modificare consapevolmente le proprie abitudini.

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

10.09.2024

Termine

15.10.2024

Numero giornate corso

36

dalle

18:30

alle

19:30

Durata

360 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari

Docenti

Margit Hrasdil

Costo del corso

90 €

Termine per l'iscrizione

03.09.2024

Agenzia/Ente

Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Fitness per la schiena con il Pilates

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione

Rafforziamo la schiena con il Pilates! Indipendentemente dall'età, dal sesso e dal livello di forma fisica, la flessibilità e l'equilibrio del corpo vengono riportati in armonia. La respirazione consapevole, la postura corretta e i movimenti fluidi degli esercizi possono alleviare le tensioni e prevenire il mal di schiena.

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano

Inizio
03.10.2024

Termine
07.11.2024

Numero giornate corso
6

dalle
17:30

alle
18:30

Durata
360 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari
tutti interessati

Docenti
Isabella Maier

Costo del corso
90 €

Termine per l'iscrizione
31.10.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

Giochi con le campane tibetane

Workshop per adulti

Ambito tematico
Pedagogia e Educazione degli adulti

Descrizione

In questo corso i partecipanti adulti imparano giochi con le campane tibetane, che possono essere usati con bambini, giovani, persone con disabilità e anziani, i quali aiutano a rilassare e a sentirsi meglio, stimolano la creatività e riducono stress e ansia.

Info e prezzi qui <https://www.anklang.it/it/vedi-articoli/11-formazione/127-giochi-con-le-campane-tibetane.html>

Gli esercizi, i giochi e i viaggi sonori sono immediatamente utilizzabili nella vita di tutti i giorni, a scuola, a casa, all'asilo e in famiglia e sono adatti sia individualmente che in gruppo.

Le campane tibetane sono benefiche e donano pace e serenità.

Iscrizione richiesta: 339 466 2753 o info@anklang.it

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano

Inizio
23.10.2024

Termine
06.11.2024

Numero giornate corso
3

dalle
17:30

alle
21:30

Durata
780 minuti

Descrizione durata

Il corso si tiene in 3 serate il 23 - 30 ottobre e 6 novembre dalle 17:30 alle 21:30.

Lugogo
Bolzano
Duca d'Aosta Allee 39100



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Destinatari
Interessierte

Docenti
Anna Matteazzi

Costo del corso
295 € incluso dispensa e certificato di partecipazione

Termine per l'iscrizione
23.10.2024

Agenzia/Ente
Anna Matteazzi - AnKlang

Pagina del corso
<https://www.anklang.it/de/vedi-aerticoli/13-ausbildung/66-ganzheitliche-spiele-mit-klangschalen.html>

Persona da contattare
Anna Matteazzi
Tel. 3394662753
Email info@anklang.it

HATHA YOGA VINYASA

Ambito tematico
Yoga

Descrizione
Hatha Vinyasa Yoga La pratica dello yoga si basa sui fondamenti del tradizionale Hatha Yoga con elementi complementari del Vinyasa Yoga. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.

Lingua d'offerta
Italiano, Tedesco

Inizio
09.09.2024

Termine
09.12.2024

Numero giornate corso
13

dalle
19:35

alle
20:55

Durata
1040 minuti

Descrizione durata
-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Luogo
frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari
tutti interessati

Docenti
Elisabeth Mair

Costo del corso
208 €

Termine per l'iscrizione
-

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

HATHA YOGA VINYASA

Ambito tematico
Yoga

Descrizione
Hatha Vinyasa Yoga La pratica dello yoga si basa sui fondamenti del tradizionale Hatha Yoga con elementi complementari del Vinyasa Yoga. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.

Lingua d'offerta
Italiano, Tedesco

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
09.09.2024

Termine
09.12.2024

Numero giornate corso
92

dalle
18:00

alle
19:20

Durata
1040 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari
tutti interessati

Docenti
Elisabeth Mair

Costo del corso
208 €

Termine per l'iscrizione
02.09.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

HATHA YOGA VINYASA

esercizi favorevoli alla salute

Ambito tematico
Yoga

Descrizione

Hatha Vinyasa Yoga La pratica dello yoga si basa sui fondamenti del tradizionale Hatha Yoga con elementi complementari del Vinyasa Yoga. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
01.04.2024

Termine
10.06.2024

Numero giornate corso
10

dalle
19:35

alle
20:55

Durata
800 minuti

Descrizione durata

-

Luogo
ZENTRUM TAU
via Pillhof 37

Destinatari
tutti interessati ad esercizi favorevoli alla salute

Docenti
Elisabeth Mair

Costo del corso
170 € 10 unità di 80 minuti ciascuna

Termine per l'iscrizione
01.04.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/begleitung-beratung-therapie>

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

HATHA YOGA VINYASA CORSO 1 primavera

Ambito tematico
Yoga

Descrizione

Hatha Vinyasa Yoga La pratica dello yoga si basa sui fondamenti del tradizionale Hatha Yoga con elementi complementari del Vinyasa Yoga. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta
Italiano, Tedesco

Inizio
01.04.2024

Termine
10.06.2024

Numero giornate corso
71

dalle
18:00

alle
19:20

Durata
800 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
ZENTRUM TAU
via Pillhof 37

Destinatari
tutti interessati donne e uomini interessati a una buona salute

Docenti
Elisabeth Mair

Costo del corso
170 € 10 incontri di 80 minuti ciascuna

Termine per l'iscrizione
01.04.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
<https://www.zentrum-tau.it/de/kurse/begleitung-beratung-therapie>

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

HATHA YOGA VINYASA Corso 1

Ambito tematico
Yoga



Corsi & Percorsi

corsiiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Descrizione

Hatha Vinyasa Yoga La pratica dello yoga si basa sui fondamenti del tradizionale Hatha Yoga con elementi complementari del Vinyasa Yoga. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

09.09.2024

Termine

21.10.2024

Numero giornate corso

7

dalle

19:35

alle

20:55

Durata

560 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari

Docenti

Elisabeth Mair

Costo del corso

126 €

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

HATHA YOGA VINYASA Corso 1

Ambito tematico

Yoga

Descrizione

Hatha Vinyasa Yoga La pratica dello yoga si basa sui fondamenti del tradizionale Hatha Yoga con elementi complementari del Vinyasa Yoga. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

09.09.2024

Termine

21.10.2024

Numero giornate corso

7

dalle

18:00

alle

19:20

Durata

560 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari

tutti interessati

Docenti

Elisabeth Mair

Costo del corso

126 €

Termine per l'iscrizione

02.09.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

HATHA YOGA VINYASA Corso 2

Ambito tematico
Yoga

Descrizione

Hatha Vinyasa Yoga La pratica dello yoga si basa sui fondamenti del tradizionale Hatha Yoga con elementi complementari del Vinyasa Yoga. Un allenamento olistico per corpo, mente e anima.

Lingua d'offerta
Italiano, Tedesco

Inizio
04.11.2024

Termine
09.12.2024

Numero giornate corso
36

dalle
19:35

alle
20:55

Durata
480 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari
tutti interessati

Docenti
Elisabeth Mair

Costo del corso
108 €



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Termine per l'iscrizione
28.10.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
-

Persona da contattare
Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

sano e allegro

Ambito tematico
Ginnastica

Descrizione
Un grande potenziale di salute, gioia e amore per se stessi risiede nel movimento del nostro corpo. Con l'aiuto dei vari esercizi, sentiamo attentamente il nostro corpo, impariamo a riconoscere le resistenze fisiche, a lavorarci sopra o a rispettarle.

Lingua d'offerta
Italiano, Tedesco

Inizio
01.10.2024

Termine
19.11.2024

Numero giornate corso
50

dalle
15:30

alle
16:30

Durata
480 minuti

Descrizione durata
-

Luogo
frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari
per tutti

Docenti
Elke Rautscher



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Dietlinde Perathoner
Tel. 0471 964178
Email info@zentrum-tau.it

Vinyasa und Ashtanga Yoga

Ambito tematico

Yoga

Descrizione

Scoprite il mondo dinamico del Vinyasa e dell'Ashtanga yoga, perfetto per chiunque voglia rilassarsi e migliorare la propria concentrazione, oltre che per aumentare la forma fisica, la forza e la flessibilità, migliorare la postura e ridurre lo stress per una vita più felice.

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

11.09.2024

Termine

13.11.2024

Numero giornate corso

10

dalle

19:15

alle

20:30

Durata

750 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

frangarto-Appiano
via pillhof 37

Destinatari

tutti interessati



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti

Vanessa Plattner

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

125 €

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email info@zentrum-tau.it

Die Via Claudia Augusta und ihre Zeitzeugen

Die außergewöhnliche Geschichte von Rabland und Töll

Ambito tematico

Storia ed archeologia

Descrizione

Die Zeitzeugen der Via Claudia Augusta, die Bedeutung der beiden Partschinser Ortsteile Töll und Rabland zur Römerzeit und noch viel mehr Wissenswertes aus Geschichte, Kunst und Kultur wird bei diesem Rundgang anschaulich vermittelt.

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

27.03.2024

Termine

06.11.2024

Numero giornate corso

33

dalle

14:30

alle

17:00

Durata

150 minuti

Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Luogo

Schleuse 10



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Destinatari

Kunst- und Kulturinteressierte

Docenti

Claudia Gilli

Costo del corso

0 € Findet wöchentlich statt. Kostenlose Teilnahme.

Termine per l'iscrizione

06.11.2024

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partines con Rablá e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email info@partschins.com

BEREZ/AFIP Kurs - Meditation im Garten Ansitz Gaudententurm Ein Hoch auf das innere Gleichgewicht

Ambito tematico

Meditazione, rilassamento

Descrizione

Gesundheitsvorsorge im Sinne von Entschleunigung und Stressreduktion: Entspannungsübungen steigern nachweislich das körperliche und seelische Wohlbefinden.

Eine Möglichkeit ist die Entspannung nach Jacobson, die sogenannte Muskelrelaxation. Dabei handelt es sich um eine einfache, schnell erlernbare Methode, die dabei hilft Blockaden zu lösen, welche durch Stress und zu starke Anspannung hervorgerufen wurden. Unbehandelt, führen diese Blockaden unter Umständen zu Rücken-, Muskel- oder Kopfschmerzen, Magen- und Darmproblemen sowie zu einer Reihe von psychischen Belastungssymptomen wie Schlaf- und Angststörungen, Depressionen oder gar Burnout.

Mit der Jacobson Methode kann man lernen Beschwerden vorzubeugen bzw. bereits entstandene Schäden besser zu bewältigen. Entspannungsübungen bringen aber noch mehr: Der Körper schüttet weniger Stresshormone aus, die Atmung wird gleichmäßiger, der Blutdruck sinkt, das Herz beruhigt sich. Und auch die Psyche profitiert: Indem körperliche Spannungen abgebaut werden und der Körper sein natürliches Gleichgewicht wiedererlangt, steigt auch das seelische Wohlbefinden. Belastungen, die durch Ängste, Sorgen und Schmerzen hervorgerufen wurden, lassen nach.



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Das Gebiet am Partschiner Wasserfall ist der perfekte Ort, um Körper und Seele wieder in Einklang zu bringen. Das natürliche Rauschen des Wasserfalls, die reine, sauerstoffreiche Luft und nicht zuletzt das einzigartige Landschaftsbild unterstützen und potenzieren den Entspannungsprozess vor, während und nach dem Training.

Lingua d'offerta

Inglese, Italiano, Tedesco

Inizio

25.03.2024

Termine

04.11.2024

Numero giornate corso

33

dalle

17:00

alle

18:00

Durata

60 minuti

Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Montag

Luogo

Spaureggstraße 10

Destinatari

Gestresste Menschen und potentiell "Gefährdete", Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen

Docenti

Benedikte Dr. Burger

Birgit Dr. Pixner Blaas

Costo del corso

20 € 1 Meditationseinheit

Termine per l'iscrizione

04.11.2024

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partines con Rablá e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/gesund-bleibm-salute-take-care-gesundheit-aus-der-natur/termin/meditation-an-besonderen-plaetzen-3516/>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email info@partschins.com



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Von der Blüte bis zur Ernte - Partschiner Apfelführung

Die saftigste Seite Südtirols

Ambito tematico
Agricoltura

Descrizione
Ein Spaziergang mit der Apfelbäuerin Christine Schönweger durch die Apfelwiesen von Partschins mit anschließender Apfel-Verkostung

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano, Inglese

Inizio
29.03.2024

Termine
08.11.2024

Numero giornate corso
33

dalle
15:00

alle
17:00

Durata
120 minuti

Descrizione durata
Wöchentliche Veranstaltung, jeden Freitag

Luogo
Spaureggstraße

Destinatari
Menschen, die sich für den Obstanbau interessieren

Docenti
Christine Schönweger

Costo del corso
6 €

Termine per l'iscrizione
08.11.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partschins con Rablá e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

Berge verbinden: Vahrner See – Neustift - Törggelen Wanderung von Vahrn zum Vahrner See und nach Neustift

Ambito tematico

Mondo e società contemporanea, Pace, Mondo solidale

Descrizione

Eine gemeinsame Wanderung, ein Austausch zwischen „einheimischen“ und „neuen“ Südtiroler:innen über unsere Erfahrungen in den Bergen, in der Natur, im Bereich der Kultur.

Treffpunkt: Zugbahnhof Bozen um 9:15 Uhr (Abfahrt mit dem Zug nach Brixen um 9:32 Uhr), Bahnhof Brixen um 10:00 Uhr (Abfahrt mit dem Bus 310 nach Vahrn um 10:10 Uhr)

Mitbringen: Eine Jause, Wasser, Sitzunterlage, gute Schuhe, Regenschutz, Südtirol Pass / Abo+ bzw. Ticket

Infos: Der Wanderweg ist auch für Kinder geeignet, aber nicht für Kinderwagen.

Wegbeschreibung: Wir spazieren von Vahrn über den Kastanienweg (Keschnweg) zum Vahrner See. Dort machen wir einen kleinen Aufenthalt und essen unsere Mittagsjause. Der Rückweg verläuft durch das Riggertal nach Neustift und dann nach Brixen. Auf dem Weg werden wir einkehren und Kastanien essen.

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

13.10.2024

Termine

13.10.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

480 minuti

Descrizione durata

Anmeldung: erforderlich! Die Plätze sind begrenzt.

Anmeldung über E-Mail (Betreff: „Neustift“. Bitte auch Name und Telefonnummer angeben)



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Luogo

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Destinatari

Docenti

Referenten verschiedene

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

13.10.2024

Agenzia/Ente

14.3. Ufficio Educazione permanente

Pagina del corso

https://www.provinz.bz.it/bildung-sprache/weiterbildung/initiativen-deutschsprachige-weiterbildung.asp?evts_action=4&evts_article_id=172777

Persona da contattare

Tel.

Email

Heutzutage. Zwölf Geschichten - Filmabend mit Diskussion

Neue Minderheiten erweitern in Südtirol die Grenzen eines historisch dreisprachigen Landes.

Ambito tematico

Politica, educazione civica

Descrizione

Südtirol ist seit langer Zeit von der Anwesenheit verschiedener sprachlicher und kultureller Minderheiten gekennzeichnet; manchmal treffen sie sich, manchmal leben sie allerdings nebeneinander ohne sich wirklich zu begegnen. Südtirol ist aber auch seit jeher ein Durchzugsland und damit durch die Anwesenheit Fremder geprägt.

Heute ist dieses Land, wie übrigens ein Gutteil Europas, aber auch Schauplatz unaufhaltsamer sozialer und demografischer Veränderungen und einer neuen multiethnischen Vielfalt, die sich mit der starren Aufteilung Deutsche/Italiener auseinandersetzen muss. Diese neue Präsenz prägt immer mehr das Erscheinungsbild der Städte und zumindest teilweise auch der Dörfer.



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Wie leben die 'einheimischen' Südtiroler*innen diese neue Realität, was denken die 'neuen'? Die Veränderung passiert vor unseren Augen, ist eigentlich schon geschehen: Werden wir von diesem unaufhaltbaren Prozess überrollt oder können und wollen wir ihn gemeinsam gestalten?

In dieser Reihe von Veranstaltungen schauen wir uns den Film „Heutzutage. Zwölf Geschichten“ an und suchen dann ausgehend von Fragen nach möglichen Antworten. Wir gehen dabei von der Annahme aus, dass niemand die Antworten auf die vielen Fragen hat, die diese neue Realität aufwirft. Deshalb wollen wir vor allem zuhören und verstehen, was der jeweils 'Fremde' und der 'Andersdenkende' im offenen Austausch sagt und denkt.

Der Film 'Heutzutage. Zwölf Geschichten' ist eine Reise von Brenner nach Rovereto, in dem anhand persönlicher Geschichten Beispiele des Zusammenlebens und der Integration sowie verschiedene Sichtweisen auf die Realität aufgezeigt werden. 12 Protagonisten unterschiedlichen Alters, unterschiedlicher Bildung, Nationalität und Kultur erzählen von sich, ihrem Identitätsgefühl und ihrer Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft. Unter ihnen zwei Jugendliche nordafrikanischer Herkunft aus Rovereto, eine pakistanische Mutter, die als Freiwillige gegen die Einsamkeit und die Ausgrenzung der anderen Frauen kämpft. Der Bürgermeister von Franzensfeste, 30 % Ausländer, 27 unterschiedliche Nationalitäten, der die Gemeinschaft zusammenzuhalten versucht. Zwei ältere Südtiroler Künstler, Zeugen der Jahre des ethnischen Konflikts.

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

05.06.2024

Termine

05.06.2024

Numero giornate corso

1

dalle

20:45

alle

22:45

Durata

120 minuti

Descrizione durata

-

Luogo

Brennerstr.

Destinatari

Docenti

Referenten verschiedene

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

-



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
14.3. Ufficio Educazione permanente

Pagina del corso
<https://www.provinz.bz.it/bildung-sprache/weiterbildung/initiativen-projekte.asp>

Persona da contattare

Tel.
Email

Online-Beratung

Beratung unabhängig von Ort und Zeit!

Ambito tematico
Formazione della persona, psicologia

Descrizione

Ob im Büro, auf Reisen oder von zu Hause aus – die TELOS Online-Beratung ist zeitsparend, flexibel und ortsunabhängig. Sie kommunizieren bequem vom Ort Ihrer Wahl aus, auch nach Feierabend oder am Samstag. Gleichzeitig erhalten Sie einen vertraulichen Rahmen für ihre beruflichen und persönlichen Anliegen. Ihr persönlicher Online-Coach begleitet Sie in Krisensituationen, in Phasen der persönlichen oder beruflichen Veränderung oder bei besonderen Herausforderungen. Die Beratung findet am Telefon oder über vertrauliche Video-Konferenz statt. Auch eine Kombination aus Face-to-Face-Beratung und Online-Beratung ist möglich.

Lingua d'offerta
Italiano, Inglese, Tedesco

Inizio
08.05.2024

Termine
27.12.2024

Numero giornate corso
1

dalle
00:00

alle
00:00

Durata
120 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Brennerstraße 43

Destinatari

Menschen mit beruflichen und persönlichen Anliegen.

Docenti

Elmar Dr. Teutsch



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it
Mag. Magdalena Gasser

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

Termine per l'iscrizione
26.12.2024

Agenzia/Ente
TELOS - Dr. Elmar Teutsch & Co SAS

Pagina del corso
<https://www.telos-training.com/beratung-und-coaching/online-beratung/>

Persona da contattare
Magdalena Gasser
Tel. 0471301577
Email info@telos-training.com

Kräuter-Workshop

Herstellung von Kräuter-Balsam, -Salben, -Likör und -Salz

Ambito tematico
Giardinaggio, erbe aromatiche e spezie, fiori

Descrizione
Wirkungsvolle Wild- und Heilkräuter in Kombination mit gesundem Genuss: Wissensvermittlung, Herstellung von Kräuterprodukten und anschließendem Geschmacks-Erlebnis.

Kräuterpädagogin Anita Waldner vermittelt Nützliches wie Kurioses rund um die Anwendung und Nutzung der verschiedenen Wildkräuter. Das Wissen um die Heilkraft der Pflanzen wurde bereits von unseren Vorfahren zum Zwecke der Vorbeugung und Genesung angewandt. Hier dürfen wir nun selbst Hand anlegen und aus Pflanzen, Blüten oder Wurzeln einen wohltuenden Balsam herstellen, feines Kräuter- oder Blütensalz mischen und nach eigenen Vorlieben einen geistreichen Kräuterlikör oder einen Magenbitter ansetzen. Den genussvollen Abschluss bildet ein schmackhaftes Kräutergericht, das nach den lehrreichen Stunden serviert wird. Die perfekte Balance von Wissen und Genuss!

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano

Inizio
16.04.2024

Termine
29.10.2024

Numero giornate corso
29

dalle
10:00

alle
12:30

Durata
150 minuti

Descrizione durata
Wöchentliche Veranstaltung, jeden Dienstag



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Luogo

Imkerstand Rabland Geroldstraße

Destinatari

Menschen, die sich für Kräuter und Kulinarik interessieren

Docenti

Kräuterpädagogin Kräuterpädagogin

Costo del corso

30 € findet wöchentlich statt, Preis für 1 Teilnahme

Termine per l'iscrizione

29.10.2024

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partines con Rablá
e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur Partschinser Wasserfall

Das Naturheilverfahren für gesteigertes Wohlbefinden

Ambito tematico

Salute e stili di vita

Descrizione

Unter Klimatherapie versteht man die Anwendung natürlicher Wetter- und Klimafaktoren zu therapeutischen Zwecken. Der gezielte Einsatz von (kühler) Luft, Wind und Sonne trainiert das Immunsystem, steigert die Leistungsfähigkeit und hilft bei chronischen Erkrankungen von Haut und Atemwegen, Stoffwechselerkrankungen, Osteoporose, saisonaler Depression sowie Herz- und Kreislaufpathologien.

Das besondere Mikroklima am Partschinser Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.

Frische Gebirgsluft, Sonne und angenehm kühler Wind sind die gesundheitsfördernden Begleiter dieser Wanderung, die vom Ortskern durch Obstwiesen und Laubwald hinauf zum Partschinser Wasserfall führt. Tosendes Rauschen und feinsten Sprühnebel



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.

Lingua d'offerta

Italiano, Inglese, Tedesco

Inizio

02.10.2024

Termine

30.10.2024

Numero giornate corso

5

dalle

09:00

alle

13:00

Durata

240 minuti

Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Luogo

Spaureggstraße 10

Destinatari

Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen, Gestresste Menschen, durch aktuellen Lebensstil "Gefährdete"

Docenti

Braunhofer Franziska

Costo del corso

30 € Teilnahmegebühr

Termine per l'iscrizione

30.10.2024

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Parcines con Rablá e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-wanderung-zum-luftkurort-partschiner-wasserfall-3490/>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email info@partschins.com



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur-Nachtwanderung Wasserfall

Mit allen Sinnen durch die Natur

Ambito tematico

Salute e stili di vita

Descrizione

Zu einer gelungenen Wanderung gehört die schöne Landschaft, in der man sich grundsätzlich sicher fühlt und der Reiz der ständigen Neuentdeckung von äußerer wie innerer Natur. Nicht nur unsere Fantasie, sondern auch unsere Sinne sind bei einer Nachtwanderung in besonderer Weise gefordert. Auf die Dunkelheit reagieren vor allem Geruchs- und Gehörsinn mit geschärfter Wahrnehmung. Zudem wandert es sich nachts leichter. Das Ziel ist vorab nicht zu erkennen, und durch den Rhythmus des Schrittes haben die Gedanken freien Lauf.

Die nächtliche Variante der Klimatherapie-Wanderung führt durch die dunkle Natur hinauf zum Partschinzer Wasserfall. Tosendes Rauschen und feinsten Sprühnebel kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.

Das besondere Mikroklima am Partschinzer Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.

Lingua d'offerta

Inglese, Italiano, Tedesco

Inizio

05.06.2024

Termine

25.09.2024

Numero giornate corso

17

dalle

20:30

alle

23:30

Durata

180 minuti

Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Luogo

Spaureggstraße 10

Destinatari

Gesundheitsbewusste Menschen und potentiell "Gefährdete", Einheimische und Gäste



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti
Claudia Gilli

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso
30 € Teilnahmegebühr

Termine per l'iscrizione
25.09.2024

Agenzia/Ente
Associazione Turistica Partines con Rablá
e Tel

Pagina del corso
<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-nachtwanderung-zum-luftkurort-partschinser-wasserfall-5684/>

Persona da contattare
Tourismusverein Partschins
Tel. 0473 967157
Email info@partschins.com

Von den Römern bis zur Erfindung der Schreibmaschine Die Kunst- und Kulturgeschichte von Partschins

Ambito tematico
Storia ed archeologia

Descrizione
Edle Ansitze, malerische Gassen und historische Denkmäler prägen das Partschinser Dorfbild. Die Zeitzeugen der Via Claudia Augusta, die Lebensgeschichte von Peter Mitterhofer, dem Erfinder der Schreibmaschine, und noch viel mehr Wissenswertes wird bei diesem Rundgang anschaulich erklärt.

Lingua d'offerta
Tedesco, Italiano

Inizio
27.03.2024

Termine
06.11.2024

Numero giornate corso
33

dalle
09:30

alle
12:30

Durata
180 minuti

Descrizione durata
Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Luogo
Spaureggstraße 10



Corsi & Percorsi

corsielpercorsi.retecivica.bz.it

Destinatari

Kunst- und Kulturinteressierte

Docenti

Claudia Gilli

Costo del corso

0 € Findet wöchentlich statt. Kostenlose Teilnahme.

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partines con Rablá e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins-rabland-und-toell/info-service/veranstaltungen/veranstaltungen-events-in-partschins.html?eventid=D9C3EA2B71E44A809E5F72BCD9AEC582>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email info@partschins.com

Berge verbinden - Auf dem Milchsteig zur Fane Alm

Wanderung mit Infos zur Südtiroler Milchwirtschaft führt zur Fane Alm, dem schönsten Almendorf Südtirols.

Ambito tematico

Mondo e società contemporanea, Pace, Mondo solidale

Descrizione

Eine gemeinsame Wanderung, ein Austausch zwischen „einheimischen“ und „neuen“ Südtiroler:innen über unsere Erfahrungen in den Bergen, in der Natur, im Bereich der Kultur.

Treffpunkt: Zugbahnhof Bozen um 8:45 Uhr (Abfahrt mit dem Zug nach Franzensfeste um 9:02 Uhr), Bahnhof Franzensfeste um 9:45 Uhr (Abfahrt mit dem Zug nach Mühlbach um 9:51 Uhr, Zugbahnhof Mühlbach um 10:00 Uhr)

Mitbringen: Eine Jause, Wasser, Sitzunterlage, gute Schuhe, Regenschutz, Südtirol Pass / Abo+ bzw. Ticket

Infos: Der Wanderweg ist auch für Kinder geeignet, aber nicht für Kinderwagen

Wegbeschreibung: Wir fahren mit dem Zug und Bus bis nach Vals. Von dort wandern wir dann auf dem „Milchsteig“ zum Almendorf Fane. An diesem schönen Ort essen wir unsere Mittagsjause.

Anmeldung: erforderlich! Die Plätze sind begrenzt.

Anmeldung über E-Mail (Betreff: „Fane Alm“. Bitte auch Name und Telefonnummer angeben)



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

Inizio

09.06.2024

Termine

09.06.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

480 minuti

Descrizione durata

Anmeldung: erforderlich! Die Plätze sind begrenzt.

Anmeldung über E-Mail (Betreff: „Fane Alm“. Bitte auch Name und Telefonnummer angeben)

Luogo

Destinatari

Docenti

Referenten verschiedene

Costo del corso

Termine per l'iscrizione

09.06.2024

Agenzia/Ente

14.3. Ufficio Educazione permanente

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Tel.

Email