



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Abenteuer Ich. Eine Gruppe für junge Menschen

Ambito tematico
Attività per bambini e giovani

Descrizione

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

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
11.10.2023

Termine
05.06.2024

Numero giornate corso
9

dalle
14:00

alle
15:30

Durata
810 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Claudia-de'-Medici-Str. 1a

Destinatari

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

Docenti
Eva Locher

Georg Pernter

Costo del corso
50 € pro Treffen

Termine per l'iscrizione
11.10.2023



Corsi & Percorsi
corsipercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente
Accademia della Gestalt Alto Adige

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

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

Dem Leben Gestalt verleihen Gestalttherapeutische Jahresgruppe

Ambito tematico
Formazione della persona, psicologia

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

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
05.09.2023

Termine
11.06.2024

Numero giornate corso
281

dalle
19:30

alle
21:30

Durata
1800 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Claudia-de'-Medici-Str. 1a

Destinatari

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

Docenti

Georg Pernter



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso
65 € pro Treffen

Termine per l'iscrizione
05.09.2023

Agenzia/Ente
Accademia della Gestalt Alto Adige

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

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

Essverhalten entwickeln

Ambito tematico
Salute e stili di vita

Descrizione

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

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
04.10.2023

Termine
03.06.2024

Numero giornate corso
244

dalle
16:00

alle
17:30

Durata
1350 minuti

Descrizione durata
Vorgespräch erforderlich

Luogo

Claudia-de'-Medici-Str. 1a

Destinatari

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



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti

Birgit Gegenfurtner

Costo del corso

55 € Pro Treffen (insgesamt 15)

Termine per l'iscrizione

03.06.2024

Agenzia/Ente

Accademia della Gestalt Alto Adige

Pagina del corso

-

Persona da contattare

Birgit Gegenfurtner

Tel. 329-4644013

Email info@gestaltakademie-suedtirol.it



Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it