



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.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 sich verändern und ihre Hindernisse begreifen möchten, Menschen, die Kontakt zu ihren Stärken und Fähigkeiten erlangen wollen, Personen, die Unterstützung und Zentrierung im Alltag suchen

### Docenti

Georg Pernter

### Costo del corso

65 € pro Treffen

### Termine per l'iscrizione

05.09.2023



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

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://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](mailto: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**  
Menschen sein, die abnehmen sollen/wollen, und es schon öfters mit mehr oder weniger Erfolg probiert haben., Personen, die bei Stress dazu neigen mehr zu essen als sie brauchen, und für die Essen zu einem Konfliktthema geworden ist.

**Docenti**  
Birgit Gegenfurtner

**Costo del corso**  
55 € Pro Treffen (insgesamt 15 )



Corsi & Percorsi  
[corsielpercorsi.retecivica.bz.it](http://corsielpercorsi.retecivica.bz.it)

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

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](mailto:info@gestaltakademie-suedtirol.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

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

Docenti  
Georg Pernter



Corsi & Percorsi  
[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)  
Eva Locher



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

Costo del corso  
50 € pro Treffen

Termine per l'iscrizione  
11.10.2023

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](mailto:info@gestaltakademie-suedtirol.it)