



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

SALUTE MENTALE SUL POSTO DI LAVORO

Formazione "primo soccorso per l'anima"

Ambito tematico

Tecniche di comunicazione, Tecniche di conduzione di un colloquio

Descrizione

Cosa fare se ci si accorge che un collaboratore o un superiore non si sente bene, è sotto stress e sotto pressione per motivi professionali o personali? È importante notare e dare retta a questo fatto, è importante parlare, ma spesso non lo si fa a causa dell'insicurezza. Un orecchio comprensivo e la ricerca di un aiuto professionale per un disagio emotivo possono aiutare e in certi casi anche salvare la vita. Come si possono affrontare queste situazioni, come si possono condurre queste conversazioni in modo aperto, chiaro, rispettoso e attento e cosa si può fare in generale per creare un ambiente di lavoro positivo e favorevole alla salute psichica? In questo corso introduttivo affronteremo queste domande ed anche i vostri argomenti e preoccupazioni.

Lingua d'offerta

Tedesco, Italiano

Inizio

22.05.2024

Termine

22.05.2024

Numero giornate corso

1

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

390 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 Sr. Ausserbrunner

Costo del corso

175 €

Termine per l'iscrizione

21.05.2024



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

"WENN DU DICH SELBST LIEBST, LIEBST DU DIE WELT" Byron Katie "THE WORK VON BYRON KATIE"

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

Descrizione
Zweifel und Selbstkritik sind bei vielen von uns tägliche, ungeliebte Begleiter. Sie bremsen unsere Energie und drücken auf unsere Stimmung. Scheinbar sind wir nie gut genug, was auch immer wir leisten, dass diese Stimmen sich einmal beruhigen könnten. Unser Verstand produziert weiter Beweise dafür. Mit den 4 Fragen aus "The Work von Byron Katie" wenden wir uns diesen Glaubenssätzen zu und untersuchen sie. "Du bist nicht gut genug." Ist das wahr? Finden deine ganz persönlichen Antworten. Nur du kannst sie dir geben. Vielleicht haben wir nur zu eifrig versucht für andere perfekt zu sein? Wie wäre es dir selbst deine beste Freundin zu werden? Was würde die tun oder sagen?

Lingua d'offerta
Tedesco

Inizio
07.06.2024

Termine
07.06.2024

Numero giornate corso
1

dalle
18:00

alle
21:00

Durata
180 minuti

Descrizione durata
-

Luogo

Pillhofstrasse 3

Destinatari
alle Interessierten Frauen und Männer

Docenti
Helga Bohnstedt



Corsi & Percorsi
corsiiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso
45 €

Termine per l'iscrizione
06.06.2024

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

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
Tedesco, Italiano

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



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti

Renate Dr. Ausserbrunner

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

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.

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



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

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

LEHRGANG "POSITIVE KONFLIKTBERATUNG"

unsere Konfliktkultur ergründen und verbessern

Ambito tematico

Tecniche di comunicazione, Tecniche di conduzione di un colloquio

Descrizione

Wir sind ständig mit Konflikten konfrontiert, mit anderen und auch mit uns selbst. Konflikte haben in unserer Kultur eine negativen Beigeschmack, im Grunde dienen sie aber der Entwicklung vom Menschen und auch von Gesellschaften. Konflikte gehören deshalb zum Leben, so wie die Luft zum Atmen gehört.

Das Problem sind also nicht die Konflikte an sich, sondern wie wir, oder wie Gesellschaften mit ihnen umgehen. Der Lehrgang der Positiven Konfliktberatung, basiert auf dem ganzheitlichen Ansatz der Positiven Psychotherapie und eignet sich besonders durch sein verständliches Modell und seine effektive Methode um Konfliktlösungskompetenzen zu erwerben. Konflikte positiv lösen zu können, ist ein erstrebenswertes Ziel in allen privaten wie beruflichen Bereichen und öffnet neue konstruktive und innovative Wege des Zusammenlebens. Anstatt Streit wird aus einem Konflikt eine WIN-WIN Situation, und somit ein Wachsen für alle Beteiligten

Lingua d'offerta

Tedesco



Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio
25.01.2024

Termine
07.09.2024

Numero giornate corso
13

dalle
09:00

alle
17:00

Durata
9000 minuti

Descrizione durata
der Lehrgang besteht aus berufsbegleitenden 5 Modulen

Luogo

Pillhofstrasse 37

Destinatari
für jeden beruflichen wie privaten Kontext

Docenti
Birgit Werner

Costo del corso
2400 € berufsbegleitend, förderfähig

Termine per l'iscrizione
25.01.2024

Agenzia/Ente
Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso
<https://www.zentrum-tau.it/de/angebote-und-raeumlichkeiten/postive-konflikteratung>

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

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

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

"LEHRGANG PILGERBEGLEITUNG"

Pilgern - eine Weg zu uns selbst

Ambito tematico

Formazione della persona, psicologia

Descrizione

Pilgern gab und gibt es in jeder Kultur, es ist die älteste und natürlichste Bewegungsform. Pilgern ist aber nicht nur ein Stück des Weges gehen, Pilgern ist sehr viel mehr: es ist vor allem ein Weg zu sich selbst. Im Lehrgang Pilgerbegleiter*In, lernst du alles



Corsi & Percorsi

corsiepercorsi.retecivica.bz.it

was zum Pilgern dazugehört. Hinterher kannst du Einzelne oder auch Gruppen auf ihrem Weg mit einem fundierten Wissen begleiten.

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Lingua d'offerta

Tedesco

Inizio

25.04.2024

Termine

27.09.2024

Numero giornate corso

12

dalle

09:00

alle

17:00

Durata

6000 minuti

Descrizione durata

Neue und alte Aspekte des Pilgerns

Luogo

Pillhofstrasse 37

Destinatari

alle Interessierten

Docenti

Heiner Nicolussi - Leck

Michael kaminski

Maria Rummel

Costo del corso

990 €

Termine per l'iscrizione

25.04.2024

Agenzia/Ente

Cooperativa Sociale Zentrum Tau

Pagina del corso

<https://www.zentrum-tau.it/de/angebote-und-raeumlichkeiten/pilgerbegleiter-in>

Persona da contattare

Dietlinde Perathoner

Tel. 0471 964178

Email info@zentrum-tau.it