

# WO BILDUNG ZUM ERLEBNIS WIRD

Bildungsprogramm  
September 2026 bis Februar 2027





## Aus dem Haus der Familie



Bei der letzten Mitgliederversammlung wurde der aktuelle Vorstand für weitere 3 Jahre bestätigt: Präsident Heiner Oberrauch, Vize-Präsident Harald Mengin, Rosmarie Karbon, Judith Bertagnolli, Manuela Weber



Wir freuen uns auf Anregungen und Vorschläge von Seiten der Besucher, die sie bitte an den Direktor Gernot Psenner übermitteln können.  
[gernot.psenner@hdf.it](mailto:gernot.psenner@hdf.it)

Die diesjährige Vollversammlung stand im Zeichen aktueller gesellschaftlicher Herausforderungen. In bewegten Zeiten gewinnt die Familie zunehmend an Bedeutung. Angesichts wachsender Unsicherheiten, Zukunftsängste und steigender Belastungen im Alltagsleben wird der Bedarf an Gemeinschaft, Orientierung und Halt größer. Das Haus der Familie versucht dementsprechend seiner Aufgabe gerecht zu werden:

Es schafft Räume für Bildung, Begegnung und Sinn, als Ort an dem Menschen wachsen, Persönlichkeitsentwicklung erfahren, Gemeinschaft, Geborgenheit und gute Auszeit finden.

Neben der Unsicherheit stellen der demografische Wandel und der Bereich der Integration eine zentrale Herausforderung dar. Auch hier möchte das Haus der Familie Verantwortung übernehmen und aktiv gesellschaftliche Veränderung gestalten: In diesem Bildungsprogramm wurden neue Schwerpunkte gesetzt, für Familienkonstellationen aller Art ebenso wie für zugezogene Familien. Lichtenstern möchte für Familien in allen Lebenssituationen ein Ort der seelischen, körperlichen und geistigen Tankstelle sein: wo Bildung zum Erlebnis wird.

Für den Vorstand,  
*Heiner Oberrauch*



Willkommen

## Bildung für alle

Familien bestehen nicht immer aus einem Vater, einer Mutter und ihren biologischen Kindern. Es gibt verschiedenste Formen von Familien, die alle gültig und wichtig sind. Dazu gehören beispielsweise Patchwork-Familien, in denen Eltern Kinder aus früheren Beziehungen haben und zusammenleben; Regenbogenfamilien, in denen gleichgeschlechtliche Paare Kinder haben; Einelternfamilien, in denen nur ein Elternteil die Verantwortung für die Kinder trägt; Adoptivfamilien, in denen Kinder durch Adoption Teil einer Familie werden; Pflegefamilien, in denen Kinder von anderen Familien aufgenommen werden; sowie andere Formen von Familien, die auf persönlichen Entscheidungen, Lebensumständen oder kulturellen Traditionen beruhen. Alle Menschen sind im Haus der Familie willkommen, unabhängig von der Form, in der sie zusammenleben.



Generation 65+

## Junggebliebene ältere Menschen

Wir holen Senior:innen dorthin, wo sie hingehören – in die Mitte der Gesellschaft. Wir haben die Kurse für Menschen ab 65 Jahren in die anderen Bildungs-Segmente integriert. Wir sprechen mit unserem Bildungsangebot alle Menschen an und möchten sie nicht in Altersstufen unterteilen.



Hilfsfond

## Bildung in Not

Bildung in der Familie muss leistbar bleiben. Als Haus der Familie unterstützen wir Menschen in belasteten Lebenslagen mit dem Hilfsfonds „Bildung in Not“. Sie können sich mündlich oder per Mail bei uns melden und eine Ermäßigung des Angebotspreises beantragen: Tel. +39 0471 345 172, info@hdf.it.



Familienpreise

## Von Mindest-, Normal- und Solidaritätspreisen

Die Zeiten werden nicht leichter für Familien. Um allen Menschen auch weiterhin Bildung zu ermöglichen, laden wir finanziell schwächere Familien ein, bei den Familienangeboten nur den Mindestpreis zu bezahlen. Wer es sich hingegen leisten kann, ist aufgerufen, mit der Zahlung des Solidaritätspreises das auszugleichen, was andere Familien weniger zahlen. Die drei Preise sind auf der Homepage ersichtlich und bei der Anmeldung auszuwählen. Im Programmheft ist der Normalpreis angegeben.

# 01

### THEMEN

- Fasten als Neubeginn **6-7**
- Anime perse in corpi vuoti **8-9**
- Und wir mittendrin **10-11**
- Die Veredelung der Zeit **12-13**
- Von Jenesien über Lichtenstern zu Rosa **14-15**

# 02

### FAMILIE UND ERZIEHUNG

- Kurse **16-38**

# 03

### PARTNERSCHAFT

- Ehevorbereitung
- Geburtsvorbereitung **40-45**
- Kurse

# 04

### KINDER UND JUGENDLICHE

- Kurse **46-51**

# 05

### GESUNDHEIT

- Kurse **52-57**

# 06

### PERSÖNLICHKEIT UND KREATIVITÄT

- Kurse **58-67**

# 07

### BERUFLICHE WEITERBILDUNG

- Systemisch-, lösungsorientierte Beratung von Familien – Aufbaulehrgang **70**
- Unsere Angebote für Hebammen **71**
- Einführung in das Arbeitsfeld der (teil-)stationären Kinder- und Jugendhilfe **72**
- Convegno “I bambini stella” **73**
- Seminare **74-79**

# 08

### INFOS

- Legende **80**
- Kein Auto? Kein Problem! **81**
- Mitarbeiter:innen **82**

# Fasten als Neubeginn

## Wie der Körper wieder zu seinem Rhythmus findet

Fasten hat in vielen Kulturen eine lange Tradition. Es gilt als Zeit der Reinigung, der Regeneration und der Neuorientierung für Körper und Geist. Heute entdecken viele Menschen diese Praxis wieder neu: nicht als Verzicht um des Verzichts willen, sondern als bewusste Unterbrechung des Alltags. Im Haus der Familie werden unterschiedliche Wege des Fastens angeboten. Sie greifen auf verschiedene medizinische und kulturelle Traditionen zurück. Es geht darum, den Körper zu entlasten, die Selbstregulation zu stärken und einen bewussteren Umgang mit Ernährung und Lebensrhythmus zu fördern.



Die Ärztin **Dr. Aurelia Lechner** arbeitet mit der F.X.-Mayr-Methode, einer medizinisch geprägten Fastenkur, die besonders auf Darmgesundheit und Verdauung ausgerichtet ist.



**Edeltraud Kaserer Kiebacher** und **Sabina Kiebacher** begleiten das ayurvedische Heilfasten, eine sanfte Form des Fastens, die Ernährung, Bewegung und Achtsamkeit miteinander verbindet.



### Fastenangebote im Haus der Familie

- **Heilfasten, sanfte Bewegung und kreatives Tun**  
Medizinisch begleitete Fastenkur nach F.X. Mayr mit Schwerpunkt auf Darmgesundheit, bewusster Ernährung und Regeneration der Verdauungsorgane
- **Ayurvedisches Heilfasten**  
Sanfte Fastenwoche mit leichter sattvischer Kost, Meditation, Yoga und Achtsamkeitsübungen
- **Basen-Heilkost-Wanderwoche**  
Eine Woche mit basenbetonter Ernährung, Bewegung in der Natur und Wanderungen am Ritten, die den Stoffwechsel anregen und den Körper sanft entlasten können.

### Die F.X.-Mayr-Kur: Regeneration für Darm und Verdauung

Welche Ziele verfolgt die Franz Xaver Mayr-Fasten-Methode in Bezug auf Darmgesundheit, Stoffwechsel und Verdauung?

Dr. Aurelia Lechner: Die klassische F.X.-Mayr-Kur verfolgt vier zentrale Ziele: Schonung, Säuberung, Schulung und Substitution. Der Darm bekommt Zeit zur Erholung und Regeneration. Gleichzeitig wird der Verdauungstrakt gereinigt, unter anderem durch eine salinische Darmspülung. Im nächsten Schritt folgt die Schulung der Verdauungsfunktionen. Die Kur trainiert den Verdauungsapparat neu und unterstützt ihn dabei, wieder effizient zu arbeiten. Der Begründer beschrieb die Kur einmal sehr anschaulich als Gipsverband für einen geschädigten Verdauungstrakt.

### Worin unterscheidet sich die Mayr-Kur von anderen Fastenformen?

Dr. Aurelia Lechner: Ein zentrales Element ist das bewusste Wiedererlernen des Essens. Die sogenannte Kursemmel dient dabei als Trainingsgerät für Kauapparat und Speicheldrüsen. Typisch ist auch die morgendliche Einnahme von Bittersalz. Es hilft dabei, Rückstände im Darm zu lösen. Dazu kommt eine ausgeprägte Trinkkur mit drei bis vier Litern Wasser oder Tee täglich. Ein weiteres Merkmal ist die ärztliche manuelle Bauchbehandlung. Sie unterstützt die Verdauungsorgane und fördert ihre Funktion.

### Was ist beim Übergang vom Fasten zurück zur normalen Ernährung besonders wichtig?

Dr. Aurelia Lechner: Beim Wiedereinstieg in die normale Ernährung gilt es, typische Fehler zu vermeiden: zu viel, zu spät, zu schnell, zu schwer und zu oft zu essen. Qualität sollte immer vor Quantität stehen. Wichtig ist auch, zwischen den Mahlzeiten ausreichend kalorienfreie Getränke zu trinken und Mahlzeiten ausgeruht einzunehmen. Wer diese Grundsätze beachtet und weiterhin bewusst isst, kann die positiven Effekte der Kur langfristig erhalten.

### Ayurvedisches Heilfasten: Reinigung mit Genuss

#### Wie beeinflusst das Tri-Dosha-Prinzip die Gestaltung einer Fastenwoche?

Edeltraud Kaserer Kiebacher und Sabina Kiebacher: Ziel des ayurvedischen Heilfastens ist es, die Verdauungskraft, das sogenannte Agni, zu stärken und gleichzeitig belastende Stoffe im Körper zu reduzieren. Die Ernährung während der Fastenwoche orientiert sich an sogenannten sattvischen Lebensmitteln. Das sind Lebensmittel aus biologischem Anbau, möglichst saisonal und regional. In der Waldküche bereiten die Köchinnen einfache und nährnde Speisen zu, vor allem Gemüsegerichte, Reis, Hülsenfrüchte wie Mungobohnen oder Linsen sowie Ghee, ein geklärtes Butterschmalz. Ayurvedische Gewürze fördern

zusätzlich das Verdauungsfeuer. Auch der Tagesrhythmus folgt dem Tri-Dosha-Prinzip. Wir stehen in der frühen Vata-Zeit vor sechs Uhr auf, die Hauptmahlzeit wird in der Pitta-Phase zur Mittagszeit eingenommen. Bewegung und Ruhe wechseln sich bewusst ab.

### Welche Rolle spielen Meditation und Achtsamkeitsübungen während des Fastens?

Edeltraud Kaserer Kiebacher und Sabina Kiebacher: Während der Woche üben wir Meditation, achtsame Yogaeinheiten oder meditatives Gehen im Wald. Auch einfache Tätigkeiten können zu einer Achtsamkeitsübung werden, etwa das Schneiden von Gemüse. Die Mahlzeiten werden oft in Stille eingenommen, um das langsame und aufmerksame Genießen zu fördern. Diese Übungen helfen vielen Teilnehmenden, innere Ruhe zu finden und die Erfahrungen der Fastenzeit auch in den Alltag mitzunehmen.

### Worin unterscheidet sich ayurvedisches Heilfasten von klassischen Fastenformen?

Edeltraud Kaserer Kiebacher und Sabina Kiebacher: Im Ayurveda wird reines Fasten ohne feste Nahrung eher kritisch gesehen, weil es das Verdauungsfeuer schwächen kann. Deshalb arbeitet das ayurvedische Heilfasten mit einer leichten, gut verträglichen Ernährung. Gleichzeitig wird der Körper schonend von Schlacken und Giftstoffen befreit, ohne in eine Stresssituation zu geraten.

Am 10./11. November 2026

# Anime perse in corpi vuoti

## Klinische Diagnosen und Therapie von Menschen mit Essstörungen

Essstörungen gehören zu den komplexesten psychischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter. Sie betreffen Körper, Gefühle und Denken und entwickeln sich oft schleichend. Im Ernstfall verlangen sie rasches und gut abgestimmtes Handeln. Beim Seminar „Anime perse in corpi vuoti – Klinische Diagnosen und Therapie von Menschen mit Essstörungen“ geben die Kinder- und Jugendpsychiaterin Franca Di Nardo und die Psychotherapeutin Angelika Fauster am 10. und 11. November Einblick in ihre klinische und therapeutische Arbeit. Sie sprechen über aktuelle Entwicklungen, über Risikofaktoren und Warnsignale sowie über therapeutische Wege, die betroffene Kinder, Jugendliche und ihre Familien unterstützen können.



**Franca Di Nardo** ist Kinder- und Jugendpsychiaterin und arbeitet in der Fachambulanz für psychosoziale Gesundheit im Kindes- und Jugendalter. In ihrer klinischen Tätigkeit beschäftigt sie sich seit vielen Jahren mit Diagnostik und Behandlung von Essstörungen sowie mit der Zusammenarbeit zwischen medizinischen, psychologischen und familiären Systemen.



**Angelika Fauster** ist Psychologin, Psychotherapeutin und Imagotherapeutin sowie Mitglied der Akademie für Potentialentfaltung. In ihrer therapeutischen Arbeit begleitet sie seit vielen Jahren Kinder, Jugendliche und Familien und arbeitet interdisziplinär mit medizinischen und psychosozialen Fachkräften in der Behandlung von Essstörungen zusammen.

## Essstörungen gelten als besonders komplexe Erkrankungen.

**Was macht die Arbeit mit betroffenen Kindern und Jugendlichen so anspruchsvoll?**

► **Angelika Fauster:** In der Behandlung von Essstörungen im jungen Alter besteht die große Herausforderung darin, rasch einen passenden Zugang zur betroffenen Familie zu finden und das Vertrauen der Erkrankten zu gewinnen. Die Dynamik dieser Krank-

gestaltet sich der Heilungsprozess. Aber: Essstörungen sind heilbar. Diese Tatsache gibt mir Hoffnung und Motivation, in meiner Arbeit immer weiter zu lernen.

**Negli ultimi anni si parla sempre più spesso di un aumento dei disturbi alimentari tra bambini e adolescenti. Com'è cambiato il fenomeno?**

► **Franca Di Nardo:** Negli ultimi anni i disturbi alimentari in età evolutiva

**Welche Warnsignale sollten Eltern oder pädagogische Fachkräfte ernst nehmen?**

► **Angelika Fauster:** Jede Essstörung beginnt mit einer Diät. Wenn Minderjährige plötzlich ein rigides und stark eingeschränktes Essverhalten entwickeln, sollte genau hingeschaut werden. Neben Veränderungen der Körperform zeigen sich oft auch ein Abflachen der Stimmung, Leistungsabfall, sozialer Rückzug oder emotionale Überreizung. Hilfreich ist es, die eigene Sorge klar auszusprechen und deutlich zu machen, dass man nicht zusehen möchte, wie die Krankheit immer mehr Raum einnimmt. Diese klare Position stärkt die betroffene Person und eröffnet den Weg zu gemeinsamen nächsten Schritten.

**Quali interventi terapeutici si sono dimostrati più efficaci?**

► **Franca Di Nardo:** Tra gli interventi più efficaci ci

sono la Family-Based Treatment (FBT), considerata il trattamento di prima scelta per anoressia e bulimia in età evolutiva, e la CBT-E, una terapia cognitivo-comportamentale specifica per i disturbi alimentari. Fondamentale è l'approccio multidisciplinare che coinvolge neuropsichiatra, psicoterapeuta, dietista e pediatra. La famiglia ha un ruolo centrale nel percorso di cura, perché osserva i segnali, sostiene emotivamente il ragazzo e partecipa attivamente alla terapia. Anche la scuola può contribuire, riconoscendo cambiamenti nel comportamento e collaborando con i servizi territoriali.

heit lässt sich gut mit dem Bild einer Sonnenfinsternis beschreiben: Sie legt sich schleichend über die ganze Persönlichkeit. Denken, Fühlen und Handeln verändern sich, der Körper erkrankt. Von Seiten der Kliniker und des Umfeldes entsteht dadurch großer Handlungsdruck, während Einsicht und Motivation bei den Patientinnen oft fehlen. Gerade im jungen Alter können Essstörungen rasch einen schweren Verlauf bis zum Tod nehmen. Je jünger die Patient:innen und je größer der Gewichtsverlust, umso schwieriger

sono aumentati in modo significativo, sia nel numero dei casi sia nella gravità. Le strutture pediatriche italiane registrano incrementi tra il 35% e il 64% delle nuove diagnosi, con un picco negli anni successivi alla pandemia.

Un cambiamento importante è l'abbassamento dell'età di esordio: oggi si osservano casi già tra gli 8 e i 9 anni. I quadri clinici risultano inoltre più complessi, con ansia da prestazione, rigidità cognitiva e maggiore fragilità emotiva. Anche i social media hanno un ruolo importante nel rafforzare confronto, perfezionismo e insoddisfazione corporea.

# Und wir mittendrin

Wie Eltern Nähe, Liebe und Verbundenheit als Paar bewahren



**Toni Fiung** ist Theologe, Ehe-, Familien- und Lebensberater sowie Kommunikationstrainer. Seit 1998 wirkt er als diözesaner Familienseelsorger der Diözese Bozen-Brixen, leitete über viele Jahre das Ehe- und Familienreferat der Diözese und ist seit 21 Jahren geistlicher Leiter im Haus der Familie. Dort begleitet er Paare in Seminaren, Gesprächen und Ehevorbereitungskursen. Bei dieser Arbeit hat er unzählige Menschen auf ihrem gemeinsamen Weg begleitet.

Wenn ein Kind geboren wird, beginnt für eine Beziehung ein neuer Abschnitt. Aus zwei Menschen werden Eltern. Ihr Alltag verdichtet sich, ihre Verantwortung wächst, vieles, was vorher selbstverständlich war, verändert sich oft unmerklich. Die Zeit füreinander wird knapper, die Aufmerksamkeit verteilt sich neu und Erwartungen verschieben sich. Seit vielen Jahren begleitet Familienseelsorger Toni Fiung Paare auf diesem Weg. In der Vorbereitung auf die Ehe, in Gesprächen während der ersten Familienjahre, in Krisen und Zeiten des Neubeginns hat er Menschen erlebt, die miteinander leben, ringen und wachsen. Aus diesen Begegnungen ist sein großes praktisches Wissen nah am Alltag entstanden. Sein Buch „Und wir mittendrin“ bündelt Tonis Erfahrungen.

**Welche Dynamiken beobachtest du bei Paaren in den ersten Familienjahren, die oft übersehen werden?**

› **Toni Fiung:** Die meisten Paare rechnen mit Schlafmangel, weniger Zeit und mehr Organisation. Was sie oft unterschätzen, ist die schleichende Verschiebung der inneren Rollen. Plötzlich geht es nicht mehr nur um zwei Menschen, sondern um Verantwortung, Fürsorge und Prioritäten. Viele geraten dabei in ein Funktions-Miteinander: Wer organisiert was? Wer ist müder und erschöpfter, wer trägt mehr? Gleichzeitig wächst bei beiden ein starkes Bedürfnis nach Anerkennung für das, was sie leisten. Wenn dieses Bedürfnis nicht gesehen wird, entstehen Missverständnisse und Kränkungen. Die Liebe verschwindet nicht, aber sie muss eine neue Form finden, die auch Elternschaft integrieren kann.

**Du sprichst von einer starken, wertschätzenden Partnerschaft als Fundament für Kinder.**

**Was stärkt dieses Fundament konkret?**

› **Toni Fiung:** Es sind weniger die großen Gesten als die kleinen Signale im Alltag. Ein herzliches „Danke“; die Bereitschaft, einander wirklich zuzuhören; eine einfühlsame Wahrnehmung der Befindlichkeit des/der anderen. Paare, die stabil bleiben, sehen sich als Team im selben Boot. Dazu gehört auch, Erwartungen auszusprechen, statt sie vorauszusetzen. Wertschätzung bedeutet im Familienalltag oft: Ich sehe, was du tust, und ich nehme wahr, wie viel Kraft dich das kostet.

**Konstruktiver Streit spielt in deinem Buch eine wichtige Rolle. Woran erkennen Paare, dass ein Konflikt sie einander näherbringt, statt Distanz zu schaffen?**

› **Toni Fiung:** Ein konstruktiver Konflikt hinterlässt nicht das Gefühl von Sieg oder Niederlage, sondern von mehr Verständnis. Auch wenn ein Gespräch emotional sein kann, bleibt eine Grundhaltung von Respekt erhalten. Das Paar versucht zu erklären, statt zu verletzen. Ein gutes Zei-



chen ist, wenn beide danach mehr über die Bedürfnisse des/der anderen wissen als vorher. Distanz entsteht meist dort, wo Vorwürfe, Abwertung oder Rückzug dominieren. Nähe entsteht dort, wo zwei Menschen trotz Unterschiedlichkeit neugierig aufeinander bleiben.

**Was hilft Paaren, diese Veränderungen nicht als Verlust, sondern als gemeinsamen Wachstumsprozess zu verstehen?**

› **Toni Fiung:** Eine Paarbeziehung nach der Geburt eines Kindes ist nicht schlechter, sie ist anders. Wenn Paare diese Veränderung als Entwicklung begreifen, entsteht Raum für neue Formen von Nähe, Vertrauen und Verbundenheit. Statt zu versuchen, zur alten Beziehung zurückzukehren, können sie fragen: Wer sind wir jetzt und wie wollen wir miteinander wachsen? In dieser Perspektive wird Veränderung nicht zur Bedrohung, sondern zu einem gemeinsamen Weg.

Am 14./15. November 2026 mit Arnold Metznitzner

# Die Veredelung der Zeit

## 4. Forum Spiritualität

Zwischen Terminen, Erwartungen und Beschleunigung wächst bei vielen Menschen die Sehnsucht nach einer anderen Qualität von Zeit und nach tragenden Momenten. Beim Forum Spiritualität am 14./15. November 2026 richtet sich der Blick auf eine andere Dimension: auf Zeit als Erfahrungsraum und als Möglichkeit der Vertiefung. Der Theologe, Psychotherapeut und Publizist Arnold Metznitzner aus Wien ist Hauptreferent, Menschen aus Südtirol berichten aus der Praxis und leiten Workshops.

**Sie bewegen sich mit Ihren beiden letzten Buchtiteln zwischen Älterwerden und Kindsein. Welche innere Spannung oder Ergänzung entdecken Sie selbst in dieser Polarität?**

➤ **Arnold Metznitzner:** Die beiden Buchtitel markieren die beiden Seiten einer Medaille. Wie die Begeisterung der Jugend das Salz der Gesellschaft sein mag, bleibt die Weisheit des Alters ihr Pfeffer. Beide Seiten schöpfen aus dem Blick auf die andere Seite ihre Daseinsberechtigung: Jüngere nehmen so ihre Zukunft in den Blick und Ältere ihre Herkunft. Das eine gegen das andere auszuspielen wäre billig, beides nicht aus dem Blick zu verlieren, klug.

**Wie können Menschen ihre Zeit veredeln?**

➤ **Arnold Metznitzner:** Nur die Zeit, die wir uns nehmen, können wir auch als erfüllte Zeit erleben. Wer aber meint, die Zeit dafür nicht zu haben, darf sich nicht wundern, dass er nicht finden kann, wonach er in der Tiefe seiner Seele Sehnsucht hat. Wer sich dann einfach nimmt, was er kriegen kann, muss schmerzlich feststellen, dass das Befriedigen seiner Bedürfnisse alles andere als veredelte Zeit bedeutet.

**Welche Qualitäten des Kindseins brauchen Erwachsene heute besonders, um in einer komplexen Welt seelisch beweglich zu bleiben?**

➤ **Arnold Metznitzner:** „Kindsein“ nennen wir

den unerschöpflichen Reichtum von Neugier und Begeisterung in jedem Menschen jeglichen Alters. Damit lässt sich alles beschreiben, was wir für ein gelungenes Leben bis ins hohe Alter brauchen: Im Augenblick zu leben, die Dinge beim Namen zu nennen und der Welt mit Entdeckergeist zu begegnen. Diese Haltung macht erfinderisch und motiviert, immer wieder einmal radikal aus der Reihe zu tanzen und so aus den Gewohnheiten eines langweilig gewordenen Alltags auszubrechen. Wer sich die Begeisterungsfähigkeit der Kinder bis ins hohe Alter bewahrt, muss staunen über den Zauber, den das Leben auch für ihn bereithält.

**Welche Rolle spielt Spiritualität dabei?**

➤ **Arnold Metznitzner:** Spiritualität meint im tiefsten und besten Sinn des Wortes – zunächst einmal „nur“ die „hörbar gemachte Atmung“ eines Menschen, seinen „spirit“, mit dem er als lebendiger, also atmender Mensch etwas von dem, was in seinem Innersten vor sich geht, mit anderen teilt. Deshalb verstehe ich Spiritualität als „Lebenskunst“, die Menschen zu berühren weiß und dabei und dadurch daran erinnert, dass es hinter dem Alltäglichen noch etwas zu suchen und zu entdecken gibt,

das zu finden sich lohnt. Erst wenn wir dabei in das Magnetfeld des Übersprachlichen geraten und deshalb nicht mehr in der Lage sind, mit Worten zu beschreiben, was in uns vor sich geht, sind wir in die Nähe dessen gekommen, wo unser Leben das Geheimnis seiner Drehbarkeit hat. Das Stille-Werden und mit offenem Mund-Staunen-Müssen erweist sich dabei geradezu als „Lackmustest“ aller Spiritualität, als die Kunst, dem Ewigen entgegenzuschweigen, wie das Rainer Maria Rilke in einem seiner Gedichte beschreibt:

*Das ist die Sehnsucht: wohnen im Gewoge und keine Heimat haben in der Zeit. Und das sind Wünsche: leise Dialoge täglicher Stunden mit der Ewigkeit.*

*Und das ist Leben. Bis aus einem Gestern die einsamste von allen Stunden steigt, die, anders lächelnd als die andern Schwestern, dem Ewigen entgegenschweigt.*

Rainer Maria Rilke, Die Gedichte, Insel Verlag, Frankfurt am Main und Leipzig 2006, Seite 160

**Arnold Metznitzner**, Theologe, Psychotherapeut und Publizist. 1978 Priesterweihe in Rom, danach Kaplan in Spittal an der Drau, Diözesanjugendseelsorger und Leiter des Bildungshauses St. Georgen am Längsee, dann neun Jahre lang Seelsorger. 2003 beendete er seinen kirchlichen Dienst. Ausbildung zum Psychotherapeuten (Individualpsychologie) und seit 1996 Psychotherapeut in freier Praxis in Wien. Freier Mitarbeiter im ORF. Autor zahlreicher Bücher zu Fragen von Lebensqualität und seelischer Gesundheit.



# Von Jenesien über Lichtenstern zu Rosa

## Dominique Thurner verabschiedet sich aus dem Haus der Familie

Die Begegnung mit Menschen macht die Arbeit im Haus der Familie besonders. Auf der Tagesordnung einer Bildungsreferentin stehen täglich Gespräche mit Familien, Referierenden, Kindern, Gästen und Arbeitskolleg:innen. Dominique Thurner hat diesen Ort seit 2017 durch ihre Tätigkeit mitgeprägt.

Jetzt beginnt für sie ein neuer Abschnitt. Seit der Geburt ihrer Tochter Rosa im vergangenen Sommer steht die Familie im Mittelpunkt ihres Alltags. Dominique Thurner blickt auf acht Jahre Bildungsarbeit zurück und erzählt von Entwicklung, Begegnungen und von einem Haus, das vom Austausch zwischen Menschen lebt.



**Dominique Thurner** wuchs in Jenesien auf. Nach der Handelsschule studierte sie Erziehungswissenschaften in Innsbruck. Im März 2017 begann sie ihre Tätigkeit als Bildungsreferentin im Haus der Familie. Über acht Jahre hinweg entwickelte und betreute sie Bildungsangebote für junge Menschen, Familien und Erwachsene. Seit der Geburt ihrer Tochter Rosa im Juni 2025 widmet sie sich vor allem dem Leben mit ihrer Familie.



Wie bist du zum Haus der Familie gekommen?

> **Dominique Thurner:** Ich habe das Haus schon als Jugendliche kennengelernt, war einmal im Sommer dort. Während meines Studiums in Innsbruck war ich dann immer wieder als Betreuerin bei verschiedenen Veranstaltungen im Einsatz. Als sich gegen Ende meines Studiums die Frage stellte, wie es weitergeht, wurde ich gefragt, ob ich mir vorstellen könne, als Bildungsreferentin zu arbeiten. Ich habe mich geehrt gefühlt und unglaublich gefreut.

Wie hat sich die Bildungsarbeit während deiner acht Jahre entwickelt?

> **Dominique Thurner:** Die Angebote sind vielfältiger und auch spezifischer geworden. In den vergangenen Jahren haben wir stärker darauf geachtet, unterschiedliche Gruppen, Interessen und Themen gezielt anzusprechen. Besonders für Familien, unsere wichtigste Zielgruppe, sind viele neue Angebote entstanden.

Was hast du an deiner Arbeit besonders geschätzt?

> **Dominique Thurner:** Der Austausch mit Menschen war für mich immer ein

zentraler Teil dieser Arbeit: mit Referierenden, Teilnehmenden und mit Gästen, die einfach vorbeigekommen sind. Gleichzeitig bringt diese Arbeit eine große Abwechslung mit sich. Es gibt intensive Gespräche und Begegnungen, dann wieder konzentriertes Arbeiten im Büro, das Planen und Ausarbeiten von Programmen, und die Zusammenarbeit im Team. Dazu kommt die Begleitung der Sommerteams, von Heimweggesprächen bis zu Abenden am Lagerfeuer, und am nächsten Tag wieder die Begrüßung einer großen Gastgruppe. Diese Vielfalt bringt nicht jeder Beruf mit sich.

Wie hast du die Zusammenarbeit im Team erlebt?

> **Dominique Thurner:** Der Umgang war immer sehr respektvoll und wertschätzend. Jede:r wurde als Mensch gesehen, es gab echtes Interesse füreinander.

Was macht für dich das Haus der Familie im Kern aus?

> **Dominique Thurner:** Der Zusammenhalt im Team. Auch wenn nicht immer alles reibungslos läuft und es manchmal „menschelt“, trägt dieser Zusammenhalt durch vieles. Ich bin überzeugt, dass die Gäste das spüren. So entsteht eine Atmosphäre, in der sich alle willkommen fühlen.

Was hast du persönlich am liebsten gestaltet?

> **Dominique Thurner:** Die Programmplanung hat mir besonders gefallen, zu überle-

gen, welche Themen an welchen Terminen noch Platz finden könnten, wo ein Kurs gut hinpasst, was gefragt ist und was Familien gerade brauchen. Am Wochenende war es schön zu sehen, wie die Puzzlestücke dieser Planung lebendig werden.

Im Haus der Familie werden auch gesellschaftliche Fragen rund um Familie diskutiert. Was ist dir heute besonders wichtig geworden, auch mit Blick auf deine Tochter Rosa?

> **Dominique Thurner:** Familien versuchen ihr Bestes zu geben. Eltern informieren sich, suchen Orientierung und vertrauen gleichzeitig auf ihr Gefühl. Gerade deshalb ist jeglicher Austausch so wichtig. Dabei werden Erfahrungen geteilt, Fragen gestellt und Themen gemeinsam weitergedacht. Es geht nicht nur darum, voneinander zu lernen. Es geht auch darum, Dinge anzusprechen, sie zu diskutieren, neu zu betrachten oder auch einmal bewusst anders zu sehen.

## DANK E

Wir, das HDF-Team, danken Dominique Thurner für ihren Einsatz, ihre Entwicklungskraft in der Bildungsarbeit, ihren offenen Zugang zu Menschen und ihr feines Gespür für Themen, die Familien bewegen.

Genieß deine Zeit mit Rosa und Werner, liebe Dominique. Wir freuen uns über jede Begegnung mit dir.

# 02



ANMELDUNGEN AB  
**03.06.26**  
09:00 UHR



FAMILIE UND  
ERZIEHUNG

16-38

**Startbereit für Kindergarten- und Schuljahr**

02.09. – 05.09.

NEW

Mütter/Väter, Eltern mit Kindern von 3 bis 8 Jahren  
An diesen Tagen bereiten wir uns auf das neue Kindergarten- und Schuljahr vor. In gemeinsamen und getrennten Einheiten erhalten wir praktische Inputs, um den neuen Herausforderungen gelassener zu begegnen.

Elke Albertini – Kommunikationstrainerin, langjährige Referentin  
Zeit: Mi. 02.09.26, 10:00 Uhr – Sa. 05.09.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 145 € pro Familie \*Normalpreis

**An die Bögen, fertig, los!**

04.09. – 06.09.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern und Jugendlichen ab 10 Jahren  
An diesem Wochenende bauen wir unseren eigenen Langbogen aus Holz und fertigen drei verschiedene Pfeile und einen Köcher an. Dazu lernen wir Grundkenntnisse des Bogenschießens kennen.

Eduardo Rolandelli – Instrumentenbauer, Tischler, Musiker  
Zeit: Fr. 04.09.26, 16:00 Uhr – So. 06.09.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Cajon bauen und gemeinsam spielen**A 04.09. – 05.09.  
B 05.09. – 06.09.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 9 Jahren  
Wir bauen eine Cajon aus hochwertigem Holz und bemalen das Instrument mit Acrylfarben. Anschließend lernen wir, auf der Cajon Rhythmen aus aller Welt zu spielen.

Alex Christopher – Multipercussionist, Kulturanthropologe, Rhythmuspädagoge  
A Zeit: Fr. 04.09.26, 16:00 Uhr – Sa. 05.09.26, 15:00 Uhr  
B Zeit: Sa. 05.09.26, 16:00 Uhr – So. 06.09.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Die Nacht des Feuers**

05.09. – 06.09.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 7 Jahren  
Diese Tage sind für mutige Erwachsene, Kinder und Jugendliche, die das Feuer spüren, selbst gestalten, Grenzen überschreiten und mit funkeln- den Augen die Nacht zum Tag verwandeln wollen.

Reinhard Demetz – Theologe, Erwachsenenbildner, Zirkuspädagoge  
Brigitte Hofmann – Erzieherin, Erwachsenenbildnerin, Zirkuspädagogin  
Zeit: Sa. 05.09.26, 10:00 Uhr – So. 06.09.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Märchen-Wander- Wochenende für Familien**

05.09. – 06.09.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 5 Jahren  
An diesem Wochenende packen wir unseren Rucksack für leichte Wanderungen durch die Natur – mit Sonne, Märchen und viel Freude. Den Abend erleben wir bei Feuer, Rauch und Geschichten unter dem Sternenhimmel. So entstehen Erinnerungen, die uns durch die kommenden Jahreszeiten tragen.

Helene Leitgeb – Bildungsreferentin, Erzählerin, Pädagogin, Biographiearbeit, Schreibpädagogin i. A.  
Zeit: Sa. 05.09.26, 15:00 Uhr – So. 06.09.26, 15:30 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Wilde Familienzeit**

18.09. – 20.09.

**Familien mit Kindern ab 6 Jahren**

Ganz nah an der Natur werden wir in diesen Tagen unsere Sinne schärfen, altes Handwerk wiederentdecken, Waldapotheeken kennenlernen, am Lagerfeuer Geschichten erzählen, Lieder singen und über offenem Feuer kochen.

Verena Ladstätter – Montessori- und Wildnispädagogin  
Evelyne Maria Piergentili – Wildnis- und Lebenspädagogin, Healing Dancer  
Zeit: Fr. 18.09.26, 16:00 Uhr – So. 20.09.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Begeistert durch die Welt der Brettspiele**

18.09. – 19.09.

Spielfreudige Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 12 Jahren, Interessierte  
An diesem Wochenende lernen wir aktuelle Brettspiele für Jugendliche und Erwachsene kennen. Erklärt und angeleitet werden sie von begeisterten Spieler:innen. Beim Spielen entdecken wir neue Ideen, tüfteln an Strategien und erleben verbindende Stunden.

Team vom Spielverein dinx  
Zeit: Fr. 18.09.26, 16:00 Uhr – Sa. 19.09.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Abenteuer- wochenende**A 18.09. – 19.09.  
B 23.01. – 24.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 6 Jahren  
Warm gekleidet und voll motiviert trotzen wir der Kälte und nutzen den Winter. Bei gemeinsamen Spielen, Übungen und spannenden Aktionen in der Natur entdecken wir uns neu und überwinden Grenzen.

Georg Pardeller – Freiberuflicher Trainer und Referent für erlebnisorientiertes Lernen  
A Zeit: Fr. 18.09.26, 16:00 Uhr – Sa. 19.09.26, 16:00 Uhr  
B Zeit: Sa. 23.01.27, 16:00 Uhr – So. 24.01.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Koffer packen – gemeinsam mit Bilderbüchern auf Reisen gehen**

25.09. – 26.09.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 7 Jahren  
Im Zentrum stehen kreative Methoden, um Bücher zum Leben zu erwecken. Mit den Kindern reisen wir spielerisch in unbekannte Welten. Bitte unbedingt das Lieblingsbilderbuch einpacken!

Elisabeth Von Leon – Dozentin für Kinderliteratur an der Freien Universität Bozen  
Zeit: 25.09.26, 15:00 Uhr – Sa. 26.09.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Familienauszeit**A 25.09. – 27.09.  
B 09.02. – 11.02.

Väter/Mütter mit Kindern im Autismus-Spektrum (und Geschwisterkinder)  
Gemeinsam erkunden wir das Haus der Familie und lernen seine Umgebung kennen, entdecken neue Erlebnissräume, bewegen uns neugierig, spielerisch, kreativ und viel in der Natur.

Ulrike Alber – Sozial- und Erlebnispädagogin, Systemischer Coach  
A Zeit: Fr. 25.09.26, 16:00 Uhr – So. 27.09.26, 15:00 Uhr  
B Zeit: Di. 09.02.27, 16:00 Uhr – Do. 11.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Hurra,  
der Herbst ist da!**

25.09. – 27.09.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 7 Jahren  
Die buntgefärbten Bäume kündigt den an. Gemeinsam mit anderen Familien machen wir uns auf Spurensuche und erleben ein Wochenende mit Spielen, Liedern, Geschichten und Basteleien.

Irene Dorigatti – Lehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit  
Petra Vettori – Lehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit  
Zeit: Fr. 25.09.26, 16:00 Uhr – So. 27.09.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Wieder einmal so  
richtig Zeit haben...  
für die Großen**

26.09. – 27.09.

Väter/Mütter mit Grundschulkindern  
Wir schenken Grundschulkindern und ihren Eltern wertvolle Zeit mit Spiel, Spaß und Kreativität. Verbunden mit Abenteuer und Entspannung tanken wir Kraft für unsere Beziehung und den Alltag.

Elke Albertini – Kommunikationstrainerin, langjährige Referentin  
Zeit: Sa. 26.09.26, 10:00 Uhr – So. 27.09.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Natur-Herbst**

26.09. – 27.09.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben  
Wir arbeiten mit den unterschiedlichen Naturmaterialien, entdecken deren bunte Palette und basteln daraus unsere eigenen Kunstwerke.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse  
Zeit: Sa. 26.09.26, 16:00 Uhr – So. 27.09.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20€ Materialspsen pro Person)

**Auszeit für Mama mit  
Kind**

28.09. – 02.10.

Mütter mit Kleinkindern im Alter von 1-3 Jahren  
Mamas und Kinder tanken in schönen Momenten Kraft. In getrennten Einheiten spielen, basteln und toben die Kinder, während die Mütter Zeit für ihre Themen haben.

Julia Luna Cappelletto – Hebamme, Stillberaterin, prä- und postnatale Trainerin  
Zeit: Mo. 28.09.26, 16:00 Uhr – Fr. 02.10.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 145 € pro Familie \*Normalpreis

**Pat:in und Patenkind –  
Ein unschlagbares  
Team**

02.10. – 03.10.

Pat:innen mit Patenkindern ab 6 Jahren  
Gemeinsam spielen, singen, tanzen, plaudern und lachen wir. Wir lernen neue Seiten aneinander kennen, während wir ein unvergessliches Wochenende verbringen.

Eva Klotzner – Erfahrung in der Referententätigkeit  
Zeit: Fr. 02.10.26, 15:00 Uhr – Sa. 03.10.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 110 € pro Person mit Patenkind  
30 € für ein weiteres Patenkind

**Bunt, frisch,  
lecker: Jetzt wird  
geschlemmt**

02.10. – 03.10.

Familien, Väter/Mütter, Paten/Patinnen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern und Jugendlichen von 8 bis 12 Jahren  
Wir schnippeln, rühren, würzen und probieren uns durch das, was Garten, Feld und Wiese uns gerade schenken. Groß und Klein kochen gemeinsam und entdecken Gerichte aus aller Welt.

Hildegard Kreiter – Kräuterexpertin, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Gedächtnistrainerin  
Zeit: Fr. 02.10.26, 15:00 Uhr – Sa. 03.10.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

NEW

**Bildungstage für  
Pflegeeltern**

03.10. – 04.10.

**Pflegeeltern**

Pflegeeltern werden oft mit schwierigen Verhaltensweisen ihrer Kinder konfrontiert. Die Weiterbildung unterstützt sie dabei, sicher und respektvoll Grenzen zu setzen, Herausforderungen zu meistern und wertschätzende Beziehungen aufzubauen.

Zeit: Sa. 03.10.26, 09:00 Uhr – So. 04.10.26, 17:00 Uhr  
Kurs: Kostenlos (Anmeldung erforderlich)

**Giornate formative  
per famiglie  
affidatarie**

03.10. – 04.10.



Famiglie affidatarie con affidi in corso o che si stanno preparando ad accogliere un minore  
Alle famiglie viene proposto un percorso formativo che ha lo scopo di accrescere la loro competenza e, nello stesso tempo, di valutare la loro intenzione.

Orario: sab. 03.10.26, ore 09:00 – dom. 04.10.26, ore 17:00  
Quota d'iscrizione: nessuna (iscrizione obbligatoria)

**Musikalische kleine  
Kinder**

03.10. – 04.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 5 Jahren  
Musik und Bewegung verbinden Familien und bereichern unseren Alltag. Gemeinsam und mit allen Sinnen lernen wir neue Lieder, Rhythmen und Musikinstrumente kennen.

Katharina Schwärzer – Musik- und Bewegungspädagogin, Performerin, Musikerin  
Magdalena Schwärzer – Klavierlehrerin  
Zeit: Sa. 03.10.26, 09:30 Uhr – So. 04.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Ein Tag mit dem Hl.  
Franziskus**

03.10.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Tanten/Onkel, Großeltern mit Kindergarten- und Grundschulkindern  
Die Botschaft des Hl. Franz von Assisi ist sehr aktuell: Schaut auf die Natur! An diesem Tag entdecken wir die Natur auf spielerische Weise, basteln, singen und hören Geschichten zu Pflanzen, Tieren und Elementen.

Lisa Huber – Theologin, Religionspädagogin  
Zeit: Sa. 03.10.26, 10:00 Uhr – 18:00 Uhr  
Kurs: 95 € pro Familie \*Normalpreis

**Was ist hier passiert?**

03.10. – 04.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 7 Jahren  
Wir machen uns auf die Suche nach Spuren und Rätseln im Wald. Dabei entdecken wir geheime Gewohnheiten der Tiere, die dort wohnen. Es wird geforscht, gestaltet und gespielt.

Barbara Natter – Künstlerin, Pädagogin  
Benjamin Kostner – Wildtierökologe  
Zeit: Sa. 03.10.26, 16:00 Uhr – So. 04.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Die Zyklusshow – Mutter und Tochter Edition**

04.10.

NEW

Mütter mit Töchtern im Alter von 10 bis 12 Jahren  
Die Zyklusshow ist ein einzigartiger und spannender Workshop – hier speziell als gemeinsames Erlebnis für Mütter und Töchter gestaltet. Zusammen öffnen wir ein Fenster in die faszinierende Welt des weiblichen Körpers und der Menstruation.

Christa Plank – Religions- und Sexualpädagogin, Ganzheitliche Entspannungstrainerin  
Zeit: So. 04.10.26, 10:00 Uhr – 16:00 Uhr  
Kurs: 80 € pro Familie

**Verzaubert und verspielt**

A 08.10. – 09.10.  
B 09.10. – 10.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern bis zu 8 Jahren  
Gemeinsam zaubern lernen macht Spaß und öffnet neue Welten. Wir faszinieren uns am Zaubern, basteln Kunstwerke, führen sie vor und bauen einen Zoo aus Luftballontieren.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität  
Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
A Zeit: Do. 08.10.26, 15:00 Uhr – Fr. 09.10.26, 15:00 Uhr  
B Zeit: Fr. 09.10.26, 15:30 Uhr – Sa. 10.10.26, 15:30 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie

**FamilyAkademie**

10.10. – 11.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 6 Jahren  
Die FamilyAkademie lädt Familien ein, in interaktiven Workshops mit Medien zu experimentieren und kreative Wege im Umgang mit Medien zu entdecken.

Danilo Dietsch – Computer- und Medienpädagoge  
Sabina Schneider – Medienpädagogin  
Zeit: Sa. 10.10.26, 10:00 Uhr – So. 11.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Vom Umgang mit starken Gefühlen – Angst und Aggression**

10.10. – 11.10.



Väter/Mütter, Erzieher:innen, Lehrer:innen, Interessierte  
Es geht um die Gefühlswelt von Kindergartenkindern. Im Mittelpunkt stehen unterschiedliche alltagspraktische Tipps und Fallbeispiele.

Jan-Uwe Rogge – Doktor der Verhaltens- und Sozialwissenschaften, Familien- und Kommunikationsberater  
Zeit: Sa. 10.10.26, 14:30 Uhr – So. 11.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 90 € pro Person  
135 € pro Paar

**Bastelspaß mit Holz und Naturmaterialien**

10.10. – 11.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben  
Wir arbeiten mit Holzstämmen und Holzscheiben, basteln Figuren wie Rentiere, Wichtel, Eulen, Füchse und Eichhörnchen für den Herbst und für Weihnachten. Aus Sperrplatten sägen wir selbst entworfene Figuren.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse  
Zeit: Sa. 10.10.26, 16:00 Uhr – So. 11.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20€ Materialspeisen pro Person)

**Neues aus der Zauberkiste**

10.10. – 11.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren

Für alle, die das Zaubern lernen oder ihren bestehenden Zauberkasten erweitern wollen: Wir lassen eine Münze durch den Körper wandern, restaurieren eine zerbissene Karte und zaubern Dromedare schwindlig.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität

Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
Zeit: Sa. 10.10.26, 16:00 Uhr – So. 11.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Wieder einmal so richtig Zeit haben**

A 11.10. – 16.10.

B 14.02. – 19.02.

Mütter mit Kleinkindern bis 6 Jahren

Wir nehmen uns Zeit für unsere Kinder und uns selbst. Wir spielen, basteln, singen und tanzen gemeinsam mit den Kindern und genießen die Natur. Beim Gespräch mit anderen Frauen tauschen wir Erfahrungen aus.

Elke Albertini – Kommunikationstrainerin, langjährige Referentin

A Zeit: So. 11.10.26, 16:00 Uhr – Fr. 16.10.26, 15:00 Uhr  
B Zeit: So. 14.02.27, 16:00 Uhr – Fr. 19.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 145 € pro Familie \*Normalpreis

**Im Farbenrausch**

16.10. – 17.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Gemeinsam reisen wir durch die Welt der Farben. Wir experimentieren mit unseren Kindern auf vielfältige Weise und entdecken die Farben mit allen Sinnen. Das spielerische Tun macht Freude und bringt sichtbare Ergebnisse.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität

Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
Zeit: Fr. 16.10.26, 15:00 Uhr – Sa. 17.10.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Mein Kind bringt mich auf die Palme ... und wie kommen wir wieder runter?**

16.10. – 17.10.

Eltern, Väter/Mütter mit Kindern ab 8 Jahren

Konflikte sind Bestandteil jeder zwischenmenschlichen Beziehung. Im Seminar geht es nicht darum, den Konflikt an sich zu beseitigen, sondern ihn kennenzulernen und gemeinsam konstruktiv zu bewältigen.

Katharina Swoboda – FamilienTeam®-Trainerin, Kursleiterin Entspannung nach ganzheitlicher Methode  
Deborah Visintainer – Systemische Beraterin, Familienmediatorin  
Zeit: Fr. 16.10.26, 15:00 Uhr – Sa. 17.10.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Schule ohne Stress für Grundschüler:innen**

A 16.10. – 18.10.

B 29.01. – 31.01.

Väter/Mütter mit Grundschulkindern

Lernschwierigkeiten, Konzentrationsprobleme oder Demotivation sind kindliche Botschaften an die Eltern. Die Evolutionspädagogik hilft, die Sprache der Kinder zu verstehen und blockierte Vernetzungen im Gehirn zu aktivieren und zu stärken.

Doris Kruselburger – Grundschullehrerin, Evolutionspädagogin®, Lernberaterin

Thomas Vonmetz – Evolutionspädagoge®  
A Zeit: Fr. 16.10.26, 16:00 Uhr – So. 18.10.26, 15:00 Uhr  
B Zeit: Fr. 29.01.27, 16:00 Uhr – So. 31.01.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Klapper-Klaus und Rassel-Rosi**

17.10. – 18.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 4 Jahren

Wir stellen Rhythmusinstrumente aus verschiedenen Materialien her und lassen damit das Kinder-musical „Ritter Rost und das Gespenst“ erklingen. Kinder kleiden dabei ihre Gefühle in Musik und schlüpfen in die Rollen anderer Figuren.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität

Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität

Zeit: Sa. 17.10.26, 15:30 Uhr – So. 18.10.26, 15:30 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Mein Pate/Meine Patin und ich**

18.10.

Pat:innen und ihre Patenkinder von der 2. bis zur 5. Klasse Grundschule

Pat:in und Patenkind haben Zeit zum Nachdenken, Ratschen, Spielen, Basteln und Möglichkeiten zum Vertiefen ihrer Beziehung. Gemeinsam füllen wir den Tag mit wertvollen Momenten.

Gaby Rainer – Religionslehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit

Zeit: So. 18.10.26, 09:30 Uhr – 17:00 Uhr

Kurs: 80 € pro Person mit Patenkind

30 € für ein weiteres Patenkind

**Kreative kleine Kinder**

18.10. – 19.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Wenn Kinder den eigenen Impulsen und Ideen folgen dürfen, erleben sie in ihrem künstlerischen Tun Freiräume. Nicht das Herstellen von Produkten steht im Vordergrund, sondern experimentelle Techniken mit kindgerechten Materialien.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität

Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität

Zeit: So. 18.10.26, 16:00 Uhr – Mo. 19.10.26, 16:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Tipp Tipp Tapp**

21.10. – 22.10.

NEW

Väter/Mütter mit Kinder von 1,5 bis 4 Jahren

Wir singen, tanzen, klopfen Rhythmen und entdecken gemeinsam die Freude an Musik und Bewegung. Mit Farben und Stiften erkunden wir drinnen und draußen spielerisch Formen, Linien und ihre Schönheit.

Martina Thanei – Referentin im Bereich „Ästhetische Bildung“, Kreativtrainerin

Martina Wienchol – Musiklehrerin, Musikerin

Zeit: Mi. 21.10.26, 15:00 Uhr – Do. 22.10.26, 15:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Wieso, Weshalb, Warum? Wer nicht fragt, bleibt dumm.**

A 22.10. – 23.10.

B 23.10. – 24.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern bis 8 Jahren

Gemeinsam gehen wir Naturgesetzen auf den Grund und lernen beim Ausprobieren voneinander und miteinander. Wir spielen mit Licht, Luft, Farben und Tönen, experimentieren, forschen und basteln mit vielen Alltagsgegenständen.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität

Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität

A Zeit: Do. 22.10.26, 15:00 Uhr – Fr. 23.10.26, 15:00 Uhr

B Zeit: Fr. 23.10.26, 15:30 Uhr – Sa. 24.10.26, 15:30 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Ein Malabenteuer**

23.10. – 24.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 6 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben

Wir arbeiten mit verschiedenen Bastelfarben, Aquarellfarben, Stofffarben und Seidenmalfarben. Wir nutzen unterschiedliche Stifte und probieren vielfältige Drucktechniken aus, gestalten Kissen, Keilrahmen, Rucksäcke und Einbände für Hefte aus Papier.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Donatella Peli – Aquarell-Künstlerin

Zeit: Fr. 23.10.26, 15:00 Uhr – Sa. 24.10.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20€ Materialspesen pro Person)**Zirkuswochenende für Familien**

23.10. – 25.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 7 Jahren

Gemeinsam mit anderen Familien schnuppern wir Zirkusluft. Wir trainieren Gleichgewicht, Koordination, Konzentration, räumliches Vorstellungsvermögen, Reaktion und stärken dabei die Muskulatur.

Hannah Grüner – Zirkuspädagogin

Claudia Ingrid Bellasi – Zirkuspädagogin

Zeit: Fr. 23.10.26, 16:00 Uhr – So. 25.10.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Ein Starkes Team: Ein Wochenende für Mütter und Söhne!**

24.10. – 25.10.

NEW

Mütter mit ihren Söhnen von 12 bis 14 Jahren

Während sich die Söhne auf eine kleine Abenteuerreise begeben, haben die Mütter Raum für Austausch und Begegnung. Zwischendurch kommen alle wieder zusammen: Wir teilen Geschichten, erzählen von unseren Erlebnissen und genießen die gemeinsame Zeit.

Lydia Grossgasteiger – Sozialpädagogin, Counsellor Professional im Gestaltansatz

Alexander Dangl – Wildnis- und Sexualpädagoge, Visionssucheleiter

Zeit: Sa. 24.10.26, 10:00 Uhr – So. 25.10.26, 16:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Acrylmalerei für die ganze Familie**

24.10. – 25.10.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 10 Jahren im Zweierpack  
Dieser Kurs bietet einen idealen Einstieg in die faszinierende Welt der Acrylmalerei. Wir lernen grundlegende Techniken und theoretische Grundlagen kennen. Es wird mit Acrylfarben, Pinseln und Spachteln sowie mit verschiedenen Materialien wie Strukturpasten, Sand, Metallfolie und dekorativen Elementen gearbeitet.Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse

Zeit: Sa. 24.10.26, 16:00 Uhr – So. 25.10.26, 16:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20€ Materialspesen pro Person)

**Simsalabim,  
da steckt noch mehr  
Zauber drin**  
24.10. – 25.10.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren  
Dieser Kurs richtet sich an alle, die zaubern lernen oder neue Tricks einüben möchten. Zaubern begeistert, macht Spaß, fördert Kreativität und regt die Fantasie an.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität  
Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
Zeit: Sa. 24.10.26, 16:00 Uhr – So. 25.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie **\*Normalpreis**

**Mit den Augen  
der Kinder**  
30.10. – 31.10.



Väter/Mütter, Erzieher:innen, Lehrer:innen, Interessierte  
Für Selbstvertrauen braucht es die richtige Kommunikation, aber auch das Verständnis für bestimmte Verhaltensweisen der Kinder. Es ist wichtig, sie nicht durch falsche Botschaften zu blockieren, sondern Kindern durch richtiges Zuhören das Gefühl zu geben, dass sie ernst genommen werden.

Elke Albertini – Kommunikationstrainerin, langjährige Referentin  
Zeit: Fr. 30.10.26, 16:00 Uhr – Sa. 31.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 90 € pro Person  
135 € pro Paar

**Wieder einmal so  
richtig Zeit haben...  
für alle**  
05.11. – 08.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern  
Unabhängig davon, ob Groß oder Klein, ob Jung oder Alt: Mit Spiel, Spaß, Besinnlichem und Lagerfeuer schenken wir euch und uns gemeinsame Familienmomente.

Elke Albertini – Kommunikationstrainerin, langjährige Referentin  
Zeit: Do. 05.11.26, 16:00 Uhr – So. 08.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 135 € pro Familie **\*Normalpreis**

**Mutter-Tochter Zeit**  
05.11. – 07.11.

Mütter mit Töchtern von 9 bis 12 Jahren  
Deine Kleine wird bald zur Großen, wenn sie ihre Menarche, die erste Regelblutung, bekommt. Damit dieser Moment ein besonderer wird, bereiten wir uns gemeinsam darauf vor.

Maria Reiterer – Sozialpädagogin, Sexualpädagogin  
Simone Lechner – Sozialpädagogin, Menstruality Mentorin  
Zeit: Do. 05.11.26, 16:00 Uhr – Sa. 07.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie **\*Normalpreis**

**Kreativwochenende**  
06.11. – 08.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 8 bis 12 Jahren im Zweierpack  
Kinder und Erwachsene entdecken gemeinsam Kreativität: Kinder basteln Instrumente, erproben Musik und Landart, Erwachsene lernen neue Techniken kennen. Zusammen entstehen Gemälde, Holzfiguren und weitere Kunstwerke.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Stefanie Mumelter – Erlebnispädagogin, Outdoor Guide, Musik- und Bewegungspädagogin i. A.  
Zeit: Fr. 06.11.26, 16:00 Uhr – So. 08.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie **\*Normalpreis**  
(zzgl. 35€ Materialspeisen pro Person)

**Kleine Hände – große  
Kunst**  
A 12.11. – 13.11.  
B 13.11. – 14.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren  
Kreativität und Kunst bei Kindern haben nicht primär mit dem Vermitteln von Techniken zu tun, sondern mit dem Schaffen von Gelegenheiten für Erproben, Entdecken, Erkunden und Spielen. Diese Gelegenheiten gestalten wir mit verschiedenen Maltechniken.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität  
Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
A Zeit: Do. 12.11.26, 15:00 Uhr – Fr. 13.11.26, 15:00 Uhr  
B Zeit: Fr. 13.11.26, 15:30 Uhr – Sa. 14.11.26, 15:30 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie **\*Normalpreis**

**Kreative  
Näherwerkstatt**  
13.11. – 14.11.

Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren im Zweierpack  
Aus alten Jeanshosen und Stoffresten entstehen Turnbeutel, Kissen oder Kosmetiktaschen. Bei Grundschulkindern sollte der/die Erwachsene eine Nähmaschine bedienen können. Der Kurs ist auch für Näh-Anfänger:innen passend.

Melanie Monika Perkmann – Schneidermeisterin, Designerin  
Zeit: Fr. 13.11.26, 16:00 Uhr – Sa. 14.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie **\*Normalpreis**

**Mama Selfcare**  
14.11.

Mütter  
Der Alltag mit Kindern ist vielfach geprägt von Geschrei, unterbrochenen Nächten und Widerstand. Welche Rolle dabei die Selbstfürsorge spielt und wie wir in Verbindung mit unseren Kindern bleiben, wird im Kurs erörtert.

Carolina Eheim – Spezialisierte Sozialassistentin, Basic Bonding Leiterin, Systemische Beraterin  
Zeit: Sa. 14.11.26, 09:00 Uhr – 16:30 Uhr  
Kurs: 110 € pro Person

**Ein Starkes Team:  
Ein Wochenende für  
Väter und Söhne!**  
14.11. – 15.11.

Väter mit ihren Söhnen von 12 bis 14 Jahren  
An diesem Wochenende gehen wir gemeinsam auf Spurensuche: Mann werden – Mann sein! Wir verbringen gemeinsame Zeit im Freien. Bei Feuer, mit Spaß, Coachings und einem Fest feiern wir die Einzigartigkeit jedem Einzelnen und dem Potenzial, das sich daraus ergibt.

Alexander Dangl – Wildnis- und Sexualpädagoge, Visionssucheleiter  
Tobias Thialer – Erlebnispädagoge und Naturprozessbegleiter  
Zeit: Sa. 14.11.26, 10:00 Uhr – So. 15.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie **\*Normalpreis**

**Geheimnisse der  
Zauberkunst**  
14.11. – 15.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren  
Wir werfen einen Blick hinter die Trickgeheimnisse von Zauberkunststücken. Diesen Kindheitstraum können wir uns gemeinsam erfüllen und neue, verblüffende Kunststücke für unsere Zauberkiste herstellen und erlernen.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität  
Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
Zeit: Sa. 14.11.26, 16:00 Uhr – So. 15.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie **\*Normalpreis**

**Advents-Atelier**

A 20.11. – 21.11.  
B 22.11. – 23.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 3 Jahren  
Wir stimmen uns auf die besinnliche Adventszeit ein. Begleitet von Adventsgeschichten und -liedern gestalten wir miteinander Dekorationen für unser Zuhause und kleine Geschenke für Weihnachten.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität  
Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
A Zeit: Fr. 20.11.26, 15:00 Uhr – Sa. 21.11.26, 15:00 Uhr  
B Zeit: So. 22.11.26, 16:00 Uhr – Mo. 23.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Vom Kindergartenkind zum Schulkind**

20.11. – 21.11.

Väter/Mütter mit Vorschulkindern  
Lernen ist ein langsames Aufrichten. Damit Kinder ihr Potenzial entfalten, brauchen sie sieben Sicherheiten. Die Evolutionspädagogik zeigt die Sprache der Kinder und aktiviert blockierte Gehirnverbindungen.\*

Doris Kruselburger – Grundschullehrerin, Evolutionspädagogin®, Lernberaterin  
Sabine Walter – Pädagogische Fachkraft im Kindergarten, Evolutionspädagogin®  
Zeit: Fr. 20.11.26, 16:00 Uhr – Sa. 21.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Bau einer Weihnachtskrippe**

20.11. – 22.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren  
Es ist ein besonderes Erlebnis, als Familie eine eigene Bauernkrippe zu bauen. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Stall, Brunnen, Feuerstelle, Zäune und Bäume entstehen im Austausch zwischen Eltern und Kindern.

Roland Fuchs – Hobbyhandwerker  
Zeit: Fr. 20.11.26, 16:00 Uhr – So. 22.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. Materialspesen)

**Weihnachts-Werkstatt**

21.11. – 22.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 6 Jahren  
Auf der Suche nach kreativen und wirkungsvollen Bastelideen für Weihnachten sind wir in dieser Weihnachts-Werkstatt genau richtig. Dort können wir bunte Christbaumkugeln verzieren, flauschige Engel basteln, effektvolle Weihnachtssterne gestalten und vieles mehr.

Nicole Ladurner – Erzieherin, Dozentin und Referentin für Zauberei und Kreativität  
Susanne Haug – Erzieherin, Referentin für Zauberei und Kreativität  
Zeit: Sa. 21.11.26, 15:30 Uhr – So. 22.11.26, 15:30 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Dekorative Winterzeit**

21.11. – 22.11.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 10 Jahren im Zweierpack  
In diesem Kurs entstehen edle Winterdekorationen aus Holz und Raysin. Wir gestalten Lichthäuser, Krippen, Adventskalender und verschiedenen Dekorationen für die Winter- und Weihnachtszeit. Dabei entstehen stilvolle Arrangements und feine Akzente für ein liebevoll dekoriertes Zuhause.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse  
Zeit: Sa. 21.11.26, 16:00 Uhr – So. 22.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20€ Materialspesen pro Person)

**Auf dem Weg zum Weihnachtslicht**

27.11. – 28.11.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Paten/Patinnen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern und Jugendlichen von 8 bis 12 Jahren  
Kleine Rituale, Geschichten und gemeinsam verbrachte Zeit helfen mit, uns auf eine ganz besondere Zeit einzustimmen. An diesem Wochenende winden wir unseren Adventskranz, singen, spielen und basteln und lassen aus der Küche die ersten köstlichen Düfte der Adventszeit aufsteigen.

Hildegard Kreiter – Kräuterexpertin, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Gedächtnistrainerin  
Zeit: Fr. 27.11.26, 15:00 Uhr – Sa. 28.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Originelle Adventskalender**

27.11. – 28.11.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 6 Jahren  
In entspannter Atmosphäre, mit Kreativität und Freude am Basteln, gestalten wir unseren eigenen Adventskalender, der das Warten auf die Weihnachtszeit verkürzt. Wir lassen uns dabei auch von den Naturmaterialien inspirieren, die wir im Lichtensterner Wald finden.

Luzia Berger – Natur- und Wildnis-Trainerin, Erfahrung im kreativen Bereich  
Zeit: Fr. 27.11.26, 16:00 Uhr – Sa. 28.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Singen und Musizieren im Advent**

28.11. – 29.11.

Einzelpersonen, Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern  
Eingeladen sind alle, die Freude am Singen und Spielen von alpenländischen Volksweisen haben. Dabei sind erfahrene Sänger:innen und Musikant:innen beim Einstudieren von neuen Stücken sowie beim Zusammenspiel behilflich.

Zeit: Sa. 28.11.26, 10:00 Uhr – So. 29.11.26, 12:30 Uhr  
Kurs: 40 € pro Erwachsene  
25 € pro Kind  
Kooperation mit: Südtiroler Volksmusikverein

**Wieder einmal so richtig Zeit haben ... Special**

29.11. – 04.12.

Väter/Mütter, Eltern mit Kleinkindern bis 6 Jahren  
Jetzt im Dezember erleben wir den Advent und bereiten uns besonders auf den Nikolaus vor. Gemeinsam spielen und basteln wir, und genießen die winterliche Natur von Lichtenstern und haben Zeit zum Ratschen.

Elke Albertini – Kommunikationstrainerin, langjährige Referentin  
Zeit: So. 29.11.26, 16:00 Uhr – Fr. 04.12.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 145 € pro Familie \*Normalpreis

**24h Sterne**

04.12. – 05.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 8 bis 12 Jahren

Wir kochen Kometen, starten eine Rakete und lernen das Sonnensystem kennen. Beim Basteln einer Sternenkarte erfahren wir, welche Sternbilder am Nachthimmel zu sehen sind. Mit Hilfe von Teleskopen beobachten wir Krater auf dem Mond.

David Gruber – Naturwissenschaftler, Direktor des Naturmuseums Südtirol

Zeit: Fr. 04.12.26, 15:00 Uhr – Sa. 05.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Weihnachtsglück**

04.12. – 06.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern

Gemeinsam stimmen wir uns auf die Weihnachtszeit ein. Wir genießen die wertvolle Familienzeit und entdecken dabei, was echtes Weihnachtsglück für uns bedeutet.

Michaela Moser – Achtsamkeitstrainerin, Kinderyogalehrerin, Farb- und Stilberaterin

Zeit: Fr. 04.12.26, 16:00 Uhr – So. 06.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Wir schenken uns Zeit**

04.12. – 05.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Grundschulkindern

Wir schenken uns als Familie ein entspannendes, verspieltes und verrücktes Wochenende und genießen die gemeinsamen Stunden. Danach starten wir mit mehr Energie und Kraft in die Weihnachtszeit.

Lukas Neumair – Management- und Pädagogikstudium, Abenteuer-Guide, Geschäftsführer Jugenddienst Dekanat Bruneck

Zeit: Fr. 04.12.26, 16:00 Uhr – Sa. 05.12.26, 16:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Weihnachtszeit ist Bastelzeit**

A 05.12. – 06.12.

B 07.12. – 08.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben

An diesen beiden Tagen basteln wir für Weihnachten Christbaumschmuck, Sterne, Holzengel, Karten, Fensterschmuck und Kerzen.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften

Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse

A Zeit: Sa. 05.12.26, 16:00 Uhr – So. 06.12.26, 16:00 Uhr

B Zeit: Mo. 07.12.26, 16:00 Uhr – Di. 08.12.26, 16:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

(zzgl. 20 € Materialspeisen pro Person)

**Mit Oma und Opa in Lichtenstern**

05.12. – 07.12.

Großeltern mit Kindern ab 4 Jahren

Wir verbringen ein buntes Wochenende mit unseren Enkelkindern und tauchen in spannende Abenteuer ein. Wir vergessen die Zeit, entdecken neue Seiten an uns und erleben Spiel, Spaß, Unterhaltung und Besinnliches.

Rosmarie Ressler – Erfahrung in der Referententätigkeit

Zeit: Sa. 05.12.26, 16:00 Uhr – Mo. 07.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Funkelnde, magische Weihnachtszeit**

06.12. – 08.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern

Wir nehmen uns als Familien eine vorweihnachtliche Auszeit, um miteinander ruhige und besinnliche Momente zu erleben. Schenken wir einander Zeit.

Melanie Kemenater – Sozialpädagogin, Systemische Beraterin

Zeit: So. 06.12.26, 16:00 Uhr – Di. 08.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Advent, Advent**

06.12. – 08.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 4 bis 7 Jahren

Gemeinsam lassen wir uns in diesen Tagen vom Zauber des Advents anstecken. Wir tauchen in ein abwechslungsreiches, buntes und besinnliches Wochenende ein und genießen die Zeit miteinander.

Irene Dorigatti – Lehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit

Zeit: So. 06.12.26, 16:00 Uhr – Di. 08.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Kleine Kostbarkeiten selbst gemacht**

11.12. – 12.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Grundschulkindern

Wir gestalten Perlen aus FIMO, stellen Kraftsteine aus Speckstein her und verarbeiten sie zu Schmuckstücken. Wir lernen die Nadelfilztechnik kennen und kreieren aus bunter Märchenwolle Schutzengel, Christbaumkugeln und anderes.

Barbara Natter – Künstlerin, Pädagogin  
Judith Putzer – Yin Yoga, Meditationslehrerin

Zeit: Fr. 11.12.26, 15:00 Uhr – Sa. 12.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Tischharfe – Bau- und Spielkurs**

11.12. – 13.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 6 Jahren

Familien bauen und bemalen gemeinsam eine Tischharfe, ziehen die Saiten auf und lernen, das Instrument spielerisch zu nutzen. Schon nach kurzer Zeit erklingen erste Lieder.

Eduardo Rolandelli – Instrumentenbauer, Tischler, Musiker

Zeit: Fr. 11.12.26, 16:00 Uhr – So. 13.12.26, 16:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

(zzgl. 90 € Materialspeisen pro Harfe)

**Wir freuen uns so auf dich, Jesuskind!**

12.12.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Tanten/Onkel, Großeltern mit Kindergarten- und Grundschulkindern

Spielerisch entdecken wir, was die Weihnachtsgeschichte uns heute sagen kann. Basteln, Singen, Kekse backen und die gemeinsame Familienzeit kommen dabei nicht zu kurz.

Lisa Huber – Theologin, Religionspädagogin

Zeit: Sa. 12.12.26, 10:00 Uhr – 18:00 Uhr

Kurs: 95 € pro Familie \*Normalpreis

### Advent liegt in der Luft

12.12. – 13.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 4 Jahren

Wir stimmen uns mit Basteln, Spielen und Düften auf den Advent ein, backen ein Lebkuchenhaus, sammeln Geschenkideen und genießen Ruhe und Gemütlichkeit.

Heidi Mitterhofer – Pädagogin, Lehrbeauftragte für Freizeitpädagogik, Ausbildung in Spielpädagogik  
Ute Elisabeth Deisenberger – Ehemalige Grundschullehrerin

Zeit: Sa. 12.12.26, 16:00 Uhr – So. 13.12.26, 16:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

### Weihnachtsbastelfabrik

18.12. – 19.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 4 bis 8 Jahren, die diesen Kurs noch nicht besucht haben

An diesem Wochenende werden wir bastelnd und adventlich kreativ. Spaß und gemeinsame Zeit stehen im Mittelpunkt. Am Ende nehmen wir die gestalteten Kunstwerke zum Zieren unserer Wohnung oder zum Verschenken mit nach Hause.

Petra Vettori – Lehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit

Marlies Prast – Lehrerin

Zeit: Fr. 18.12.26, 15:00 Uhr – Sa. 19.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

### Weihnachtszauber spüren

18.12. – 20.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindergartenkindern

Abseits von weihnachtlicher Hektik stimmen wir uns gemeinsam mit der Familie auf die besondere Zeit im Jahr ein. Viele tolle Erlebnisse, Spiele und Abenteuer, besinnliche und ruhige Momente erwarten uns.

Evi Schroffenegger – Ausbildung in Musiktherapie und Klangschalenmassage, Evolutionspädagogin®, Coach P.P.®

Esther Schroffenegger – Grafikerin, Bewegungs- und Gesundheitstrainerin, verschiedene musikalische Ausbildungen

Zeit: Fr. 18.12.26, 16:00 Uhr – So. 20.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

### Entspannte Weihnachtstage für die ganze Familie

18.12. – 20.12.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern

Die Vorweihnachtszeit lädt dazu ein, innezuhalten und bewusst Zeit als Familie zu verbringen. Mit ruhigen Spielen, stimmungsvollen Geschichten, kleinen Meditationen und kreativen Basteleien entsteht Raum für Besinnlichkeit und Vorfreude auf die Festtage.

Michaela Moser – Achtsamkeitstrainerin, Kinderyogalehrerin, Farb- und Stilberaterin

Zeit: Fr. 18.12.26, 16:00 Uhr – So. 20.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

### Familien-Advents-Wochenende

18.12. – 20.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern

Wir verabschieden uns von Hektik und Tumult und stimmen uns auf die Adventszeit ein. Dabei unterstützen uns Traumreisen und andere Entspannungsmethoden. Wir hören Weihnachtsgeschichten, basteln, beten und singen gemeinsam.

Sabine Walter – Pädagogische Fachkraft im Kindergarten, Evolutionspädagogin®

Stefanie Ausserer – Lehrerin, Evolutionspädagogin®, Erfahrung in der Familienarbeit

Zeit: Fr. 18.12.26, 16:00 Uhr – So. 20.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

### Klangerlebnis mit allen Sinnen

18.12. – 19.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Jugendlichen ab 10 Jahren im Zweierpack

Gemeinsam tauchen wir in die Klänge und das spielerische Experimentieren mit den Klangschalen ein. Wir machen gemeinsam verschiedene Wahrnehmungsübungen und Klangspiele mit Wasser, Farben und Papier.

Martina Ploner – Klangschalenpraktikerin nach Peter Hess®

Zeit: Fr. 18.12.26, 16:00 Uhr – Sa. 19.12.26, 16:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

### Auf der Suche nach dem Glück

19.12. – 20.12.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern

Gemeinsam verbringen wir die letzten Tage vor dem Weihnachtsfest. Mit Liedern, Geschichten und Basteleien suchen wir den Zauber der Weihnacht.

Eva Klotzner – Erfahrung in der Referententätigkeit

Zeit: Sa. 19.12.26, 16:00 Uhr – So. 20.12.26, 16:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

### Kunterbunte Familientage

02.01. – 06.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern

Familien lernen einander kennen, tanzen, singen und spielen in der Großgruppe miteinander, nutzen die Möglichkeit gemeinsamer Gesprächsrunden, haben Zeit für Besinnung, Ruhe und Entspannung.

Team Haus der Familie

Zeit: Sa. 02.01.27, 16:00 Uhr – Mi. 06.01.27, 15:00 Uhr

Kurs: 145 € pro Familie \*Normalpreis

### Schmuckwerkstatt

05.01. – 06.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren

An diesen beiden Tagen werden FIMO, Speckstein, Filz und anderes zu Kunst. Wir probieren mit unterschiedlichen Materialien verschiedene Techniken aus und kombinieren sie.

Barbara Natter – Künstlerin, Pädagogin

Judit Putzer – Yin Yoga, Meditationslehrerin

Zeit: Di. 05.01.27, 15:00 Uhr – Mi. 06.01.27, 15:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Kinder achtsam ins Leben begleiten**

08.01. – 10.01.

Familien, Väter/Mütter mit Kindern von 1 bis 5 Jahren

In den ersten Lebensjahren entwickeln Kinder alle notwendigen Kompetenzen, um ihre Talente wachsen zu lassen. Dabei brauchen sie Menschen, die sie achtsam begleiten und ihnen genug Zeit und Raum geben, um sich zu entfalten.

Katrin Lezuo – Pädagogische Fachkraft im Kindergarten, Evolutionspädagogin®

Helena Schwingshackl – Grundschullehrerin, Evolutionspädagogin®

Zeit: Fr. 08.01.27, 16:00 Uhr – So. 10.01.27, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Hurra, der Winter ist da!**

08.01. – 10.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 7 Jahren

Schnee und frostige Temperaturen zeigen es: Der Winter ist da! Gemeinsam mit anderen Familien machen wir uns auf Spurensuche und erleben ein Wochenende mit Spielen, Liedern, Geschichten und Basteleien.

Irene Dorigatti – Lehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit

Zeit: Fr. 08.01.27, 16:00 Uhr – So. 10.01.27, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Mit Segen in das neue Jahr**

09.01.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Tanten/Onkel, Großeltern mit Kindergarten- und Grundschulkindern

Wir stempeln Segenskarten, basteln Reisesegen, singen Lieder und hören Geschichten. Bei Spielen drinnen und draußen fordern wir unseren Schutzengel heraus, wünschen uns Gutes und starten mit leichtem Herzen in das neue Jahr.

Lisa Huber – Theologin, Religionspädagogin

Zeit: Sa. 09.01.27, 10:00 Uhr – 18:00 Uhr

Kurs: 95 € pro Familie \*Normalpreis

**Natur-Winter**

09.01. – 10.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben

Während es draußen schneit, gibt es allerhand zu tun: Wir basteln aus Holz und Naturmaterialien, gestalten Kränze, Vogelhäuser und vieles mehr.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften

Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse

Zeit: Sa. 09.01.27, 16:00 Uhr – So. 10.01.27, 16:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20€ Materialspeisen pro Person)**Mental Load in Familien – Strategien zur Entlastung**

15.01. – 16.01.



Paare, Alleinerziehende

Elternsein bedeutet ständige mentale Last: Termine, Verantwortung, Druck. Im Seminar lernen Paare, Mental Load zu erkennen, fairer zu verteilen und Strategien für mehr Entlastung und Verständnis im Familienalltag zu finden.

Paul Felix Rigo – Coach

Barbara Götsch Unterberger – Psychologin, Psychotherapeutin

Zeit: Fr. 15.01.27, 15:00 Uhr – Sa. 16.01.27, 15:00 Uhr

Kurs: 100 € pro Person

145 € pro Paar

**Happy Family Yoga**

15.01. – 17.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 4 bis 10 Jahren

Beim Familienyoga üben wir mit den Kindern gemeinsam. Bei Partnerübungen können Kinder und Erwachsene sich gegenseitig spüren, Halt geben und gemeinsam Spaß haben.

Michaela Moser – Achtsamkeitstrainerin, Kinderyogalehrerin, Farb- und Stilberaterin

Adelheid Plattner – Yogalehrerin, Kräuter- und Knospexpertin, Kräuterpädagogin

Zeit: Fr. 15.01.27, 16:00 Uhr – So. 17.01.27, 15:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Beautytage für Mütter und Töchter**

A 22.01. – 23.01.

B 23.01. – 24.01.

Mütter mit Töchtern von 8 bis 12 Jahren

Gemeinsam stellen wir einen pflegenden Lippenbalsam und einen "Mutmacher-Roller" her. Alles dreht sich um ein gesundes, natürliches Hautbild, mit Verwendung von natürlichen und hochwertigen Inhaltsstoffen.

Elisabeth Unterhofer – Krankenpflegerin, Fachkraft für komplementäre Pflege, Phytopraktikerin®

Verena Gasser – Musikpädagogin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit

A Zeit: Fr. 22.01.27, 15:00 Uhr – Sa. 23.01.27, 15:00 Uhr

B Zeit: Sa. 23.01.27, 16:00 Uhr – So. 24.01.27, 16:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Meine Gefühle und ich**

22.01. – 23.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Grundschulkindern

Bei Spielen und Übungen lernen Eltern gemeinsam mit ihren Kindern, mit Gefühlen wie Angst, Wut, Trauer oder Freude umzugehen. Wir setzen uns mit unseren eigenen Emotionen auseinander und lernen, jene der anderen zu respektieren.

Katharina Swoboda – FamilienTeam®-Trainerin, Kursleiterin Entspannung nach ganzheitlicher Methode

Deborah Visintainer – Systemische Beraterin, Familienmediatorin

Zeit: Fr. 22.01.27, 15:00 Uhr – Sa. 23.01.27, 15:00 Uhr

Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Relaxtage für Alleinerziehende**

22.01. – 24.01.

Alleinerziehende mit Kindern

Es braucht Zeit zum Entspannen und zum Auftanken, für neue Impulse und zum Spielen mit den eigenen Kindern. Wir arbeiten in der Großgruppe und in kleineren Gruppen.

Anna Maria Obrist – Counsellor Professional CNCP, Natur-Resilienz-Trainerin, Wanderleiterin

Zeit: Fr. 22.01.27, 16:00 Uhr – So. 24.01.27, 16:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Eintauchen in die Welt der Spiele**

22.01. – 24.01.

Spielfreudige Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 5 Jahren

Es gibt viele neue Gesellschaftsspiele: Beim Spielen können wir gewinnen und verlieren, uns Strategien überlegen und konzentrieren, gemeinsam lachen, über uns schmunzeln, lustige und aufregende Stunden verbringen.

Team vom Spielverein dinx

Zeit: Fr. 22.01.27, 16:00 Uhr – So. 24.01.27, 16:00 Uhr

Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Familienprojekt:  
Faschingskostüme  
selbst gemacht**  
30.01. – 31.01.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 4 bis 8 Jahren  
Eine breite Palette an Kostümangeboten erwartet uns. Wir suchen eines aus und kreieren dieses Kostüm gemeinsam für Groß und/oder Klein.

Marta Larcher – Bildungsreferentin, Erfahrung im kreativen Bereich  
Magdalena Ferdigg – Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit  
Zeit: Sa. 30.01.27, 16:00 Uhr – So. 31.01.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Ein Starkes Team:  
Ein Wochenende für  
Mütter und Töchter!**  
05.02. – 07.02.

Mütter mit ihren Töchtern von 12 bis 14 Jahren  
Als Mutter-Tochter-Team navigieren wir durch die Pubertät und schaffen Raum für Austausch über Halt gebende Wurzeln und tragende Träume.

Lydia Grossgasteiger – Sozialpädagogin, Counsellor Professional im Gestaltungsansatz  
Marion Ansaldi – Geschichtenerzählerin, Tanztherapeutin  
Zeit: Fr. 05.02.27, 16:00 Uhr – So. 07.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Beautytage für  
Mütter und Teenies**  
05.02. – 06.02.

Mütter mit Töchtern ab 12 Jahren  
Gemeinsam stellen wir eine feine Gesichtscrème her, machen ein Reinigungstonikum fürs Gesicht, ein selbstgemachtes Deodorant und führen gegenseitige Schönheitsanwendungen durch.

Elisabeth Unterhofer – Krankenpflegerin, Fachkraft für komplementäre Pflege, Phytopraktikerin©  
Zeit: Fr. 05.02.27, 15:00 Uhr – Sa. 06.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Bastelama**  
06.02. – 07.02.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben  
Willkommen bei Bastelama, dem kreativen Workshop für alle Lama-Fans. Gestalte dein eigenes Lama-Holzwerk, verziere Stoff mit deinen Lieblingsmotiven und forme mit FIMO kleine Figuren wie Lamas und Kakteen.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse  
Zeit: Sa. 06.02.27, 16:00 Uhr – So. 07.02.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20 € Materialspeisen pro Person)

**Makramee-Werkstatt:  
Kreativ verbunden**  
06.02. – 07.02.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 8 Jahren im Zweierpack  
Durch Makramee, Farbe, Bewegung und Spiel entsteht ein gemeinsamer Raum für Begegnung, Kreativität und Entschleunigung. Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Erleben – mit den Händen gestalten, mit dem Körper spüren und mit allen Sinnen wahrnehmen.

Ingrid Bodner – Handwerkerin, Künstlerin  
Zeit: Sa. 06.02.27, 16:00 Uhr – So. 07.02.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Familie \*Normalpreis

**Familien-Winter-  
Woche**  
07.02. – 12.02.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern  
Abenteuer im Freien, Gelände-Erkundungen, Nachtspiele, Lagerfeuer und andere Überraschungen stehen auf dem Programm. Das ist eine Woche voller Spiel, Spaß, Aufregung und unvergesslicher Momente.

Michaela Moser – Achtsamkeitstrainerin, Kinderyogalehrerin, Farb- und Stilberaterin  
Zeit: So. 07.02.27, 16:00 Uhr – Fr. 12.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 145 € pro Familie \*Normalpreis

**Alles glitzert**  
08.02. – 09.02.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 7 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben  
Wir freuen uns auf ein Wochenende voller Glitzer, gestalten Spiegel, Schmuckschatullen, Pinnwände und vieles mehr.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Sonia Demetz – Grafikerin, Referentin für Bastelkurse  
Zeit: Mo. 08.02.27, 16:00 Uhr – Di. 09.02.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20 € Materialspeisen pro Person)

**Mit Oma und Opa  
in Lichtenstern**  
10.02. – 12.02.

Großeltern mit Kindern ab 4 Jahren  
Auf Großeltern und ihre Enkelkinder warten bunte Tage in Lichtenstern: Gemeinsam lassen wir uns auf ein Abenteuer ein, bei dem wir gemeinsam die Zeit vergessen, spielen und Spaß haben.

Evi Schroffenegger – Ausbildung in Musiktherapie und Klangschalenmassage, Evolutionspädagogin®, Coach P.P.®  
Zeit: Mi. 10.02.27, 16:00 Uhr – Fr. 12.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Bastelfabrik:  
Fabelhafte Figuren**  
11.02. – 12.02.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 7 Jahren im Zweierpack, die diesen Kurs noch nicht besucht haben  
Gemeinsam basteln wir Dinos, Flamingos, Dschungeltiere, Piraten, Monster, Prinzessinnen, Froschkönige aus Holz und erwecken sie in Form von Musikinstrumenten, Dekoelementen, Fensterbildern, Pappmaschee-Figuren, Windspielen und anderem zum Leben.

Pia Pedevilla – Spielzeugdesignerin, Buchautorin, Dozentin an der Fakultät für Bildungswissenschaften  
Stefanie Mumelter – Erlebnispädagogin, Outdoor Guide, Musik- und Bewegungspädagogin i. A.  
Zeit: Do. 11.02.27, 16:00 Uhr – Fr. 12.02.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis  
(zzgl. 20 € Materialspeisen pro Person)

**Bühne frei für  
die ganze Familie**  
12.02. – 14.02.

NEW

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern ab 6 Jahren  
Wir tauchen ein in ein kreatives Wochenende voller Theater, Fantasie und gemeinsamer Erlebnisse! Gemeinsam schlüpfen wir in Rollen, probieren Improvisation und kleine Szenen aus und lassen unserer Kreativität freien Lauf.

Melanie Kemenater – Sozialpädagogin, Systemische Beraterin  
Zeit: Fr. 12.02.27, 16:00 Uhr – So. 14.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Schule ohne Stress für Mittelschüler:innen**  
19.02. – 21.02.

Väter/Mütter mit Mittelschüler:innen  
Mit verschiedenen Übungen und Spielen aus der Evolutionspädagogik werden Lernblockaden aufgedeckt, aufgelöst und das Gleichgewicht und die Beziehung gestärkt.

Barbara Seeber – Lehrerin, Evolutionspädagogin®  
Thomas Vonmetz – Evolutionspädagoge®  
Zeit: Fr. 19.02.27, 16:00 Uhr – So. 21.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Spiel und Spaß für Groß und Klein**  
19.02. – 21.02.

Familien, Väter/Mütter, Pat:innen, Onkel/Tanten, Großeltern mit Kindern von 3 bis 7 Jahren  
Ein Wochenende lang spielen, kreativ sein und Spaß haben: Dazu laden wir Familien ein. Wir lachen und spielen viel und probieren im Haus und in der Natur Neues aus.

Irene Dorigatti – Lehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit  
Petra Vettori – Lehrerin, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit  
Zeit: Fr. 19.02.27, 16:00 Uhr – So. 21.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Klein und Groß ganz entspannt**  
22.02. – 24.02.

Mütter mit Kleinkindern im Alter von 2-5 Jahren  
Von Yoga bis Klang, spannenden Erlebnissen, Spielen und Basteleien ist vieles dabei, um vom Alltag rauszukommen und in die Mutter-Kind-Beziehung einzutauchen.

Michaela Moser – Achtsamkeitstrainerin, Kinderyogalehrerin, Farb- und Stilberaterin  
Evi Schroffenegger – Ausbildung in Musiktherapie und Klangschalenmassage, Evolutionspädagogin®  
Zeit: Mo. 22.02.27, 10:00 Uhr – Mi. 24.02.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 115 € pro Familie \*Normalpreis

**Gott auf der Spur**  
27.02.

(Erst)Kommunionkinder und ihre Väter/Mütter oder Pat:innen  
Gemeinsam machen wir uns auf den Weg, um Gott auf die Spur zu kommen. Diese Entdeckungsreise ist ein zusätzliches Angebot, um gut vorbereitet ins Abenteuer (Erst)Kommunion zu starten.

Markus Felderer – Theologe, langjährige Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit  
Sonia Salamon – Referentin im Amt für Schule und Katechese  
Zeit: Sa. 27.02.27, 09:30 Uhr – 17:00 Uhr  
Kurs: 80 € pro Familie \*Normalpreis  
In Zusammenarbeit mit dem Amt für Schule und Katechese der Diözese Bozen-Brixen

# Werde auch DU KFS-Mitglied!



## Deine Vorteile:

-  **1 MITGLIEDS-BEITRAG** für die gesamte Familie
-  **1 x JÄHRLICH KFS-FAMILIENKALENDER**
-  **5 EURO RABATT** für Veranstaltungen im „Haus der Familie“
-  **LANDESWEITE TEILNAHME** an KFS-Programm und Projektangeboten
-  **6 x JÄHRLICH KOSTENLOSE VERBANDS-ZEITSCHRIFT FiS - Familie in Südtirol**
-  **PREISERMÄSSIGUNGEN** in den familienfreundlichen Geschäften ([www.familienverband.it/service](http://www.familienverband.it/service))
-  **1 x KOSTENLOSE RECHTSBERATUNG**
-  **MITGLIEDSPREIS** für KFS-Materialien und Bücher ([www.familienverband.it/service](http://www.familienverband.it/service))
-  **KOSTENLOSE WEBINARE** zu Familienthemen
- 5 % FÜR DEN KFS** 

Katholischer Familienverband Südtirol  
80012100212



Mitgliedschaft beantragen auf [www.familienverband.it](http://www.familienverband.it)

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 18 Euro pro Mitgliedsfamilie  
Südtiroler Sparkasse AG1  
IBAN IT 09 0 06045 11601 000000294500



# 03



**PARTNERSCHAFT**

**40-45**

**Wir erwarten  
unser Kind –  
Geburtsvorbereitung**  
Ganzes Jahr

**Paare, die das erste Kind erwarten**  
Das Wunder hat begonnen: Ihr werdet Eltern. An diesem Wochenende könnt ihr euch mit anderen Paaren auf die Geburt eures Kindes und die Zeit danach einstimmen. Ein interdisziplinäres Team aus Hebammen, Stillberaterinnen IBCLC, Fachberaterinnen für „Emotionelle Erste Hilfe“, Körpertherapeut:innen und Coaches reflektiert mit euch über folgende Aspekte:

- Körperliche Vorgänge und Veränderungen während der Schwangerschaft
- Bewegungs- und Entspannungsübungen für die Zeit vor, während und nach der Geburt
- Partnerhilfe und Massage
- Körper- und Atemwahrnehmung
- Geburtsvorgang und die erste Zeit danach (stillen, schlafen, Partnerschaft)
- Die ersten Stunden und Tage mit dem Baby im Krankenhaus und zu Hause
- Eltern-Kind-Bindung
- Eltern werden, Paar bleiben

Je nach Referent:innenteam werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt.

Anita Runggaldier – Hebamme, Kräuterexpertin  
Astrid Di Bella – Hebamme, Fachberaterin für „Emotionelle Erste Hilfe“  
Barbara Goller – Hebamme  
Elfriede Ebner – Kinderkrankpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Fachberaterin für „Emotionelle Erste Hilfe“, Trageberaterin  
Evelyn Mayr – Krankpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Basic-Bonding-Gruppenleiterin, ganzheitliche Ernährungsberaterin  
Hanna Pliger – Hebamme, Still- und Laktationsberaterin IBCLC  
Helene Messner – Hebamme  
Julia Luna Cappelletto – Hebamme, Stillberaterin, prä- und postnatale Trainerin  
Karin Angelika Planker – Kinderkrankpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Fachberaterin „Emotionelle Erste Hilfe“  
Marina Lantschner – Krankpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Fachberaterin für „Emotionelle Erste Hilfe“  
Martin Schweitzer – Männercoach, Impact Investor, Finanzexperte  
Sabine Brunner – Hebamme, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Fachtherapeutin für „Emotionelle Erste Hilfe“  
Simon Knoll – Physiotherapeut  
Termine: Alle aktuellen Termine samt Referent:innen sind unter [www.hdf.it](http://www.hdf.it) einsehbar.  
Kurs: 150 € pro Paar

**Ja, wir trauen uns –  
Ehevorbereitung**  
Ganzes Jahr

**Paare, die heiraten wollen**  
Ihr wollt heiraten. Dieses Wochenende schenkt die Möglichkeit, euch mit dem oder der Partner:in über grundlegende Themen einer gelingenden Ehe auszutauschen:

- „Ich wünsche mir von dir.“ – Partnerschaftliche Gestaltung der Beziehung
- „Und wenn's kracht?“ – Miteinander reden, Umgang mit Konflikten
- „Wir tun einander gut.“ – Zärtlichkeit und Sexualität
- „Mit Kindern leben“ – Verantwortete Elternschaft
- „Was hat Gott mit unserer Ehe zu tun?“ – Partnerschaft und Ehesakrament
- „Damit es ein Fest wird“ – Die (Mit-)Gestaltung der kirchlichen Trauung
- „Ehe, ein Vertrag“ – Allgemeine Rechtsfragen zur Ehe

Durch das Seminar (mit Abendeinheiten) begleitet ein Expert:innenteam aus den Fachbereichen Spiritualität, Beziehung/Kommunikation, Medizin und Recht. Ein Gottesdienst und das Üben des Hochzeitswalzers stehen auf dem Programm (freiwillig).

**Toni Fiung mit Team** – Familienseelsorger, Ehe- und Familienberater, Kommunikationstrainer, systemischer Supervisor (SG)  
**Termine:** Alle aktuellen Termine samt Referent:innen sind unter [www.hdf.it](http://www.hdf.it) einsehbar.  
Der Kurs findet von Freitag um 16:00 Uhr bis Sonntag um 16:00 Uhr statt.  
**Kurs:** 160 € pro Paar

**Wir zwei:  
stärker denn je**  
12.09. – 13.09.



**Paare**  
Trainierend untersuchen wir, wie wir gemeinsam Distanz und Spannungen beenden und im Alltag dafür sorgen können, einander besser zu verstehen und in Verbindung zu bleiben.

**Ingeborg Weser** – Psychotherapeutin, Leiterin des Institutes für Persönlichkeitsentwicklung und Psychotherapie  
**Robert Benninga** – International bekannter Executive Coach, Trainer, Motivational Speaker  
**Zeit:** Sa. 12.09.26, 10:00 Uhr – So. 13.09.26, 15:30 Uhr  
**Kurs:** 170 € pro Paar

**Wir zwei: gemeinsam  
unterschiedlich**  
19.09. – 20.09.



**Paare**  
Es geht um unsere Unterschiede und Gemeinsamkeiten, wie wir damit umgehen und welchen Einfluss unsere Herkunftsfamilien auf unsere Beziehung haben. Als Paar haben wir Zeit, von anderen zu lernen und uns gemeinsam weiterzuentwickeln.

**Klemens Hafner Hanner** – Ehe-, Familien- und Lebensberater, Pädagoge, Erwachsenenbildner, systemischer Familientherapeut  
**Petra Hanner** – Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Erwachsenenbildnerin, Logopädin  
**Zeit:** Sa. 19.09.26, 16:00 Uhr – So. 20.09.26, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 150 € pro Paar

### Wir erwarten unser 2., 3., ... Kind

A 10.10. – 11.10.  
B 09.01. – 10.01.



**Paare, die das 2., 3., ... Kind erwarten**  
Ein Wochenende für Paare, die sich für das Schwangersein Zeit nehmen möchten, die für Gespräche und Neues offen sind und mehr über die Geburt und die Zeit danach, über Körperwahrnehmung und Atmung erfahren wollen.

**Evelyn Mayr** – Krankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Basic-Bonding-Gruppenleiterin, ganzheitliche Ernährungsberaterin  
**Sabine Brunner** – Hebamme, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Fachtherapeutin für „Emotionelle Erste Hilfe“  
A Zeit: Sa. 10.10.26, 15:00 Uhr – So. 11.10.25, 17:00 Uhr  
B Zeit: Sa. 09.01.27, 15:00 Uhr – So. 10.01.27, 17:00 Uhr  
Kurs: 150 € pro Paar

### Paar-Zeit einmal anders – Gemeinsam reden, wachsen, verstehen und lachen

10.10. – 11.10.



**Paare**  
Wir tauschen uns mit anderen Paaren über Stolpersteine im Beziehungsleben aus und tun das mit erlebnispädagogischen Methoden, die nachdenklich machen und für Überraschungen und gute Laune sorgen.

**Günther Reichhalter** – Jugendreferent, Kommunikationswissenschaftler, Referent in der Ehevorbereitung  
**Andrea Schötzer** – Lehrerin, Referentin in der Ehevorbereitung  
Zeit: Sa. 10.10.26, 16:00 Uhr – So. 11.10.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 105 € pro Paar für KFS-Mitglieder  
125 € pro Paar für Nichtmitglieder

### La forza dell'unione

30.10. – 31.10.



**Coppie**  
Questo fine settimana scoprirete il potenziale della vostra connessione, con una panoramica scientifica dell'arte dello stare insieme e del perché le relazioni intime possano essere dolorose.

**Angelika Fauster** – Psicologa, Psicoterapeuta, Imago Terapeuta, Membro Accademia per lo Sviluppo Potenziale  
**Michele Pasetto** – musicista, percussionista, musicoterapeuta  
Orario: Fr. 30.10.26, 16:00 Uhr – Sa. 31.10.26, 16:00 Uhr  
Quota d'iscrizione: 210 € a coppia

### Die Kraft der Verbindung

07.11. – 08.11.



**Paare**  
In kurzer Zeit erhalten Teilnehmende Einblicke in die Stolpersteine und Schätze ihrer Beziehung und lernen Techniken und Übungen kennen, um Gespräche in die Sicherheitszone zu führen und sich als Paar konstruktiv zu begegnen.

**Angelika Fauster** – Psychologin, Psychotherapeutin, Imagotherapeutin, Mitglied der Akademie für Potentialentfaltung  
Zeit: Sa. 07.11.26, 09:00 Uhr – So. 08.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 150 € pro Paar

### Tan-tra für Paare

13.11. – 15.11.

**Paare**  
Mit Inhalten aus Schulpsychologie, Sexualmedizin und tantrischem Wissen nähern wir uns einem Ganzsein an, das von Sex in die Liebe wächst.

**Miriam Pobitzer** – Psychologin, Sexualtherapeutin  
Zeit: Fr. 13.11.26, 16:00 Uhr – So. 15.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 280 € pro Paar

### Und wir mittendrin

28.11. – 29.11.



NEW

### Fesseln mit Verbindung

29.01. – 31.01.

### Von Blumen und Pralinen

13.02. – 14.02.



### Valentinstags-Abend

14.02.

### Tan-tra für Paare

20.02. – 21.02.

### Paare

Das Seminar lädt Paare ein, sich Zeit füreinander zu nehmen und die Beziehung neu zu entdecken. Impulse, Gespräche und Übungen fördern Nähe, Verständnis und Verbundenheit im Alltag.

**Toni Fiung** – Familienseelsorger, Ehe- und Familienberater, Kommunikationstrainer, systemischer Supervisor (SG)  
Zeit: Sa. 28.11.26, 16:00 Uhr – So. 29.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 150 € pro Paar

### Paare jeglicher Konstellation

Drei Tage voller achtsamer Verbindung durch Seile, sanfte Intimität und authentische Kommunikation: Wir erleben Fesseln als einen Weg zu mehr Verbindung, klaren Grenzen und verspielten Macht-Dynamiken.

**Lea Rigo** – Queer-feministische Sexualpädagogin, sexpositive psychosoziale Beraterin  
**Petra Massardi** – Beziehungs-, Paar- und Sexualberaterin, Podcasterin  
Zeit: Fr. 29.01.27, 16:00 Uhr – So. 31.01.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 290 € pro Paar

### Paare

Dieses Wochenende steht im Licht der Beziehung. Der Valentinstag ist ein guter Anlass, um sich für den/die Partner:in Zeit zu nehmen.

**Klemens Hafner Hanner** – Ehe-, Familien- und Lebensberater, Pädagoge, Erwachsenenbildner, systemischer Familientherapeut  
**Petra Hanner** – Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Erwachsenenbildnerin, Logopädin  
Zeit: Sa. 13.02.27, 16:00 Uhr – So. 14.02.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 150 € pro Paar

### Paare

Der Abend gehört den Paaren. Wir laden zur Segensfeier mit Familienseelsorger Toni Fiung ein. Anschließend verwöhnen wir die Teilnehmenden mit feinen Speisen und Musik.

**Toni Fiung** – Familienseelsorger, Ehe- und Familienberater, Kommunikationstrainer, systemischer Supervisor (SG)  
Zeit: So. 14.02.27, 19:00 Uhr  
Kurs: 50 € pro Person (inkl. Abendessen)  
95 € pro Person (inkl. Abendessen, Übernachtung und Frühstück)

### Paare

Mit Inhalten aus Schulpsychologie, Sexualmedizin und tantrischem Wissen nähern wir uns einem Ganzsein an, das von Sex in die Liebe wächst.

**Miriam Pobitzer** – Psychologin, Sexualtherapeutin  
Zeit: Sa. 20.02.27, 09:00 Uhr – So. 21.02.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 250 € pro Paar

# 04



ANMELDUNGEN AB  
**03.06.26**  
09:00 UHR



**KINDER UND  
JUGENDLICHE**

**46-51**

**Frame by Frame**

02.09. – 06.09.

NEW

**Jugendliche von 11 bis 14 Jahren**

Wir entwickeln eigene Videoideen und setzen sie in kurzen Clips um. Dabei planen, drehen und schneiden wir selbst, probieren verschiedene Rollen aus und sammeln mit einfachen Mitteln erste Erfahrungen.

Sami Fallaha – Foto- und Videograf, Erfahrung in der

Kinder- und Jugendarbeit

Elias Silbernagl – Foto- und Videograf, Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit

Zeit: Mi. 02.09.26, 15:00 Uhr – So. 06.09.26, 15:00 Uhr

Kurs: 95 € pro Person

**Schlaue Füchse lernen schneller**

05.09.

**Schüler:innen von 8 bis 14 Jahren**

Richtiges „Lernen“ will „gelernt“ sein. Kreative Techniken helfen, Konzentration und Merkfähigkeit zu steigern und Zusammenhänge besser zu erkennen. Wenn Lernen richtig Spaß macht, steht dem Erfolg nichts mehr im Weg.

Agnes Boos – Gedächtnistrainerin, Ausbildungsreferentin Bundesverband Gedächtnistraining e.V.,

Hildegard Kreiter – Kräuterexpertin, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Gedächtnistrainerin

Zeit: Sa. 05.09.26, 09:30 Uhr – 17:00 Uhr

Kurs: 55 € pro Person

**TRE® Workshop für Kinder**

11.09.

NEW

**Kinder von 8 bis 12 Jahren**

Aufregung abschütteln? Zittern, um dich zu beruhigen? Das geht. Lern in diesem Schnupperkurs, wie du deinen Körper zittern lassen kannst, um Stress oder Anspannung abzuschütteln.

Daniela Petroni – Physiotherapeutin, Osteopathin, TRE® Provider

Zeit: Fr. 11.09.26, 14:00 Uhr – 15:30 Uhr

Kurs: 25 € pro Person

**Spielzeugfabrik**

12.09. – 13.09.

NEW

**Kinder und Jugendliche von 10 bis 13 Jahren**

An diesem Wochenende verwandelt sich der Raum in eine kreative Werkstatt. Gemeinsam entwerfen, basteln und gestalten wir unsere eigenen Spielzeuge.

Stefanie Mumelter – Erlebnispädagogin, Outdoor Guide, Musik- und Bewegungspädagogin i. A.

Zeit: Sa. 12.09.26, 10:00 Uhr – So. 13.09.26, 16:00 Uhr

Kurs: 65 € pro Person

**Level up – dein Zukunftswochenende**

09.10. – 10.10.

NEW

**Jugendliche ab 15 Jahren**

Was will ich im und vom Leben? Was kann ich gut? Wie sollen meine nächsten Jahre aussehen? An diesem Wochenende geht es um dich. Keine Schule, kein Druck, keine richtigen oder falschen Antworten. Nur Zeit für dich und deine Zukunft.

Siegfried Zwerger – Bildungsreferentin, Pädagogin, Syst. Coach (SG), Supervisorin

Petra Volgger – Bildungsreferentin, Systemische Beraterin, Systemische Supervisorin (SG)

Zeit: Fr. 09.10.26, 16:00 Uhr – Sa. 10.10.26, 16:00 Uhr

Kurs: 85 € pro Person

**Einen Tag auf Wolke Sex**

18.10.

**Jungen und Mädchen, die die 4. oder 5. Klasse Grundschule besuchen**

An diesem Tag geht es um unseren Körper: Veränderungen, Gefühle, Bewegungen und Grenzen. Mit sexualpädagogischen Inhalten lernen wir Neues über unseren Körper und Sexualität.

Christa Plank – Religions- und Sexualpädagogin, Ganzheitliche Entspannungstrainerin

Michelangelo Mariano – Zirkuspädagoge, Zirkuskünstler

Zeit: So. 18.10.26, 09:00 Uhr – 17:00 Uhr

Kurs: 65 € pro Person

**Eintauchen in die Welt der Werwölfe**

30.10. – 31.10.

**Kinder und Jugendliche von 10 bis 13 Jahren**

24 Stunden lang reisen wir in den Dürerwald, in das Land der Werwölfe. Wir lernen neue Figuren kennen, stellen eigene Spielkarten her und erleben das Werwolf-Spiel wie noch nie.

Annalena Burger – Erfahrung in der Kinder- und

Jugendarbeit

Alexandra Felderer – Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit

Zeit: Fr. 30.10.26, 16:00 Uhr – Sa. 31.10.26, 16:00 Uhr

Kurs: 65 € pro Person

**Der verrückte Professor**

31.10.

**Kinder von 7 bis 11 Jahren**

Beim Erfindungstag in Lichtenstern warten spannende Experimente und Herausforderungen auf uns. Wir werden zu Erfinder:innen, der verrückte Professor wird begeistert sein.

Lukas Neumair – Management- und Pädagogikstudium, Abenteuer-Guide, Geschäftsführer Jugenddienst

Dekanat Bruneck

Zeit: Sa. 31.10.26, 09:30 Uhr – 17:00 Uhr

Kurs: 55 € pro Person

**Naturerlebnistage**

03.11. – 05.11.

**Kinder und Jugendliche von 8 bis 12 Jahren**

Bei gemeinsamen Spielen, Übungen und Aktionen in der Natur entdecken wir uns neu, schärfen unsere Sinne und überwinden gemeinsam Grenzen.

Stefanie Mumelter – Erlebnispädagogin, Outdoor Guide, Musik- und Bewegungspädagogin i. A.

Zeit: Di. 03.11.26, 16:00 Uhr – Do. 05.11.26, 16:00 Uhr

Kurs: 75 € pro Person

**Mädchenpower**

21.11. – 22.11.

**Mädchen von 10 bis 13 Jahren**

Mit Kreativität und Spaß lernst du deinen Körper kennen und erfährst, wie Superheldinnen deinen Zyklus gestalten.

Maria Reiterer – Sozialpädagogin, Sexualpädagogin, Erlebnispädagogin

Simone Lechner – Sozialpädagogin, Menstruality Mentorin, Yoga Nidra Lehrerin

Zeit: Sa. 21.11.26, 10:00 Uhr – So. 22.11.26, 16:00 Uhr

Kurs: 75 € pro Person

**Yes, I can! – 24 Stunden Selbstwert & Lerncoaching**

21.11. – 22.11.

**Jugendliche im Alter von 13 bis 15 Jahren**

Hast du Lust, gemeinsam mit anderen Jugendlichen in einem unterhaltsamen Seminar mehr über effiziente und zeitsparende Lerntools zu erfahren? Wir geben dir auch Tipps für ein gutes Selbstwertgefühl mit.

Claudia Burger – Oberschullehrerin, Lern- und Potentialcoach, RIT-Trainerin

Elisabeth Kusstatscher – Schulsozialpädagogin, Kinder- und Jugendcoach, RIT-Trainerin

Zeit: Sa. 21.11.26, 16:00 Uhr – So. 22.11.26, 16:00 Uhr

Kurs: 75 € pro Person

**Let it snow, let it swing, let it sing**

04.12. – 05.12.

**Kinder und Jugendliche von 8 bis 11 Jahren**

Freu dich auf abwechslungsreiche Weihnachtsongs aus aller Welt, auf das gemeinsame Musizieren, Singen und Tanzen. Gemeinsam bereiten wir eine tolle Abschlussperformance vor.

Verena Gasser – Musikpädagogin, Erfahrung in der

Kinder- und Jugendarbeit

Sofie Pedevilla – Musikpädagogin, Erfahrung in der

Kinder- und Jugendarbeit

Zeit: Fr. 04.12.26, 16:00 Uhr – Sa. 05.12.26, 16:00 Uhr

Kurs: 65 € pro Person

**Just do it**

03.01. – 06.01.

**Jugendliche ab 14 Jahren**

Im Selbstversorger-Waldhaus verbringen wir unvergessliche Tage mit Freund:innen. Wir kochen für uns und die ganze Gruppe, gestalten das Programm aktiv mit. Abwechslungsreiche Aktivitäten sind so garantiert.

**Team Haus der Familie**

**Zeit:** So. 03.01.27, 15:00 Uhr – Mi. 06.01.27, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 85 € pro Person

**Auf die Bühne, fertig, los!**

04.01. – 06.01.

**Kinder von 8 bis 11 Jahren**

Wir tauchen gemeinsam in die Theaterwelt ein, schlüpfen in Rollen, probieren Neues aus und schnuppern Bühnenluft. Mit Spielen und Übungen entwickeln wir zusammen kleine Szenen.

**Martina Tratter – Kindergarten- und Theaterpädagogin, Spielleiterin im Kinder-, Jugend- und Erwachsenentheater**

**Zeit:** Mo. 04.01.27, 16:00 Uhr – Mi. 06.01.27, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 85 € pro Person

**Geschwisterbande**

08.01. – 10.01.

**Geschwister von 7 bis 12 Jahren**

An diesem Wochenende haben wir als Geschwister Zeit, in der Natur Abenteuer zu erleben und Herausforderungen zu meistern. Zusammen sind wir stärker.

**Anna Amort – Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit**

**Julian Amort – Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit**  
**Zeit:** Fr. 08.01.27, 16:00 Uhr – So. 10.01.27, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 75 € pro Person  
30 € für 3., 4. Geschwisterkind

**Kalimba bauen und spielen**

15.01. – 17.01.

NEW

**Kinder und Jugendliche von 10 bis 14 Jahren**

Die Kalimba wird auch Daumenklavier genannt und kommt aus Afrika. In diesem Kurs baust du deine eigene Kalimba, gestaltest sie und lernst, wie du einfache Lieder darauf spielen kannst.

**Elisabeth Röck – Instrumentenbauerin i.A., Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit**

**Zeit:** Fr. 15.01.27, 16:00 Uhr – So. 17.01.27, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 75 € pro Person  
(zzgl. 30€ Materialspeisen pro Person)

**Das verrückte Krimihotel**

29.01. – 30.01.

**Kinder und Jugendliche von 8 bis 12 Jahren**

Bereit für den Check-in in ein ganz besonderes Hotel? Ein lustiger und geheimnisvoller Wochenend-Urlaub erwartet Jugendliche zwischen 8 und 12 Jahren, ihre Geschwister, Cousins und Freund:innen.

**Lukas Neumair – Management- und Pädagogikstudium, Abenteuer-Guide, Geschäftsführer Jugenddienst Dekanat Bruneck**

**Zeit:** Fr. 29.01.27, 16:00 Uhr – Sa. 30.01.27, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 65 € pro Person

**Best Friends**

06.02. – 08.02.

NEW

**Kinder und Jugendliche und ihr bester Freund/ihre beste Freundin von 8 bis 12 Jahren**

Lust auf ein spannendes Wochenende voller Spiel und Spaß mit deinem besten Freund oder deiner besten Freundin? Hier erlebt ihr gemeinsam coole Herausforderungen, Abenteuer in der Natur und jede Menge Action.

**Stefanie Mumelter – Erlebnispädagogin, Outdoor Guide, Musik- und Bewegungspädagogin i. A.**

**Zeit:** Sa. 06.02.27, 16:00 Uhr – Mo. 08.02.27, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 75 € pro Person

**Wintererlebniswoche**

07.02. – 12.02.

**Kinder und Jugendliche von 10 bis 13 Jahren**

Junge Menschen zwischen 10 und 13 Jahren verbringen die schulfreien Tage mit ihren Geschwistern, Cousins und Freund:innen im Haus der Familie. Sie können sich auf eine tolle Wohlfühlzeit freuen.

**Team Haus der Familie**

**Zeit:** So. 07.02.27, 16:00 Uhr – Fr. 12.02.27, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 90 € pro Person

**Bühnenzauber: Dein Impro-Theater Wochenende**

12.02. – 14.02.

**Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis 12 Jahren**  
Lust auf verrückte Rollen, lustige Szenen und jede Menge Spielspaß? Beim Impro-Theater erfinden wir spontan Geschichten, schlüpfen in neue Figuren und lassen unserer Fantasie freien Lauf.

**Team Haus der Familie**

**Zeit:** Fr. 12.02.27, 16:00 Uhr – So. 14.02.27, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 75 € pro Person

**Dein Körper: die Truhe der magischen Kräfte in dir**

12.02. – 14.02.

**Jugendliche ab 13 Jahren**

Raus aus dem Alltag, rein in ein spannendes Wochenende! Im Waldhaus entdeckst du die Kraft von Klängen, Frequenzen und Schwingungen. Gemeinsam finden wir innere Stärke und tanken Ruhe und Energie durch Meditation, Musizieren und Trommeln.

**Angelika Fauster – Psychologin, Psychotherapeutin  
Ivonne Daurú – Ernährungswissenschaftlerin, Coach  
Michele Pasetto – Musiker, Percussionist, Musiktherapeut**

**Zeit:** Fr. 12.02.27, 16:00 Uhr – So. 14.02.27, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 85 € pro Person

**Let's Groove**

13.02. – 14.02.

NEW

**Kinder und Jugendliche von 10 bis 13 Jahren**

Hier wird dein Körper zum Instrument. Mit Bodypercussion entstehen coole Rhythmen. Gemeinsam entwickeln wir Beats und erleben, wie aus kleinen Ideen etwas Großes wird.

**Stefanie Mumelter – Erlebnispädagogin, Outdoor Guide, Musik- und Bewegungspädagogin i. A.**

**Zeit:** Sa. 13.02.27, 16:00 Uhr – So. 14.02.27, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 65 € pro Person

# OS



**GESUNDHEIT**

**52-57**

### Yoga Abendkurs

09.09.  
15 Termine

Interessierte Anfänger:innen und leicht Fortgeschrittene

In 15 Abendeinheiten (jeweils am Mittwoch) laden wir zu entspannenden Yoga-Übungen ein. Durch Meditation, Körper- und Atemübungen streben wir ein Gleichgewicht zwischen Körper und Geist an.

Alessandro Parmeggiani – Yoga-Vidya-Lehrer nach Swami Sivananda

A Zeit: Mi. 09.09.26, 17:30 – 19:00 Uhr  
B Zeit: Mi. 09.09.26, 19:00 – 20:30 Uhr  
Kurs: 169 € pro Person (15 Termine)

### TRE® Neurogenes Zittern und Waldbaden

11.09. – 12.09.

NEW

Interessierte

Wir lernen Selbst-Regulation durch TRE® sowie Integration und Entspannung durch Waldbaden. Theoretisch und praktisch erfahren wir, wie wir Stress und Anspannung loslassen können, indem wir einen uns innewohnenden Zittermechanismus zulassen.

Daniela Petroni – Physiotherapeutin, Osteopathin, TRE® Provider

Sylvia Weger – Kosmetikerin, Masseurin, Yoga- und Qi Gong Lehrerin, Waldbaden Guide  
Zeit: Fr. 11.09.26, 16:00 Uhr – Sa. 12.09.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 160 € pro Person

### TRE® Workshop für Erwachsene

12.09.

NEW

Interessierte

Wenn du TRE® Neurogenes Zittern in sicherer Atmosphäre ausprobieren möchtest, bist du hier herzlich willkommen. Diese Methode verhilft zu mehr Ruhe, besserem Schlaf und weniger Schmerzen.

Daniela Petroni – Physiotherapeutin, Osteopathin, TRE® Provider

Zeit: Sa. 12.09.26, 16:30 – 18:30 Uhr  
Kurs: 35 € pro Person

### Beweglich werden, sein und bleiben mit Feldenkrais

28.09. – 01.10.

Interessierte, unabhängig von Alter oder körperlicher Konstitution

Mit der Feldenkrais-Methode lernen wir, beweglicher zu werden und zu bleiben. Wir verlernen alte Bewegungsmuster, die uns hindern, uns jung und kraftvoll zu fühlen, und entdecken neue Bewegungsmöglichkeiten.

Doris Eveline Luschmann – Dozentin für Gymnastik und Tanz, Feldenkraislehrerin

Michael Georg Luschmann – Physio- und Lymphdrainagetherapeut, Feldenkraislehrer  
Zeit: Mo. 28.09.26, 10:00 Uhr – Do. 01.10.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 210 € pro Person

### Qi Gong für die Gesundheit

11.10.

NEW

Interessierte

Die Lebensenergie (Qi) wird beim Qi Gong durch gezielte, langsame Bewegungen erlebt, vermehrt, gestärkt und zum Fließen gebracht. Qi-Gong-Übungen sind eine Kombination aus Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen.

Manuela Gottardo – Neuromentaltrainerin®, Qi Gong Übungsleiterin, Entspannungstrainerin

Zeit: So. 11.10.26, 09:30 – 17:00 Uhr  
Kurs: 110 € pro Person

### Gesund durch Berühren – Touch for Health

17.10. – 18.10.

Väter/Mütter, Therapeut:innen, Sportler:innen, Interessierte

Mit „Touch for Health“ werden Blockaden im Energiesystem des Körpers aufgelöst, das Immunsystem gestärkt und Selbstheilungskräfte aktiviert. So kann Krankheiten vorgebeugt und Energieblockaden können frühzeitig gelöst werden.

Lorenzo Rumerio – TFH-Instructor, Aus- und Weiterbildungen in verschiedenen Kinesiologie-Richtungen

Zeit: Sa. 17.10.26, 15:00 Uhr – So. 18.10.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 120 € pro Person

### Feldenkrais, Leben ist Bewegung

23.10. – 25.10.

Interessierte, unabhängig von Alter oder körperlicher Konstitution

Mit einfachen und gezielten Bewegungsabläufen lernen wir, uns im Alltag schmerzfrei und leicht zu bewegen.

Brigitte Vorhauser – Feldenkraislehrerin

Zeit: Fr. 23.10.26, 10:00 Uhr – So. 25.10.26, 17:00 Uhr  
Kurs: 180 € pro Person

### Ayurvedisches Heilfasten

A 08.11. – 14.11.  
B 14.02. – 20.02.  
C 14.03. – 20.03.

Interessierte

Der Reinigungsprozess wird durch Fastennahrung aus Getreidebrei, gekochtem Obst und Gemüse, Säften und Tees unterstützt und orientiert sich an der ayurvedischen Tri-Dosha-Lehre.

Edeltraud Kaserer – Meditationslehrerin Schule Willigis Jäger, Fastenleiterin nach dem Tri-Dosha-Prinzip

Sabina Kiebacher – Ernährungsberaterin und -biologin, Pilatesrainerin  
A Zeit: So. 08.11.26, 16:00 Uhr – Sa. 14.11.26, 09:00 Uhr  
B Zeit: So. 14.02.27, 16:00 Uhr – Sa. 20.02.27, 09:00 Uhr  
C Zeit: So. 14.03.27, 16:00 Uhr – Sa. 20.03.27, 09:00 Uhr  
Kurs: im November 603 €  
ab Februar 703 €  
(inkl. Fastenverpflegung im DZ)

### Entspann dich

14.11. – 15.11.

Interessierte

In diesem Seminar probieren wir Entspannungsmethoden aus, die Körper und Geist beruhigen: Achtsamkeitsübungen, Meditationen, Fantasiereisen, progressive Muskelentspannung, Qi Gong, Klangreisen und Atemtechniken.

Manuela Gottardo – Neuromentaltrainerin®, Qi Gong Übungsleiterin, Entspannungstrainerin

Zeit: Sa. 14.11.26, 16:00 Uhr – So. 15.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 120 € pro Person

### Balance für Körper, Geist und Seele

20.11. – 21.11.

Interessierte

Gemeinsam begeben wir uns auf eine Reise durch unseren Körper und kommen dabei mit den einzelnen Organen in Kontakt. Wir wenden verschiedene Methoden an, um den Körper zu entspannen und Energie zu gewinnen.

Lorenzo Rumerio – TFH-Instructor, Aus- und Weiterbildungen in verschiedenen Kinesiologie-Richtungen

Zeit: Fr. 20.11.26, 15:00 Uhr – Sa. 21.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 120 € pro Person

**Weihnachtsbäckerei:  
glutenfrei und ohne  
Industriezucker**

21.11.

NEW

Interessierte, auch für Menschen mit Zöliakie und Diabetes geeignet

Wir backen traditionelle Leckereien in einer gesünderen, blutzuckerfreundlichen Variante. Spitzbuben, Butterkekse, Vanillekipferl und viele Sorten mehr sind voller Geschmack und mit nährstoffreichen Zutaten.

Valentina Moling – Ernährungscoach

Zeit: Sa. 21.11.26, 09:00 – 17:00 Uhr

Kurs: 110 € pro Person

**Feldenkrais und  
Tanzen**

29.11. – 01.12.

Interessierte, unabhängig von Alter oder körperlicher Konstitution

In diesen Tagen bewegen wir uns im Sitzen, Stehen und Liegen. Wir verbessern unsere Haltung, vermindern mit Übungen diverse Verspannungen und tanzen internationale Kreis- und Volkstänze.

Brigitte Vorhauser – Feldenkraislehrerin

Gabriele Besser – Tanzlehrerin

Helga Spitaler – Tanzlehrerin

Zeit: So. 29.11.26, 15:00 Uhr – Di. 01.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 180 € pro Person

**Mut zur Kälte – Nutze  
die Kälte für deine  
Gesundheit**

04.12. – 05.12.

Interessierte

Bei diesem praxisbezogenen Workshop lernen wir die Kälte aus einer neuen Perspektive kennen. Wir nutzen sie, um unsere Gesundheit zu fördern, das Immunsystem und unsere mentale Kraft zu stärken.

Patrik Holzknicht – Neuromentaltrainer®, Atemcoach, Bewegungs- und Fitnesstrainer, Saunacoach  
Ausbilder

Zeit: Fr. 04.12.26, 15:00 Uhr – Sa. 05.12.26, 15:00 Uhr

Kurs: 120 € pro Person

**Yoga und Klang**

08.01. – 09.01.

Interessierte

Yoga heißt übersetzt Verbindung. Die Gedankenwellen sollen zur Ruhe kommen. Achtsamkeit, Konzentration, Körpergefühl und Entspannung werden gefördert. Klangschalen bringen die Seele zum Schwingen und verbinden uns mit unserer ureigenen Kraft.

Evi Schroffenegger – Ausbildung in Musiktherapie und Klangschalenmassage, Evolutionspädagogin®, Coach P.P.®

Sabine Vieider – Hatha Yogalehrerin Yoga Vidya Gurukul Indien/Trimbak, Meditationskursleiterin, Ayurveda Gesundheitsberaterin

Zeit: Fr. 08.01.27, 16:00 Uhr – Sa. 09.01.27, 15:30 Uhr

Kurs: 160 € pro Person

**Meditation – Pause  
von der Welt**

20.02. – 21.02.

Interessierte

Bei der Meditation wird die Wahrnehmung nach innen gerichtet. Das bedeutet, dass Menschen ihre Aufmerksamkeit bewusst von der Außenwelt nach innen lenken und sich dem zuwenden, was dort auftaucht.

Nadia Brenner – Sozialpädagogin, Bionaturopathin

Zeit: Sa. 20.02.27, 16:00 Uhr – So. 21.02.27, 16:00 Uhr

Kurs: 120 € pro Person

**Heilfasten, sanfte  
Bewegung und  
kreatives Tun**

28.02. – 06.03.

Interessierte

Bei dieser Fastenwoche nach Dr. F.X. Mayr werden täglich Darmreinigungen und spezielle manuelle Behandlungen zur Anregung der Darmfunktion durchgeführt. Referate über gesunde Ernährung und Verdauung sowie achtsame Körperübungen und kreative Coaching-Tools zur Steigerung der Lebensqualität begleiten das Heilfasten.

Astrid Fleischmann – GestaltCounsellor Professional, SeelenSport®-Trainerin

Aurelia Lechner – Pensionierte Allgemeinärztin, F. X. Mayr Ärztin

Zeit: So. 28.02.27, 16:00 Uhr – Sa. 06.03.27, 15:00 Uhr

Kurs: 703 € pro Person (inkl. Fastenverpflegung im DZ)

# 6



**PERSÖNLICHKEIT  
UND KREATIVITÄT**

**58-67**

**Stark und leicht  
leben – der Baum als  
Lebensbild**

11.09. – 12.09.

NEW

**Interessierte**

Wo wurde ich hineingeboren? Was hat mich stark gemacht? Wie stehe ich da? Wohin möchte ich noch wachsen? Mit diesen Fragen gestalten und begreifen wir das eigene „Geworden sein“.

Astrid Fleischmann – GestaltCounsellor Professional, Trauerbegleiterin, SeelenSport®-Trainerin, Ernährungsmentaltrainerin i.A.

Zeit: Fr. 11.09.26, 15:00 Uhr – Sa. 12.09.26, 15:00 Uhr

Kurs: 120 € pro Person

**Holotropes Atmen –  
Auf dem Weg zu mir**

A 12.09. – 13.09.

B 07.11. – 08.11.

C 06.03. – 07.03.

**Interessierte**

Wir nutzen für unsere Entwicklung die Kraft veränderter Bewusstseinszustände und arbeiten mit Holotropem Atmen und mit Meditation. Im geschützten Rahmen entsteht ein Raum der Heilung, in dem tiefe Begegnung mit uns selbst möglich wird.

Ingrid Mair – Psychologin, Psychotherapeutin, Aus- und Weiterbildungen in Atemarbeit, Meditation, Selbsterfahrung

Mario Knappe – Arzt, Therapeut, Akupunktur, Aus- und Weiterbildungen in Atemarbeit, Meditation, Selbsterfahrung

A Zeit: Sa. 12.09.26, 09:00 Uhr – So. 13.09.26, 17:00 Uhr

B Zeit: Sa. 07.11.26, 09:00 Uhr – So. 08.11.26, 17:00 Uhr

C Zeit: Sa. 06.03.27, 09:00 Uhr – So. 07.03.27, 17:00 Uhr

Kurs: 160 € pro Person

**Senior:innenwoche:  
Mitten in der  
Lebensreife – Tage der  
Begegnung und der  
Freude**

13.09. – 19.09.

**Generation 65+**

Im September zeigt sich die Natur in ihrer Fülle und lädt zum Feiern des Lebens ein. Wir tun es ihr gleich und stärken bei guten Gesprächen und reichlich Bewegung Körper und Geist und lassen uns von neuen Impulsen inspirieren.

Hildegard Kreiter – Kräuterexpertin, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Gedächtnistrainerin

Zeit: So. 13.09.26, 16:00 Uhr – Sa. 19.09.26, 15:00 Uhr

Kurs: 119 € pro Person

**Rente für  
Anfänger:innen**

18.09. – 19.09.

**Interessierte vor dem Ruhestand oder am Beginn  
des Ruhestandes**

Das sind zwei Tage für Menschen, die dem Ruhestand entspannt, gesund und vorbereitet begegnen möchten. Wir besprechen unter anderem Impulse und Empfehlungen zu Psyche, Gesundheit, Finanzen und Bewegung.

Alexander Oberkofler – Rentenexperte

Elke Larcher – Physiotherapeutin, Mentaltrainerin

Heinold Pider – Vermögensberater, Management- und Finanzcoach

Julia Kaufmann – Psychologin, systemische Supervisorin, Coach (BSC), Master in klinischer Arbeitspsychologie

Matthias Klauser – Allgemeinmediziner, medizinischer Leiter des Altersheimes Sarntal

Zeit: Fr. 18.09.26, 14:30 Uhr – Sa. 19.09.26, 15:00 Uhr

Kurs: 160 € pro Person

**Yoga, Qi Gong und  
die Kultivierung der  
Lebensenergie**

26.09.

NEW

**Interessierte**

Wir verbinden die achtsame Praxis von Yoga und Qi Gong, um unsere innere Kraft zu stärken. Durch harmonische Bewegungsabläufe, vertiefende Atemübungen und Momente der Stille entsteht ein Raum, in dem neue Energie wachsen kann.

Manuela Gottardo – Neuromentaltrainerin®, Qi Gong Übungsleiterin, Entspannungstrainerin

Petra Sattler – Yogalehrerin, Entspannungstrainerin, Neuromentaltrainerin, Beckenbodenfachfrau

Zeit: Sa. 26.09.26, 09:00 – 17:00 Uhr

Kurs: 130 € pro Person

**Mein Singwochen-  
ende**

02.10. – 03.10.

**Interessierte Anfänger:innen und Fortgeschrittene**

Wir konzentrieren uns auf unsere Stimme, erproben Einwärmübungen, bekommen Tipps zum korrekten Umgang mit unserer Stimme, finden den richtigen Rhythmus, lernen das Ear-Training kennen und üben Bühnenpräsenz.

Annika Borsetto – Vocal Coach, Sängerin, Ukulele-Trainerin

Zeit: Fr. 02.10.26, 09:30 Uhr – Sa. 03.10.26, 15:00 Uhr

Kurs: 160 € pro Person (zzgl. Materialspesen)

**Digital Detox**

02.10. – 03.10.

NEW

**Neugierige und interessierte Erwachsene**

Wir verabschieden uns für einige Stunden von der digitalen Welt, legen WhatsApp, Instagram, Facebook, Arbeit, Termine beiseite und erleben, wie es ist, ohne unser Smartphone Zeit zu haben.

Georg Pardeller – Trainer und Referent für erlebnisorientiertes Lernen

Zeit: Fr. 02.10.26, 10:00 Uhr – Sa. 03.10.26, 15:00 Uhr

Kurs: 130 € pro Person

**Mein letztes Fest**

02.10. – 03.10.

NEW

**Interessierte**

Dieser Workshop eröffnet einen kreativen Zugang zu Tod, Erinnerung und Vermächtnis. Die Teilnehmenden formulieren ihre Wünsche zur eigenen Beerdigung, erleben Selbstbestimmung und entlasten ihre Angehörigen.

Evelyn Mayr – Krankenpflegerin, spezialisiert in hospizorientierter Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung und Palliative Care

Simone Schwarz – Ergotherapeutin, MSC Palliative Care

Zeit: Fr. 02.10.26, 15:00 Uhr – Sa. 03.10.26, 15:00 Uhr

Kurs: 160 € pro Person

**Sterben für  
Anfänger:innen**

08.10. – 09.10.

**Interessierte**

Wir beleuchten das Sterben aus medizinischer, rechtlicher, wirtschaftlicher und religiöser Sicht. Fachreferent:innen informieren über Patient:innen-Verfügung, Testament, Palliativbetreuung, finanzielle Regelungen und philosophische sowie theologische Aspekte.

Elena Lanzi – Notarin

Josef Torggler – Diözesanpriester, Psychotherapeut, Referent für Seniorenpastoral

Magdalena Schwiabacher – Bestatterin

Matthias Klauser – Allgemeinmediziner, medizinischer Leiter des Altersheimes Sarntal

Heinold Pider – Vermögensberater, Management- und Finanzcoach

Zeit: Do. 08.10.26, 10:00 Uhr – Fr. 09.10.26, 15:30 Uhr

Kurs: 160 € pro Person

**Happy days: Einfach glücklich sein**

09.10. – 10.10.

NEW

**Interessierte**

Wir alle wollen Glücksmomente erleben und glücklich sein. Aber was ist Glück? Welche Formen von Glück gibt es? Woran merke ich, dass ich glücklich bin? Wir gehen diesen Fragen auf den Grund.

**Astrid Fleischmann – GestaltCounsellor Professional,**

Trauerbegleiterin, SeelenSport®-Trainerin  
**Zeit:** Fr. 09.10.26, 15:00 Uhr – Sa. 10.10.26, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 120 € pro Person

**Tan-tra beginnt innen**

09.10. – 11.10.

**Interessierte Einzelpersonen**

Dieses Angebot ist für Menschen, die Lust haben, mehr von sich selbst zu entdecken und die Verbindung mit dem sinnlichen Ganzen zu spüren.

**Miriam Pobitzer – Psychologin, Sexualtherapeutin**

**Zeit:** Fr. 09.10.26, 16:00 Uhr – So. 11.10.26, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 210 € pro Person

**Wege der Hoffnung in der Trauer**

10.10.

**Menschen, die um eine geliebte Person trauern**

Wie können Wunden von Verlust und Trauer heilen? In der Gruppe und mit unterstützender Begleitung suchen wir gemeinsam nach Wegen der Hoffnung und persönlichen Schritten zur Verarbeitung.

**Gerhard Waibel – Theologe, Psychotherapeut und Supervisor, in der Hospizbewegung tätig**

**Zeit:** Sa. 10.10.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
**Kurs:** 110 € pro Person

**Zeit für Pasta Madre. Zeit für dich.**

17.10. – 18.10.

NEW

**Interessierte**

In diesem Kurs tauchst du in die Kunst des Backens mit Pasta Madre (Mutterteig) ein. Aus Hingabe und einfachen Zutaten entsteht lebendiges Gebäck. Gleichzeitig öffnen wir einen Raum zum Durchatmen, Loslassen und Ankommen.

**Birgit Prast – Mentaltrainerin, ganzheitlicher Ernährungscoach**

**Luzia Berger – Pasta Madre Expertin, Natur- und Wildnis-Trainerin i.A.**  
**Zeit:** Sa. 17.10.26, 09:00 Uhr – So. 18.10.26, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 160 € pro Person

**Aquarellmalerei: Herbst und Winter**

24.10. – 25.10.

**Interessierte Anfänger:innen oder mit Kenntnissen im Aquarellieren ab 16 Jahren**

An diesen zwei Tagen erweitern wir unser Wissen in der Aquarellmalerei. Diese Art von Malerei wirkt entspannend und meditativ. Die Motive sind herbstlich, bunt und für manche auch schon weihnachtlich. (Dieser Kurs findet in italienischer Sprache statt).

**Donatella Peli – Aquarell-Künstlerin**

**Zeit:** Sa. 24.10.26, 16:00 Uhr – So. 25.10.26, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 120 € pro Person

**Druckwerkstatt mit Pflanzenfarben**

30.10. – 31.10.

NEW

**Interessierte ab 14 Jahren**

In der Druckwerkstatt arbeiten wir mit traditionellen Pflanzenfarben: Gelb, Blau und Rot. Mit Blättern aus der Umgebung des Hauses der Familie drucken wir auf Papier und Textil. Am zweiten Tag entsteht ein textiles Bild oder ein Seidenschal.

**Maria Jocher – Naturpädagogin, Werkstatteleiterin und Gründerin von Atelier Nomade**

**Zeit:** Fr. 30.10.26, 16:00 Uhr – Sa. 31.10.26, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 120 € pro Person (zzgl. ca. 35 € Materialspeisen)

**Farbe, Pinsel und noch mehr**

06.11. – 08.11.

**Interessierte mit oder ohne Vorkenntnisse**

Das Seminar stärkt spielerisch die kreative Persönlichkeit und regt in einer wohlwollenden Atmosphäre Fantasie und Wahrnehmung mit Techniken wie Zeichnen, Aquarell, Wachskreide und Collage an.

**Margitta Theresa Bukovski-Müller – Psychotherapeutin, Kunsttherapeutin, Künstlerin, Initiatorin der „Schule der Phantasie“ in Österreich**

**Zeit:** Fr. 06.11.26, 16:00 Uhr – So. 08.11.26, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 190 € pro Person

**Sternenkind: Vom tiefen Schmerz zurück ins Leben**

07.11.

NEW

**Mütter von Sternenkindern**

Fehlgeburt, Totgeburt oder Tod nach der Geburt: Auf den Verlust eines Kindes rund um die Geburt sind wir nicht vorbereitet. Im Workshop geht es darum, das Geschehene zu betrachten und neue Lebensfreude zu finden.

**Helga Seebacher – Psychologin, Neuromentaltrainerin, Trauercoach, Autorin**

**Zeit:** Sa. 07.11.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
**Kurs:** 110 € pro Person

**Freies Flechten mit Weiden**

09.11. – 12.11.

**Interessierte, Lehrer:innen, Erzieher:innen**

Bei diesem Seminar lernen wir die Grundkenntnisse des Flechtens kennen. Dabei entstehen Kugeln, ovale Einkaufskörbe mit Längshenkel, ein unter das Becken passender Wäschebehälter oder ganz anderes.

**Petra Franke – Korb- und Weidenflechtgestalterin**

**Zeit:** Mo. 09.11.26, 10:00 Uhr – Do. 12.11.26, 16:00 Uhr  
**Kurs:** 200 € pro Person (zzgl. Materialspeisen)

**Stille – Tiefe – Weite**

09.11. – 13.11.

**Interessierte**

Wir kombinieren Stille, Meditation und Kontemplation mit kreativen und wahrnehmungsfördernden Übungen. Die Teilnehmenden vertiefen ihre Wahrnehmung, entwickeln schöpferische Ausdruckskraft und tauschen sich über persönliche Erfahrungen aus.

**Margitta Theresa Bukovski-Müller – Psychotherapeutin, Kunsttherapeutin, Künstlerin, Initiatorin der „Schule der Phantasie“ in Österreich**

**Zeit:** Mo. 09.11.26, 16:00 Uhr – Fr. 13.11.26, 15:00 Uhr  
**Kurs:** 220 € pro Person

### Singen mit Ukulele

14.11.

Interessierte ab 12 Jahren  
Ukulele heißt „hüpfender Floh“ und ist ein kleines und leichtes Instrument mit Nylonsaiten, auf dem es sich schnell spielen lässt. Wir lernen beim Workshop die Grundakkorde und Grundrhythmen kennen.

Annika Borsetto – Vocal Coach, Sängerin, Ukulele-Trainerin  
Zeit: Sa. 14.11.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
Kurs: 110 € pro Person

### Sprechen. Verstanden werden. Wirken.

14.11.

NEW

Interessierte  
Wir lernen einfach anwendbare Werkzeuge kennen, um klar zu sprechen, souverän „Nein“ zu sagen und schwierige Gespräche zu meistern. Gelingende Kommunikation schafft Klarheit und reduziert Konflikte.

Daniela Hofer – Pädagogin  
Zeit: Sa. 14.11.26, 09:30 Uhr – 16:30 Uhr  
Kurs: 110 € pro Person

### 4. Forum Spiritualität: Die Veredelung der Zeit

14.11. – 15.11.

Interessierte  
Zwischen Terminen, Erwartungen und Beschleunigung wächst bei vielen Menschen die Sehnsucht nach einer anderen Qualität von Zeit und tragenden Momenten. Im Forum richtet sich der Blick auf diese andere Dimension: auf Zeit als Erfahrungsraum.

Arnold Metznitzner – Theologe, Psychotherapeut, freier Mitarbeiter des ORF, Buchautor  
Zeit: Sa. 14.11.26, 16:00 Uhr – So. 15.11.26, 16:00 Uhr  
Kurs: 160 € pro Person

### Handlettering für die Weihnachtszeit – und nicht nur

21.11.

Interessierte Anfänger:innen ab 14 Jahren  
Handlettering geht über Schönschrift hinaus: Schriftzüge sollen Zweck, Zielperson und Emotionen transportieren.

Evi Schroffenegger – Ausbildung in Musiktherapie und Klangschalenmassage, Evolutionspädagogin®, Coach P.P.®  
Zeit: Sa. 21.11.26, 09:00 – 16:30 Uhr  
Kurs: 110 € pro Person

### Positive Psychologie erleben

27.11. – 29.11.

NEW

Interessierte  
Das 3-tägige Einsteigerseminar zur Positiven Psychologie ist wissenschaftlich fundiert und praxisnah. Die Teilnehmenden bearbeiten Übungen, reflektieren und tauschen sich aus zu Lebensfreude, Sinn, Stärken, Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge.

Barbara Zisser – Trainerin der Positiven Psychologie, Resilienz-Trainerin, Business- und Managementcoach, Gestaltberaterin  
Martin Gschliesser – Berater der Positiven Psychologie, Business- und Management Coach, Erwachsenenbildner, Pädagoge  
Zeit: Fr. 27.11.26, 16:00 Uhr – So. 29.11.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 200 € pro Person

### Senior:innenwoche: Lichtblicke im Advent

06.12. – 12.12.

### Generation 65+

Diese magische Zeit lädt ein, dem nachzuspüren, was uns trägt und Hoffnung schenkt. Wir freuen uns auf besinnliche Worte, kleine Rituale, adventliche Impulse, gemeinsames Singen, Basteln und andere Lichtblicke.

Hildegard Kreiter – Kräuterexpertin, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Gedächtnistrainerin  
Zeit: So. 06.12.26, 16:00 Uhr – Sa. 12.12.26, 15:00 Uhr  
Kurs: 119 € pro Person

### Lichtensterner Nähwerkstatt

15.01. – 16.01.

Interessierte Nähanfänger:innen ab 14 Jahren  
Dieses Seminar richtet sich an Anfänger:innen, die mit der Nähmaschine erste Stiche wagen möchten. Ein kleines Nähprojekt wird verwirklicht.

Luzia Unterholzner – Schneiderin  
Zeit: Fr. 15.01.27, 16:00 Uhr – Sa. 16.01.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 120 € pro Person (zzgl. Materialspesen)

### Single-Seminar

16.01. – 17.01.

Singles  
Ob freiwillig oder ungewollt: Das Gefühl des Singleseins kann uns auch mitten in einer Beziehung begleiten. In diesem Seminar haben die Teilnehmer:innen die Möglichkeit, zu verstehen, warum sie aktuell allein sind und welche Veränderungen sie anstreben, um in eine erfüllende Beziehung zu treten.

Miriam Pobitzer – Psychologin, Sexualtherapeutin  
Zeit: Sa. 16.01.27, 09:00 Uhr – So. 17.01.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 190 € pro Person

### Vom Gelingen unserer Beziehungen – durch den Dialog

16.01. – 17.01.

NEW

Interessierte, Paare, Ex-Paare, Alleinerziehende, Eltern  
Der Dialog, den wir verstehen, ist ein Übungsraum für den Alltag und Beziehungen. In Kreisgesprächen lernen wir Grundachtsamkeiten wie offenes Sprechen, Zuhören, Respekt oder Suspendieren. So entwickeln wir eine urteilsfreie Haltung uns selbst und anderen gegenüber. Thema: „Ich höre Dich, ich sehe Dich“

Benno Kapelari – Pädagoge, psychosozialer Berater, Gründer und Ausbildungsleiter der Dialogakademie  
Jutta Wieser – Radiomoderatorin, Dialogkreisbegleiterin, Sprecherin, Redakteurin, Rhetoriktrainerin  
Zeit: Sa. 16.01.27, 09:30 Uhr – So. 17.01.27, 15:00 Uhr  
Kurs: 160 € pro Person

### Resonanz des Lebens – Trommel und Frequenz als Weg zur Balance

22.01. – 23.01.

NEW

Interessierte  
In diesem Erlebniseminar verbinden sich stoisches Wissen und aktuelle Wissenschaft, um die eigenen Potenziale und Lebenskräfte zu vertiefen. Praxis und kurze Inputs fördern Körperbewusstsein, Aufmerksamkeit und Selbstregulation.

Angelika Fauster – Psychologin, Psychotherapeutin, Imagotherapeutin, Mitglied der Akademie für Potentialentfaltung  
Michele Pasetto – Musiker, Percussionist, Musiktherapeut  
Zeit: Fr. 22.01.27, 16:00 Uhr – Sa. 23.01.27, 16:00 Uhr  
Kurs: 160 € pro Person (zzgl. 40 € Materialspesen)

**Rituale mit dem europäischen Lebensrad**

30.01.

NEW

**Interessierte**

Mit dem europäischen Lebensrad knüpfen wir an uraltes Wissen an: Es geht ums Leben, Wachsen und Vergehen. Wir beschäftigen uns mit den Elementen und blicken darauf, welche Erkenntnisse von außen nach innen dringen.

Lisa Huber – Theologin, Religionspädagogin

Zeit: Sa. 30.01.27, 09:30 – 17:00 Uhr

Kurs: 110 € pro Person

**Der Weg zur inneren Stärke**

30.01. – 31.01.

**Interessierte**

Wir wünschen uns mehr Wohlbefinden im Alltag, um Herausforderungen und Krisen mit innerer Stärke zu meistern. In mehreren Workshops lernen wir verschiedene Ansätze kennen und lassen uns auf das Neuromentaltraining ein.

Doris Ebner – Neuromentaltrainerin®, Sängerin, EPT-Practitioner

Lisa Kalser – Neuromentaltrainerin®, Bachelor in Psychologie, EPT-Practitioner

Manuela Gottardo – Neuromentaltrainerin®, Qi Gong Übungsleiterin, Entspannungstrainerin

Ruth Rieder – Trainerin im Feelgood- und Stressmanagement, Neuromentaltrainerin®, Naturcoach, Burnout-Präventionstrainerin

Zeit: Sa. 30.01.27, 10:00 Uhr – So. 31.01.27, 16:00 Uhr

Kurs: 160 € pro Person

**Malen, Gestalten, Staunen – Kreativität als Kraftquelle**

31.01. – 02.02.

**Interessierte**

Wir tauchen ein in die Welt der Farben, Linien und Formen und tun das spielerisch, intuitiv und zweckfrei. Im Experimentieren, Kombinieren und Verwandeln öffnet sich ein Raum, in dem sich persönliche Bildsprache frei entfalten kann.

Martina Thanei – Referentin im Bereich Ästhetische Bildung, Kreativtrainerin, Malbegleiterin im Ausdrucksmalen

Ulrike Goller Hofmann – Kunsttherapeutin, Leiterin eines Malateliers, Ausbildung bei Arno Stern in Ausdruckssemiologie

Zeit: So. 31.01.27, 16:00 Uhr – Di. 02.02.27, 16:00 Uhr

Kurs: 200 € pro Person

**Konflikte verstehen – Lösungen gestalten**

19.02. – 20.02.

NEW

**Interessierte**

Im Seminar lernen wir Ursachen von Konflikten zu erkennen, wir erproben Strategien mit unseren Emotionen umzugehen und üben Schritte zur Deeskalation in Konflikten in Alltag und Beruf. Ziel ist es, Sicherheit im Umgang mit Spannungen zu gewinnen.

Barbara Vantsch – Mediatorin, Businesscoach

Zeit: Fr. 19.02.27, 15:00 Uhr – Sa. 20.02.27, 15:00 Uhr

Kurs: 130 € pro Person

**Porträt-Zeichnen und Malen**

26.02. – 27.02.

**Interessierte Anfänger:innen ab 14 Jahren**

Wir lernen verschiedene Hautfarben zu mischen, Tonwerte zu erkennen, ein Porträt von Grund auf aufzubauen und es mit Leben und Ausdruck zu füllen. Wir arbeiten mit Bleistift auf Papier und mit Acrylfarben auf Leinwand.

Andreas Bergmann – Lehrer in Pension

Barbara Natter – Künstlerin, Pädagogin, begleitet Kreativprozesse bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Zeit: Fr. 26.02.27, 15:00 Uhr – Sa. 27.02.27, 15:00 Uhr

Kurs: 210 € pro Person (zzgl. Materialspesen)

**Tan-tra beginnt innen**

06.03. – 07.03.

**Interessierte Einzelpersonen**

Dieses Angebot ist für Menschen, die Lust haben, mehr von sich selbst zu entdecken und die Verbindung mit dem sinnlichen Ganzen zu spüren. Fernab von käuflichen Praktiken ist Tantra eine Weisheit, mit der die innere Lebendigkeit wieder spürbar wird.

Miriam Pobitzer – Psychologin, Sexualtherapeutin

Zeit: Sa. 06.03.27, 09:00 Uhr – So. 07.03.27, 16:00 Uhr

Kurs: 190 € pro Person

**Lichtensterner Nähwerkstatt**

12.03. – 13.03.

**Interessierte mit Nähkenntnissen ab 14 Jahren**

Du kannst ein bisschen nähen und möchtest dich an ein größeres Nähprojekt wagen? An diesen beiden Tagen nähen wir bequeme Kleidung für uns selbst oder für unsere Kinder.

Luzia Unterholzner – Schneiderin

Zeit: Fr. 12.03.27, 15:30 Uhr – Sa. 13.03.27, 15:30 Uhr

Kurs: 120 € pro Person (zzgl. Materialspesen)

**Statt Burnout zum brennenden Feuer**

13.03. – 14.03.

**Interessierte**

Wir schöpfen Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit, entwickeln Strategien und Techniken im Umgang mit mentaler Überforderung, geistiger und körperlicher Anspannung und emotionalen Krisen.

Angelika Fauster – Psychologin, Psychotherapeutin, Imagotherapeutin, Mitglied der Akademie für Potentialentfaltung

Zeit: Sa. 13.03.27, 09:00 Uhr – So. 14.03.27, 15:00 Uhr

Kurs: 120 € pro Person

**Ein Tag ganz für mich!**

22.03.

**Junge und junggebliebene Frauen**

Wir haben Zeit für unseren ganz persönlichen Topf: Wie sieht mein Topf aus? Was braucht er? Wir versuchen, diesen Topf mit dem zu füllen, was uns guttut. Entspannung, Natur und Kreatives stehen als Kraftquellen zur Verfügung.

Elke Albertini – Kommunikationstrainerin, langjährige Referentin

Zeit: So. 22.03.26, 09:00 – 17:00 Uhr

Kurs: 110 € pro Person

# 07



**BERUFLICHE  
WEITERBILDUNG**

**68-79**

# Systemisch-, lösungsorientierte Beratung von Familien – Aufbaulehrgang

Personen, die über eine systemische Grundausbildung verfügen  
Ziel des Lehrgangs ist der Erwerb von Systemkompetenzen und systemisch lösungsorientierten Methodiken für die Beratung und Begleitung von Familien.

Lehrgang: 2.880 € pro Person inkl. MwSt.  
2.246 € pro Person ohne MwSt.

Zeitraum: September 2026 bis Mai 2027

## Dauer und Umfang des Lehrgangs:

Der Aufbaulehrgang umfasst 250 Weiterbildungsstunden:

- 100 h Theorie (Präsenzmodule)
- 37,5 h Lehrsupervision (online)
- 37,5 h Selbsterfahrung
- 35 h Peergruppe
- 60 h dokumentierte Praxisarbeit

Förderung: Personen aus der Privatwirtschaft und Unternehmen können um einen finanziellen Beitrag in der Koordinierungsstelle für berufliche Weiterbildung ansuchen.

Der Zertifikatslehrgang wird in Zusammenarbeit mit dem Institut InCuM InterCultura Management-Coaching & Training durchgeführt.

Nähere Informationen  
finden Sie hier:



### > Birgit Dissertori

Dozentin für systemische Beratung, Coaching und Supervision (SG), Coach & Supervisorin (DGSv), Leiterin von InCuM Intercultura Management (Kursleitung)



### > Sascha Kuhlmann

Dozent für systemische Beratung, Coaching und Supervision (SG), systemischer Lehrfamilietherapeut (SG), 1. Vorsitzender der systemischen Gesellschaft



### > Thomas Hegemann

Lehrender Coach und Supervisor (SG), Professional Coach (DBVC), Supervisor (DGSv), Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie



### > Thomas Hellrigl

Systemische Coach (DGSv), Supervisor (DGSv) und Organisationsentwickler (DGSv), Direktor der Sozialdienste - Eisacktal

## Unsere Angebote für Hebammen mit Sabine Friese Berg

„Hebamme zu sein heißt für mich, Frauen dabei zu unterstützen, sich selbst so zu stärken, dass sie eine gesunde Schwangerschaft, Geburt, das Wochenbett und die Stillzeit kraftvoll erleben können.“



### > Sabine Friese Berg

MSc aus Konstanz. Sie ist Hebamme, Lehrerin für Hebammenwesen, Coach, IBCLC.

### Expertenwissen: Beckenbodenpalpation und Wochenbettabschlussuntersuchung halten

Personen, die bereits die Beckenboden-Kompaktausbildung besucht haben

In der Hebammenarbeit ist die Palpation des Beckenbodens eine wichtige Grundlage für die postpartale Betreuung und wird auch als begleitende Maßnahme bei aufbauenden Beckenbodenkursen eingesetzt. Sie verbessert die individuelle Zielrichtung der Empfehlungen zur Wiederherstellung der Kraft in der Körpermitte.

Zeit: 13.09.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
14.09.26, 09:00 – 17:00 Uhr

Seminar: 325 € pro Person mit MwSt.  
266 € pro Person ohne MwSt.

### Grundlagen der Gesundheitsförderung – Saluto Physiologie

Hebammen, Physiotherapeut:innen, Manualtherapeut:innen  
Die Affektive Regulations Technik (ART) ist eine spezifische Hebammentechnik zur Stärkung der inneren Gesundheitsressourcen, zur Anregung und Harmonisierung des körperlichen Gesundheitsnetzwerkes und zur Regulation der kindlichen Versorgung, die sich auf die Grundprinzipien der Salutogenese bezieht. Die zentrale Frage ist: Was kann Hebammenbegleitung beinhalten um eine gesunde Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach zu stärken und zu fördern?

Zeit: 10.11.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
11.11.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
12.11.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
13.11.26, 09:00 – 13:00 Uhr

Seminar: 510 € pro Person mit MwSt.  
418 € pro Person ohne MwSt.

# Einführung in das Arbeitsfeld der (teil-)stationären Kinder- und Jugendhilfe

**Seminarreihe zur theoretischen und praktischen Einführung in das Arbeitsfeld der (teil-)stationären Kinder- und Jugendhilfe.**

Zielgruppe: Mitarbeiter:innen der CRAIS-Einrichtungen (Arbeitskreis sozialpädagogischer Einrichtungen der Provinz Bozen)



<b>MODUL 1</b> 15.–16. September 26	<b>Einführung in die sozialpädagogische Arbeit</b>
<b>MODUL 2</b> 29. Oktober 26	<b>Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mit psychologischen bzw. psychiatrischen Diagnosen</b>
<b>MODUL 3</b> 09. Dezember 26	<b>Arbeit in einem multiprofessionellen Team</b>
<b>MODUL 4</b> 28. Jänner 27	<b>Beziehungsarbeit</b>
<b>MODUL 5</b> 10. März 27	<b>Wenn Kinder aus der Reihe tanzen – Problemkinder verstehen und begleiten</b>
<b>MODUL 6</b> 10. März 27	<b>Kultursensible Sozialarbeit 28. April 27</b>
<b>MODUL 7</b> 08.–09. Juni 27	<b>Einführung in die Soziallandschaft, Sozialpolitik und aus der Perspektive der Sozialsprengel, Gerichtswesen</b>
<b>MODUL 8</b> 20. September 27	<b>Krisenintervention im Alltag</b>

<b>MODUL 9</b> 10. November 27	<b>Methodische Vielfalt</b>
<b>MODUL 10</b> 16. Dezember 27	<b>Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mit psychologischen bzw. psychiatrischen Diagnosen</b>
<b>MODUL 11</b> 09. febbraio 28	<b>L'accoglienza e la relazione di fiducia con minori e famiglie. Strumenti per l'Operatore.</b>
<b>MODUL 12</b> 24. März 28	<b>Systemischer Ansatz und Beratungskompetenz</b>
<b>MODUL 13</b> 02. Mai 28	<b>Sozialpädagogische Praxisbeispiele</b>
<b>MODUL 14</b> 08. Juni 28	<b>Schutzkonzept und Traumapädagogik in der Praxis</b>
<b>MODUL 15</b> 19.–20. September 28	<b>Kinder- und Jugendpsychiatrie Eltern- und Familienarbeit</b>

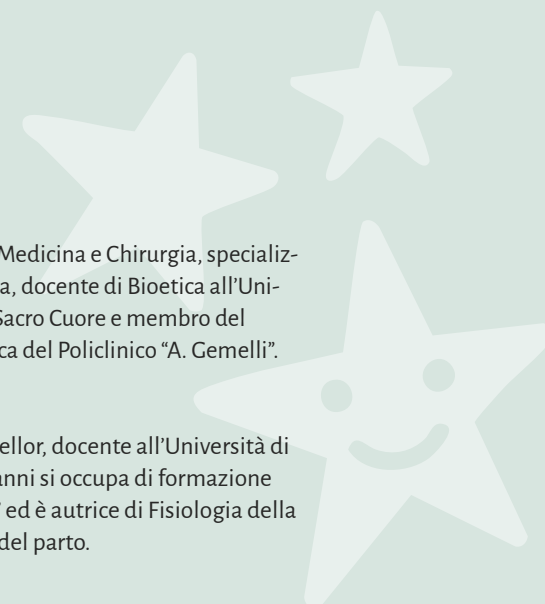
# Convegno “I bambini stella” Accompagnamento multiprofessionale al lutto perinatale

Il convegno intende offrire uno spazio di confronto e riflessione dedicato al tema dell'accompagnamento delle famiglie e del sostegno nel lutto perinatale. Attraverso l'intervento di esperti provenienti da diversi ambiti – medico, psicologico, ostetrico ed etico – si approfondiranno le sfide umane e professionali legate a queste esperienze, con l'obiettivo di promuovere una cultura della cura basata sull'ascolto, sull'empatia e sulla collaborazione interdisciplinare.

**Data:**  
15 ottobre 26, ore 09:00 – 17:00  
**Destinatari:**  
Ostetriche, medici, psicologi, pediatri, infermieri, collaboratori dell'assistenza spirituale ospedaliera

- Contenuti:**
- Aspetti bioetici e quadro normativo di riferimento
  - Consulenza e accompagnamento delle famiglie dopo la diagnosi
  - Comunicazione con i genitori: strategie per un counseling chiaro ed empatico
  - Strumenti e modelli operativi per la collaborazione interdisciplinare
  - la rete “Bambini Stella”: punti di riferimento e strutture di supporto
  - La situazione in Alto Adige: dati aggiornati e prospettive future

- > **Barbara Corsano**  
Dott.ssa. laureata in Medicina e Chirurgia, specializzata in bioetica clinica, docente di Bioetica all'Università Cattolica del Sacro Cuore e membro del Servizio di Etica Clinica del Policlinico “A. Gemelli”.
- > **Giovanna Bestetti**  
Pedagogista e counsellor, docente all'Università di Milano-Bicocca. Da anni si occupa di formazione nei “Percorsi nascita” ed è autrice di Fisiologia della nascita e Nel dolore del parto.
- > **Ada Rubini**  
Ostetrica presso Policlinico Gemelli a Roma
- > **Alice Urban**  
Ostetrica presso l'ospedale del comprensorio sanitario di Bolzano e mamma di una “bambina stella”.



## SEMINARREIHE

### Reflexzonentherapie am Fuß – scuola Marquardt



Medici, fisioterapisti, naturopati, osteopati, ostetriche, infermieri, ergoterapisti, logopedisti, assistenti geriatriche, podologi  
Bei diesem vierteiligen Lehrgang in deutscher und italienischer Sprache werden die Grundlagen der RZF in Theorie und Praxis vermittelt. Die Teilnehmenden lernen die funktionellen Zusammenhänge des Körpers kennen. Apprendono a trattare il sistema linfatico e a lavorare sui meridiani di piedi e dita. Al termine del corso è previsto un modulo di preparazione all'esame.  
Die Seminare finden in deutscher und Italienischer Sprache statt.

Maria Kaserer – Insegnante di riflessoterapia al piede, Gesundheitstherapeutin, Lehrtherapeutin der Schule Marquardt  
2° parte/Teil 2: Mo. 21.09.26, 09:00 – Do. 24.09.26, 15:00 Uhr  
1° parte/Teil 1: Mo. 19.10.26, 09:00 – Do. 22.10.26, 15:00 Uhr  
3° parte/Teil 3: Mo. 11.01.27, 09:00 – Do. 14.01.27, 15:00 Uhr  
Seminar: auf Anfrage

## SEMINARE

### Praxiswerkstatt Präsentieren: mit KI als Sparringspartner



Führungskräfte und Nachwuchsführungskräfte, die Teams und Entscheider souverän überzeugen wollen, Projektleiter:innen und Fachexpert:innen, die komplexe Inhalte klar, spannend und verständlich präsentieren möchten  
Klar, souverän und überzeugend sprechen: In dieser Praxiswerkstatt entwickeln die Teilnehmenden ihre und gestalten mit neurodidaktischen Prinzipien und KI wirkungsvolle Botschaften für Online- und Präsenzformate.

Martina Eberl – Trainerin im Bereich Personal- und Führungskräfteentwicklung  
Zeit: Di. 22.09.26, 09:00 Uhr – Mi. 23.09.26, 17:00 Uhr  
Seminar: 355 € pro Person mit MwSt.  
291 € pro Person ohne MwSt.

### Systemische Methoden für die Begleitung von Jugendlichen und Erwachsenen



Sozialarbeiter:innen, Pädagog:innen, Psycholog:innen und andere Berufsgruppen, die in der psychosozialen Beratung tätig sind  
Die Teilnehmenden üben zirkuläre Fragetechniken, Genogramme und Aufstellungen praktisch an konkreten Beispielen. Im Fokus stehen die Aktivierung von Ressourcen und die direkte Anwendung im beruflichen Alltag.

Andrea Gufler – Studium der Psychologie, Systemische Therapeutin und Familientherapeutin (DGSG), Schulsozialpädagogin  
Zeit: Do. 24.09.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
Seminar: 255 € pro Person mit MwSt.  
209 € pro Person ohne MwSt.

### Schematherapie - CHAIRWORK mit fordernden und kritischen Selbstanteilen



Psycholog:innen, Ärzt:innen, Psychotherapeut:innen  
CHAIRWORK (Stuhlarbeit) ist eine effektive psychotherapeutische Methode in kognitiven und emotionsfokussierten Psychotherapieansätzen. Schwerpunkte: selbstschädigende Anteile überwinden und wohlwollende Anteile stärken.

Margit Sölva – Psychologin und Psychotherapeutin, Zertifizierte Schematherapeutin, Dozentin für Studi Cognitivi Mailand und NEST Institut Nürnberg  
Termin 1: Do. 24.09.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
CHAIRWORK: mir fordernden und kritischen Selbstanteilen  
Termin 2: Fr. 25.09.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
CHAIRWORK: Selbstfürsorge, Mitgefühl  
Seminar: 160 € pro Person mit MwSt.  
131,15 € pro Person ohne MwSt.  
300 € beide Tage mit MwSt.  
245,90 € beide Tage ohne MwSt.

### Grundlagenseminar Stillen



Menschen, die in Gesundheits-, Pflege- und Heilberufen arbeiten  
Dieses Seminar für Fachkräfte vertieft Wissen zu Stillen und Laktation. Theorie, praktische Tipps und Lösungsansätze zu Stillproblemen stärken Mütter und Familien und begleiten sie effizient durch die Stillzeit.

Evelyn Mayr – Krankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Basic-Bonding-Gruppenleiterin  
Sabine Brunner – Hebamme, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Fachtherapeutin für „Emotionale Erste Hilfe“  
Zeit: Mo. 28.09.26, 09:00 Uhr – Di. 29.09.26, 17:00 Uhr  
Mo. 26.10.26, 09:00 Uhr – Di. 27.10.26, 17:00 Uhr  
Seminar: 540 € für nicht VSLS Mitglieder mit MwSt.  
380 € für VSLS Mitglieder mit MwSt.  
420 € über Sanität ohne MwSt.

### Naturverbundene Selbstführung für einen gesunden Arbeitsalltag



Mitarbeiter:innen und Führungskräfte im Sozial- und Gesundheitsbereich  
Der praxisnahe Workshop zeigt, wie durch achtsame Selbstführung, Naturverbundung und körperorientierte Methoden neue Energie geschöpft werden kann.

Ruth Rieder – Trainerin und Expertin für Selbstführung, Resilienz und gesunde Führung  
Zeit: Di. 29.09.26, 09:00 Uhr – Mi. 30.09.26, 17:00 Uhr  
Seminar: 255 € pro Person mit MwSt.  
209 € pro Person ohne MwSt.

### Systemisches Leadership: Fokus Team



Führungskräfte aus dem Sozial-, Gesundheits- und Kulturbereich  
Zentrale Themen der Team- und Personalentwicklung werden aus systemischer Perspektive vertieft. Es geht um Rollen in Teams und um das Erkennen und Fördern individueller Entwicklungspotenziale.

Birgit Dissertori – Systemische Beraterin, Senior Coach (DBVC), Supervisorin und Lehrtrainerin (SG), Leiterin von InCuM Intercultura Management  
Zeit: Mi. 30.09.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
Seminar: 185 € pro Person mit MwSt.  
151,70 € pro Person ohne MwSt.

### Genitorialità fragile: la gestione di casi complessi in carico a più servizi



Assistenti sociali, educatori dei servizi di assistenza sociale e pedagogica di base dei Distretti sociali  
In famiglie con genitori sintomatici, la cura degli adulti può confliggere con la protezione dei figli.  
Si esplorano interventi praticabili e collaborazioni interservizi a partire dai casi dei partecipanti.

Stefano Cirillo – Psicologo e terapeuta familiare, fondatore del CBM, co-responsabile della Scuola di Psicoterapia „Mara Selvini Palazzoli“  
**Orario:** lu. 05.10.26, ore 08:30 – 16:30  
**Seminario:** 140 € a persona con IVA  
114,75 € a persona senza IVA

### Aufbauseminar: IN-KONTAKT-Methode® nach Jürgen Länge



Fachkräfte, die am Basisseminar „Erfolgreich vermitteln mit der IN-KONTAKT-Methode®“ teilgenommen haben, und in der Akquise sowie Vermittlung tätig sind  
Für den Erfolg in der Arbeitsplatzakquisition sind kontaktfördernde, Interesse weckende und vertrauensbildende Kommunikationsformen von entscheidender Bedeutung. Es geht um das Training von Kernkompetenzen und erfolgreicher Gesprächsführung in Akquisitionsgesprächen und bei Verhandlungen mit Personalverantwortlichen.

Jürgen Länge – Pädagoge, Psychologe, Lehrsupervisor, Coach (DGSv; GaG; KSFH), Entwickler der IN-KONTAKT-Methode®  
**Zeit:** Di. 06.10.26, 09:00 Uhr – Mi. 07.10.26, 17:00 Uhr  
**Seminar:** 365 € pro Person mit MwSt.  
299 € pro Person ohne MwSt.

### Familien mit Fluchterfahrung und Migrationserfahrungen: Comprensione – Metodi – Pratica



Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter:innen aus dem Sozial-, Bildungs- und Gesundheitsbereich  
Das Seminar unterstützt Fachkräfte, Familien mit Fluchterfahrungen oder Migrationshintergrund traumasensibel und diversitätssensibel zu begleiten.  
Il seminario si terrà in lingua tedesca e italiana; relatori e partecipanti parleranno nella loro lingua madre, con traduzione dei contenuti se necessario.

Barbara Wopfner – Pädagogin und Koordinatorin eines SAI Projektes, Bezirksgemeinschaft Vinschgau  
Melisa Budimlic – Systemische Beraterin (SG), Kinderschutzfachkraft, Interkulturelle Elterntainerin, Fortbildungsakademie – Refugio München transfer  
**Zeit:** Do. 15.10.26, 09:00 Uhr – Fr. 16.10.26, 17:00 Uhr  
**Seminar:** 395 € pro Person mit MwSt.  
323,80 € pro Person ohne MwSt.

### Erfahrung statt Theorie: METALOG Training Tools live erleben



Coaches, Trainer:innen, Organisationsentwickler:innen, Interessierte von Erfahrungsorientierten Lernmethoden  
Sehe, höre, fühle: Im Workshop erlebt ihr METALOG-Tools aus Sicht eurer Zielgruppen oder Kund:innen kennen, lernt Inszenierung, Auswertung und Einsatzmöglichkeiten und erweitert euren Methodenwerkzeugkasten für wirksame Trainings.

Metalog-Trainerteam  
**Zeit:** Di. 20.10.26, 09:00 Uhr – Mi. 21.10.26, 17:00 Uhr  
**Seminar:** Auf Anfrage

### Runder Tisch für Psycholog:innen: Klimagefühle und Zukunftsangst in der psychotherapeutischen Arbeit



Psycholog:innen, Psychotherapeut:innen  
Wir beleuchten die psychologische Seite der Klimakrise und ihre Folgen für die Gesundheit.  
Selbstreflexion ist Voraussetzung für eine klimafreundliche psychotherapeutische Haltung.

Brigitte Andres – Psychologin, Psychotherapeutin, Initiatorin der Psychologists for Future in Südtirol  
**Zeit:** Do. 22.10.26, 09:00 – 12:30 Uhr  
**Seminar:** 75 € pro Person mit MwSt.  
61,50 € pro Person ohne MwSt.

### Kontaktbegleitung: psychologische und organisatorische Grundlagen



Personen, die Kontakte zwischen Elternteilen und Kindern begleiten  
Jedes Kind hat ein Recht auf ein sicheres Umfeld, besonders nach einer Trennung der Eltern. Im Seminar lernen Sie, Kinderbedürfnisse zu erkennen, Konflikte zu verstehen und effektiv zu kommunizieren.

Nina Harbich-Krejčík – Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Kinder-, Jugend- und Familienpsychologin, Traumapädagogin, Eltern-, Familien- und Erziehungsberaterin  
Elisabeth Partl – Traumapädagogin, Mediatorin, Eltern-, Familien- und Erziehungsberaterin, Gründerin und Geschäftsführerin von Aneli Kontaktbegleitung  
**Zeit:** Mi. 28.10.26, 09:00 Uhr – Do. 29.10.26, 17:00 Uhr  
**Seminar:** 450 € pro Person mit MwSt.  
369 € pro Person ohne MwSt.

### „anime perse in corpi vuoti“ – klinische Diagnosen und Therapie von Menschen mit Essstörungen



Mitarbeiter:innen aus dem Sozial-, Gesundheits- und Bildungsbereich  
Nei due giorni i partecipanti approfondiscono gli aspetti scientifici dei disturbi alimentari e rafforzano risorse come compassione e resilienza per lavorare con pazienti complessi. Il seminario è in italiano e tedesco.  
Im Seminar wird abwechselnd deutsch und italienisch gesprochen.

Angelika Fauster – Psychologin, Psychotherapeutin, Imagotherapeutin, Mitglied der Akademie für Potentialentfaltung  
Franca Di Nardo – Kinder- und Jugendpsychiaterin, Fachambulanz psychosoziale Gesundheit im Kindes- und Jugendalter  
**Zeit:** Di. 10.11.26, 09:00 Uhr – Mi. 11.11.26, 17:00 Uhr  
**Seminar:** 295 € a persona con IVA  
241,80 € a persona senza IVA

### Motivierende Gesprächsführung mit Eltern im Zwangskontext des Kinderschutzes



Mitarbeitende im Sozial- sowie Familien-, Kinder- und Jugendbereich  
Kinderschutz ist ein grundlegendes Kinderrecht. Elterngespräche sind immer herausfordernd. In einem Zwangskontext erfordert die Situation eine klare Haltung, gleichzeitig ist eine möglichst enge Kooperation zwischen den Eltern und allen beteiligten Unterstützer:innen anzustreben.

Sascha Kuhlmann – Mediator, Dozent für systemische Beratung, Coaching und Supervision (SG), Familien- und Erziehungsberater (SG), 1. Vorsitzender der systemischen Gesellschaft  
**Zeit:** Di. 27.10.26, 09:00 Uhr – Mi. 28.10.26, 17:00 Uhr  
**Seminar:** 215 € pro Person mit MwSt.  
176,23 € pro Person ohne MwSt.

**Care Leavers: accompagnare la transizione all'età adulta e promuovere il benessere dei giovani attraverso pratiche partecipative**



Assistenti sociali, educatrici ed educatori e tutto il personale impegnato nella tutela dei minori  
Questa formazione sostiene il passaggio alla vita adulta dei care leaver, combinando teoria, buone pratiche e testimonianze dirette, anche da parte degli stessi care leaver, per individuare interventi efficaci.

Angela Ferrero – Pedagogista e assistente sociale  
Diletta Mauri – Pedagogista e assistente sociale  
Orario: gio. 12.11.26, ore 09:00 – 17:00  
Seminario: 140 € a persona con IVA  
114,75 € a persona senza IVA

**Hirngeküst – Mit Glaubenssätzen in Beratung, Pädagogik und Coaching arbeiten**



Mitarbeitende in Familienberatungsstellen, Jugendarbeiter:innen, Sozialarbeiter:innen, Erzieher:innen, Psycholog:innen  
Unsere Köpfe sind voll von ungünstigen Denkkonstruktionen und inneren Blockaden, die das Leben erschweren. In diesem Seminar werden hinderliche Glaubenssätze nicht nur bei uns selbst, sondern vor allem in der eigenen professionellen Rolle in den Blick genommen.

Tom Küchler – Systemischer Potenzialfalter, Coach, Supervisor, Therapeut, Trainer, Autor  
Zeit: Mo. 16.11.26, 09:00 Uhr – Di. 17.11.26, 17:00 Uhr  
Seminar: 270 € pro Person mit MwSt.  
221,30 € pro Person ohne MwSt.

**Kurzberatung und Potenzialentfaltung**



Personen, die in der Beratung tätig sind; Familienberatungsstellen, Jugendarbeiter:innen, Sozialarbeiter:innen, Erzieher:innen, Psycholog:innen  
Das Seminar vermittelt wirkungsvolle Methoden und Werkzeuge für die Arbeit mit Menschen. Die Teilnehmenden lernen Techniken aus verschiedenen Schulen, um Entwicklungsprozesse präzise, leicht und freudvoll zu begleiten.

Tom Küchler – Systemischer Potenzialfalter, Coach, Supervisor, Therapeut, Trainer, Autor  
Zeit: Mi. 18.11.26, 09:00 Uhr – Do. 19.11.26, 17:00 Uhr  
Seminar: 270 € Kursbeitrag pro Person mit MwSt.  
221,30 € Kursbeitrag pro Person ohne MwSt.

**Autonomia abitativa per persone con disabilità cognitive e autismo – Fondamenti, diritti e modelli di riferimento**



Professionisti del settore sociale e sanitario  
La prima giornata promuove l'autonomia abitativa per persone con disabilità cognitive e autismo, tramite Life Skills, la valutazione della Qualità di Vita e i Diritti Umani (UNCRPD). Vengono esaminati funzionamento e bisogni di sostegno (ICF/ICF-CY) per personalizzare gli interventi. Il corso combina teoria, discussioni e casi reali, per costruire un progetto di vita individuale, personalizzato e partecipato (PdVIPP).

Luigi Croce – Psichiatra, Direttore Medico Consorzio SIR Milano, consulente per servizi sull'autismo e disabilità intellettiva, esperto in progettazione di vita indipendente  
Orario: ma. 24.11.26, ore 09:00 – mer. 25.11.26, ore 17:00  
Seminario: 215 € a persona con IVA  
176,23 € a persona senza IVA

**Occupazione di minori stranieri non accompagnati**



Collaboratori e collaboratrici dell'Azienda Servizi Sociali  
Il percorso formativo tratta il quadro giuridico dei minori stranieri non accompagnati, affrontando temi come accoglienza, residenza, asilo, permessi di soggiorno, accesso al lavoro, diritto all'unità familiare e conversione del permesso al compimento della maggiore età, con analisi di casi pratici.

Chiara Bongiorno – Avvocata nel settore del diritto dell'immigrazione, diritti umani e diritto antidiscriminatorio.  
Francesca De Angeli – Avvocata specializzata nel diritto di immigrazione, diritto minorile e di famiglia.  
Fulvio Fameli – Avvocato e socio dello studio legale  
Orario: ma. 24.11.26, ore 09:00 – mer. 25.11.26, ore 17:00  
Seminario: 215 € a persona con IVA  
176,23 € a persona senza IVA

**Gut verständlich kommunizieren – Leichte Sprache im beruflichen Alltag**



Personen, die mit Menschen mit geringerer Les- und Verständniskompetenz arbeiten  
Im praxisnahen Workshop lernen Teilnehmende klare Kommunikation, üben Gespräche und das einfache Vermitteln von Informationen, besonders mit Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen oder Bedarf an barrierefreier Sprache.

Helga Mock – Erziehungswissenschaftlerin, Koordinatorin von OKAY  
Ursula Tappeiner – People First, Lebenshilfe  
Zeit: Do. 26.11.26, 09:00 – 17:00 Uhr  
Seminar: 140 € pro Person mit MwSt.  
114,75 € pro Person ohne MwSt.

**Autismus-Spektrum-Störung: Grundlagen, Kommunikation und berufliche Teilhabe**



Mitarbeiter:innen aus dem Sozialbereich  
Das Seminar vermittelt Grundlagen zu Autismus-Spektrum-Störungen sowie Strategien für gelingende Kommunikation und Interaktion. Im Praxisteil werden Wege und Rahmenbedingungen aufgezeigt, um Betroffene, Arbeitgebende und Fachkräfte zu verbinden und Teilhabe nachhaltig zu fördern.

Manuel Kiesswetter – Psychologe, Psychotherapeut  
Zeit: Di. 01.12.26, 09:00 Uhr – Mi. 02.12.26, 17:00 Uhr  
Seminar: 230 € pro Person mit MwSt.  
188,50 € pro Person ohne MwSt.

## Anmeldung

Die Anmeldung kann per Anmeldeformular auf unserer Webseite, telefonisch oder persönlich erfolgen.

**ACHTUNG: Eine Anmeldung per Email ist nicht mehr möglich.**

Anmeldungen nehmen wir ab 03.06.26 um 09:00 Uhr entgegen.

Tel. +39 0471 345 172, [www.hdf.it](http://www.hdf.it)

## Kursbeitrag

Bis zu drei Wochen vor Kursbeginn erhalten Sie eine Anmeldebestätigung mit Kursinformationen und Hinweisen zur Überweisung des Kursbeitrags. Bei Familienangeboten entscheiden Sie selbst über die Höhe des Kursbeitrags (Mindestpreis, **Normalpreis** oder Solidaritätspreis - siehe Seite 4.). Alle Kursbeiträge finden Sie auf [www.hdf.it](http://www.hdf.it).

## Kursabsage und Storno

Bei zu geringer Teilnehmer:innenzahl behalten wir uns vor, den Kurs kurzfristig abzusagen. Die Anzahlung wird in diesem Fall rückerstattet. Sollten Sie bei einer gebuchten Veranstaltung verhindert sein, informieren Sie uns bitte umgehend.

**Bei Rücktritt ab sieben Tagen vor Kursbeginn bzw. bei Abwesenheit (ohne Vorlage eines ärztlichen Zeugnisses innerhalb von vier Tagen) wird der gesamte Kursbeitrag als Stornogebühr einbehalten bzw. eingefordert.**

## Preise für Unterkunft und Verpflegung

Die Preise für Unterkunft und Verpflegung werden, sofern nicht anders angegeben, zuzüglich zum Kursbeitrag verrechnet. Zusätzlich wird die Ortstaxe verrechnet.

Alter	Vollpension	Mittagessen
ab 16 Jahre (Erw.)	*47,50 €	*15,50 €
ab 11 Jahre	23,50 €	10,50 €
ab 6 Jahre	18,50 €	8,50 €
ab 3 Jahre	7,50 €	6,50 €
bis zu 2 Jahre	5,50 €	kostenlos
Einzelzimmerzuschlag	10,00 €	

\*Bei der beruflichen Weiterbildung gelten die CV-Profit Preise (siehe [www.hdf.it](http://www.hdf.it))

## Bankdaten

Raiffeisenkasse Ritten

IBAN: IT86 R081 8758 7420 0000 1023 389

BIC: CCRTIT2TRIT

## Wichtige Zeiten

Telefon: 09:00 – 12:30 Uhr, 13:30 – 15:00 Uhr

Frühstück: 08:00 – 09:00 Uhr

Mittagessen: 12:30 Uhr

Abendessen: 18:30 Uhr

Check-out: bis 09:00 Uhr (Zimmer räumen)

Gottesdienst: Samstag, 19:30 Uhr

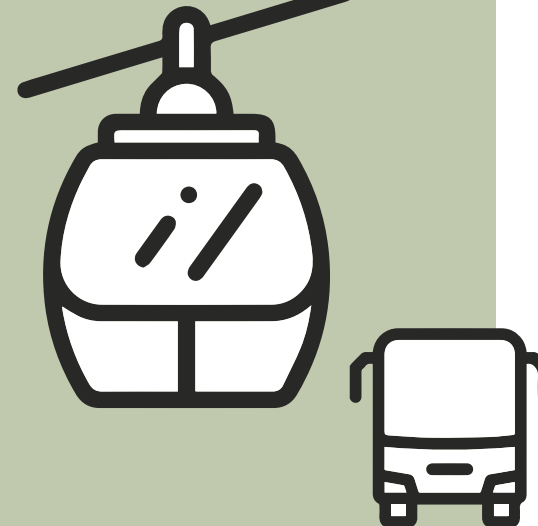
Die Datenschutzbestimmung finden Sie auf [www.hdf.it](http://www.hdf.it).

## Legende

-  Neue Angebote
-  Bei diesen Kursen wird während der Seminarzeiten auf Anmeldung kostenlose Kinderbetreuung angeboten.
-  Diese Kurse finden online statt.
-  Vorgesehene Zielgruppen der ständigen Weiterbildung erhalten die vorgesehenen Credit Points.
-  Sozialassistenten/Sozialassistentinnen erhalten vorgesehene Credit Points.
-  Für Unterkunft und Verpflegung werden die CV-Profit Preise berechnet.
-  Kooperation mit der Abteilung 24 – Soziales, Dienststelle für Personalentwicklung
-  Kooperation mit dem Katholischen Familienverband Südtirol



Besucht uns auf unseren Social-Media-Kanälen:



## Kein Auto? Kein Problem!

### Zurück zur Bahn

Am Elisabethfest, dem 19. November 1947, war es so weit: Junge Menschen fuhren erstmals mit dem Rittner Bahn nach Lichtenstern zum Kurs, um sich im - zum Bildungshaus umfunktionierten - Waldhaus weiterzubilden. Vor 78 Jahren hatten sie noch die nötigen Lebensmittel im Gepäck, um sich selbst zu versorgen. Diese Zeiten sind längst vorbei. Geblieben sind der wunderbare Ausblick auf die Dolomiten und attraktive öffentliche Verkehrsmittel.



Wir laden unsere Bildungsgäste ein, für die Anreise öffentliche Verkehrsmittel zu nutzen. Das stärkt die Gemeinschaft, schont die Umwelt und macht die Weiterbildung zu einem ganzheitlichen Erlebnis.

## Bahn und Bus

In nur zwölf Minuten schweben die Gondeln von Bozen nach Oberbozen und umgekehrt. Dank des Vier-Minutentakts gibt es keine Wartezeiten. Die Talstation der Rittner Seilbahn ist in zehn Gehminuten vom Bozner Stadtzentrum oder Zugbahnhof und in fünf Minuten vom Busbahnhof zu erreichen. Werktags fährt die Rittner Seilbahn ab 6.30 Uhr und sonntags ab 7.10 Uhr im Vier-Minuten-Takt bis 21 Uhr, danach im 12-Minutentakt bis 21.48 Uhr. Letzte Fahrt ab Bozen und Oberbozen ist um 22.45 Uhr.

## Zu Fuß

Zu Fuß werden von Oberbozen bis Lichtenstern rund 30 Minuten benötigt. Die Schmalspurbahn, liebevoll „Bahn!“ genannt, verbindet auf 7 km Länge die Orte Oberbozen mit Klobenstein und hält auch in Lichtenstern. Von dort bis zum Haus der Familie werden zehn Gehminuten benötigt. Der Ausblick auf die Dolomiten entlang der Trasse von Bozen nach Oberbozen und von dort nach Lichtenstern ist großartig.

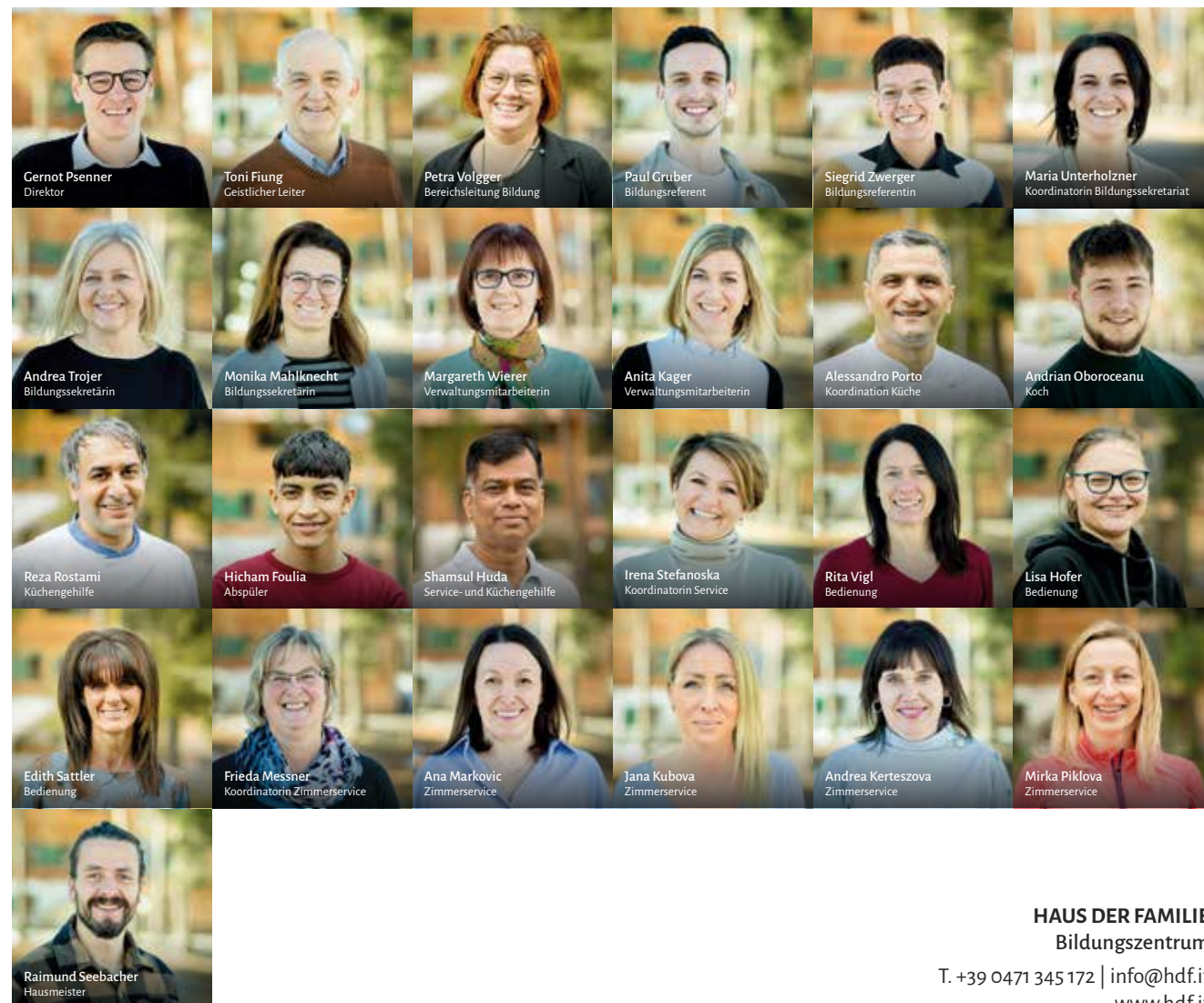
## Mit dem Rad

Von Bozen nach Lichtenstern sind 1.000 Höhenmeter zu bewältigen. Den Strom für E-Bikes stellen wir gerne kostenlos zur Verfügung. In den Gondeln der Rittner Bahn können Räder problemlos mitgenommen werden. Zur sicheren Verwahrung der Räder steht ein Raum bereit.



# Wir sind *Haus der Familie*

Wo Bildung zum Erlebnis wird



**HAUS DER FAMILIE**  
Bildungszentrum

T. +39 0471 345 172 | [info@hdf.it](mailto:info@hdf.it)  
[www.hdf.it](http://www.hdf.it)



Autonome Provinz Bozen  
Provincia autonoma di Bolzano  
Provincia autonoma de Bulsan  
**SÜDTIROL · ALTO ADIGE**

Wo Bildung und Familie nachhaltig gefördert werden.  
Durch die Förderung des Landes Südtirol (Abteilung Deutsche Kultur, Familienagentur und Soziales) werden die Umsetzung des Bildungsprogramms und die familienfreundlichen Preise ermöglicht.



Wo Qualität groß geschrieben wird:  
Seit 2017 setzt das Haus der Familie auf das international anerkannte Qualitätsmanagement ISO 9001:2015.

Impressum

Herausgeber: Haus der Familie  
Redaktion: Maria Lobis, Paul Gruber, Petra Volgger, Siegrid Zwirger  
Erscheinungsweise: Zwei Ausgaben im Jahr  
Gestaltung: Freistil – Sylvia Hohenegger  
Druck: Südtirol Druck  
Fotos: Lukas Neumair, Haus der Familie



**Haus der Familie**

Lichtenstern 1-7, I – 39054 Ritten  
Tel. +39 0471 345 172, info@hdf.it

**[www.hdf.it](http://www.hdf.it)**