

I.P.



VHS
SÜDTIROL



Pustertal



www.vhs.it

Frühjahr & Sommer 2024

ANMELDESCHLUSS: jeweils 4 Wochen vor Kursbeginn

Kurs

Wohlfühltag für die Frau

Sylvia Weger Natatta | Zert. Qigong Trainerin, Kosmetikerin, Masseurin, Yogalehrerin



Gönn dir diesen Tag! Gemeinsam machen wir eine Gesichtsreinigung und eine Gesichts- und Handmassage. Anschließend erhältst du tolle Schminktipp zum selbst Ausprobieren. Zum Abschluss machen wir noch eine Wohlfühl-Fantasie-Reise.

ZIELGRUPPE: Frauen mit und ohne Beeinträchtigung ab 14 Jahren

BRUNECK, Sozialzentrum Trayah, J.-Ferrari-Straße 18 |

Sa. 13.01. und Sa. 27.01.2024 | 09.30-11.30 Uhr | € 14 (inkl. Material)

Kurs

Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen

Michael Pfattner | Selbstverteidigungstrainer und Gewaltpräventionstrainer

Was ist Selbstverteidigung und wo fängt sie an? Täterstrategie, Körperhaltung, Grenzen setzen, Flucht und Notausgänge, richtiges Verhalten im Bus und Zug, Häusliche Gewalt und Stalking; Praxisteil: Selbstverteidigung, arbeiten mit m/n it Pratzen und Schlagpolster und Selbstverteidigung mit Alltagsgegenständen

ZIELGRUPPE: Mädchen ab 13 Jahren und Frauen

ST. GEORGEN, Vereinshaus, Pipenstraße 6 |

Sa. 16.03. und Sa. 23.03.2024 | 15.00-17.00 Uhr | € 69

Kurs

Jugendliche kochen!

Alexandra Hitthaler

Gemeinsam bereiten wir leckere Gerichte zu, die ihr zuhause nachkochen könnt.

ZIELGRUPPE: Kinder und Jugendliche von 11 bis 15 Jahren

ST. GEORGEN, Vereinshaus, Pipenstraße 6 |

Fr. 12.04.2024 | 15.30-19.30 Uhr | € 42 (+ ca. € 5 Material, inkl. Rezeptmappe)

Kurs

Kochkurs für Kinder – einfache Gerichte

Karin Longariva | Köchin, Kochbuchautorin

Ihr wollt den Herd nicht nur den Erwachsenen überlassen und selbst Hand anlegen? Gut so! Zusammen schnipseln, selber kochen, gemeinsam Essen und nebenbei Spaß haben – das erwartet dich in diesen drei Stunden!

ZIELGRUPPE: Kinder von 6 bis 10 Jahren

ST. GEORGEN, Vereinshaus, Pipenstraße 6 |

Fr. 31.05.2024 | 15.00-18.00 Uhr | € 39 (+ ca. € 15 Material, inkl. Rezeptmappe)



ANMELDESCHLUSS: jeweils 4 Wochen vor Kursbeginn

Exkursion

Wander- und Naturerlebniswoche

Klaus Graber

Wir steuern jeden Tag ein anderes Ziel oder eine neue Herausforderung an.

ZIELGRUPPE: Menschen mit Beeinträchtigung ab 8 Jahren

BRUNECK, Treffpunkt: 08.30 Uhr, Sozialzentrum Trayah |

Mo. 08.07. bis 12.07.2024 | 08.30-17.00 Uhr | € 92

BRUNECK, Treffpunkt: 08.30 Uhr, Sozialzentrum Trayah |

Mo. 05.08. bis 09.08.2024 | 08.30-17.00 Uhr | € 92



Kurs

Italienisch für die Mittelschule Mit Spiel und Spaß Italienisch wiederholen

Dr. Marisol Settimi

Du möchtest auch im Sommer ein bisschen Italienisch üben? Am liebsten mit viel Spaß und tollen Geschichten? Dann ist dieser Kurs der Richtige für dich.

ZIELGRUPPE: Kinder und Jugendliche von 11 bis 14 Jahren

ST. GEORGEN, Haus Ahrn (Ex-Kindergarten), Gremsenstraße 24 A |

Mo. 19.08.2024 | 09.00-12.00 Uhr | 5 Treffen | täglich von Mo. bis Fr. | € 119

Kurs

English for fun – Englisch für die Mittelschule

Alexandra Hitthaler

Hast Du Spaß an der englischen Sprache? Möchtest Du deine Kenntnisse bei verschiedenen Spielen testen und erweitern? Dann ist dieser Kurs der Richtige für Dich.

ZIELGRUPPE: Kinder und Jugendliche von 11 bis 14 Jahren

ST. GEORGEN, Haus Ahrn (Ex-Kindergarten), Gremsenstraße 24 A |

Mo. 15.07.2024 | 09.00-12.00 Uhr | 5 Treffen | täglich von Mo. bis Fr. | € 119

Workshop

Musik, Tanz und Theater

Dr. Sonja Ellemunt | *Theater- und Tanzpädagogin mit Schwerpunkt Inklusion*

Mit verschiedenen Instrumenten, Kompositionen, Gesang und Körper-Rhythmiken tauchen wir in die Welt der Musik und des Tanzes ein. Am Ende des Workshops laden wir dann zu einer Vorstellung ein.

ZIELGRUPPE: Kinder und Jugendliche mit und ohne Beeinträchtigung von 7 bis 17 Jahren

ST. GEORGEN, Vereinshaus, Pipenstraße 6 |

Mo. 17.06.2024 | 14.30-18.30 Uhr | 5 Treffen | täglich von Mo. bis Fr. | € 52



Kurs

Kreative Sommertage: Kunst-Werkstatt für Kinder

Ruth Oberschmied | *Kunstpädagogin, Künstlerin*

Wir lassen unserer Kreativität freien Raum, zeichnen, malen, skizzieren und experimentieren. Wir lernen verschiedene Techniken kennen und probieren Farben und Formen aus.

ZIELGRUPPE: Kinder im Grundschulalter

ST. GEORGEN, Haus Ahrn (Ex-Kindergarten), Gremsenstraße 24 A |
Mo. 29.07., Di. 30.07. und Mi. 31.07.2024 | 08.30–11.30 Uhr | € 95 (+ ca. € 10 Material)

ST. GEORGEN, Haus Ahrn (Ex-Kindergarten), Gremsenstraße 24 A |
Do. 01.08. und Fr. 02.08.2024 | 08.30–11.30 Uhr | € 65 (+ ca. € 10 Material)

Kurs

Kreative Sommertage: Nähkurs für Teenies

Michaela Auer | *Näherin*

Wir erlernen den Umgang mit der Nähmaschine und nähen und gestalten bereits einfache Kleidung oder Accessoires.

ZIELGRUPPE: für Jugendliche ab 14 Jahren

ST. GEORGEN, Haus Ahrn (Ex-Kindergarten), Gremsenstraße 24 A |
Mo. 08.07. und Di. 09.07.2024 | 09.00–12.00 Uhr | € 62 (+ ca. € 10 Material)

Kurs

Kreative Sommertage: Jugendliche kochen

Alexandra Hitthaler

Gemeinsam werden wir nicht nur leckere Gerichte zaubern, sondern auch coole Kochtricks lernen, die du zu Hause ganz einfach selber nachmachen kannst. Und das Beste daran? Die leckeren Gerichte werden wir am Ende zusammen genießen.

ZIELGRUPPE: Kinder und Jugendliche von 11 bis 15 Jahren

ST. GEORGEN, Vereinshaus, Pipenstraße 6 |
Do. 11.07. und Fr. 12.07.2024 | 09.00–13.00 Uhr | € 65 (+ ca. € 10 Material, inkl. Rezeptmappe)

Die VHS ist Partner der EbK

Mitglieder der EbK können für Kinderkurse bei der VHS um Rückerstattung des Kursbeitrages (65%) ansuchen. Weitere Informationen: www.ebk.bz.it

AUTONOME
PROVINZ
BOZEN
SÜDTIROL



PROVINCIA
AUTONOMA
DI BOLZANO
ALTO ADIGE

Deutsche Kultur



Raiffeisen



Information und Anmeldung

VHS Südtirol | Schlernstraße 1 | I-39100 Bozen |

Tel. 0471 061 444 | info@vhs.it

Zweigstelle Brixen | Peter-Mayr-Straße 9 | I-39042 Brixen |

Tel. 0472 836 424 | brixen@vhs.it

www.vhs.it