



PROGRAMM FRÜHJAHR 2025

ERWACHSENENSCHULE KAUNERTAL



Kautal



Kaun



Kaunerberg



KOMMUNIKATION &
ALLTAG



FOTOGRAFIE &
DIGITALES



KULINARIK &
GENUSS



NATUR &
UMWELT



BEWEGUNG &
FITNESS



FÜR AKTIVE
IN VEREINEN



GESUNDHEIT



PSYCHISCHE
GESUNDHEIT



KREATIVITÄT &
HANDWERK



DEMOKRATIE &
GESELLSCHAFT

PROGRAMM

FRÜHJAHR & SOMMER

**Liebe Bürgerinnen und Bürger
in Kaunertal, Kauns &
Kaunerberg,**

mit großer Freude präsentieren wir
 euch unser vielseitiges Kursange-
 bot für das Frühjahr 2025!

Nach dem erfolgreichen Neustart
 im letzten Jahr und dem über-
 wältigenden Interesse an unseren
 Kursen, Workshops und Vorträgen,
 möchten wir euch auch dieses Mal
 ein spannendes und abwech-
 slungsreiches Programm bieten.
 Eure Begeisterung und das durch-
 weg positive Feedback haben uns
 bestärkt, weiterhin auf eure Ideen
 und Wünsche einzugehen. Vielen
 Dank dafür!

Das aktuelle Programm umfasst
 Altbewährtes ebenso wie Neues
 und wurde so gestaltet, dass für
 jede und jeden etwas dabei ist –
 kostengünstig, nah und vielfältig.
 Für alle, die noch mehr möchten:
 Zusätzliche Kurse (wie z. B. Yoga)
 sind bereits in Planung. Details
 dazu werden wir rechtzeitig per
 Newsletter und über unsere So-
 cial-Media-Kanäle bekannt geben.

Wir freuen uns darauf, euch bei
 unseren Kursen wiederzusehen
 und gemeinsam mit euch ein in-
 spirierendes und lehrreiches Früh-
 jahr zu erleben.

Herzliche Grüße

Andrea Mark & Maria Neururer
 Euer Team der Erwachsenenschule
 Kaunertal

'25



VERANSTALTUNG KOMMUNIKATION & ALLTAG

Gelungene Kommunikation im Alltag - Tipps & Tricks

Wie funktioniert Kommunikation eigentlich? Was ermöglicht eine positive Verständigung und effektive Konfliktlösung mit meinen Mitmenschen? Und wie wirke ich durch Mimik, Gestik und Körpersprache in alltäglichen Situationen auf andere?

Lass dir an 3 Abenden von Anian Zollner (Mediator und Coach, Schauspieler) neue Wege aufzeigen, im Alltag gelassener und erfolgreicher zu kommunizieren. Im kleinen Rahmen befassen sich die Teilnehmer bei dem Workshop u.a. mit dem aktiven Zuhören, dem inneren Team, Feedbackregeln und der Bedeutung von Gefühlen und Bedürfnissen in der Kommunikation.

Anhand von praktischen Beispielen aus dem Leben gegriffen, kannst du sicher einige Tipps und Erfahrungen für deinen Alltag mitnehmen.

Referent:

Anian Zollner, Mediator, Coach, Schauspieler

Termin:

Donnerstag, 13.03.2025 - 27.03.2025,
18:00 - 20.00 Uhr (3 Abende)

Veranstaltungsort:

Kaunertal, Feuerwehrhaus Kaunertal

Preis:

€ 35,00 (6 UE)

Anmeldeschluss:

10.03.2025





VERANSTALTUNG KULINARIK & GENUSS

„Alles Wurst!“

Unter Anleitung von Metzger Hermann Mair wird an diesem Samstagnachmittag in seinem Arbeitsraum gewurstet und geselcht.

Vom Fleisch vorbereiten, würzen, farschieren, Wurst füllen, abdrehen, aufhängen und selchen - zur Hauswurst am Teller.

Die Materialkosten sowie die Hauswurst¹ werden nach dem Selchen unter den Teilnehmern aufgeteilt.

Referent:

Hermann Mair

Termin:

Samstag, 18.01.2025,
14:00 - 17:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Feichten 179, Kaunertal

Preis:

€ 27,00 (3 UE)
exklusive Material (ca. € 35,- bis € 40,-)

Anmeldeschluss: 15.01.2025

Brotbackkurs

Einfach Brot backen - Vom Korn zum Brot.

Bei diesem Kurs besprechen wir Wissenswertes zu den Brotzutaten und stellen einfache und erweiterte Brotteige her. Formen und Backen dann auf unterschiedliche Arten und erhalten so köstliche Gebäcke zum Sofortverzehr oder zum Einfrieren auf Vorrat.

Referentin:

Rosmarie Lentsch

Termin:

Montag, 10.02.2025,
18:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Kaunertal, Volksschule

Preis:

€ 26,00 (3 UE)
inkl. Kostprobenanteil

Anmeldeschluss: 07.02.2025

Hülsenfrüchte Kochworkshop im Wiesenhof

Eiweiß (Protein) brauchen wir in unserem Körper für das Immunsystem, den Zellaufbau, oder die Hormon- und Enzymproduktion. Zudem tragen Proteine dazu bei, das Gewicht zu regulieren, oder dem Muskelabbau entgegenzuwirken.

Gute Pflanzliche Eiweißquellen sind Hülsenfrüchte (wie Bohnen, Erbsen, Linsen, Lupinen oder Soja), Gemüse aber auch Getreide, Nusskerne und Samen.

Diese Lebensmittel in unseren Speisplan einzubauen, fällt uns nicht immer leicht.

Bei diesem Kochworkshop erhalten die Teilnehmer vorab allgemeine Informationen zu eiweißreicher Ernährung.

Die Kursleiterin Mag. Sonja Heppke (dipl. Ernährungstrainerin, ärztlich geprüfte Fastenbegleiterin und Fachberaterin für Darmgesundheit) verrät einfache Rezepte welche gemeinsam zubereitet und im Anschluss in gemütlicher Atmosphäre verkostet werden.

Referentin:

Mag. Sonja Heppke

Termin:

Montag, 26.05.2025,
18:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Wiesenhof, Wiese 13, Kaunerberg

Preis:

€ 25,00 (2,5 UE)
inklusive Kostprobenanteil

Anmeldeschluss:

23.05.2025

Fit durch den Arbeitsalltag

„A guata G'sundheit isch kuan Zufall, sondern a Entscheidung.“

Die Ernährung hat einen großen & entscheidenden Einfluss auf deinen Arbeitsalltag – sie hat Auswirkungen, wie fit, konzentriert und leistungsfähig du bist. In meinem Vortrag „Wie die ‚richtige‘ Ernährung deinen Arbeitsalltag optimiert.“ zeige ich dir, wie du mit einfachen Tipps & Tricks deine Produktivität steigern und gleichzeitig dein Wohlbefinden verbessern kannst. Wir starten mit einem Leitfaden für jeden Tag (Basics einer ausgewogenen, abwechslungsreichen Ernährung) und beenden den Vortrag mit einer kleinen Verkostung.

Du lernst also, welche Lebensmittel dir helfen, den ganzen Tag über energiegeladener und fokussierter zu bleiben.

Wir sprechen darüber, wie du deine Mahlzeiten richtig timst und planst, um Heißhunger und dem wohlbekannten ‚Nachmittagstief‘ vorzubeugen.

Dein Körper, dei drhuam. Antonia Kiechler freut sich auf euch!

Referentin:

Antonia Kiechler

Termin:

Montag, 28.04.2025
18:30 - 20:30 Uhr (1 Abend)

Ort: Gemeindesaal Feichten

Kosten: € 9,00 (2 UE)

Anmeldeschluss: 25.04.2025



VERANSTALTUNGEN BEWEGUNG & FITNESS

Foto: Istock_BridoFranz

Rückenfit

„Ich möchte Menschen helfen, ihre Körperhaltung und -wahrnehmung zu verbessern – nicht nur im Training, sondern auch im Alltag!“ Durch gezielte Aktivierung des Körperzentrums, korrekte Haltung und Atmung sowie fließende, kontrollierte Bewegungen mobilisieren wir schonend die Gelenke und trainieren gezielt Bauch, Beckenboden, Beine und Rücken. Dabei gilt: „Qualität vor Quantität!“ Die Stärkung der Tiefenmuskulatur kann Rückenschmerzen vorbeugen oder lindern, während Balance, Koordination und Beweglichkeit gefördert werden. Mit Pre-Pilates-Übungen, die für jeden geeignet sind und überall durchgeführt werden können, steht die korrekte Ausführung im Fokus.

Ziel ist ein ausgeglichenes Muskelsystem, das den Alltag erleichtert und für bewusste Bewegungen sorgt.

Mitzubringen:

Matte sowie Turnschuhe mit heller Sohle

Referent:

Daniela Oparian

Termin:

Donnerstag, 13.03.2025 - 10.04.2025,
09:00 - 09:50 Uhr (5 Vormittage)

Veranstaltungsort:

Kaunertal Saal, Quellalpin

Preis:

€ 30,00 (5 UE)

Anmeldeschluss:

10.03.2025

BodyFit

Funktionelles Ganzkörpertraining mit Dipl. Health Fitness- und Personaltrainerin Lisi Gram.

Ein ganzheitliches Training mit einem Mix von Bauch, Beine, Po bis hin zu Tabata, HIIT, Mobilisationsübungen und vielem mehr.

Mitzubringen:

Matte sowie Turnschuhe mit heller Sohle

Referentin:

Elisabeth Spanninger-Gram, Dipl. Health Fitness- und Personaltrainerin

Termin:

Montag, 17.02.2025 - 21.04.2025
18:30 - 19:30. (10 Abende)

Ort:

Kaunertal Saal, Quellalpin

Kosten:

€ 60,00 (10 UE)

Anmeldeschluss:

15.02.2025

Aquafit

Wassergymnastik ist aufgrund der geringen Belastung für Gelenke und Wirbelsäule für Erwachsene jeden Alters geeignet.

Bei diesem Kurs mit Dipl. Gesundheits-trainer, Sportphysiotherapeut und Heil-masseur Toni Waldner werden durch gezielte Übungen Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit trainiert.

Das schonende Training im Wasser wirkt außerdem entspannend und beruhigend. Aquafit bietet somit auch einen Ausgleich im Alltag, ist nicht nur effektiv, sondern macht in der Gruppe auch Spaß.

Mitzubringen:

Badeschuhe

Referent:

Toni Waldner

Termin:

Dienstag, 14.01.2025 - 04.03.2025,
20:30 Uhr (8 Abende)

Hinweis:

Es wird pünktlich um 20:30 Uhr mit dem Training im Wasser gestartet - aktive Gymnastikzeit ca. 40 Minuten.

Veranstaltungsort:

Kaunertal, Quellalpin

Preis:

€ 48,00 (8 UE)

Exklusive Eintritt ins Schwimmbad

Anmeldeschluss:

12.01.2025

Yoga

Yoga hilft leichte Muskelverspannungen und daraus resultierende Rücken-, Kopf- und Nackenschmerzen zu lindern oder zu beseitigen. Durch die verschiedenen Körperstellungen machen wir unseren Körper beweglich und flexibel.

Durch die Tiefenentspannung lernen wir loszulassen um Körper, Geist und Seele vollständig zur Ruhe kommen zu lassen.

Termine und weiter Details:

Bekanntgabe Termine und Details via Newsletter, Homepage und Social Media





Pilates

„Ich möchte Menschen helfen, ihre Körperhaltung und -wahrnehmung zu verbessern – nicht nur im Training, sondern auch im Alltag!“ Durch Aktivierung des Körperzentrums, korrekte Haltung und Atmung führen wir fließende, kontrollierte Bewegungen aus, mobilisieren Gelenke und stärken gezielt Bauch, Beckenboden, Beine und Rücken.

Dabei gilt: „Qualität vor Quantität!“ Die Tiefenmuskulatur wird gestärkt, um Rückenschmerzen vorzubeugen und Beweglichkeit, Balance sowie Koordination zu fördern.

Pilates ist ein biomechanisch korrektes Training, das auf Konzentration, Atmung, Präzision und Bewegungsfluss basiert.

Es kombiniert intensivere Übungen mit den Prinzipien des Pre-Pilates und bleibt individuell anpassbar. Haltung und Rumpfstabilität stehen stets im Fokus.

Mitzubringen:

Matte sowie Turnschuhe mit heller Sohle

Referentin:

Daniela Oparian

Termin:

Donnerstag, 13.03.2025 - 10.04.2025,
10:00 - 10:50 Uhr (5 Vormittage)

Veranstaltungsort:

Kaunertal Saal, Quellalpin

Preis:

€ 30,00 (5 UE)

Anmeldeschluss:

10.03.2025



VERANSTALTUNGEN GESUNDHEIT



Basenfasten - Infovortrag

Basenfasten ist eine sanfte Art des Fastens. Es unterstützt den Abbau von Säuren, ohne auf feste Nahrung verzichten zu müssen. Durch die richtigen Lebensmittel werden die Verdauungsorgane entlastet, während es gleichzeitig als aktive Gesundheitsvorsorge und als Einstieg in eine Ernährungsumstellung dienen kann.

Beim Infovortrag wird einerseits der Nutzen und der Ablauf einer Basenfastenwoche erklärt und andererseits gibt es einen umfassenden Einblick in die Wichtigkeit einer darmgesunden Ernährung für die eigene Gesundheit und Prävention.

Ihr habt dann die Möglichkeit das Fasten unter professioneller Anleitung durchzuführen.

Die Fastenwoche findet dann vom 17.03 bis 27.03 statt.

Während dieser Tage besteht immer die Möglichkeit Kontakt zur Referentin aufzunehmen.

Außerdem würde Sonja zur Fasten-Begleitung nochmals für einen Abend zu einem Treffen kommen und das zweite Treffen online veranstalten.

Genauere Informationen bei der Infoveranstaltung am 26.02.2025!

Referentin:

Mag. Sonja Heppke, Dipl. Ernährungstrainerin, ärztlich geprüfte Fastenbegleiterin und Fachberaterin für Darmgesundheit

Termin:

Mittwoch 26.02.2025,
18:30 - ca. 20:30 Uhr (1 Abend)

Veranstaltungsort:

Kaunertal Feuerwehrhaus

Preis: € 9,00 (2 UE)

Anmeldeschluss:

23.02.2025

Führung & Workshop im Schlosskräutergarten Ried für Kinder ab Volksschulalter

An diesem Nachmittag laden wir zu einer Führung durch den wunderschönen Schlosskräutergarten in Ried ein! Der liebevoll gestaltete Garten bietet eine Vielzahl von Kräutern, die nicht nur schön anzusehen sind, sondern auch viele nützliche Eigenschaften haben. Diese Veranstaltung ist vor allem für Kinder gedacht, aber auch Erwachsene sind herzlich willkommen! Eine Kräuterpädagogin führt durch den Garten und erklärt dabei die verschiedenen Kräuter und ihre besonderen Eigenschaften.

Nach einer kurzen Stärkung mit selber zubereitetem Minze-Saft, können die Teilnehmer ihren eigenen Lippenbalsam aus Kräuterauszügen und ätherischen Ölen herstellen.

Referentin:

Bettina Mair

Termin:

Donnerstag, 26.06.2025,
14:00 - 16:30 Uhr (1 Nachmittag)

Veranstaltungsort:

Schlossgarten Ried im Oberinntal

Preis:

€ 7,00 (2,5 UE)

Anmeldeschluss:

23.06.2025





VERANSTALTUNGEN KREATIVITÄT & HANDWERK

Handarbeitscafe im Feuerwehrhaus Feichten

Würdest du dir gerne mal wieder Zeit fürs Häkeln, Sticken oder Stricken nehmen, bist aber etwas aus der Übung und es fehlt an Fachwissen wie du es angehen sollst? Oder hast du ein nie vollendendes „Werkstück“ zu Hause und brauchst einen Rat? Dann komm zu dem Handarbeitsnachmittag im Feuerwehrhaus Feichten. Wir laden alle Interessierten recht herzlich ein, sich in gemütlicher Runde zu treffen. Bringe einfach deine Handarbeitsmaterialien mit – sei es Wolle, Garn, Strick- oder Häkelnadeln, und nutze die Möglichkeit, Fragen zu stellen und dich inspirieren zu lassen. Die beiden Handarbeitslehrerinnen Rosmarie und Helga Lentsch stehen gerne mit Rat und Tat zur Seite. Dieses Angebot ist kostenlos und soll

die Handarbeit wieder aufleben lassen! Komm vorbei und genieße eine entspannte Zeit voller Kreativität und Geselligkeit!

Referentinnen:

Rosmarie und Helga Lentsch

Termin:

Donnerstag, 23.01. / 06.02. / 06.03.2025
14:00 Uhr - 16:00 Uhr
(3 Nachmittage)

Veranstaltungsort:

Feuerwehrhaus Kaunertal

Preis:

kostenloses Angebot

Anmeldeschluss:

20.01.2025

Um telefonische Anmeldung unter der Nummer 0650/2440172 (Andrea Mark) wird gebeten!

»Nähen ist wie
zaubern.«

Nähkurs Baby- und Kinderkleidung (für Fortgeschrittene)

Baby- & Kinderkleidung selbst zu nähen bietet einige Vorteile. Zum einen kann die Qualität des Stoffes selbst bestimmt und auch Stoffreste oder alte Kleidungsstücke wiederverwendet werden. Zum anderen können Stoffe, Schnitt und Passform selber gewählt werden. Nicht nur die eigenen Kinder freuen sich über selbst genähte Kleidung, sie ist auch ein schönes, persönliches Geschenk für frisch gebackene Eltern.

Beim Kurs selber wird es einen kurzen Theorieteil (Einführung und Erklärung zum Material sowie der Nähmaschine) geben und einen Praxisteil, indem das Nähprojekt umgesetzt wird.

Referentin:

Sarah Schnegg

Termin:

Samstag, 14. Juni 2025,
17:00 Uhr - 21:00 Uhr (1 Abend)

Veranstaltungsort:

Feuerwehrhaus Kaunertal

Preis:

€ 32,00 (4 UE)

Materialkosten sind direkt vor Ort zu bezahlen

Anmeldeschluss:

7.6.2025

Upcycling, reparieren & Patchwork

Heutzutage wird so viel Kleidung aus verschiedensten Gründen weggeschmissen, mit einfachen Tipps und Tricks können diese leicht repariert oder anders wiederverwendet werden. Eine besondere Form des Schneiderhandwerks ist das Patchworken. Die sogenannten „Quilts“ bestehen aus einer Vielzahl an kleinen Stoffteilen, die sorgfältig zusammengefügt werden. Im Gesamten ergeben diese Puzzelteile ein tolles Bild, sei es auf Kissenbezügen oder als Tagesdecke.

Beim Kurs selber wird es einen kurzen Theorieteil (Einführung und Erklärung zum Material sowie der Nähmaschine) geben und einen Praxisteil, indem das Nähprojekt umgesetzt wird.

Referentin:

Sarah Schnegg

Termin:

Freitag, 13.06.2025,
17:00 Uhr - 21:00 Uhr (1 Abend)

Veranstaltungsort:

Feuerwehrhaus Kaunertal

Preis:

€ 32,00 (4 UE)

Anmeldeschluss:

7.6.2025



VERANSTALTUNGEN FOTOGRAPHIE & DIGITALES

Einführung in Künstliche Intelligenz im Alltag

Ein Kurs für all jene, die wenig bis keine Berührungspunkte mit Künstlicher Intelligenz (KI) hatten und ein Grundverständnis für KI entwickeln möchten. Der Kurs zeigt auf, wie KI im Alltag hilfreich sein kann, und Gefahren zu erkennen.

Der Kurs ist in zwei Abende à 1,5 Stunden aufgeteilt und vermittelt praxisnah die Grundlagen der KI sowie deren sichere Anwendung im Alltag.

Nutzen für die Teilnehmer:

- Grundlegendes Verständnis für Künstliche Intelligenz
- Sicherheit und Selbstbewusstsein im Umgang mit KI-Tools
- Praktische Anwendungen für den Alltag entdecken
- Abbau von Vorurteilen und Ängsten gegenüber KI

Referent:
Mario Neururer

Termin:
Mittwoch, 12. & 19.2.2025 jeweils von
19:30 - 21:00 Uhr
(2 Abende)

Veranstaltungsort:
Gemeindesaal Kaunertal

Preis:
€ 18,00 (3 UE)

Anmeldeschluss:
12.02.2025

»Die Digitalisierung braucht
den Menschen nicht,
sie erweitert vielmehr seine
Möglichkeiten.«

Peter Bartels

Fotografieren mit Kamera Endlich lernen wie meine Kamera funktioniert ...

Ihr habt schon ewig eine gute Kamera zuhause und möchtet endlich wissen, wie diese richtig funktioniert? Gerne zeige ich euch in einfachen Schritten wie das geht.

Du nutzt wahrscheinlich meistens den Automatik-Modus und weißt gar nicht, was du aus deiner Kamera alles heraus-holen kannst.

Wir erarbeiten vorher kurz den techni-schen Teil mit Blende und Verschluss-zeit. Ich erkläre noch kurz die verschie-denen Modi und was das Wichtigste rund um das Fotografieren mit der Kamera ist. Danach gehen wir über in den praktischen Teil und fotografieren verschiedene Objekte. Da wir in klei-nen Gruppen sind, werde ich jedem persönlich helfen können.

Referentin:
Magdalena Landerer

Termin:
Freitag, 28.03.2025,
15:00 Uhr - 17:00 Uhr
(1 Nachmittag)

Veranstaltungsort:
Feuerwehrhaus Kaunertal

Preis:
€ 12,00 (2 UE)

Anmeldeschluss:
28.03.2025



VERANSTALTUNGEN DEMOKRATIE & GESELLSCHAFT



**„Demokratie.Politik.transparent“
Studienfahrten**

„Bundespolitik live“ - Wien

Wir besuchen das neu renovierte Parla-mentsgebäude, die Präsidentschafts-kanzlei, ein Bundesministerium und treffen Nationalratsabgeordnete zum Gespräch.

Termin: 25.05. - 27.05.2025

„Europapolitik live“ - Brüssel

Nach einem Start im Parlamentari-um besuchen wir unterschiedliche Institutionen der europäischen Union (Kommission, Ständige Vertretung, Parlament, Rat) und kommen mit Euro-papolitikerInnen ins Gespräch.

Termin: 13.07. - 16.07.2025

Details & Anmeldung ab Feber auf:
tiroler-bildungsforum.at





ONLINE - VORTRÄGE NATUR & UMWELT

Natur im Garten

Alle 14 Tage finden Onlinevorträge zum naturnahen Gärtnern auf Balkon, Terrasse oder im Garten statt. Natur im Garten-SpezialistInnen stehen nach dem Vortrag für Fragen zur Verfügung. Hier zwei Themen im Herbst - weitere Vorträge auf der Homepage des Tiroler Bildungsforums.

Gemüseanbau für Faule - Mit wenig Zeit zur großen Ernte
23.01.2025, 19.30 Uhr - online

Blütenpracht mit heimischen Wildblumen
13.02.2025, 19.30 Uhr - online

Teiche im Naturgarten
27.03.2025, 19.30 Uhr - online

Weitere Veranstaltungen &
Anmeldung: tiroler-bildungsforum.at



ONLINE - VORTRÄGE FÜR AKTIVE IN VEREINEN

**kostenloses
Angebot**

FunktionärInnen und Mitglieder in Vereinen stehe vor vielfältigen Herausforderungen.

Mit dem monatlichen kostenlosen Onlineangebot für alle Ehrenamtlichen in unseren Vereinen, sollen diese besser und mit höherer (Rechts-)sicherheit bewältigt werden können.

Der Newsletter als Tool der Öffentlichkeitsarbeit

04.02.2025, 19.00 Uhr - online

Vereinsbuchhaltung und Rechnungsprüfung

25.02.2025, 19.00 Uhr - online

Gelingende Kooperationen & wirksame Bündnisse: Was es für gute Zusammenarbeit braucht

06.05.2025, 19.00 Uhr - online

Information & Anmeldung:
<https://tiroler-bildungsforum.at> oder
0512/581465



ONLINE -

VERANSTALTUNGEN

PSYCHISCHE
GESUNDHEIT



Mentale Gesundheit - das tut gut!

Je mehr Menschen über kleine Tipps und Übungen Bescheid wissen, die der Psyche des Menschen gut tun, umso mehr Menschen kann es trotz vielfältiger negativer Einflüsse von außen besser gehen.

Einmal im Monat lädt die Erwachsenenenschule zu einem **kostenlosen Online-Vortrag** ein, bei dem konkrete, einfache Maßnahmen zur Unterstützung der psychischen Gesundheit vorgestellt werden.

E-Biken für die körperliche & psychische Gesundheit

06.02.2025, 19.00 Uhr - online

Burn-out in meinem Umfeld - Erkennen und Reagieren

06.03.2025, 19.00 Uhr - online

Details dazu auf der Seite der Erwachsenenenschule unter Onlineangebote.

ALLGEMEINE

HINWEISE

ANMELDUNG

Bitte vorzugsweise über die Homepage der Erwachsenenenschule:
www.erwachsenenschulen.at/kaunertal

Kursplätze werden nach dem Einlangen der Anmeldung vergeben.
Bei Fragen erreichen Sie uns unter der Mailadresse es-kaunertal@tsn.at

BEZAHLUNG

Bitte zahlen Sie den Kursbetrag auf das Konto der Erwachsenenenschule ein.

Konto: Erwachsenenenschule Kaunertal bei der Hypo
AT65 5700 0300 5579 2035

KURSE AUF ANFRAGE

Sie sind zu dritt, zu viert und brauchen einen Computerkurs, Sprachkurs, etc.? Wir organisieren gerne ein maßgeschneidertes Angebot.

Sollten Sie ein spezielles Bedürfnis in Bezug auf Barrierefreiheit haben, geben Sie uns Bescheid. Wir versuchen eine Lösung zu finden.

STORNIERUNG

Anmeldungen können nur bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn storniert werden.

Bei späterer Stornierung muss der volle Kursbeitrag plus evtl. Materialkosten verrechnet werden.

Nicht besuchte Kursstunden können nicht nachgeholt oder im Nachhinein vergütet werden.

Kursplätze können nicht an andere Personen weitergegeben werden.



**TIROLER
BILDUNGS
FORUM**



ALLGEMEINE HINWEISE

Die Erwachsenenenschule Kaunertal ist eine Zweigstelle des Tiroler Bildungsforums und wird von Andrea Mark & Maria Neururer ehrenamtlich geführt.

Die AGB finden Sie auf der Homepage der Erwachsenenenschule.

KONTAKT & INFORMATION

Details zur Anmeldung sind bei der jeweiligen Kursbeschreibung angeführt.

Informationen über unser Kursangebot finden sich auch im Internet unter www.erwachsenenschulen.at/kaunertal


Kontakt:
es-kaunertal@tsn.at


PROGRAMMÄNDERUNG

Die Erwachsenenenschule behält sich Änderungen von Kurstagen, Terminen, Zeiten, Veranstaltungsorten sowie Absagen vor.

ZUR ERWACHSENSCHULE KAUNERTAL



 erwachsenenschule_kaunertal

 erwachsenenschule_kaunertal

**NEWSLETTER BESTELLEN
auf unserer Homepage ganz
unten:
[https://erwachsenenschulen.
at/kaunertal/](https://erwachsenenschulen.at/kaunertal/)**

DANKE DEN FÖRDERERN



Kaunertal




Kauns



Kaunerberg



 Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft
und Forschung



Gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“
des Österreichischen Umweltzeichens. Druckerei
Aschenbrenner GmbH, UW-Nr.873