



Mehr als Bildung

Kursprogramm

IVHS

Integrierte Volkshochschule

Januar – Juni 23
gennaio – giugno 23



lernen plus. più che sapere



Deutsche Kultur

Modern Dance

Für Erwachsene und Jugendliche mit und ohne Beeinträchtigung
Auf dem Programm stehen moderne Tänze nach lateinamerikanischen Rhythmen und moderner Musik.

Leitung: Karoline Khuen, Tanzlehrerin

Termin: Montag, 16.01.23, 15 Treffen, jeweils Montag, 16.00 - 17.00

Beitrag: 60 € (30 € für Menschen mit Beeinträchtigung)

Ort: Meran, Black & White Dancers, Postgranzstraße 8/e, Meran

Mitzubringen: bequeme Kleidung

Kantanza - wo Tanzen zum Abenteuer wird!

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung
Hast Du Spaß an Bewegung und tanzt gerne zur Musik? Probierst Du gerne neue Dinge aus? Du willst Dir und Deinem Körper etwas Gutes tun? Dann bist Du hier genau richtig!

In Zusammenarbeit mit: Integra der Bezirksgemeinschaft Burggrafnamt

Leitung: Reinelde Kugler, Bewegungs- und Tanzpädagogin

Termin: Freitag, 13.01.23, 12 Treffen, jeweils Freitag, 15.00 - 16.00

Beitrag: 28 €

Ort: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Mitzubringen: bequeme Kleidung, ärztl. Zeugnis im Falle einer Beeinträchtigung

Info: Anmeldung: urania meran, 0473 230219, info@urania-meran.it

Schwimmen - IVHS / Nuoto

Für Kinder ab 6 Jahren mit und ohne Beeinträchtigung

Die Kurse sind für AnfängerInnen und leicht Fortgeschrittene geeignet. Da die zwei SchwimmlehrerInnen auf individuelle Fähigkeiten und Möglichkeiten eingehen wollen, werden die Kurse in kleinen Gruppen gemacht. Vorrangig wird spielerisch ein gutes Wassergefühl entwickelt und die Atemtechnik geübt, damit sich Ängste und Anspannungen lösen. Für Kinder mit Beeinträchtigung ist die Anwesenheit eines Elternteils, bzw. einer Begleitperson Voraussetzung. In Absprache mit den Kursleitern ist es auch möglich, ohne Begleitperson zu kommen.

/ Per bambini dai 6 anni in su diversamente abili e non

I corsi sono adatti a principianti e leggermente progrediti. Si svolgono in piccoli gruppi per permettere ai due istruttori di lavorare rispettando le competenze e i bisogni dei singoli partecipanti. Per superare paure e insicurezze si lavorerà in modo giocoso sullo sviluppo dell'acquaticità e verranno fatti molti esercizi per la corretta respirazione. Per i bambini diversamente abili è richiesta la presenza di un genitore o una persona che accompagna. Dopo una prima fase di conoscenza e in accordo con gli istruttori è possibile partecipare senza accompagnatore.

Leitung / Insegnante: Henrike Graif, Schwimmlehrerin/insegnate di nuoto

Beitrag: 110 € (55 € für Menschen mit Beeinträchtigung)

/ **Prezzo:** 110 € (55 € per persone diversamente abili)

Ort: Meran, Pastor Angelicus, Dantestraße 34 / **Sede:** Merano, Pastor Angelicus, Via Dante 34

Mitzubringen: Badesachen, Badeschuhe, ärztl. Zeugnis (im Falle einer Beeinträchtigung)

/ **Da portare:** Costume, ciabatte, certificato medico (per persone diversamente abili)

Für AnfängerInnen / Per principianti

Termin: Freitag, 13.01.23, 16 Treffen, jeweils Freitag, 14.45 - 15.40

/ **Data:** venerdì, 13.01.23, 16 incontri, ogni venerdì, 14.45 - 15.40

Für leicht Fortgeschrittene / Per principianti

Termin: Freitag, 13.01.23, 16 Treffen, jeweils Freitag, 15.50 - 16.45

/ **Data:** venerdì, 13.01.23, 16 incontri, ogni venerdì, 14.45 - 15.40

Frauentreff

Ein Projekt der integrierten Volkshochschule urania meran

Was sagst du zu einer Frauengruppe, die sich monatlich trifft? Ratschen, gemütlich was zusammen planen, was Neues ausprobieren...

Programm 2023: Wir treffen uns beim ersten Mal zu Kaffee und Kuchen! Da überlegen wir, was wir dann weiter machen können. Wir können 5 Treffen zusammen planen, so können wir jeden Monat bis Mai etwas zusammen unternehmen. Wir freuen uns, wenn du kommst und mitdenkst!

Leitung: Munoz Maria Cecilia

Wann: Samstag, 28.01.23, 14.00 - 17.00, und 4 weitere Treffen

Beitrag: 34 € (ohne Eintritte und Verpflegung)

Ort: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Musik erleben

Für Erwachsene und Jugendliche mit und ohne Beeinträchtigung

Unter der Leitung des Referenten erleben die TeilnehmerInnen Musik in ihren unterschiedlichsten Formen. Es wird gesungen, getanzt und mit verschiedenen Instrumenten musiziert.

In Zusammenarbeit mit: Integra der Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt

Leitung: Mitterhofer Thomas

Termin: Dienstag, 14.02.23, 12 Treffen, jeweils Dienstag, 16.45 - 17.45

Beitrag: 38 €

Ort: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Theaterwerkstatt

Für Erwachsene und Jugendliche mit und ohne Beeinträchtigung
Alle die Freude am körperlichen und verbalen Ausdruck haben sind herzlich eingeladen! Wir spielen Theater und tanzen und bewegen uns zur Musik. Auch können auf Wunsch der TeilnehmerInnen erste Erfahrungen im Schattentheater gesammelt werden.

In Zusammenarbeit mit: Integra der Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt

Leitung: Trafoier Patrizia , Munoz Maria Cecilia

Termin: Donnerstag, 19.01.23, 15 Treffen, jeweils Donnerstag, 14.30 - 15.30

Beitrag: 80 € (40 € für Menschen mit Beeinträchtigung)

Ort: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Nordic Walking - IVHS

Für Menschen mit Epilepsie, Diabetes oder Beeinträchtigung
Regelmäßige Bewegung an der frischen Luft fördert das körperliche und seelische Wohlbefinden. Dies kann sich auch auf die Anfallssituation positiv auswirken. Mit der Nordic Walking Technik können positive Effekte zur Erhaltung der Gesundheit erzielt werden: z.B. funktionelle und schonende Gelenkbelastung. Gleichzeitig werden die koordinativen Fähigkeiten erweitert, die Rückenmuskulatur und das Herz-Kreislauf-System gestärkt.

In Zusammenarbeit mit: Epinet und Südtiroler Diabetiker Bund

Leitung: Christian Zöschg, Pilatetrainer und Bernardi Francesca

Termin: Donnerstag, 16.03.23, 8 Treffen, jeweils Donnerstag, 17.00 - 18.30

Beitrag: 44 € (22 € für TeilnehmerInnen mit Epilepsie, Diabetes oder mit Beeinträchtigung)

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Nordic Walking Stöcke werden bei Bedarf zur Verfügung gestellt (ärztl. Zeugnis im Falle einer Beeinträchtigung / Epilepsie / Diabetes) **Info:** Treffpunkt: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Basteln für Muttertag

Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit und ohne Beeinträchtigung
„Für dich, liebe Mama!“ Am Muttertag etwas liebevoll selber basteln, das möchten sicher viele Kinder. Diese Ideen sind mit etwas Hilfe leicht umzusetzen und lassen jedes Mutterherz höherschlagen.

Leitung: Carli Barbara

Wann: Samstag, 13.05.23, 14.30 - ca. 16.30

Beitrag: 10 €

Ort: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Workshop: Grundlagen der Gebärdensprache

- Wir lernen: einfache und für die ältere Generation leicht verständliches Gebärden, um im Alltagsleben zu kommunizieren, besser zu verstehen und Missverständnisse zu vermeiden
- Tipps im Umgang mit gehörlosen Menschen
- Einblick in die Gehörlosenkultur und kurze Geschichte über die Gehörlosenschule

Leitung: Wellenzohn Kiebacher Veronika & Kiebacher Roman

Termin: Montag, 27.02.23, 6 Treffen, jeweils Montag, 18.00 - 19.30

Betrag: 50 €

Ort: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Gebärdensprache für deutschsprachige Südtiroler

Für SozialpädagogInnen, SozialarbeiterInnen, IntegrationslehrerInnen, StudentInnen, Angehörige bzw. Bekannte von Gehörlosen, öffentliche Angestellte, SprachwissenschaftlerInnen, Interessierte

Die Gebärdensprache ist eine visuelle Muttersprache, eine eigenständige, vollwertige Sprache und mit der Kultur der Gehörlosen eng verbunden. Ebenso wie die Lautsprache hat die Gebärdensprache eine eigene Grammatik und auch Dialekte. Viele gehörlose SüdtirolerInnen benützen die Gebärdensprache im Alltag. Wir möchten mit diesem Kurs den Hörenden einen Einblick in die Gebärdensprache bieten.

in Meran - Modul 2

Leitung: Veronika Wellenzohn Kiebacher, gehörlose Gebärdensprachtrainerin

Termin: Mittwoch, 01.02.23, 10 Treffen, jeweils Mittwoch, 18.00 - 19.30

Beitrag: 65 €

Ort: Meran, MS „Carl Wolf“, Karl-Wolf-Straße 30

in Schlanders - Modul 1

Leitung: Andreas Winkler, gehörloser Gebärdensprachtrainer

Termin: Donnerstag, 26.01.23, 10 Treffen, jeweils Montag, 18.30 - 20.00

Beitrag: 65 €

Ort: Schlanders, Oberschulzentrum, Plawennpark 3

Vortrag: Gehörlosengeschichte, Gehörlosenkultur

Für: Gehörlose, Schwerhörige, CI-TrägerInnen und alle Interessierte
In Gebärdens- und Lautsprache

Bei diesem Vortrag erfahren Sie mehr über die Geschichte der Gehörlosengemeinschaft in Südtirol und auch weltweit. Gebärdensprachen spielen dabei eine wichtige Rolle und mussten in der Vergangenheit einige Höhen und Tiefen hinnehmen.

Es werden eine gehörlose Gebärdensprachtrainerin gemeinsam mit einer angehende Gebärdensprachdolmetscherin durch den Abend führen und Einblicke in kulturelle Eigenheiten dieser sprachlichen Minderheit geben, sowie Unterschiede als auch Gemeinsamkeiten mit der hörenden Mehrheit aufzeigen.

Alle TeilnehmerInnen sind Sie herzlich dazu eingeladen auch über eigene Erfahrungen zu berichten und zu diskutieren.

Leitung: Wellenzohn Kiebacher Veronika & Kiebacher Roman

Termin: Mittwoch, 18.01.23, 18.00 - 20.00

Betrag: kostenlos

Ort: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Gemütliche Spaziergänge und Ausflüge - Passeggiate slow

In Zusammenarbeit mit dem Arbeitskreis Eltern Behinderter (AEB)
In collaborazione con la Associazione genitori di persone in situazione di handicap.

Wir machen gemütliche Spaziergänge, um kulturelle Ortschaften in unserer Umgebung besser kennenzulernen. Begleitet von einem/er ausgebildeten Fremdenführer/in und einer Fachbetreuerin für Menschen mit besonderen Bedürfnissen. Teilnahme auch für Rollstuhlfahrer/ innen möglich. Mit dieser Initiative möchten wir euch die Möglichkeit bieten, wertvolle Erfahrungen zu sammeln und gleichzeitig neue Kontakte zu knüpfen. Gerne können auch Angehörige teilnehmen.

\Facciamo piacevoli passeggiate per conoscere luoghi "speciali" del nostro territorio. Si viene accompagnato da una guida esperta e da un consulente specializzato per persone con esigenze particolari. È possibile poter partecipare anche su sedia a rotelle. Con quest'iniziativa offriamo l'opportunità di acquisire un'esperienza preziosa e al contempo si ha la possibilità di poter creare nuovi contatti. Anche i familiari sono invitati a partecipare.

Teilnahme auch für RollstuhlfahrerInnen möglich
Leitung: Rizzi Daniela

IVHS 

Jonglieren für alle

Lichtspiele, Aromatherapie, Sinnesanregung und Entspannung - die TeilnehmerInnen erwartet eine bewegende Erfahrung.

Du kannst Spiele und Bewegungen mit deinem Körper ausprobieren. Das wird lustig werden!
Die Umgebung ist gemütlich und für jeden geeignet.

1. Termin: Samstag, 21.01.23, 15.00 - 18.00

Beitrag: 12 €

2. Termin: Samstag, 20.05.23, 15.00 - 18.00

Treffpunkt: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Mitzubringen: bequeme Kleidung

Tappeinerweg

Teilnahme auch für RollstuhlfahrerInnen möglich

Entdecken wir Meran gemeinsam! Eine Stadt, die reich an Geschichte, Kultur und künstlerischer Schönheit ist. Der Tappeinerweg ist nach dem Botaniker und Anthropologen Dr. Franz Tappeiner benannt. Der Weg ist eben und bietet einen Panoramablick auf die Stadt Meran. Wir entdecken den historischen Pulverturm.

Eine schöne Überraschung ist der Besuch des Kräutergartens!

Termin: Samstag, 18.03.23, 14.00 - 16.00

Beitrag: 12 €

Treffpunkt: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Frauenmuseum Meran

Teilnahme auch für RollstuhlfahrerInnen möglich

Entdecken wir Meran gemeinsam! Diesmal besuchen wir zusammen das Frauenmuseum. Dort sind wichtige Dinge über die Geschichte der Frauen gesammelt.

Termin: Samstag, 04.02.23, 10.00 - 12.00

Beitrag: 12 €

Treffpunkt: Meran, Frauenmuseum, Meinhardstraße 2

Landesfürstliche Burg

Für RollstuhlfahrerInnen nicht geeignet

Entdecken wir Meran gemeinsam! Eine Stadt, die reich an Geschichte, Die Landesfürstliche Burg wurde von Herzog Sigismund von Österreich erbaut und 1516 lebte dort auch Kaiser Maximilian I. Im Inneren finden wir Einrichtungsgegenstände, Gemälde und antike Waffen und können eine mittelalterliche Atmosphäre nachempfinden.

Termin: Samstag, 15.04.23, 15.00 - 17.00

Beitrag: 12 €

Treffpunkt: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Anmeldung und Information

/Iscrizioni e informazioni:

Tel. 0473 230 219

E-Mail: info@urania-meran.it