

PROGRAMM HERBST 2020

ERWACHSENENSCHULE SCHÖNBERG-MIEDERS



TIROLER
BILDUNGS
FORUM



KREATIVITÄT



BEWEGUNG
& FITNESS



KULINARIK



NATUR &
UMWELT



GESUNDHEIT &
WOHLBEFINDEN



FÜR KINDER



VEREINE &
DEMOKRATIE

PROGRAMM HERBST

**Sehr geehrte BürgerInnen
in Schönberg & Mieders,**

leider hat die Corona-Pandemie das Sommersemester frühzeitig beendet.

Nun starte ich mit neuem Elan in dieses Semester und habe für Broschüre und Homepage ein neues Outfit.

Um meine ehrenamtliche Arbeit zu erleichtern, bitte ich vorzugsweise um Anmeldung über die neue Homepage:

www.erwachsenenschulen.at/mieders-schoenberg

Dort finden Sie auch unterschiedliche weitere Veranstaltungen und Onlineangebote.

Es ist mir ein Anliegen, ein Angebot zu gestalten, das für alle BürgerInnen attraktiv ist. Daher lade ich ein, Vorschläge für weitere Angebote und Ideen für ReferentInnen einzubringen, oder sogar selber eine Veranstaltung oder einen Kurs anzubieten.

Schön fände ich auch, wenn sich Personen aus unseren Gemeinden bereit erklären, mit mir 2 x im Jahr am Programm zu arbeiten. Melden Sie sich - so wird das Angebot noch vielfältiger.

Bitte berücksichtigen Sie die allgemeinen Hinweise auf der Rückseite dieser Broschüre.

Ich freue mich, wenn Sie vom Herbstprogramm regen Gebrauch machen.

Schöne Grüße

Kathrin Schönherr
Leitung der Erwachsenenschule
Mieders - Schönberg

'20

KREATIVITÄT



AB SEITE 05

Kreativwerkstatt „Epoxy und Beton“ (für Erwachsene)

KULINARIK



AB SEITE 04

Kräuterweine und -liköre
Zurück zu den Wurzeln

GESUNDHEIT & WOHLBEFINDEN



AB SEITE 08

Haut und Haar
Duftende Badekosmetik
Zarte Pflege für kalte Tage
Natürlich sauber - Seifensieden

BEWEGUNG & FITNESS



AB SEITE 06

Leichte Gymnastik
Rücken & Relax
Line Dance für Erwachsene

FÜR VEREINE & DEMOKRATIE



AB SEITE 12

Veranstaltungen unter Covid-19
Marketing für den Verein
Nähe und Distanz - Schutz vor Grenzverletzungen und Machtmissbrauch!
Instagram, tik tok, snapchat wo postet mein Verein
Vereinsakademie intensiv
Demokratie-Talk im Spiegelsaal

NATUR & UMWELT



AB SEITE 15

Strukturen im Garten –
Lebensräume für Nützlinge
Vom Nutzen und der Schönheit
heimischer Sträucher

FÜR KINDER



AB SEITE 10

Kräuterweibl & Wurzlmandl
Winterwerkstatt für Kinder
7 bis 10 Jahre
Line Dance für Kinder ab 9 Jahre



VERANSTALTUNGEN KULINARIK

Kräuterweine und -liköre

Der Herbst schenkt uns eine Fülle an schmackhaften Früchten und Kräutern. Wir sammeln verschiedenste Zutaten und verarbeiten sie nach uralten Rezepten zu wohlschmeckenden Likören, heilsamen Weinen und Kräuterelexieren.

Ort:

Kräuterweise, Brückenweg 15, 6167 Neustift/ Milders

Termine:

Samstag, 14.11.2020
10:00-17:00 Uhr

Referentin:

Mag. Sonja Tanzer

Kosten:

€ 78,00
Inkl. Skriptum, Materialien, Kaffee/ Tee und Kräuterjause

Anmeldeschluss:

12.11.2020

Zurück zu den Wurzeln

Herbstzeit ist Wurzelzeit. Welche Wurzeln werden im Herbst ausgegraben und wofür werden sie verwendet? Im Praxisteil verarbeiten wir Rosskastanien zu Waschmittel, stellen eine Wurzelsalbe und eine Einreibung her und mischen ein spezielles Wurzelsalz.

Ort:

Kräuterweise, Brückenweg 15, Neustift/ Milders

Termine:

Samstag, 03.10.2020
10:00 - 17:00 Uhr

Referentin:

Mag. Sonja Tanzer

Kosten:

€ 78,00
Inkl. Skriptum, Materialien, Kaffee/ Tee und Kräuterjause

Anmeldeschluss:

01.10.2020



VERANSTALTUNG KREATIVITÄT



Kreativwerkstatt „Epoxy und Beton“ (für Erwachsene)

Wir basteln kleine Schmuckstücke und Deko aus Epoxidharz und Kreativbeton.

Ort:
Öffentliche Bücherei Schönberg

Termine:
Montag, 23.11.2020
18:00-21:00 Uhr

Referentin:
Kathrin Schönherr

Kosten:
€ 35,00 inkl. Material

Anmeldeschluss:
20.11.2020

»Wie sich entfalten? -
Etwas gestalten!«

*Wolfgang Lörzer
deutscher Pädagoge und Autor*





VERANSTALTUNGEN

BEWEGUNG & FITNESS

»Tu deinem Körper etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.«

Teresa von Avila

Leichte Gymnastik

Leichte Konditions- und Ausdauerübungen.

Ort:

Turnsaal, Volksschule Mieders

Termine:

Montag, 14.09.2020 - 01.02.2021
18:45-19:45

Referentin:

Marion Pirkner

Kosten:

€ 48,00

Bereits bezahlte Einheiten aus dem letzten Semester werden vom Kursbeitrag abgezogen!

Anmeldeschluss:

14.09.2020

Rücken & Relax

Leichtes Training zur Stärkung und Entspannung der Rückenmuskulatur

Ort:

Turnsaal, Volksschule Schönberg

Termine:

Mittwoch, 16.09.2020 - 23.12.2020
9:00-10:00

Referentin:

Evelyn Neurauter, Fitlehrwartin

Kosten:

€ 39,00

Bereits bezahlte Einheiten aus dem letzten Semester werden vom Kursbeitrag abgezogen!

Anmeldeschluss:

16.09.2020

Line Dance für Erwachsene

Tanzen und viel Spaß bei toller Musik, fördert Konzentration und Fitness.

Ort:

Turnsaal, Volksschule Schönberg

Termine:

Mittwoch, 30.09.2020 - 03.02.2021
17:00-18:30

Referentin:

Helga Leitgeb

Kosten:

€ 120,00

Anmeldeschluss:

30.09.2020





VERANSTALTUNGEN GESUNDHEIT



Haut und Haar

Die Haut ist unser wichtigster Schutz gegen Einflüsse von Außen. Dies sollten wir bei der Pflege berücksichtigen und genau darauf achten, welche Pflegeprodukte wir verwenden. Hochwertige Mazerate, Hydrolate und Tinkturen geschüttelt, gemixt oder gerührt, ergeben wertvolle Naturkosmetik für Haut & Haar ohne künstliche Zusätze.

Ort:

Öffentliche Bücherei Schönberg

Termine:

Dienstag, 13.10.2020
18:30-21:30 Uhr

Referentin:

Mag. Sonja Tanzer

Kosten:

€ 50,00
Inkl. Skriptum, Materialien und selbstgemachte Produkte

Anmeldeschluss:

11.10.2020

Duftende Badekosmetik

Mit dem Herbst beginnt auch die Zeit der genusslichen Bäder, dabei freut sich Groß & Klein über tolle Badezusätze. Wir rühren, mixen und mischen pflegende Badekosmetik aus feinsten Zutaten zum Verschenken oder selber behalten.

Ort:

Öffentliche Bücherei Schönberg

Termine:

Donnerstag, 19.11.2020
18:30-21:30 Uhr

Referentin:

Mag. Sonja Tanzer

Kosten:

€ 50,00
Inkl. Skriptum, Materialien und selbstgemachte Produkte

Anmeldeschluss:

17.11.2020

Zarte Pflege für kalte Tage

Im Winter wird die Hautpflege manchmal zu einer echten Herausforderung. Kälte, Wind und Nässe setzen unserem größten Organ oft sichtlich zu. Aus hochwertigen Auszügen, Tinkturen und Hydrolaten kreieren wir sanfte aber wirkungsvolle Naturkosmetik. Eine wärmende Creme für Hände und Füße sowie Lippenpflege und eine pflegende Bodylotion dürfen dabei nicht fehlen.

Ort:

Öffentliche Bücherei Schönberg

Referentin:

Mag. Sonja Tanzer

Kosten:

€ 55,00

Inkl. Skriptum, Materialien und selbstgemachte Produkte

Kurs 1

Termine:

Mittwoch, 21.10.2020
18:30-21:30 Uhr

Anmeldeschluss:

19.10.2020

Kurs 2

Termine:

Mittwoch, 13.01.2021
18:30-21:30 Uhr

Anmeldeschluss:

11.01.2020

Natürlich sauber - Seifensieden

Selbstgerührte Naturseifen bieten nicht nur individuell auf den Hauttyp abgestimmte Pflege sondern sind auch gern gesehene Mitbringsel. Wunderbare Düfte und bunte Farbkreationen – der eigenen Fantasie sind beim Seifen sieden keine Grenzen gesetzt. Wie man mit einfachen und natürlichen Zutaten zuhause selber herstellen kann, lernt man in diesem Workshop.

Ort:

Öffentliche Bücherei Schönberg

Referentin:

Mag. Sonja Tanzer

Kosten:

€ 70,00

Inkl. Skriptum, Materialien und selbstgemachte Produkte

Kurs 1

Termine:

Donnerstag, 05.11.2020
18:30-21:30 Uhr

Anmeldeschluss:

03.11.2020

Kurs 2

Termine:

Dienstag, 26.01.2021
18:30-21:30 Uhr

Anmeldeschluss:

24.01.2020





VERANSTALTUNGEN

**KREATIVITÄT &
BEWEGUNG
FÜR KINDER**

Kräuterweibl & Wurzlmandl

Kinder sind besonders begeistert von Kräutern und allen Wesen um uns herum. Neugierige Augen und Fragen über Fragen! Wir begeben uns in die Welt der Kräuter, gehen hinaus und entdecken die typischen Wild- und Gartenkräuter, Sträucher und Bäume in unserer Umgebung. Zu jeder Jahreszeit sehen sie anders aus und erzählen uns immer wieder neue Geschichten. Aus Naturmaterialien basteln wir Nützliches und Wichtiges für die künftigen Kräuterweibl und Kräutermndl. Beim Kräutertreff stellen wir eine Hexenzauberei her, das kann ein Lippenpflegestift, ein Kräutersackerl, eine Bienenwachskerze mit Kräutern und vieles mehr sein.

Ort:

Öffentliche Bücherei Schönberg

Termine:

Donnerstag, 24.09.2020
15:00 - 17:00 Uhr

Referentin:

Mag. Sonja Tanzer

Kosten:

€ 23,00

Anmeldeschluss:

22.09.2020

Winterwerkstatt für Kinder 7 bis 10 Jahre

Gemeinsam basteln wir winterliche Sachen und Lustiges für Weihnachten.

Ort:

Öffentliche Bücherei Schönberg

Termine:

Donnerstag, 10.12.2020
15:30-17:30 Uhr

Referentin:

Kathrin Schönherr

Kosten:

€ 20,00 inkl. Material

Anmeldeschluss:

08.12.2020

Line Dance für Kinder ab 9 Jahre

Tanzen und viel Spaß bei toller Musik, fördert Konzentration und Fitness.

Ort:

Turnsaal, Volksschule Schönberg

Termine:

mittwoch, 30.09.2020 - 03.02.2021
15:30-17:00

Referentin:

Helga Leitgeb

Kosten:

€ 96,00

Anmeldeschluss:

30.09.2020





VERANSTALTUNGEN

VEREINSAKADEMIE & DEMOKRATIEBILDUNG

Veranstaltungen unter Covid-19

Das Vereinsleben steht nicht still! Unter welchen Voraussetzungen dürfen Veranstaltungen im Herbst stattfinden? Wie viele Personen dürfen an einer Veranstaltung teilnehmen? Wie groß muss der Veranstaltungsraum sein? Welche Hygienemaßnahmen hat der Verein als Veranstalter zu treffen? Und was passiert, wenn sich die gesetzlichen Regelungen verändern? Diesen und anderen Fragen rund um Veranstaltungen im Herbst 2020 wird im Vortrag nachgegangen und Fragen der TeilnehmerInnen aufgegriffen.

Termin:

Dienstag, 06.10.2020,
19.00 Uhr – 20.30 Uhr

Marketing für den Verein

Wie gelingt Marketing für den Verein? Wie geht die Identifikation von Zielgruppen vor sich, wie funktioniert die unterschiedliche Ansprache der Zielgruppe, wie die Auswahl der richtigen Kanäle (Print bzw. Online)? Der Referent erzählt alles rund um´s Marketing für NGOs und gibt hilfreiche Tipps aus der eigenen Praxis!

Referent:

Mag.(FH) Norbert Adlassnigg, Leiter
Marketing Tiroler Tageszeitung

Termin:

Dienstag, 06.10.2020,
19.00 Uhr – 20.30 Uhr

Alle Veranstaltungen
dieser Seite auch
Live - Online

Nähe und Distanz - Schutz vor Grenzverletzungen und Machtmissbrauch!

Achtsamkeit und Sensibilität im Hinblick auf Nähe und Distanz sind in der Arbeit in Vereinen aber auch im privaten Bereich unabdingbar. Das frühzeitige Erkennen von Grenzverletzungen, der Umgang mit Macht, die Stärkung der Fähigkeit zu qualifizierter Intervention und die Einleitung notwendiger Handlungsschritte können Schutz und Sicherheit gewährleisten. Ziel ist es, eine Kultur des achtsamen Miteinanders und des aufmerksamen Hinschauens sowie Vertrauens zu entwickeln, weil das ein Qualitätsmerkmal für das Handeln in Vereinen darstellt. Auch wenn präventive Verhaltensweisen bereits häufig als Selbstverständlichkeit angenommen werden, ist es wichtig, gemeinsame Standards zu entwickeln und einzuführen.

ReferentInnen:

Dr. Hannes Wechner, Leiter der Stabsstelle Prävention gegen Gewalt der Diözese Innsbruck, und Theresa Auer, BA MA, Mitarbeiterin der Kinder- und Jugendanwaltschaft Tirol

Termin:

Dienstag, 01.12.2020,
19.00 Uhr – 20.30 Uhr

Instagram, tik tok, snapchat... wo postet mein Verein?

Das Internet bietet viele Möglichkeiten seinen Verein nach außen hin zu präsentieren, doch was ist die Richtige? Der Referent gibt einen kurzen Einblick in gängige Social Media Plattformen, deren Zielgruppe und wie man diese für den eigenen Verein nutzen kann. Dabei wird erklärt wie man die einzelnen Plattformen zur Informationsverbreitung und Neugewinnung von Mitgliedern nutzen kann. Plattformen die behandelt werden: • Instagram • Facebook • Snapchat • Twitter • Tik Tok • Reddit • Whatsapp Business • Messenger • Telegram

Referent:

Martin Hammerschmidt, Selbstständiger Programmierer und Mediendesigner

Termin:

Dienstag, 02.02.2021,
19.00 Uhr – 20.30 Uhr

Für alle Termine auf diesen zwei Seiten:

Ort:

Online & Tiroler Bildungsforum,
Spiegelsaal, Sillgasse 8/2, Ibk

Vorträge der ReferentInnen werden via Zoom live übertragen.

Kosten: keine

Anmeldung:

bei Teilnahme im Spiegelsaal keine
bei Teilnahme via Zoom bis 1 Tag vorher
über www.tiroler-bildungsforum.at





Vereinsakademie intensiv

Ein Tag Information, Entwicklung, Austausch

Der Intensivtag ermöglicht eine vertiefende Auseinandersetzung zu ausgewählten Themen, die für VereinsfunktionärInnen, Mitglieder und MitarbeiterInnen relevant sind.

Die TeilnehmerInnen können zwei von vier Workshops besuchen. Austausch und Vernetzung fördern ausserdem das Lernen voneinander.

Vormittag:

Workshop 1: Jugendarbeit im Verein

Workshop 2: Kompetenzen sichtbar und nutzbar machen -der Freiwilligen-nachweis

Nachmittag:

Workshop 1: Storytelling- so präsentierst du deinen Verein & dein Angebot!

Workshop 2: Gremialarbeit im Verein

Ort:

Spiegelsaal Tiroler Bildungsforum & MK Jugendzentrum, Sillgasse 8/2, Ibk

Termin:

Samstag, 30. Jänner 2021,
9.00 - 17.30 Uhr

Kosten:

Das Angebot ist für MitarbeiterInnen und Mitglieder von Vereinen und Dachverbänden kostenlos zugänglich.

Anmeldung:

bis 25.01.2021
über www.tiroler-bildungsforum.at

Demokratie-Talk im Spiegelsaal

Einmal im Monat diskutieren wir mit Menschen aus Politik & Verwaltung über demokratische Prozesse auf Gemeinde-, Landes- und Bundesebene. Die Veranstaltung soll über Aktuelles informieren, Einblick in Entscheidungsstrukturen geben und motivieren noch stärker als mündige BürgerIn aufzutreten.

Gäste im Wintersemester sind z.B. die Präsidentin des Tiroler Landtags Sonja Ledl-Rossmann & Europaabgeordnete Barbara Thaler

Ort:

Spiegelsaal, Tiroler Bildungsforum
Sillgasse 8/2, Ibk

Termin:

letzter Dienstag im Monat
19.00 Uhr - 20.30 Uhr

Kosten:

keine

Anmeldung:

keine

Informationen:

www.tiroler-bildungsforum.at



VERANSTALTUNGEN NATUR & UMWELT



Strukturen im Garten – Lebensräume für Nützlinge

Ob ein Totholzhaufen, eine schön gestaltete Trockensteinmauer oder ein Bereich für Wildpflanzen - in jeden Garten können wertvolle Strukturen für Tiere wie Reptilien, Amphibien oder Schmetterlinge geschaffen werden. Auch Nützlinge leben hier, und sind dadurch schnell zur Stelle, wenn sie ge-

braucht werden. Wie man solche Strukturen in einem Garten schaffen kann und dabei auch etwas für die Artenvielfalt tut, erfahren Sie in diesem Vortrag.

Termin:

Donnerstag, 10.09.2020, 19.30-20.30 Uhr

Referentin:

Sylvia Auer, Biologin

Kosten:

€ 15,00 (€ 10,00 für TBF Mitglieder)

Vom Nutzen und der Schönheit heimischer Sträucher

Lange Zeit waren heimische Gehölze im Garten verpönt: zu normal, zu gewöhnlich, zu unspektakulär. Heute erkennen wir wieder, die unzähligen Vorteile, die uns heimische Wildgehölze bieten. Blüten, Blätter und Früchte sind allerfeinste Nahrung für vielerlei Tierarten. Aber auch wir selber können von den Wildgehölzen profitieren:

gesundheitlich, kulinarisch oder einfach nur, weil ihr hübsches Aussehen unser Auge erfreut. Erfahren Sie mehr über ihre Verwendungsmöglichkeiten in großen und in kleinen Gärten.

Termin:

Donnerstag, 10.09.2020, 19.30-20.30 Uhr

Referentin:

Maria Siegl
Biologin und Projektleiterin „Heimisch Pflanzen“ im Grünen Tirol

Für diese beiden Termine:

Ort: Online & Tiroler Bildungsforum, Spiegelsaal, Sillgasse 8/2, Ibk

Kosten: € 15,00 (€ 10,00 für TBF Mitglieder)

Anmeldung: über www.tiroler-bildungsforum.at



ALLGEMEINE HINWEISE

Die Erwachsenenschule Mieders-Schönberg ist eine Zweigstelle des Tiroler Bildungsforums und wird von Kathrin Schönherr ehrenamtlich geführt.

Die AGB finden Sie auf der Homepage der Erwachsenenschule Mieders-Schönberg

ANMELDUNG

Vorzugsweise über die Homepage: www.erwachsenenschulen.at/mieders oder telefonisch von MO - FR 17.00 - 19.00 Uhr Tel. 0660/1274031

Kursplätze werden nach dem Einlangen der Anmeldung gereiht und sind verbindlich.

BEZAHLUNG

Der gesamte Kursbeitrag wird ausnahmslos bei Kursbeginn vor Ort in bar eingehoben.

STORNIERUNG

Kostenlose Stornierung nur bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn.

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

Kann eine Ersatzperson für die Teilnahme namhaft gemacht werden, entfällt die Stornogebühr.

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

PROGRAMMÄNDERUNG

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



**TIROLER
BILDUNGS
FORUM**



HINWEIS - COVID-19

- Halten Sie bitte auch bei Veranstaltungen der Erwachsenenschule die derzeit gültigen Abstands- und Hygieneregeln ein.
- Möglichkeit zur Handhygiene ist vor Ort gegeben.
- Bei Krankheitssymptomen innerhalb der letzten 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung, ist eine Teilnahme untersagt.
- Tritt im Rahmen einer Veranstaltung ein Verdacht einer Covid-19-Erkrankung auf, kontaktieren wir die Gesundheitsbehörde und folgen deren Anweisung. Dabei kann es zur Weitergabe Ihrer Daten kommen.
- Bitte beachten Sie auch die vor Ort angebrachten Verhaltenshinweise.

DANKE DEN PARTNERN & FÖRDERERN



Schönberg



Mieders



 Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft
und Forschung