

HERBST 2025

ERWACHSENENSCHULE NATTERS



**TIROLER
BILDUNGS
FORUM**



**KREATIVITÄT &
HANDWERK**



**GENUSS &
ERNÄHRUNG**



**BEWEGUNG &
GESUNDHEIT**



**BEWEGUNG
FÜR KINDER &
ELTERN**



**KULTUR &
LITERATUR**



**MENTALE
GESUNDHEIT**



**FINANZ-
BILDUNG**



**VEREIN &
EHRENAMT**



**NATUR &
UMWELT**



**DIGITALI-
SIERUNG**

PROGRAMM HERBST

Liebe Freundinnen & Freunde
der Erwachsenenschule Natters,

geschafft! Das Programm für das
Herbstsemester ist da.

Viel Spaß beim Durchblättern und
Lesen. Neben den bewährten
Bewegungskursen, die euch fit im
Alltag halten sollen, gibt es auch
wieder Kooperationen mit der
Bücherei, den Bäuerinnen, den
Fahrradspezialisten und Danielle
Prachensky. Neu ist die Zusam-
menarbeit mit Carmen Neuwirth
und der ÖGK.

Ich freue mich auf eine rege Teil-
nahme an den verschiedenen
Kursen und lade euch herzlich ein,
auch das kommende Sommerse-
mester aktiv mitzugestalten. Ob
als Referent:in oder mit Ideen für
neue Kurse – je vielfältiger, desto
interessanter!

Bitte bucht die Kurse über die
Homepage der Erwachsenenschu-
le unter
[www.erwachsenenschulen.at/
natters](http://www.erwachsenenschulen.at/natters)

Bei technischen Schwierigkei-
ten helfe ich euch gerne unter
0660/7398772 ab 19.00 Uhr
weiter.

Die Anmeldungen sind verbind-
lich, die Kursplätze werden nach
Einlangen der Anmeldungen
gereiht. Nach der Anmeldung be-
kommt ihr ein Bestätigungsmail.
Bitte schaut auch im Spamordner
nach.

Auf der Homepage findet ihr auch
etwaige zusätzliche Angebote der
Erwachsenenschule Natters, des
Tiroler Bildungsforums und des
Lanner Kulturdreh der Gemeinde
Lans. Immer wieder einen Blick
auf die Homepage werfen, zählt
sich also aus.

Ich freue mich darauf, möglichst
viele bei den Kursen zu treffen.

Beste Grüße

Christiane Kimeswenger
ehrenamtliche Leitung der
Erwachsenenschule Natters

'25

KREATIVITÄT & HANDWERK



AB SEITE 04

Fahrrad Basics - Theorie und Praxis für
Wartung & Reparatur

„SMYKKER“ - stell deinen eigenen
Perlenschmuck her

GENUSS & ERNÄHRUNG



AB SEITE 05

Saisonale Liköre - einfach und selbst-
gemacht für den Hausgebrauch

Richtig essen...von Anfang an.
Unser Baby lernt essen!

BEWEGUNG & GESUNDHEIT



AB SEITE 06

„Laufen will gelernt sein!“ mit Laura
Proßegger

Forrest Yoga für alle Altersklassen

Musikgymnastik mit Roswitha

Wirbelsäulengymnastik mit Faszien-
training

PILATES

FELDENKRAIS® kleine Bewegung -
große Wirkung

BEWEGUNG FÜR KINDER & ELTERN



AB SEITE 09

Eltern-Kind-Turnen für Kinder im Kin-
dergartenalter

KULTUR & LITERATUR



AB SEITE 10

Erzählcafé

Adventsewanderung für Erwachsene

Lesekreis in der Bücherei Natters

MENTALE GESUNDHEIT



AB SEITE 11

Kinder im Volksschulalter psychisch
stärken

Was Stress mit unserem Körper
macht

FINANZ- BILDUNG



AB SEITE 12

Zwischen Bauchgefühl & Verstand:
So treffen wir klügere Entscheidun-
gen

VEREIN & EHRENAMT



AB SEITE 13

Vorstandsmitglieder scheiden aus!
- Wie gute Weiterentwicklung im
Verein gelingen kann?

Vereinsrichtlinien NEU - Was sich für
Vereine mit Feber 2025 geändert hat.

So gelingt Nachhaltigkeit im Verein -
von der Planung bis zur Umsetzung

(Kinder-)Schutzkonzepte im Verein
entwickeln und umsetzen

Wie sicher können wir sein? Haf-
tungsfragen im Verein

NATUR & UMWELT



AB SEITE 14

Vögel - sicher durch das Gartenjahr

Der Igel im herbstlichen Naturgarten

Gärten naturnah gestalten -
Wie Tiere sie gestalten würde

DIGITALI- SIERUNG



AB SEITE 15

CANVA kann was! - Social Media
Posts, Plakate, Flyer, Graphic Hacks
oder Videos schnell erstellt



VERANSTALTUNGEN KREATIVITÄT & HANDWERK

Fahrrad Basics - Theorie und Praxis für Wartung & Reparatur

Hier bekommst du nützliche Tipps und Tricks rund ums Fahrrad, wie zum Beispiel das Ein- und Ausbauen von Rädern, den Schlauchwechsel, den Austausch von Bremsbelägen (für Felgenbremsen und Scheibenbremsen), das Einstellen der Schaltung und die Pflege der Kette. Außerdem gibt es wertvolle Infos zum Antriebsverschleiß und vieles mehr. Falls du möchtest, kannst du gerne dein eigenes Fahrrad mitbringen.

Kursleitung:

Gerald Ploner, John Thene

Kurstermin:

18.10.2025, 10.00 - 12.00 Uhr

Kursort:

Natters, Werkstatt von Gerald Ploner, Gartenweg 34

Kursbeitrag:

€ 25,00 (2,4 UE)

Anmeldeschluss:

15.10.2025

„SMYKKER“ - stell deinen eigenen Perlenschmuck her

Danielle bietet euch einen Raum, in dem jede*r kreativ sein und ein Schmuckstück selbst herstellen kann – auch ohne Vorkenntnisse. Die selbstgemachten Perlenketten eignen sich perfekt als Geschenke für eure Liebsten, denn jedes Schmuckstück ist einzigartig und ein Unikat.

Kursleitung:

Danielle Prachensky, Innenarchitektin

Kurstermin:

05.11.2025, 19.00 Uhr - 21.00 Uhr

Kursort:

Innsbruck, Atelier smykker, Innstraße 25

Kursbeitrag:

€ 28,00 incl. Material (3,6 UE)

Anmeldeschluss:

31.10.2025



VERANSTALTUNGEN GENUSS & ERNÄHRUNG

Saisonale Liköre - einfach und selbstgemacht für den Hausgebrauch

Im Laufe des Jahres bringen unsere Gärten eine Vielzahl an Früchten hervor – viele davon eignen sich hervorragend zur Herstellung von Likören. In diesem Kurs lernen Sie unterschiedliche Rezepte kennen und erfahren, wie man aus Sirup köstliche Liköre zubereitet. Zudem wird erläutert, welcher Alkohol sich wofür am besten eignet.

Schritt für Schritt wird erklärt, wie Sie Liköre einfach und erfolgreich selbst herstellen können.

Kursleitung:

Ing. Alexandra Kammerlander, Seminarbäuerin

Kurstermin:

12.11.2025, 19.00 Uhr - 21.30 Uhr

Kursort:

Volksschule Natters, Volksschule

Kursbeitrag:

€ 32,00 plus € 8,00 Lebensmittelkosten (3 UE)

Anmeldeschluss:

07.11.2025

Richtig essen...von Anfang an. Unser Baby lernt essen!

Um das 6. Lebensmonat reichen Muttermilch und Säuglingsnahrungen alleine nicht mehr aus, damit ein Kind gut gedeihen kann. Doch wie geht es jetzt am besten weiter? Diese und viele weitere Fragen rund um die bunte Babykost werden in diesem kostenlosen Workshop praxisnah beantwortet.

Kursleitung:

Carmen Neuwirth, Diätologin

Kurstermin:

20.10.2025, 18.00 - 20.30 Uhr

Kursort:

Natters, Volksschule

Kursbeitrag:

die Teilnahme ist kostenlos

Anmeldeschluss:

15.10.2025



VERANSTALTUNGEN BEWEGUNG & GESUNDHEIT

„Laufen will gelernt sein!“ mit Laura Proßegger

Im Lauftechniktraining Masterclass erwartet dich 60 Minuten lang ein abwechslungsreiches Programm: nach dynamischem Aufwärmen, das die Muskeln aktiviert und den Körper auf die Belastung vorbereitet, werden individuelle Trainingsziele gesetzt – sei es Ausdauer, Muskelaufbau oder Beweglichkeit. Abgerundet wird jede Einheit durch eine Abkühl- und Stabilisierungsphase.

Kursleitung:
Laura Proßegger, Dipl. Lauftrainerin und Ernährungsexpertin

Kurstermine:
Mittwoch, 24.09.2025 - 26.11.2025,
18.00 Uhr - 19.00 Uhr, 10x

Kursort:
Natters, Treffpunkt Kunstrasenplatz

Kursbeitrag:
€ 40,00 (12 UE)

Forrest Yoga für alle Altersklassen

Forrest Yoga ist eine intensive und kraftvolle Yogapraxis. Im Fokus stehen einige besondere Elemente, wie der entspannte Nacken und die aktiven Füße. In jeder Klasse gibt es Bauchmuskulübungen, die die Verbindung zu unserem Zentrum stärken und den unteren Rücken entlasten. Forrest Yoga

ist für alle Altersklassen geeignet, egal ob erfahrene Yogis oder Anfänger.

Kursleitung:
Mag. Lara Krottil, zert. Yogatrainerin

Kurstermine:
Dienstag, 14.10.2025 - 03.02.2026,
19:00 Uhr - 20:30 Uhr, 12 x 90 Min.,

Kursort:
Kindergarten Natters, Bewegungsraum

Kursbeitrag:
€ 110,00 (21,6 UE)

Musikgymnastik mit Roswitha

Ein abwechslungsreiches Übungsprogramm, bestehend aus Konditions-, Koordinations-, gezielten Kräftigungsübungen und abschließenden Dehnungs- und Entspannungsübungen und jeder Menge Spaß.

Kursleitung:
Mag. Roswitha Niederwanger

Kurstermine:
Mittwoch, 08.10.2025 - 04.02.2026,
9.00 Uhr - 10.00 Uhr, 16 x 60 Min.

Kursort:
Turnhalle Natters

Kursbeitrag:
€ 96,00 (19,2 UE)

Wirbelsäulengymnastik mit Faszientraining

Der Kurs beinhaltet neben den bewährten Mobilisations-, Kräftigungs-, Stabilisations-, Dehn- und Beckenbodenübungen auch Elemente aus dem Faszientraining. Nicht nur die Muskulatur, sondern auch das Bindegewebe haben enorme Bedeutung für die körperliche Fitness und das Wohlbefinden. Mit schwingenden, federn- und wippenden Impulsen werden Reize gesetzt, die auch das Faszien- und Bindegewebe unmittelbar und optimal trainieren

Kursleitung:
Mag. Ingrid Benedikt (Kurse 1, 3, und 4); Sandra Koch (Kurs 2)

Kurs 1

Kurstermine:
Dienstag, 07.10.2025 - 03.02.2026,
17:30 Uhr - 18:30 Uhr 15 x 60 Min.

Kursort:
Kindergarten Natters, Bewegungsraum

Kursbeitrag:
€ 90,00 (18 UE)

Kurs 2

Kurstermine:
Dienstag, 07.10.2025 - 03.02.2026,
18:50 Uhr - 19:50 Uhr 14 x 60 Min.
Kein Kurs am 28.10.25

Kursort:
Turnhalle Natters

Kursbeitrag:
€ 90,00 (16,8 UE)

Kurs 3

Kurstermine:
Donnerstag, 09.10.2025 - 05.02.2026,
18:00 Uhr - 19:00 Uhr 16 x 60 min.

Kursort:
Kindergarten Natters, Bewegungsraum

Kursbeitrag:
€ 96,00 (19,2 UE)

Kurs 4

Kurstermine:
Donnerstag, 09.10.2025 - 05.02.2026,
19:10 Uhr - 20:10 Uhr 16 x 60 min.

Kursort:
Kindergarten Natters, Bewegungsraum

Kursbeitrag:
€ 96,00 (19,2 UE)



PILATES

Pilates verbindet Kraft-, Dehn-, Koordinations- und Entspannungsübungen und fördert dadurch einen gesunden starken Rücken ebenso wie bewegliche Gelenke. Die Übungen werden im Einklang mit einer bewussten Atmung langsam und präzise durchgeführt.

Kursleitung:

Verena Fontan, Dipl. Matwork Instructor

Kursort:

Bewegungsraum Kindergarten Natters

Kursbeitrag:

€ 85,00 (16,8 UE)

Kurs 1

Kurstermine:

Montag, 06.10.2025 - 02.02.2026,

19.00 Uhr - 20.00 Uhr, 14x60 Min.

KEIN Kurs am 08.12.25, 22.12.25, 05.01.26

Kurs 2

Kurstermine:

Montag, 06.10.2025 - 02.02.2026,

20.10 Uhr - 21.10 Uhr, 14x60 Min.

KEIN Kurs am 08.12.25, 22.12.25, 05.01.26

FELDENKRAIS® kleine Bewegung - große Wirkung

Feldenkrais® ist ein Bewegungskonzept, das davon ausgeht, dass sensible Selbstwahrnehmung zu einer Verbesserung der körperlichen und geistigen Fähigkeiten führen kann. Im Mittelpunkt unserer Abende stehen Wahrnehmungsübungen und das praktische Erproben von Bewegungen und Bewegungszusammenhängen. So erkennen wir eingeschliffene Bewegungsmuster und finden neue Bewegungsmöglichkeiten. So soll Beschwerden aufgrund von Fehlhaltungen und falschen Belastungen vorgebeugt werden.

Mitzubringen:

eine warme Decke, ein kleines Handtuch

Kursleitung:

Julia Feuerstein, Feldenkrais Pädagogin

Kurstermine:

Montag, 06.10.2025 - 02.02.2026,

17.30 Uhr - 18.30 Uhr 14x60 Min.,

KEIN Kurs am 08.12.25, 22.12.25, 05.01.26

Kursort:

Bewegungsraum Kindergarten Natters

Kursbeitrag:

ab 10 TeilnehmerInnen € 100,00 (16,8 UE)



VERANSTALTUNGEN BEWEGUNG FÜR KINDER & ELTERN

Eltern-Kind-Turnen für Kinder im Kindergartenalter

BEWEGUNG macht SCHLAU
Bewegung, Koordination, Spiel, Spaß
und viel Abenteuer warten auf euch.

Kursleitung:

Katharina Kimeswenger, Pädagogin mit
ihrem Team

Kursort:

Volksschule Natters, Turnhalle

Kursbeitrag:

€ 60,00 (16,8 UE) Familienpreis

Hinweis:

Wir bitten um Verständnis, dass wir zur
Qualitätssicherung und aus Sicherheits-
gründen keine älteren Geschwisterkinder
aufnehmen können.
Die Verantwortung für jüngere Geschwister
obliegt ausnahmslos den Eltern.

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, rutschfeste Socken und
eine Trinkflasche mit Wasser

Kurs 1

Kurstermine:

Dienstag, 07.10.2025 - 03.02.2026,

15.00 Uhr - 15.55 Uhr 14x 55 Min.

KEIN Kurs am 28.10.25

Kurs 2

Kurstermine:

Dienstag, 07.10.2025 - 03.02.2026,

16.05 Uhr - 17.00 Uhr 14x 55 Min.

KEIN Kurs am 28.10.25



VERANSTALTUNGEN KULTUR & LITERATUR

Erzählcafé

Das Erzählcafé ist ein Ort lebendigen Erinnerns. Unsere Erinnerungen sind von unschätzbarem Wert. Durch inspirierende Fragen und eine achtsame Gesprächsführung gibt es Raum, um zu erzählen und anderen zuzuhören. Wir werfen einen liebevollen Blick zurück auf unser Leben und teilen diese Erfahrungen mit anderen.

Leitung:
Martina Fitzner-Kofler

Termine:
Freitag, 17.10.2025, 16.01.2025, 13.03.2026,
08.05.2026, 16.30 Uhr- 18.30 Uhr,

Veranstaltungsort:
Bücherei Natters

Kosten:
die Teilnahme ist kostenlos
Anmeldung:
keine Anmeldung erforderlich

Adventlesewanderung für Erwachsene

Komm mit auf einen kleinen Spaziergang über die Felder in Natters! Mit weihnachtlichen Texten und Liedern stimmen wir uns auf den Advent und die Vorfreude auf Weihnachten ein. Bitte bringe eine Tasse mit. Für wärmende Getränke ist gesorgt!

Leitung:
Renate Paoli

Termine:
Freitag, 28.11.2025, 16.00 Uhr,
bei Regen findet die Veranstaltung in der
Bücherei statt.

Treffpunkt:
beim Gemeindehaus, Natters

Kosten:
die Teilnahme ist kostenlos
Anmeldung:
keine Anmeldung erforderlich

Lesekreis in der Bücherei Natters

Nach der Sommerpause starten wir wieder durch und bieten allen Lesebegeisterten ein Forum, in welchem wir ausgewählte Bücher besprechen wollen.

Leitung:
Lydia Naschberger-Schober, Elfie Müller

Termine:
Montag, 22.09.2025 - 29.06.2026, 19.00 Uhr
Folgetermine werden vor Ort besprochen

Veranstaltungsort:
Bücherei Natters

Kosten:
die Teilnahme ist kostenlos
Anmeldung:
keine Anmeldung erforderlich



VERANSTALTUNGEN MENTALE GESUNDHEIT

Mentale Gesundheit - das tut gut! - online

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 Erwachsenenschule zu einem kostenlosen Online-Vortrag ein, bei dem konkrete, einfache Maßnahmen zur Unterstützung der psychischen Gesundheit vorgestellt werden.

Kinder im Volksschulalter psychisch stärken

Termin: Montag, 27.10.2025, 19:30 Uhr

Was Stress mit unserem Körper macht

Termin: Montag, 24.11.2025, 19:30 - Uhr

Kursort: Online Via Zoom

Kursbeitrag: kostenlos

Information & Anmeldung:
tiroler-bildungsforum.at





ONLINE-VERANSTALTUNG FINANZ- BILDUNG

kostenloses
Angebot

Zwischen Bauchgefühl & Verstand: So treffen wir klügere Entscheidungen

Unser Denken ist oft nicht so rational, wie wir glauben. Wie Sie bewusster im Alltag, im sozialen Umfeld, bei Geldfragen und im Konsum entscheiden, erfahren Sie hier.

Ob beim Einkaufen, in Beziehungen oder bei Finanzentscheidungen – psychologische Verzerrungen beeinflussen unser Verhalten weit mehr, als wir annehmen. Diese Fortbildung zeigt anhand aktueller Forschung, warum wir uns systematisch täuschen und wie Sie mithilfe einfacher, wissenschaftlich fundierter Strategien klüger entscheiden. Typische Denkfehler wie Verlustaversion (wir fürchten Verluste stärker als wir Gewinne schätzen), Gegenwartsbezogenheit (wir bevorzugen sofortige Belohnungen gegenüber späteren Vorteilen) oder die Überbewertung kleiner Wahrscheinlichkeiten (wie beim Lottospielen) führen dazu, dass wir oft impulsiv, kurzfristig oder irrational handeln.

Konkret heißt das:

- Warum greifen wir im Supermarkt zum Sonderangebot, obwohl wir es nicht brauchen?
- Warum zahlen wir lieber sofort etwas in Raten ab, obwohl es langfristig teurer ist?
- Warum schieben wir es auf, regelmäßig zu sparen – obwohl wir es eigentlich wollen?

Sie erhalten leicht verständliche Erklärungen und praktische Tipps, wie Sie diese Denkfallen erkennen und im Alltag, im sozialen Umfeld, bei Konsumentscheidungen und beim Umgang mit Geld bewusster und besser entscheiden.

Referent:

Michael Kirchler

Termin:

Montag, 13.10.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltungsort: online - via Zoom

Anmeldeschluss: 09.10.2025

Hinweis:

eine Veranstaltung in Kooperation mit der Volkswirtschaftlichen Gesellschaft Tirol



VERANSTALTUNGEN VEREIN & EHRENAMT

kostenlose
Angebote

FunktionärInnen & Mitglieder in Vereinen stehen vor vielfältigen Herausforderungen. Mit dem monatlichen kostenlosen Onlineangebot für alle Ehrenamtlichen in Vereinen, sollen diese noch besser und mit höherer (Rechts-)sicherheit bewältigt werden können.

Die Veranstaltungsreihe wird gemeinsam mit der TKI - Tiroler Kulturinitiativen veranstaltet und vom Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz unterstützt.

Eine Anrechnung des Veranstaltungsbesuchs für die Initiative „Vereinsfit.Tirol“ von Blasmusikverband, Bund der Schützenkompanien, Landesschützenbund, Chorverband, Landestrachtenverband und Volksmusikverein ist möglich.

Anmeldung, Details & weitere Veranstaltungen: tiroler-bildungsforum.at

Vorstandsmitglieder scheiden aus! - Wie gute Weiterentwicklung im Verein gelingen kann?

Termin:

Dienstag, 07.10.2025, 19.00 Uhr - online

Vereinsrichtlinien NEU - Was sich für Vereine mit Feber 2025 geändert hat.

Termin:

Dienstag, 04.11.2025, 19.00 Uhr - online

So gelingt Nachhaltigkeit im Verein - von der Planung bis zur Umsetzung

Termin:

Dienstag, 02.12.2025, 19.00 Uhr - online

(Kinder-)Schutzkonzepte im Verein entwickeln und umsetzen

Termin:

Dienstag, 13.01.2026, 19.00 Uhr - online

Wie sicher können wir sein? Haftungsfragen im Verein

Termin:

Dienstag, 03.02.2026, 19.00 Uhr - online



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.

Anmeldung, Details & weitere Veranstaltungen: [tiroler-bildungsforum.at](https://www.tiroler-bildungsforum.at)

Vögel - sicher durch das Gartenjahr

Vogelgezwitscher gehört zum Garten einfach dazu. Im Winter wird es in vielen Gärten leiser, denn Vögel finden oft wenig Nahrung und suchen sich bessere Futterplätze. Eine Vogelfütterung kann den gefiederten Besuchern eine gute Futterquelle im winterlichen Garten sein. Tipps zur vogelfreundlichen Gestaltung des Gartens und was man ihnen auch im Winter Gutes tun kann.

Termin: 23.10.2025, 19.30 Uhr - online

Der Igel im herbstlichen Naturgarten

Bis Anfang November streift der Igel Nacht für Nacht durch den Garten, um sich für den bevorstehenden Winterschlaf Fettreserven anzufressen und sich nach einem sicheren Winterquartier umzusehen.

Erfahre, wie du den stacheligen Gesellen unterstützen kannst, damit er sicher und gesund die kalte Winterzeit übersteht.

Termin: 09.10.2025, 19.30 Uhr - online

Gärten naturnah gestalten - Wie Tiere sie gestalten würde

Gemeinsam begeben wir uns auf eine Reise durch unsere Gärten, nur aus etwas anderem Blickwinkel - jenem der Tiere. Wir schauen, wie wir ihre Bedürfnisse in unsere Gartengestaltung mit einbinden können. So entstehen nicht nur wertvolle Lebensräume für viele Nützlinge, sondern auch ein vielfältiger und spannender Garten zum Entdecken und Genießen.

Termin 11.12.2025, 19.30 Uhr - online



ONLINE - SEMINAR

DIGITALISIERUNG

CANVA kann was! -

Social Media Posts, Plakate, Flyer, Graphic Hacks oder Videos schnell erstellt

Canva ist eine Grafikdesign-Plattform für die Erstellung von visuellen Inhalten. Die Software funktioniert nach dem Drag-and-Drop Prinzip und beinhaltet bereits Vorlagen, Bilder, Schriftarten und Grafikelemente, die von den Nutzern verwendet werden können.

Einführungsworkshop

Nach diesem Onlineseminar kennen Sie die Gestaltungsmöglichkeiten von CANVA.

Inhalt:

- Installation und Anmeldung
- Genauer Blick ins MagicStudio
Wie arbeitet man im Team?
- Wie kann ich Fotos schnell bearbeiten?
- Welche Apps sind sinnvoll?
- Erstellen von Instagram-Posts und WhatsApp-Status

Termine zur Auswahl:

Dienstag, 14.10.2025, 19.00 - 20.30 Uhr
Dienstag, 11.11.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

Vertiefungsworkshop

Dieser Abend dient der Vertiefung der schon bestehenden Kenntnisse. Vorwissen zu Canva ist erforderlich.

Inhalt:

- Videos, Dokumente und Präsentationen erstellen
- Erklärvideos erstellen
- Tondokumente und Musik schneiden
- Tipps und Tricks, um schneller zu arbeiten
- Graphic Hacks für Social Media
- Erstellen einer einfachen Landing-Page (Website)

Termine zur Auswahl:

Dienstag, 07.10.2025, 19.00 - 20.30 Uhr
Dienstag, 25.11.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: Online-Workshop via Zoom

Referentin: Veronika Lamprecht, Tiroler Bildungsforum

Kosten: € 25,00 / Termin

kostenlos für Mitglieder des Tiroler Bildungsforums

Anmeldung:

[tiroler-bildungsforum.at](https://www.tiroler-bildungsforum.at)

ALLGEMEINE HINWEISE

Die Erwachsenenschule Natters ist eine Zweigstelle des Tiroler Bildungsforums und wird von Christiane Kimeswenger & Team ehrenamtlich geleitet. Die AGB finden Sie auf der Homepage der Erwachsenenschule Natters.

ANMELDUNG

Ausschließlich, sofern beim jeweiligen Kurs nicht anders vermerkt, über die Homepage:
www.erwachsenenschulen.at/natters

Die Kursplätze werden nach dem Einlangen der Anmeldung vergeben.

BEZAHLUNG

Den Kursbeitrag bitte vor Kursbeginn auf das ES Konto überweisen.
Bitte unbedingt Name und Kurstitel anführen:
IBAN: AT03 3628 1000 0012 0535

KONTAKT

Erwachsenenschule Natters
Homepage mit Anmeldeformular:
www.erwachsenenschulen.at/natters
Tel.: 0660/7398772
christiane.kimeswenger@gmail.com
www.facebook.com/erwachsenenschule.natters

TIROLER
BILDUNGS
FORUM



UNTERSTÜTZER

Gemeinde
Natters



**Raiffeisenkasse
Mutters, Natters und Kreith**



 **Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft
und Forschung**