

FRÜHJAHR 2026

# ERWACHSENENSCHULE NATTERS



TIROLER  
BILDUNGS  
FORUM



REPARATUR &  
HANDWERK



BEWEGUNG  
FÜR KINDER &  
ELTERN



GENUSS &  
ERNÄHRUNG



VEREIN &  
EHRENAMT



BEWEGUNG &  
GESUNDHEIT



NATUR &  
UMWELT



KULTUR &  
ERZÄHLEN



DEMOKRATIE &  
GESELLSCHAFT



DIGITALI-  
SIERUNG

# PROGRAMM FRÜHJAHR

**Liebe Freundinnen & Freunde  
der Erwachsenenschule Natters,**

geschafft! Ihr haltet das Programm für das Sommersemester in den Händen. Ich wünsche euch viel Spaß beim Durchblättern und Lesen. Neben bewährten Klassikern erwarten euch auch spannende Vorträge und Workshops von „Natur im Garten“, Angebote rund ums Fahrrad sowie gemeinsame Veranstaltungen mit der Bücherei.

Neu im Team der Referent:innen ist die Kräuterpädagogin und Bergwanderführerin Carmen Grießer aus Natters.

Neugierig geworden?

Dann meldet euch gleich über die Homepage der Erwachsenenschule unter

**[erwachsenenschulen.at/natters](http://erwachsenenschulen.at/natters)**  
an. Ich freue mich auf eine rege Teilnahme.

Sollte es bei der Anmeldung technische Schwierigkeiten geben, helfe ich euch gerne unter 0660/7398772 ab 19.00 Uhr weiter.

Die Anmeldungen sind verbindlich, die Kursplätze werden in der Reihenfolge des Einlangens vergeben. Nach der Anmeldung erhaltet ihr ein Bestätigungsmail – bitte kontrolliert gegebenenfalls auch euren Spamordner.

Auf der Homepage findet ihr außerdem zusätzliche Angebote der ES Natters, des Lanner Kulturdrehs sowie des Tiroler Bildungsforums. Ein regelmäßiger Blick lohnt sich also. Gerne nehme ich auch weiterhin eure Anregungen und Kurswünsche entgegen – je mehr sich beteiligen, desto vielfältiger wird unser Programm.

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

Beste Grüße

Christiane Kimeswenger  
ehrenamtliche Leitung der  
Erwachsenenschule Natters

# '26

## REPARATUR & HANDWERK



AB SEITE 04

Fit fürs Frühjahr – Fahrrad-Check für Einsteiger

Scheibenbremsen Spezial – Praxisworkshop für Fahrradbremsensysteme

## GENUSS & ERNÄHRUNG



AB SEITE 05

Oxymel – das Lebenselixier unserer Vorfahren

Die Waldapotheke - Schätze aus der Natur

## BEWEGUNG & GESUNDHEIT



AB SEITE 06

Zumba enjoy the Party

„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 10

Eltern-Kind-Turnen für Kinder im Kindergartenalter



GLEICH JETZT ANMELDEN AUF:

[WWW.ERWACHSENENSCHULEN.AT/NATTERS](http://WWW.ERWACHSENENSCHULEN.AT/NATTERS)

## KULTUR & ERZÄHLEN



AB SEITE 09

Erzählcafé

## VEREIN & EHRENAMT



AB SEITE 11

Gespräche strukturieren und moderieren

Vereinsveranstaltungen mit Musik - die AKM-Abgabe

Einen Verein gründen – vom Statut bis zur Gemeinnützigkeit

Gelungene Öffentlichkeitsarbeit für den Verein

## NATUR & UMWELT



AB SEITE 12

Selbstversorgt im Naturgarten - „Sommergemüse im Portrait“

Online Vorträge von Natur im Garten

## DIGITALISIERUNG



AB SEITE 14

Canva kann was

## DEMOKRATIE & GESELLSCHAFT



AB SEITE 15

„Bundespolitik live“ - Bildungsfahrt Wien

„Europapolitik live“ - Bildungsfahrt Brüssel



# VERANSTALTUNGEN REPARATUR & HANDWERK

## Fit fürs Frühjahr – Fahrrad-Check für Einsteiger

Der Winter ist vorbei – Zeit, dein Fahrrad wieder hervorzuholen! In diesem Einsteigerkurs zeige ich dir Schritt für Schritt, wie du dein Fahrrad auf Vordermann bringst: Bremsen prüfen, Kette pflegen, Reifen checken – einfach, praktisch, verständlich. Starte sicher und gut vorbereitet in die neue Saison! Falls du möchtest, kannst du gerne dein eigenes Fahrrad mitbringen.

**Referent:**  
Gerald Ploner

**Termin:**  
28.03.2026, 09.30 Uhr - 12.00 Uhr

**Veranstaltungsort:**  
Natters, Werkstatt von Gerald Ploner, Gartenweg 34

**Preis:**  
€ 28,00 (3 UE)

**Anmeldeschluss:**  
22.03.2026

## Scheibenbremsen Spezial – Praxisworkshop für Fahrrad- bremssysteme

Dieser Kurs richtet sich an Hobby-schrauberInnen, die ihre hydraulischen Scheibenbremsen optimal warten möchten. Im Fokus stehen der fachgerechte Belag- und Scheibenwechsel, das präzise Entlüften und Befüllen hydraulischer Systeme, das Erkennen von Druckverlusten sowie Tipps zur Leistungsoptimierung und Fehlerdiagnose. Der Kurs ist sowohl für technisch

versierte Radfans als auch für interessierte Neulinge geeignet.

**Referent:**  
Gerald Ploner

**Termin:**  
11.04.2026, 09.30 Uhr - 12.00 Uhr

**Veranstaltungsort:**  
Natters, Werkstatt von Gerald Ploner, Gartenweg 34

**Preis:**  
€ 28,00 (3 UE)

**Anmeldeschluss:**  
05.04.2026

Bild: pixabay



# VERANSTALTUNGEN GENUSS & ERNÄHRUNG

## Oxymel – das Lebenselixier unserer Vorfahren

Aus Honig, Essig und Kräutern entstehen mit einfachen Zutaten kraftvolle Wirkstoffe. In entspannter Atmosphäre entdecken wir die Wirkung des Oxymels und stellen gemeinsam ein eigenes Glas zum Mitnehmen her.

**Referentin:**  
Carmen Grießer, Dipl.Kräuterpädagogin, Bergwanderführerin

**Termin:**  
28.05.2026, 18.00 Uhr - 20.30 Uhr

**Veranstaltungsort:**  
Natters, Volksschule/Hort

**Preis:**  
€ 20,00 (3 UE) zzgl. 15 Euro Materialkosten

**Anmeldeschluss:**  
20.05.2026

## Die Waldapotheke - Schätze aus der Natur

Bei einem achtsamen Spaziergang lernen wir ausgewählte Wildkräuter und Flechten kennen, die traditionell für Wohlbefinden und Gesundheit genutzt werden können. Zum Abschluss bereiten wir uns ein Mitbringsel aus der Natur zu. Lass dich überraschen.

**Referentin:**  
Carmen Grießer, Dipl.Kräuterpädagogin, Bergwanderführerin

**Termin:**  
01.08.2026, 08.00 Uhr - ca.11.30 Uhr

**Veranstaltungsort:**  
Natters, Wald

**Unkostenbeitrag:**  
€ 5,00 (3 UE)

**Anmeldeschluss:**  
27.07.2026





VERANSTALTUNGEN

# BEWEGUNG & GESUND- HEIT



## 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, 03.03.2026 - 09.06.2026,  
19:00 Uhr - 20:30 Uhr, 15 x 90 Min.

### Kursort:

Kindergarten Natters, Bewegungsraum

### Kursbeitrag:

€ 135,00 (27 UE)

## Zumba enjoy the Party

Zumba ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitnessprogramm mit südamerikanischer und internationaler Musik und Tanzstilen. Zumba macht Spaß, Zumba ist leicht zu lernen und es ist effektiv... Lasst uns gemeinsam fit werden, Spaß haben und alle Sorgen weg tanzen!

### Referentin:

Katrin Hinterholzer

### Termin:

Mittwoch, 04.03.2026 - 24.06.2026,  
19.00 Uhr - 20.00 Uhr, 15 x 60 Min.  
KEIN Kurs am 01.04., 06.05. & 03.06.2026

### Veranstaltungsort:

Natters, Bewegungsraum Kindergarten

### Preis:

€ 90,00 (18 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, 25.02.2026 - 17.06.2026,  
9.00 Uhr - 10.00 Uhr, 15 x 60 Min.  
KEIN Kurs am 01.04. und am Mittwoch  
06.05.2026

**Kursort:**  
Turnhalle Natters

**Kursbeitrag:**  
€ 90,00 (18 UE)

---

## Wirbelsäulengymnastik mit Faszientraining

Der Kurs vereint bewährte Übungen zur Mobilisation, Kräftigung, Stabilisation, Dehnung sowie für den Beckenboden mit gezielten Elementen aus dem Faszientraining. Dabei wird nicht nur die Muskulatur angesprochen – auch das Bindegewebe spielt eine entscheidende Rolle für Fitness und Wohlbefinden. Durch schwingende, federnde und wippende Bewegungen werden gezielte Reize gesetzt, die das Faszien-gewebe effektiv aktivieren und stärken.

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

### Kurs 1

**Kurstermine:**  
Dienstag, 24.02.2026 - 09.06.2026,  
17:30 Uhr - 18:30 Uhr, 16 x 60 Min.

**Kursort:**  
Kindergarten Natters, Bewegungsraum

**Kursbeitrag:**  
€ 96,00 (19,2 UE)

---

### Kurs 2

**Kurstermine:**  
Dienstag, 03.03.2026 - 16.06.2026,  
18.50 Uhr - 19:50 Uhr 15 x 60 Min.  
KEIN Kurs am 31.03.26

**Kursort:**  
Turnhalle Natters

**Kursbeitrag:**  
€ 90,00 (18,0 UE)

### Kurs 3

**Kurstermine:**  
Donnerstag, 26.02.2026 - 11.06.2026,  
18:00 Uhr - 19:00 Uhr, 14 x 60 Min.

**Kursort:**  
Kindergarten Natters, Bewegungsraum

**Kursbeitrag:**  
€ 85,00 (16,8 UE)

---

### Kurs 4

**Kurstermine:**  
Donnerstag, 26.02.2026 - 11.06.2026,  
19.10 Uhr - 20.10 Uhr, 14 x 60 Min.

**Kursort:**  
Kindergarten Natters, Bewegungsraum

**Kursbeitrag:**  
€ 85,00 (16,8 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:

€ 80,00 (15,6 UE)

## Kurs 1

### Kurstermine:

Montag, 23.02.2026 - 08.06.2026,  
19.00 Uhr - 20.00 Uhr, 13 x 60 Min.  
KEIN Kurs am 30.3, 06.04. & 25.05.2026

---

## Kurs 2

### Kurstermine:

Montag, 23.02.2026 - 08.06.2026,  
20.10 Uhr - 21.10 Uhr, 13 x 60 Min.  
KEIN Kurs am 30.3, 06.04. & 25.05.2026

---

## 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, 09.03.2026 - 29.06.2026,  
17.30 Uhr - 18.30 Uhr 14 x 60 Min.,  
KEIN Kurs am 30.03.2026

### Kursort:

Bewegungsraum Kindergarten Natters

### Kursbeitrag:

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

## „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

### Termin:

Mittwoch, 11.02.2026 - 24.06.2026,  
18.00 Uhr - 19.00 Uhr, 20 x 60 Min.

### Veranstaltungsort:

Natters, Treffpunkt Kunstrasenplatz

### Preis:

€ 80,00 (24 UE)

»Die erste halbe Stunde laufe  
ich für meinen Körper, die  
zweite halbe Stunde für die  
Seele.«

George Sheehan



Bild: freepik

## 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.

### Referentin:

Martina Fitzner-Kofler

### Termin:

Freitag, 13.03.2026 & 08.05.2026  
16.30 Uhr - 18.30 Uhr

### Veranstaltungsort:

Natters, Bücherei

### Preis:

die Teilnahme ist kostenlos





# VERANSTALTUNGEN BEWEGUNG FÜR KINDER & ELTERN

Bild: freepik-AI generiert

## 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 (14,4 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, 24.02.2026 - 26.05.2026,  
15.00 Uhr - 15.55 Uhr, 12 x 55 Min.  
KEIN Kurs am 31.03. & am 07.04.2026

## Kurs 2

### Kurstermine:

Dienstag, 24.02.2026 - 26.05.2026,  
16.05 Uhr - 17.00 Uhr, 12 x 55 Min.  
KEIN Kurs am 31.03. & am 07.04.2026



# VERANSTALTUNGEN VEREIN & EHRENAMT

Bild: freepik

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

## Gespräche strukturieren und moderieren

Termin:

Dienstag, 03.03.2026, 19.00 Uhr - online

## Einen Verein gründen - vom Statut bis zur Gemeinnützigkeit

Termin:

Dienstag, 05.05.2026, 19.00 Uhr - online

## Vereinsveranstaltungen mit Musik - die AKM-Abgabe

Termin:

Dienstag, 07.04.2026, 19.00 Uhr - online

## Gelungene Öffentlichkeitsarbeit für den Verein

Termin:

Dienstag, 02.06.2026, 19.00 Uhr - online





# VERANSTALTUNGEN NATUR & UMWELT

## Selbstversorgt im Naturgarten - "Sommergemüse im Portrait"

Jetzt ist es so weit: Die Eisheiligen stehen vor der Tür und bald dürfen auch frostempfindliche Pflanzen in den Garten einziehen. Wärmeliebende Kulturen wie Tomaten, Paprika, Melanzani, Gurken, Busch- und Stangenbohnen, Kürbis und Mais stehen im Mittelpunkt. Dabei gehen wir ausführlich auf Nährstoffbedarf, Pflege, mögliche Krankheiten und Schädlinge sowie passende Mischkulturpartner ein. Anschließend schauen wir uns an, welche Arbeiten derzeit im Gemüsebeet anstehen und welche Gemüsepflanzen bereits gesät oder gepflanzt werden können.

### Referent:

Matthias Karadar MSc.

### Termin:

22.04.2026, 19.00 Uhr - ca. 20.30 Uhr

### Veranstaltungsort:

Natters, Volksschule

### Anmeldeschluss:

17.04.2026

## Die Natur im Garten Plakette - Besuch von Natur im Garten- ExpertInnen in Ihrem Garten

Sie möchten Besuch in Ihrem Garten von einer/einem Natur im Garten ExpertIn um Tipps zum naturnahen Gärtnern zu bekommen?

Melden Sie sich für die Gartenplakette Natur im Garten an. Sie bekommen Besuch von ausgebildeten Natur im Garten – BeraterInnen des Tiroler Bildungsforums. Im Rahmen des Gartenrundgangs werden die einzelnen Kriterien gemeinsam besichtigt. Je nach Garten werden Tipps für eine weitere naturnahe Ausrichtung gegeben.

Die Verleihung der Plakette erfolgt im Rahmen einer kleinen Feier mit interessanten Vorträgen und dem Angebot zum Austausch mit anderen Natur-GärtlerInnen.

**Information & Anmeldung:**  
[naturimgarten.tirol](http://naturimgarten.tirol)

## Online - Vorträge von Natur im Garten

Vortrag mit anschließender Möglichkeit, den ExpertInnen Fragen zu stellen.

**Preis:**  
€ 8,00 (1 UE)

**Anmeldung & Information zu weiteren**

**Vorträgen:**  
tiroler-bildungsforum.at

---

## Blumenbeete gestalten - bunt und artenreich!

Richtig geplant und kombiniert sind Staudenbeete - Beete mit mehrjährigen Blumen - das Highlight in jedem Garten.

**Termin:**  
Mittwoch, 25.02.2026,  
19:30 Uhr - online

## Selbstversorgt im Naturgarten: Gemüsebeete anlegen & pflegen

Hochbeet, Hügelbeet oder Bodenbeet? Welche Vor- und Nachteile bringen verschiedenen Beetformen mit sich? Und welche eignen sich besonders gut, um Gemüse und Kräuter anzubauen?

**Termin:**  
Donnerstag, 12.03.2026,  
19:30 Uhr - online

## Teiche im Naturgarten Hotspots der Artenvielfalt

Der Vortrag gibt einen Einblick in die faszinierende Welt der Teichbewohner und zeigt, wie Teiche im Garten angelegt und gepflegt werden sollen, damit aus dem Naturparadies kein Algen-süppchen wird.

**Termin:**  
Donnerstag, 26.03.2026,  
19:30 Uhr - online

## Selbstversorgt im Naturgarten: Kompost - Schwarzes Gold

In diesem Online-Vortrag werden einfache Methoden und Schritte gezeigt, wie ein Komposthaufen angelegt werden kann und welche Arbeiten notwendig oder auch nicht notwendig sind, damit aus dem Kompost "Schwarzes Gold" wird.

**Termin:**  
Donnerstag, 09.04.2026,  
19:30 Uhr - online

## Blumenwiesen anlegen und pflegen

Wiesensalbei, Kartäusernelke und Witwenblume - bunt blühende Wiesen sind selten geworden. Und mit ihnen sind auch Schmetterlinge, Wildbienen und viele andere Insekten immer seltener anzutreffen. Wie eine Blumenwiese angelegt, welches Saatgut verwendet und wie sie gepflegt werden soll, erklärt dieser Vortrag.

**Termin:**  
Donnerstag, 23.04.2026,  
19:30 Uhr - online





## Nützlinge im Garten

Erfahren Sie in diesem Vortrag, wie sie Nützlinge auch im Jugendstadium erkennen können und mit welchen einfachen Maßnahmen wir sie im Garten fördern können. So kann man getrost auf Pestizide verzichten und spart zudem Geld und Zeit.

### Termin:

Donnerstag, 28.05.2026,  
19:30 Uhr - online

## Selbstversorgt im Naturgarten: Wintergemüse & Fruchtfolge - jetzt pflanzen, im Winter ernten

Im Online-Vortrag zeigen wir, welches Gemüse sich für den Winteranbau eignet und wann es angebaut werden muss, damit die Ernte im Winter auch erfolgreich ist.

### Termin:

Donnerstag, 11.06.2026,  
19:30 Uhr - online

## Den Garten klimafit machen

Längere Hitzeperioden machen unseren Gärten zu schaffen. Und die folgende Wasserrechnung schlägt sich im Haushaltsbudget nieder! Mit hitzeteroleranten Blumen, Sträuchern und Bäumen können wir im Garten für ein angenehmes Mikroklima sorgen und den Wasserbrauch beim Gießen senken.

### Termin:

Donnerstag, 25.06.2026,  
19:30 Uhr - online



# VERANSTALTUNG DIGITALI- SIERUNG

## CANVA kann was! -

Social Media Posts, Plakate, Flyer

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.

Nach diesem Onlineseminar kennen Sie die Gestaltungsmöglichkeiten von CANVA.

Inhalt:

- Installation und Anmeldung
- Rundumblick: Was kann Canva?
- 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, 10.03.2026, 19.00 - 20.30 Uhr  
Dienstag, 12.05.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

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



# BILDUNGSFAHRTEN DEMOKRATIE & GESELLSCHAFT

## Studienfahrten „Demokratie. Politik.transparent“

Das Tiroler Bildungsforum ist Mitglied im Ring Österreichischer Bildungswerke. Der Bundesverband organisiert zwei Bildungsfahrten - nach Wien & Brüssel. Die Fahrten richten sich an alle, die an einem vertieften Verständnis der politischen Strukturen interessiert sind.

## „Bundespolitik live“ - Bildungsfahrt Wien

Während des Besuchs in Wien haben Sie die Gelegenheit, mehr über die Rollen und Aufgaben politischer Institutionen auf Bundesebene zu erfahren. Der Austausch mit Politikerinnen und Politikern ermöglicht vertiefte Einblicke, und im Anschluss besteht Raum zur gemeinsamen Diskussion. Politische Stadtführung, Besuch im Parlament, einem Ministerium, der Präsidentschaftskanzlei u. a. bieten Gelegenheit, das Verständnis für politische Prozesse zu vertiefen und aktiv am Dialog teilzunehmen.

Termin: 17.05. - 20.05.2026

## „Europapolitik live“ - Bildungsfahrt Brüssel

Erleben Sie eine vielfältige Studienfahrt nach Brüssel und tauchen Sie ein in die Einrichtungen der Europäischen Union. Direkte Gespräche mit Verantwortlichen sowie der Besuch bedeutender politischer Institutionen bieten einen exklusiven Einblick in das Funktionieren und Zusammenspiel der EU. Besuche beim Rat der Europäischen Union, im Europäischen Parlament, bei der Europäischen Kommission und der ständigen Vertretung Österreichs, Erkundung des Parlamentariums für interaktive Einblicke in die Arbeit des Europäischen Parlaments, Diskussionen mit ExpertInnen und politischen EntscheidungsträgerInnen.

**Termin:**  
11.07. - 15.07.2026

Details & Anmeldung ab Feber auf:  
[tiroler-bildungsforum.at](http://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](http://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](http://www.erwachsenenschulen.at/natters)  
Tel.: 0660/7398772  
[christiane.kimeswenger@gmail.com](mailto:christiane.kimeswenger@gmail.com)  
[www.facebook.com/erwachsenenschule.natters](http://www.facebook.com/erwachsenenschule.natters)

**TIROLER  
BILDUNGS  
FORUM**



## UNTERSTÜTZER



Gemeinde  
Natters



LAND  
TIROL

**Raiffeisenkasse  
Mutters, Natters und Kreith**



 Bundesministerium  
Frauen, Wissenschaft  
und Forschung