

IVHS

Mehr als Wissen.
Potenzial entfalten.
Lebenslanges Lernen.



PROGRAMM

SEPTEMBER - DEZEMBER

2026

PROGRAMMA CORSI
SETTEMBRE - DICEMBRE 2026

L'APPRENDIMENTO CHE FA CRESCERE



lernen plus. più che sapere

W I L L K O M M E N

an der IVHS - der integrierten
Volkshochschule der urania meran!

B E N V E N U T I

all'Università popolare integrata
dell'urania meran

ANMELDUNG & ALLGEMEINE INFORMATIONEN ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von
8.30 - 12.30 Uhr

Samstag 9.00 - 12.00 Uhr

Orari d'apertura:

Da lunedì a venerdì
8.30 - 12.30

Sabato 9.00 - 12.00

Tel. 0473 230219

E-Mail:

info@urania-meran.it

Tel. 0473 230219

E-mail:

info@urania-meran.it

www.urania-meran.it



WICHTIGER HINWEIS



Im Falle einer Beeinträchtigung ist bei der Einschreibung für alle Kurse ein Invalidenausweis bzw. ein ärztliches Zeugnis für die Bewegungskurse erforderlich.

AVVISO IMPORATANTE

Per l'iscrizione ai corsi, in caso di disabilità è richiesto un documento di invalidità e un certificato medico per i corsi di movimento.

KURSORT

Wenn nicht anders angegeben, finden die Kurse im urania-Haus, Ortwein-Straße 6, 39012 Meran statt.

LUOGO DEI CORSI

Se non indicato diversamente i corsi si terranno a Casa-urania, via Ortwein 6, 39012 Merano.

Siblings

NEU

Besondere Geschwisterbindungen

Ein kreativer Kurs für Geschwister von Kindern mit besonderen Bedürfnissen

Legami speciali

Un percorso creativo per fratelli e sorelle di bambini e ragazzi con bisogni speciali

Alessandra Marcucci

**Mo. 05.10.26, Mo. 09.11.2026, Mo. 14.12.2026,
3 Treffen, 16.00 - 17.30 Uhr**

lu. 05.10.26, lu. 09.11.2026, lu. 14.12.2026, 3 incontri,
ore 16.00 - 17:30

22 €

Siblings

Informationsveranstaltung für Eltern

Incontro informativo per i genitori

Mo. 21.09.26, 17.30 - 18.30 Uhr

lun. 21.09.26, ore 17.30 - 18.30

kostenfrei | gratuito

**Info: Anmeldung erforderlich! | Info: È richiesta
l'iscrizione**

Functional Juggling **NEU**

Für Kinder und Jugendliche mit und ohne Beeinträchtigung

Per bambini/e ragazzi/e con e senza disabilità

Der Kurs „Functional Juggling nach der Quat-Methode“ hilft Kindern und Jugendlichen, Koordination, Konzentration und Kreativität durch Spiel und Bewegung zu entwickeln.

Il corso di Functional Juggling - Giocoleria Funzionale metodo Quat aiuta a sviluppare coordinazione, concentrazione e creatività attraverso il gioco e il movimento.

Miky Schiassi, Giorgia Soranzo

80 €

1. Gruppe | I gruppo

Mi. 30.09.26, jewils Mi., 15.00 - 16.00 Uhr,

10 Treffen

mer. 30.09.26, ogni mer., 10 incontri, ore 15.00 - 16.00

2. Gruppe | Il gruppo

Mi. 30.09.26, jewils Mi., 16.00 - 17.00 Uhr,

10 Treffen

mer. 30.09.26, ogni mer., 10 incontri, ore 15.00 - 16.00

Mitmach-Küche für die ganze Familie

NEU

Für Familien mit einer Person mit
Beeinträchtigung

Mani in pasta – cucina per tutta la famiglia

Per famiglie con una persona con disabilità

Ein Kurs für Große und kleine, der Spaß und Freude macht: gemeinsam kochen und essen, gesunde und schmackhafte Rezepte kennenlernen, die sich zu Hause leicht nachmachen lassen.

Un corso divertente per grandi e bambini: si cucina insieme e si magia, si imparano ricette saporite e salutari da fare facilmente poi anche a casa.

Fachreferent*in / docente die materia

Sa. 10.10.26, 09.30 - 12.30 Uhr

sab. 10.10.26, ore 09.30 - 12.30

**20 € (Gebühr für Elternteil inklusive eines Kindes
+ 5 € für jedes weitere Kind)**

**20 € (Prezzo per un genitore incluso un/a bambino/a +
5 € per ogni ulteriore bambino/a)**

Mitmach-Musikatelier für die ganze Familie

NEU

Für Familien mit einer Person mit Beeinträchtigung

Mani in musica - un laboratorio per tutta la famiglia

Per famiglie con una persona con disabilità

Gemeinsam bauen wir Musikinstrumente, die Klänge, Rhythmen und Freude entstehen lassen. In deutscher und italienischer Sprache. | Insieme costruiremo strumenti musicali capaci di dare vita a suoni, ritmi ed emozioni. Il corso si svolge in lingua tedesca e italiana.

Gabriella Mammer, Ginko

Sa. 24.10.26, 15.00 - 17.30 Uhr

sab. 24.10.26, ore 15.00 - 17.30

**15 € (Gebühr für Elternteil inklusive eines Kindes
+ 5 € für jedes weitere Kind)**

**15 € (prezzo per un genitore incluso un/a bambino/a +
5 € per ogni ulteriore bambino/a)**

Meran/o, Ginko, Schießstandstr., Via Bersaglio 58

In Zusammenarbeit mit Ginko Bürger*innengenossenschaft | In collaborazione con Ginko Cooperativa di comunità

Mitmach-Flugatelier für die NEU ganze Familie

Für Familien mit einer Person mit Beeinträchtigung

Mani che volano - un laboratorio per tutta la famiglia

Per famiglie con una persona con disabilità

Ein großer Traum: fliegen! Mit einem einfachen Blatt Papier, etwas Fantasie und viel Freude am Ausprobieren entdecken wir gemeinsam die faszinierende Welt des Fliegens. In deutscher und italienischer Sprache. | Un grande sogno: il volo! Con un semplice foglio di carta, un pizzico di fantasia e tanta voglia di sperimentare, esploreremo insieme l'affascinante mondo del volo. Il corso si svolge in lingua tedesca e italiana.

Gabriella Mammer, Ginko

Sa. 21.11.26, 15.00 - 17.30 Uhr

sab. 21.11.26, ore 15.00 - 17.30

**15 € (Gebühr für Elternteil inklusive eines Kindes
+ 5 € für jedes weitere Kind)**

**15 € (prezzo per un genitore incluso un/a bambino/a +
5 € per ogni ulteriore bambino/a)**

Meran/o, Ginko, Schießstandstr., Via Bersaglio 58

NEU

Walking in der Natur in Algund - IVHS

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

Markus Walzl

Do. 17.09.26, 6 Treffen, jew. Do., 16.15 - 17.45 Uhr

20 €

Treffpunkt: Algund, Thalguterhaus Algund, Hans-Gamper-Platz 3

Walking in der Natur

Für Menschen mit Epilepsie, Diabetes oder Beeinträchtigung

Christian Zöschg, Pilatetrainer

Francesca Bernardi, Erzieherin

Do. 24.09.26, 5 Treffen, jeweils Do., 17.00 - 18.30 Uhr

20 €

Treffpunkt: Meran, urania-Haus, Ortweinstr. 6

Barrierefreies Yoga- Bewegung und Entspannung für alle

NEU

Für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung

Im Yoga dürfen wir unseren Atem spüren und unseren Körper ganz bewusst bewegen. Musik und wohltuende Klänge werden uns dabei begleiten und in die Entspannung führen. Die Übungen werden so angepasst, dass alle mitmachen können.

Silvia Holzner, Yogalehrerin

Mi. 23.09.26, 10 Treffen, jeweils Mi., 15.30 - 16.30 Uhr

32 €

Atelier+

Für Menschen mit Beeinträchtigung

Elisa Longo, Künstlerin, Kunsttherapeutin

Mi. 07.10.26, 10 Treffen, jeweils Mi., 14.45 - 16.15 Uhr

40 €

Mitzubringen: Schürze

In Zusammenarbeit mit Integra der Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt

Ich koche gerne!

Für Erwachsene und Jugendliche mit
Beeinträchtigung

Fachreferent*in / docente die materia

**1. Termin: Do. 01.10.26, 3 Treffen, jeweils Do.,
14.00 - 16.30 Uhr**

Markus Walzl, Hobbykoch

**2. Termin: Do. 12.11.26, 3 Treffen, jeweils Do.,
14.00 - 16.30 Uhr**

18 € pro Termin

In Zusammenarbeit mit Integra der Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt

Backen für Weihnachten

Für Erwachsene und Jugendliche mit
Beeinträchtigung

Fachreferent*in / docente die materia

**Do. 03.12.26, 3 Treffen, jeweils Do., 14.00 - 16.30 Uhr
18 €**

In Zusammenarbeit mit Integra der Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt

Erste-Hilfe-Kurs

Für Menschen mit Beeinträchtigung

Rosmarie Weithaler, Dipl. Krankenpflegerin

Do. 24.09.26, 14.30 - 17.00 Uhr

6 €

In Zusammenarbeit mit Integra der Bezirksgemeinschaft Burggrafenamt

Ich & Freundschaft, Liebe und Sexualität

Für Frauen und Männer ab 16 Jahren mit
Beeinträchtigung

In diesem Kurs geht es um dich. Wir sprechen über:
Mich selbst:

- Was will ich? Was tut mir gut? Was fühle ich?

Kommunikation:

- Wie spreche ich mit anderen? Wie höre ich gut zu?
- Freundschaft - Liebe - Sexualität:
- Was ist mir wichtig? Was geht für mich gar nicht gut?

Es gibt Gespräche und Übungen.

Du kannst Fragen stellen.

Alles ist freiwillig.

Silvia Clignon, Sozial- und Sexualpädagogin

**Do. 22.10.26, 14.30 - 17.00 Uhr + Do. 29.10.26,
14.30 - 17.00 Uhr**

15 €

In Zusammenarbeit mit Lebenshilfe

Kommunikation, Chancengleichheit & Inklusion

Europäischer Behindertenausweis

NEU

Informationsveranstaltung zu digitalen Dienstleistungen

Für Menschen mit Behinderung, Angehörige,
rechtliche Vertreter*innen sowie Sachwalter*innen

Disability Card europea e servizi digitali

Serata informativa

Per persone con disabilità, familiari, rappresentanti
legali e amministratori/trici di sostegno.

Kurz & praxisnah: Sie erfahren, was die Disability Card Europe ist, wie man sie beantragt und welche digitalen Dienstleistungen ihre Nutzung voraussetzen (z. B. Portal Trenitalia). Sie erhalten klare, anwendbare Hinweise zu den benötigten Unterlagen und zur korrekten Antragseinreichung.

Wer konkrete Unterstützung beim Ausfüllen des Antrags wünscht, kann direkt über den Referenten einen Termin am Digipoint-Schalter Meran vereinbaren.

Die Veranstaltung findet auf Italienisch mit deutscher Unterstützung statt.

Chiaro e pratico: riceverete spiegazioni e informazioni concrete sulla Disability Card Europe, su come richiederla, quali servizi digitali ne richiedono l'uso (es. il portale Trenitalia), quali documenti sono necessari e come compilare la domanda.

Chi desidera assistenza concreta per la compilazione della richiesta può fissare direttamente un appuntamento tramite il relatore allo sportello Digipoint Merano.

La presentazione si svolge in italiano con supporto in tedesco.

Massimiliano Boi, Digipoint Meran-o

Mi. 30.09.26, 17.00 - 18.30 Uhr | mer. 30.09.26, ore 17.00 - 18.30

5 €

Gebärdensprache - Modul 1

Für deutschsprachige Südtiroler*innen

Für Sozialpädagog*innen, Sozialarbeiter*innen, Integrationslehrer*innen, Student*innen, Angehörige bzw. Bekannte von Gehörlosen, öffentliche Angestellte, Sprachwissenschaftler*innen, 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 Südtiroler*innen benutzen die Gebärdensprache im Alltag. Wir möchten mit diesem Kurs den Hörenden einen Einblick in die Gebärdensprache bieten.

Andreas Winkler, gehörloser Gebärdensprachtrainer

Mi. 07.10.26, 10 Treffen, jeweils Mi., 18.30 - 20.00 Uhr

65 €

Meran, MS "Carl Wolf", Karl-Wolf-Straße 30

Info: Anmeldeschluss: 01.10.2026

Leichte Sprache - Kommunikation barrierefrei gestalten - davon profitieren wir alle!

Grundkurs für Mitarbeiter*innen sozialer und kultureller Institutionen, Mitarbeiter*innen im Bereich Kommunikation, Lehrer*innen und Interessierte

In diesem Workshop geht es darum, Informationen klar, verständlich und barrierefrei zu vermitteln – damit sie von möglichst vielen Menschen gut verstanden werden. Der Kurs richtet sich an Fachkräfte, Ehrenamtliche oder Interessierte, die mit Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, Lernschwierigkeiten, Lese- und Verständnisschwierigkeiten oder mit Menschen einer anderen Erstsprache arbeiten und/oder im Kontakt sind.

Helga Mock, Übersetzerin für Leichte Sprache,

Koordinatorin des Büros OKAY für Leichte Sprache der Lebenshilfe

Fr. 27.11.26, 14.30 - 18.30 Uhr

20 €

Leichte Sprache - Schreibwerkstatt zu leicht verständlicher Sprache

NEU

Grundkurs für Mitarbeiter*innen sozialer und kultureller Institutionen, Mitarbeiter*innen im Bereich Kommunikation, Lehrer*innen und Interessierte

Voraussetzung: Grundkenntnisse in Leichter Sprache

Möchten Sie eigene Texte vereinfachen oder an verschiedenen exemplarischen Texten üben? Nach einer kurzen Wiederholung der wichtigsten Prinzipien steigen Sie in die Praxis ein - begleitet von Rückmeldungen und Beispielen oder eigenen Texten, an denen Sie arbeiten möchten.

Helga Mock, Übersetzerin für Leichte Sprache, Koordinatorin des Büros OKAY für Leichte Sprache der Lebenshilfe

Fr. 29.01.27, 14.30 - 17.30 Uhr

20 €

WIR FREUEN UNS AUF EUCH!
VI ASPETTIAMO CON PIACERE!