



Regionalmanagement
regio3

PillerseeTal
LeukenTal
Leogang

© TVB PillerseeTal, envatoelements, regio3

LEADER KURSPROGRAMM FRÜHLING 2024



Mit freundlicher Unterstützung unseres regionalen Partners:

Raiffeisenbank
Kitzbühel - St. Johann



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION

 Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Regionen und Wasserwirtschaft

 **LE 14-20**
Entwicklung für den ländlichen Raum



PillerseeTal
LeukenTal
Leogang

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete



Europäische Union Investitionen in Wachstum & Beschäftigung, Österreich.

Regionalmanagement regio³ Pillerseetal-Leukental-Leogang

Die angeführten, bereits über EU-LEADER geförderten Kursbeiträge gelten für Bewohner der Gemeinden Fieberbrunn, Hochfilzen, St. Jakob in Haus, St. Ulrich am Pillersee, Waidring, St. Johann in Tirol, Oberndorf, Kirchdorf, Leogang, Kitzbühel, Reith bei Kitzbühel, Jochberg und Aurach bei Kitzbühel.

Interessierte aus anderen Gemeinden melden sich bitte in unserem Büro.



Dr. Sebastian Eder
Obmann Verein
Regionalmanagement regio³



Mag. Stefan Niedermoser MSc.
Geschäftsführung Verein
Regionalmanagement regio³



Birgit Gogl
Projektleitung
Bildungsoffensive

Kontakt:

Verein Regionalmanagement regio³
Pillerseetal-Leukental-Leogang
Regio-Tech 1
6395 Hochfilzen

Tel: 05359/90501-1006
Fax: 05359/90501-1004
E-Mail: bildungsoffensive@regio3.at
www.regio3.at

ENGLISCH LEICHT FORTGESCHRITTEN – GET READY FOR ENGLISH

(Europäischer Level A1-A2)

Sie verfügen bereits über Grundkenntnisse der englischen Sprache und wollen diese mit einfachen Unterhaltungen (Grundvokabular) verbessern? Wir wiederholen die Grammatik und reden über verschiedene Themen.

Themen: sport, jobs, food, weather, free time, hobbies, holidays

VORAUSSETZUNGEN: geringe Vorkenntnisse

TRAINERIN: Hildegard Smith

TERMINE: jeweils Donnerstag

vom 21.03.2024 bis 09.05.2024 (8 Vormittage)

von 08:15 bis 10:20 Uhr

UNTERRICHTSEINHEITEN: 20

KURS NR.: ENG1-24F

KURSBEITRAG: EUR 110,00 (exkl. Bücher)

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

ENGLISCH AM VORMITTAG – MORNING CHAT

(Europäischer Level A2-B1)

Speaking English is fun! Fließendes Englisch zu sprechen bereitet Ihnen Freude? Mit inspirierenden Themen, humorvollen Geschichten und dem Wiederholen von bereits Bekanntem gewinnen Sie mehr Sicherheit in der Kommunikation. Lockere Tests helfen dabei das neu Erlernte einzuüben und zu behalten.

Themen: family & friends, adventures, holidays, cultures, then & now....

VORAUSSETZUNGEN: gute Englischkenntnisse

TRAINERIN: Hildegard Smith

TERMINE: jeweils Dienstag

vom 19.03.2024 bis 07.05.2024 (8 Vormittage)

von 08:15 bis 10:20 Uhr

UNTERRICHTSEINHEITEN: 20

KURS NR.: ENG2-24F

KURSBEITRAG: EUR 110,00 (exkl. Bücher)

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

ENGLISCH FORTGESCHRITTEN – IMPROVE YOUR ENGLISH

(Europäischer Level B1)

Sie verfügen bereits über gute Englischkenntnisse und wollen diese durch Gespräche in der Gruppe üben? Durch verschiedene Themengebiete und tagesaktuelle Ereignisse wird freies und fließendes Sprechen verbessert. Die Grammatik wird im Kurs auf die Bedürfnisse und Wünsche der Teilnehmer abgestimmt.

Themen: work, health, travel, hometown, city, events, sport & food

VORAUSSETZUNGEN: sehr gute Englischkenntnisse

TRAINERIN: Nicky Pockenauer

TERMINE: jeweils Montag

vom 08.04.2024 bis 27.05.2024 (8 Abende)

von 19:00 bis 21:05 Uhr

UNTERRICHTSEINHEITEN: 20

KURS NR.: ENG3-24F

KURSBEITRAG: EUR 110,00 (exkl. Bücher)

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

SPRACHKURSE

ITALIENISCH LEICHT FORTGESCHRITTEN – CORSO D'ITALIANO I

(Europäischer Level A1.2)

In diesem Kurs wird Ihnen die italienische Sprache und Kultur auf unterhaltsame Art vermittelt. Sie werden die wichtigsten Redewendungen für Ihren Aufenthalt in Bel Paese üben: nach dem Weg fragen und diesen angeben, Speisen und Getränke bestellen, über Städte sprechen uvm.

VORAUSSETZUNGEN: Grundkenntnisse

TRAINERIN: Nina Denkmayr, BEd

TERMINE: jeweils Donnerstag

vom 25.04.2024 bis 13.06.2024 (8 Abende)

von 19:00 bis 21:05 Uhr

UNTERRICHTSEINHEITEN: 20

KURS NR.: ITA1-24F

KURSBEITRAG: EUR 110,00 (exkl. Bücher)

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

ITALIENISCH FORTGESCHRITTEN 1 – CORSO D'ITALIANO II

(Europäischer Level A2.2)

Unsere gefestigten grammatikalischen Basiskenntnisse erweitern wir mit Vokabular, das Urlaub und Reisen durch „bella Italia“ spannender macht. „Comunicazione“ steht in diesem Kurs im Vordergrund. Das heißt: parla-re, parlare e più parlare!

VORAUSSETZUNGEN: gute Basisvorkenntnisse

TRAINERIN: Elena Pavone

TERMINE: jeweils Donnerstag

vom 21.03.2024 bis 09.05.2024 (8 Abende)

von 18:30 bis 20:35 Uhr

UNTERRICHTSEINHEITEN: 20

KURS NR.: ITA2-24F

KURSBEITRAG: EUR 110,00 (exkl. Bücher)

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

ITALIENISCH FORTGESCHRITTEN 2 – CORSO D'ITALIANO III

(Europäischer Level B1)

In diesem Kurs vertiefen Sie Ihre bereits sehr guten Vorkenntnisse. Der Kurs bietet eine gute Gelegenheit, Ihr Sprachkönnen und -wissen mit kommunikativen Übungen zu festigen und zu erweitern. Doch auch Landes- und Kulturkunde werden nicht zu kurz kommen!

VORAUSSETZUNGEN: sehr gute Italienischkenntnisse

TRAINERIN: Elena Pavone

TERMINE: jeweils Dienstag

vom 19.03.2024 bis 07.05.2024 (8 Abende)

von 18:30 bis 20:35 Uhr

UNTERRICHTSEINHEITEN: 20

KURS NR.: ITA3-24F

KURSBEITRAG: EUR 110,00 (exkl. Bücher)

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

KOSTENLOSER INFOABEND — GOOGLE DOCS UND MS OFFICE

Viele kennen Microsoft Office (Excel, Word, Powerpoint) aber nur wenige kennen die kostenlose Version Google Docs, Google Tabelle, Google Präsentation.

An diesem kostenlosen Infoabend wird Ihnen der Unterschied der beiden Programme erklärt, die Vor- und Nachteile beider Systeme, was wird dazu benötigt, welche Kosten können entstehen.

Je nach Interesse wird ein 2-teiliger Kurs für die kostenlose Version angeboten, zudem Sie sich ab sofort, oder nach dem Infoabend anmelden können.

VORAUSSETZUNGEN: PC Kenntnisse

UNTERRICHTSEINHEITEN: 2,5

TRAINER: Robert Danzl

KURS NR.: EDV1-24F

TERMIN: DIENSTAG 16. April 2024

KURSBEITRAG: EUR 0,00

von 19:00 bis 21:30 Uhr

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

Bitte den eigenen Laptop mitbringen, oder um Mitteilung bei der Anmeldung,
falls ein Laptop bereit gestellt werden soll.

GOOGLE DOCS – 2 TEILIGER KURS

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die Google Drive und die Anwendungsprogramme im Bereich Textverarbeitung, Tabellenkalkulation und Präsentation nutzen möchten.

Der Kurs bietet eine Einführung in die verschiedenen Komponenten von Google Docs.

VORAUSSETZUNGEN: PC Kenntnisse

UNTERRICHTSEINHEITEN: 5

TRAINER: Robert Danzl

KURS NR.: EDV2-24F

TERMINE: Dienstag, 07.05. und 14.05.2024 (2 Abende)

KURSBEITRAG: EUR 70,00

von 19:00 bis 21:30 Uhr

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

Teilnehmer: mind. 6 Personen

Bitte den eigenen Laptop mitbringen, oder um Mitteilung bei der Anmeldung,
falls ein Laptop bereit gestellt werden soll.

GESUNDHEIT / PERSÖNLICHKEIT

GESUNDE GYMNASTIK— GELENKSGYMNASTIK

Ohne ausreichende Bewegung und/oder Flüssigkeit verkümmern und verschlacken Sehnen, Bänder, Bandscheiben und Knorpel. Nicht nur die Gelenksstrukturen der Wirbelsäule leiden, sondern alle Gelenke im Körper. Gelenksgymnastik erhöht die Biegsamkeit und die Elastizität im ganzen Areal, und der Stoffwechsel in den betroffenen Gebieten normalisiert sich wieder. Durch vermehrte Blutzirkulation wird der Abtransport von, und der Transport zu den Zellen verbessert. Gelenksgymnastik ist eine einfache, aber sehr effektive Möglichkeit dafür zu sorgen, dass „alles wie geschmiert laufen kann“.

VORAUSSETZUNGEN: keine Vorkenntnisse/bequeme Kleidung

TRAINERIN: Elisabeth Jarosch

TERMINE: jeweils Donnerstag

vom 21.03.2024 bis 18.04.2024 (5 Abende)

von 19:00 bis 20:40 Uhr

Teilnehmer: mind. 6 / max. 8 Personen

UNTERRICHTSEINHEITEN: 10

KURS NR.: GUP1-24F

KURSBEITRAG: EUR 90,00

ORT: Seminarium F5, Spielbergstraße 40B,
6391 Fieberbrunn (Seminarraum 2/2.Stock)

BALANCE- UND AUSDAUER-TRAINING — ICAROS CLOUD

Die Konstruktion der Cloud bietet eine dynamische und instabile Übungsausführung für ein effizientes und vielseitiges Ganzkörpertraining. Es trainiert die Balance ebenso wie die koordinativen und reaktiven Fähigkeiten. Die Cloud bietet in Verbindung mit dem Tablet oder über einen Monitor ein Ausdauer Workout mit einem virtuellen Coach. Über 100 unterschiedliche Übungen, motivierende Workouts für einen kräftigeren Körper und einen stabileren Rücken, digitale Fitness durch Exergames, Koordinationsübungen für Stabilität und Balance werden angeboten.

VORAUSSETZUNGEN: keine Vorkenntnisse/saubere Hallenschuhe

TRAINERIN: Elisabeth Jarosch

TERMINE: jeweils Mittwoch

vom 20.03.2024 bis 08.05.2024 (8 Abende)

von 19:00 bis 20:00 Uhr

Teilnehmer: mind. 5 / max. 5 Personen

UNTERRICHTSEINHEITEN: 10

KURS NR.: GUP2-24F

KURSBEITRAG: EUR 100,00

ORT: Seminarium F5, Spielbergstraße 40B,
6391 Fieberbrunn (Seminarraum 2/2.Stock)

KURSE FÜR UNTERNEHMEN

Gerne bieten wir Ihrem Unternehmen eine maßgeschneiderte Fortbildungsmöglichkeit für Sie und Ihre Mitarbeiter. Bei Interesse setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung. Wir organisieren Trainer und Schulungsablauf. Ihr Unternehmen kann zudem von einer Förderung auf die Gesamtschulung profitieren. Wir beraten Sie gerne in Zusammenarbeit mit dem WIFI und BFI.

UNSERE LEISTUNGEN FÜR SIE:

- Wir organisieren Trainer/innen und Schulungsablauf
- Ihr Unternehmen kann zudem von einer Förderung auf die Kosten der Schulung profitieren
- Wir beraten Sie gerne in Zusammenarbeit mit den regionalen Bildungsanbietern

WORKSHOPREIHE – WORK-LIFE-BALANCE und STRESSMANAGEMENT

Das Training stärkt die mentale Gesundheit im privaten und beruflichen Kontext und unterstützt auf dem Weg zu einem kraftvollen Leben mit ausbalancierteren Menschen – für mehr Inspiration und Begeisterung in der Familie und in der Arbeit durch entspannte, gelassene und resonante Kommunikation. Hier lernen Teilnehmer nicht nur den Knowing-Doing-Gap endlich zu schließen, sondern auch bewusst gesetzte Maßnahmen zur Stärkung der mentalen Resilienz und Resonanz langfristig umzusetzen. Die beiden Module hängen zusammen, können aber auch einzeln gebucht werden.

MODUL I – VOM STRESS ZUR INNEREN KRAFTQUELLE

- Sie kennen Ihr **Resonanz-Inventar** und lernen dessen Potentiale aktiv zur Balance im beruflichen und privaten Alltag einzusetzen. Wie finde ich meine persönliche Power auf Basis von Sinne und Werten.
- Sie haben **Ihre persönlichen Kraftquellen** zum Auftanken der individuellen Leistungsenergie gefunden und können diese jederzeit „anzapfen“.
- Sie sind in der Lage, die Balance zwischen Anspannung und Entspannung ausgeglichen zu halten.
- Sie **erkennen und verstehen mentale Stressantreiber** rechtzeitig und können diese positiv verändern, um gelassener zu reagieren. Dazu gehören auch **Auslöser und Reize**, die zu Stress antreiben. Sie sind in der Lage, sich **besser abzugrenzen** und Zwickmühlen wertschätzend und selbstbewusster zu kommunizieren und sind sich ihres eigenen und anderen **Energiemuster** bewusst.

Referent: Mag. Stefan Pühringer, MA, MSc
TERMIN: Mittwoch, 03.04.2024
von 19:00 bis 21:30 Uhr
Teilnehmer: mind. 8 Personen

UNTERRICHTSEINHEITEN: 2,5
KURS NR.: GUP3-24F
KURSBEITRAG: EUR 45,00
ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

MODUL II – ÄUSSERE UND INNERE KONFLIKTE AUFLÖSEN

- Sie verstehen die positive Absicht von **unangenehmen Emotionen** als Hüter Ihrer Wertvorstellungen und lernen gleichzeitig ihre **Resonanz-Inventar** und **persönlichen Kraftquellen** kennen.
- Sie wenden wirkungsvolle **Methoden zur Emotionsregulation** an, um während und nach Konflikten in guten Zuständen bleiben zu können.
- Sie haben Ihre **Denkfallen und Verhaltensmuster** enttarnt und verändern den Fokus erfolgreich.
- Sie nutzen **Werkzeuge**, um das **Stress-Erleben** positiv zu verändern und die Motivation beizubehalten
- Sie halten Ihr **Mental-Resonanz-Mindset** kraftvoll und beugen damit stressbedingten Krankheiten vor. Dazu gehören mentale und körperliche Präventionsmaßnahmen.
- Sie wissen, wie Sie **Krisen & Konflikte in Lernchancen verwandeln** können, um Lebensfreude für sich und mit Kunden, Kollegen, Familie und Freunden zu spüren.

Referent: Mag. Stefan Pühringer, MA, MSc
TERMIN: Mittwoch, 10.04.2024
von 19:00 bis 21:30 Uhr
Teilnehmer: mind. 8 Personen

UNTERRICHTSEINHEITEN: 2,5
KURS NR.: GUP4-24F
KURSBEITRAG: EUR 45,00
ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

WORKSHOP – CANVA KANN WAS!

Social Media Posts, Plakate oder Flyer schnell erstellt!

Mit dem in der Basisversion kostenlos nutzbaren Tool Canva lassen sich auf einfache Weise Plakate, Posts für WhatsApp, Signal & Co oder sogar Flyer erstellen.

Um einen einheitlichen Auftritt voranzutreiben, können auch Vorlagen erstellt und geteilt werden, die unkompliziert weiterbearbeitet werden können.

Nach dem Workshop kennen Sie die Gestaltungsmöglichkeiten von CANVA und können diese für eine gelingende Öffentlichkeitsarbeit einsetzen.

Referentin: Veronika Lamprecht, Tiroler Bildungsforum

KURS NR.: VEREIN1-24F

TERMIN: Donnerstag, 04.04.2024 / 18:30 bis 21:30 Uhr

KURSBEITRAG: EUR 30,00

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

Bitte den eigenen Laptop mitbringen!

WORKSHOP – DIE NEUEN MEDIEN DES INTERNETS - KÜNSTLICHE INTELLIGENZ (KI)

In der heutigen digitalen Ära ist die Künstliche Intelligenz (KI) ein unverzichtbares Werkzeug geworden, das in vielen Bereichen eingesetzt wird. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger und bietet eine solide Grundlage zum Verständnis und zur Anwendung von KI-Technologien. Die Teilnehmer werden durch die folgenden Schlüsselthemen geführt:

1. Was ist Künstliche Intelligenz?

Eine klare Definition von KI und ein Überblick über ihre verschiedenen Formen und Anwendungen.

2. Nutzen der Künstlichen Intelligenz in der Arbeitswelt

Erkunden Sie, wie KI die Effizienz steigern und neue Möglichkeiten in Ihrem Berufsfeld eröffnen kann.

3. Texterstellung mit Künstlicher Intelligenz

Lernen Sie, wie KI-Tools Texte generieren können, und entdecken Sie, wie diese Technologie die Content-Erstellung revolutioniert.

4. Bildbearbeitung mit Künstlicher Intelligenz

Entdecken Sie, wie KI in der Bildbearbeitung eingesetzt werden kann, von einfachen Bearbeitungen bis hin zu komplexen Bildverbesserungen.

5. Übersetzen mit DeepL

Erleben Sie die Präzision und Effizienz von DeepL, einem KI-gestützten Übersetzungstool, und erkunden Sie, wie es die Sprachbarrieren überwindet.

Durch praktische Übungen und interaktive Diskussionen werden die Teilnehmer ermutigt, die erlernten Konzepte anzuwenden und die transformative Kraft der KI zu erkunden. Am Ende des Kurses werden die Teilnehmer besser verstehen, wie sie KI-Tools/Technologien in ihrem täglichen Arbeitsleben nutzen können, um ihre Ziele zu erreichen und ihre Projekte voranzutreiben.

Referent: Martin Hammerschmidt, Programmierer und Webdesigner

KURS NR.: VEREIN2-24F

TERMIN: Donnerstag, 18.04.2024 / 19:00 bis 21:00 Uhr

KURSBEITRAG: EUR 30,00

ORT: REGIO-TECH, HOCHFILZEN

KURSANMELDUNG

- Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie die Anmeldebestätigung mit der Zahlungsaufforderung.
- Überweisen Sie bitte den Kursbeitrag vor Kursbeginn.
- Die Einzahlungsbestätigung ist gleichzeitig Ihre Kursbestätigung.
- Sollten Sie den Kurs nicht besuchen können, verrechnen wir bei Abmeldung eine Stornogebühr von 50% des Kursbeitrages.
- Bei Vorlage einer Bestätigung durch einen Arzt, etc. werden die Stornokosten nicht verrechnet.
- Ohne Abmeldung, beziehungsweise bei Abmeldung nach Kursbeginn müssen wir den gesamten Betrag in Rechnung stellen. Sie können jedoch gerne eine Ersatzperson nennen.
- Ab einer Anwesenheit von 80% erhalten Sie eine Kursbesuchsbestätigung.
- Der Kursbeitrag beinhaltet keine Mehrwertsteuer.
- Sollten sich für einen Kurs zu wenige Teilnehmer anmelden, behält sich das Regionalmanagement regio³ Pillerseetal-Leukental-Leogang vor, den Kurs zu verschieben oder abzusagen. Allfällig bereits bezahlte Kurskosten werden erstattet.
- Wir versichern einen verantwortungsvollen Umgang mit Ihren persönlichen Daten. Hinweise finden Sie auf unserer Homepage unter der Rubrik Datenschutz.

ANMELDUNG:

per Post: Abschnitt unten ausdrucken, ausfüllen und einschicken
per Mail: bildungsoffensive@regio3.at
Online: auf www.regio-tech.at > Regio-Tech GmbH > Bildungszentrum
per Telefon: 05359/90501-1006 (Montag — Freitag, 07:30 – 11:30 Uhr)



Ja, ich melde mich verbindlich zu folgenden Kursen an:

Kursnummer: Kurstitel:

Name: _____
Straße: _____
Telefon: _____
E-Mail: _____
PLZ:/Ort: _____
Unterschrift: _____