



JUKAS für Eltern & Familien

INFOS & ANMELDUNGEN:

Jugendhaus Kassianeum Jukas
Brunogasse 2 · I-39042 Brixen · Tel. +39 0472 279923
E-mail: bildung@jukas.net · www.jukas.net



Raiffeisen

Raiffeisenkasse Eisacktal
Cassa Raiffeisen della Valle Isarco

AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL
Familiengentur



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Agenzia per la famiglia

NOVEMBER 2019

Häkel- und Stricktreff • Kreativabende

Ein Treff für alle, die bereits häkeln und stricken oder es lernen wollen.

Zeit: Mo., 04.11.19, 18.11.19, 02.12.19 und 16.12.19, jeweils von 19.00 – 21.00 Uhr

Beitrag: kostenlos

Treffleiterin: Ruth Gasser, Brixen



Weihnachts- und Kirchenlieder kunstvoll begleiten • Gitarren-Wochenende

Mit Weihnachts- und Kirchenliedern stimmen wir uns auf die Weihnachtszeit ein und erfahren viel über Gitarrenbegleitung.

Zeit: Fr., 08.11.19, 18.00 Uhr – So., 10.11.19, 12.30 Uhr

Beitrag: 155,00 Euro

Referent: Ossy Pardeller, Wien

Lichterzauber • Wachsschalen-Werkstatt

Wir stellen für die dunkle Zeit große und kleine Schalen aus Wachs her, die als Windlichter oder Vasen verwendet werden können.

Zeit: Sa., 09.11.19, 9.00 – 12.30 & 13.30 – 17.00 Uhr

Beitrag: 75,00 Euro, Materialkosten ca. 10,00 Euro

Kursleiterin: Elisabeth Pircher, Wangen

Der geheimnisvolle grüne Jäger Märchen im Schloss Pallaus in Sarns

Spannende Zaubermärchen für alle ab 6 Jahren, erzählt von Leni Leitgeb, begleitet von den einzigartigen Gitarrenklängen Ossy Pardellers.

Zeit: So., 10.11.19, 14.00 – ca. 15.15 Uhr

Beitrag: 5,00 Euro

7. Kunterbuntes Klein Kunst Festival

21 Bühnen und Spieler/innen bieten Einblick in die mannigfaltige Bühnenkunst: Schauspiel, Puppen- und Figurenspielkunst, Erzähl- und Musiktheater, Pantomime, Clownerie und, und, und...

Siehe Detailprogramm unter www.jukas.net – Festivals!

Zeit: Di., 12.11.19 – Mo., 18.11.19



Heilkräuter für die Seele

Sonne für lichtlose Tage • Werkstatt

Wir lernen Kräuter, Anwendungen und Rezepte kennen, die uns an lichtarmen Tagen helfen, dunkle Schatten aus der Seele zu vertreiben.

Zeit: Di., 19.11.19, 18.00 – 21.00 Uhr

Beitrag: 55,00 Euro, Materialkosten ca. 6,00 Euro

Referentin: Dora Margesin Somvi, Lana

Sitzen leichtgemacht mit der Feldenkrais-Methode • Tageskurs

In spannenden Einheiten nach der Feldenkrais-Methode entdecken wir neue Wege für ein körperliches Wohlbefinden auch im Sitzen.

Zeit: Sa., 23.11.19, 10.00 – 13.00 & 14.00 – 17.00 Uhr

Beitrag: 60,00 Euro

Referentin: Silke Siebert, Mils

Eine Insel für 2 • Wohlfühlnachmittag für Mutter & Tochter, Oma & Enkelin, Tante & Nichte...

Wir verwöhnen uns gegenseitig mit Gesichtereinigung, Peeling, Maske und Gesichtsmassage.

Zeit: Sa., 23.11.19, 15.00 – 18.00 Uhr

Beitrag: 20,00 Euro pro Person

Kursleiterin: Sylvia Weger, Mühlbach

Einführung in die „Neue Autorität“

Respektvolle Beziehungskultur • Seminar

Im Seminar wird vermittelt, wie Autorität neu gedacht werden kann, mit dem Fokus auf eine Beziehung ohne Hierarchie und Gewalt, dafür mit ganz viel Klarheit und Widerstand gegen unerwünschtes Verhalten sowie Vernetzung und gegenseitiger Unterstützung.

Zeit: Mo., 25.11.19, 9.00 Uhr bis Di., 26.11.19, 17.30 Uhr

Beitrag: 280,00 Euro

Referent: Martin A. Fellacher, Rankweil

Wir und die Welt. Praktisches Philosophieren mit Kindern und Jugendlichen • Werkstatt

In der Werkstatt üben wir, ethisch zu argumentieren und in einen philosophischen Dialog zu treten.

Zeit: Sa., 30.11.19, 9.00 – 12.30 Uhr

Beitrag: 50,00 Euro

Referentin: Esther Redolfi Widmann, Brixen

Engel, Märchenfiguren und Fabelwesen

Mal-Werkstatt für Familien

Kleine und große Künstler/innen lassen wahre Kunstwerke entstehen. Es entstehen tolle Bilder als Geschenkideen oder für zu Hause.

Zeit: Sa., 30.11.19, 14.30 – 17.30 Uhr

Beitrag: 20,00 Euro pro Person, inkl. Material, ab 3 Personen zahlt die 3. und jede weitere Person 10,00 Euro

Referentin: Alexia Gietl, Brixen



DEZEMBER 2019

„Jung sein kann weh tun!“ Suizidprävention im Jugendalter • Seminar

Im Seminar setzen wir uns mit der Verletzlichkeit im Jugendalter, den Ursachen und Motiven für Suizid und Maßnahmen der Suizidprävention auseinander.

Zeit: Do., 12.12.19, 9.00 – 12.30 & 14.00 – 17.30 Uhr

Beitrag: 90,00 Euro

Referent: Lukas Schwienbacher, Ulten

Winterzauber und Sternenglitzern Musikalische Spielstunden für (Groß)Eltern und Kinder

Wir werden Winter- und Weihnachtslieder singen und mit den kleineren Kindern dazu kletschen und klatschen, uns bewegen und tanzen. Bei den größeren Kindern steht das Singen im Mittelpunkt, dazu kommen das Spielen auf Orff-Instrumenten und einfache Tänze.

Zeit & Zielgruppe: Fr., 13.12.19, 15.30 – 16.30 Uhr: Familien mit Kindern von 1 – 3 Jahren

16.45 – 17.45 Uhr: Familien mit Kindern von 4 – 7 Jahren

Beitrag: 10 Euro pro (Groß)Eltern-Kind-Paar

Kursleiterin: Martina Wienchol, Lichtenberg/Prad



Raunachträucherungen. Die Kraft des Räucherns & der Ritualarbeit • Seminar

Wir erleben die Kraft einer Räucher-Reinigung und sind eingeladen, eine Räuchermischung zusammenzustellen und mitzunehmen.

Zeit: Sa., 14.12.19, 9.00 – 12.30 & 14.00 – 17.30 Uhr

Beitrag: 85,00 Euro inkl. Räuchermischung

Referentin: Snezana Janna Serafimaska, Schweiz

Kling, Glöckchen, klingelingeling

Märchen-Filz-Werkstatt für Familien

Wir fertigen Glöckchen aus heimischer Schafswolle in der Trocken- und Nassfilz-Technik und hören dazu mündlich erzählte Winter- und Weihnachtsmärchen aus aller Welt.

Zeit: Sa., 14.12.19, 16.00 – 18.30 Uhr

Beitrag: 20,00 Euro pro Person, inkl. Material

Filzerin: Rosemarie Mayer, Nals

Erzählerin: Leni Leitgeb, Brixen



JÄNNER 2020

Wenn es draußen schneit und die Stürme brausen... • Wintermärchen mit Musik

Leni Leitgeb erzählt Wintermärchen für alle ab 6 Jahren zu den Gitarrenklängen von Ossy Pardeller.

Zeit: Fr., 10.01.20, 16.00 – ca. 17.00 Uhr

Beitrag: 5,00 Euro

Genähte Körbe aus Gräsern und Kräutern Naturwerkstatt

Mit der uralten Technik des Wickelns und Vernähens stellen wir aus getrockneten Pflanzen dekorative und nützliche Körbe her.

Zeit: Sa., 11.01.20, 9.00 – 12.30 & 13.30 – 17.00 Uhr

Beitrag: 75,00 Euro, Materialkosten ca. 15,00 Euro

Referentin: Elisabeth Pircher, Wangen



Ukulele • Wochenende für Anfänger/innen

Die Ukulele ist für Klein- und Groß Geeignet und somit die richtige Familieninstrument. Deshalb kann auch die ganze Familie an diesem Kurs teilnehmen.

Zeit: Fr., 17.01.20, 18.00 Uhr –

So., 19.01.20, 12.30 Uhr

Beitrag: 155,00 Euro

115,00 Euro für Kinder

Referent: Ossy Pardeller, Wien



Zwischen Feuer und Eis

Abend mit Märchen, Tanz und Feinschmecker-Speisen

Leni Leitgeb erzählt Märchen aus aller Welt, Marialuise Stanghieri tanzt dazu & Christophere Robin Goepfert kocht orientalischer Gerichte und wohlgeschmeckende Speisen.

Zeit: Fr., 17.01.20, 19.00 – ca. 21.30 Uhr

Beitrag: 25,00 Euro inkl. Essen

Geschichtensäckchen „Rotkäppchen“

Mit Figuren aus Wolle Märchen lebendig werden lassen • Werkstatt

Wir nähen unser persönliches Geschichtensäckchen und gestalten aus Merinowolle in der Trockenfilztechnik die Märchenfiguren dazu.

Zeit: Sa., 18.01.20, 9.00 – 12.30 & 13.30 – 17.00 Uhr

Beitrag: 55,00 Euro inkl. Material

Kursleiterin: Barbara Natter, Bozen

Rasseln und Trommeln aus Rohhaut

Werkstatt

Wir treten in die Fußstapfen unserer Ahnen und stellen Rasseln, einfache Trommeln und Behälter aus Rohhaut her.

Zeit: Fr., 24.01.20, 16.00 – 18.30 & 19.30 – 21.00 Uhr

Beitrag: 55,00 Euro, Materialkosten ca. 10,00 – 20,00 Euro

Referentin: Katharina Fichtner, Hausham (Bayern)

Eine Tasche und Schuhe aus Leder...

Lederwerkstatt

Wir nähren unsere eigene Tasche aus Leder und fertigen mittelalterliche Bundschuhe oder indianische Mokassins.

Zeit: Sa., 25.01.20, 9.00 – 12.30 & 13.30 – 17.00 Uhr

Beitrag: 75,00 Euro, Materialkosten ca. 10,00 – 20,00 Euro

Referentin: Katharina Fichtner, Hausham (Bayern)

Inspiration durch Gesang & Geschichten

Mantras und Märchen der Welt • Sing- & Hörgenuss am Abend

Lieder und Geschichten bieten an diesem entspannenden Abend Inspirationen, die ins Leben hineinwirken können.

Zeit: So., 26.01.20, 18.00 – 20.30 Uhr

Beitrag: 18,00 Euro

Singleiter: Raimund Mauch, Ravensburg

Erzählerin: Leni Leitgeb, Brixen

FEBRUAR 2020

Permakultur • Grundlagen-Seminar

Das Seminar bietet eine Einführung in das Thema Permakultur. Woher stammt der Begriff – was bedeutet er – welche Konzepte und Ansätze stehen dahinter?

Zeit: Sa., 01.02.20, 10.00 – 12.30 & 13.30 – 16.00 Uhr

Beitrag: 60,00 Euro

Referentin: Elisabeth Kößler, Meran

Kraftsnäcks für Groß und Klein

Familienwerkstatt

Gemüsetörtchen, Müsliriegel, nahrhafte Brötchen und vieles mehr! Welche Jausen gesund und zugleich lecker sind, wird hier aufgezeigt und ausprobiert.

Zeit: Sa., 01.02.20, 10.00 – 13.00 Uhr

Beitrag: 25,00 Euro pro Person, ab 3 Personen zahlt die 3. und jede weitere Person 15,00 Euro

Referentin: Ivonne Daurù Malsiner, St. Ulrich

Huuuuu, sagt die Eule

Märchen-Filz-Werkstatt für Familien

Wir fertigen Eulen aus heimischer Schafswolle in der Nassfilz-Technik und hören dazu mündlich erzählte Vogelmärchen aus aller Welt.

Zeit: Fr., 07.02.20, 16.00 – 18.30 Uhr

Beitrag: 20,00 Euro pro Person, inkl. Material

Filzerin: Rosemarie Mayer, Nals

Erzählerin: Leni Leitgeb, Brixen



Herz-Zeit. Herzen aus Naturmaterialien

Werkstatt

Wir winden, wickeln und flechten Herzen in unterschiedlichsten Größen aus Zweigen und Ranken.

Zeit: Sa., 08.02.20, 9.00 –

12.30 & 13.30 – 17.00 Uhr

Beitrag: 75,00 Euro, Material-

kosten ca. 18,00 Euro

Kursleiterin: Elisabeth Pircher, Wangen



Bunte Eintöpfe... Kochen mit der Berber-Tajine • Kurs

Wir kochen gemeinsam in Teams verschiedene Eintopfgerichte, die nicht alltäglich sind und Abwechslung in unseren Speiseplan bringen.

Zeit: Sa., 08.02.20, 9.30 – 14.00 Uhr inkl. Essenspause

Beitrag: 65,00 Euro inkl. Lebensmittel

Referent: Christopher Robin Goepfert, Mühlbach

MÄRZ 2020

Das Gute wächst so nah: Heimisches „Superfood“ • Werkstatt

Wir lernen Anwendungsmöglichkeiten und Rezepte für heimische Supernahrungsmittel wie Heidelbeeren, Leinsamen und Wildes Grün kennen.

Zeit: Di., 03.03.20, 18.00 – 21.00 Uhr

Beitrag: 55,00 Euro, Materialkosten ca. 3,00 Euro

Referentin: Dora Margesin Somvi, Lana

Mit Kindern Gartenschätze entdecken

Familienwerkstatt

Wir fertigen Blumentöpfe aus Zeitungspapier und säen Samen aus. Wir üben das Pikieren von Pflänzchen, rollen Samenbomben und fabrizieren ein Insektenhotel.

Zeit: Fr., 06.03.20, 15.30 – 18.30 Uhr

Beitrag: 25,00 Euro pro Person, ab 3 Personen zahlt die 3. und jede weitere Person 15,00 Euro

Kursleiterin: Elisabeth Pircher, Wangen

Wenn Kinder malen. Anregungen für eine erfahrungs- und sinnorientierte Begleitung beim Malen • Seminar

Wie wertschätze ich die Tätigkeit des Kindes, ohne zu urteilen? Wie spreche ich mit dem Kind über das gemalte Bild, wenn es ein Gespräch sucht?

Zeit: Sa., 07.03.20, 9.00 – 13.00 Uhr

Beitrag: 55,00 Euro

Referentin: Martina Thanei, Schluderns



Mein Glücksstein. Steine bunt bemalen

Werkstatt

Wir bemalen Steine mit Acrylfarbe und verwandeln sie mit einfachen Mitteln in Tiere, Früchte und verschiedenste Figuren.

Zeit: Sa., 07.03.20, 14.30 – 17.30 Uhr

Beitrag: 20,00 Euro pro Person, ab 3 Personen zahlt die 3. und jede weitere Person 10,00 Euro

Kursleiterin: Alexia Gietl, Brixen

Vom Samen zur Pflanze • Werkstatt

Wir erfahren, wie wir aus Samen die eigenen Pflanzen für den Gemüse- und Hausgarten ziehen können.

Zeit: Sa., 14.03.20, 14.30 – 18.00 Uhr

Beitrag: 45,00 Euro

Referentin: Elisabeth Kößler, Meran



APRIL 2020

Pflanzenmilch: Schmackhaft und gesund

Werkstatt

An diesem Abend bereiten wir gemeinsam schmackhafte Getränke aus Mandeln, Hasel-, Wal- und Cashewnüssen zu, verkosten sie und erfahren viel Hintergrundwissen.

Zeit: Do., 02.04.20, 18.00 – 20.30 Uhr

Beitrag: 35,00 Euro, Materialkosten ca. 10,00 Euro

Referentin: Margareth Bacher Unterfrauner, Sarns

Mein Schmuckstück • Werkstatt

Wir gestalten Perlen aus Fimo in bezaubernden Mustern, mit und ohne Blattgold, aus Merinowolle sowie aus Papier in einer besonderen Technik.

Zeit: Sa., 04.04.20, 9.00 – 12.30 & 13.30 – 17.00 Uhr

Beitrag: 75,00 Euro inkl. Material

Kursleiterin: Barbara Natter, Bozen



MAI 2020

Schön und gesund mit den Schätzen aus der Naturapotheke. Grüne Kosmetik für die tägliche Pflege • Grundlagenseminar

An diesem Tag lernen wir, stärkende Körperpflege mit einfachen Mitteln und wenigen Zutaten aus der Natur und aus der Speisekammer selbst herzustellen.

Zeit: Sa., 09.05.20, 9.30 – 13.00 & 14.00 – 17.30 Uhr

Beitrag: 80,00 Euro, Materialkosten ca. 18,00 Euro

Referentin: Manuela Mair, Runggaditsch

Über Märchen, Legenden und biblische Geschichten das Leben deuten und gestalten Seminar

Es geht Franz Kett um die Bildung von Herz, Hand und Verstand gleichermaßen, um die Ausbildung von Einstellungen undhaltungen, die einer Sinnsuche förderlich sind.

Zeit: Sa., 16.05.20, 9.00 – 12.30 & 14.00 – 17.30 Uhr

Beitrag: 85,00 Euro

Referent/innen: Franz Kett, München;
Christine Krammer, Passau

JUNI 2020

Das Beste aus 1001 Nacht • Abend mit Märchen, Tanz und Live-Musik & anschließendem Bauchtanzfest

Die Erzählerin Leni Leitgeb & die Tänzerin Marialuise Stanghler präsentieren die „Best of Geschichten“ der letzten Programme. Dazu spielen live Max Castlunger und Omar El Afrah. Anschließend gehört die Bühne allen Tanzfreudigen.

Zeit: Fr., 05.06.20, 19.30 – ca. 21.00 Uhr, anschließendes Bauchtanzfest bis 23.00 Uhr

Beitrag: 25,00 Euro für den gesamten Abend, 10,00 Euro für alle, die nur zum Bauchtanzfest kommen

Entspannung pur für die ganze Familie

Wohlfühlnachmittag

Wir erlernen eine einfache Rücken-, Hand- und Gesichtsmassage und dürfen sie gleich bei uns gegenseitig ausprobieren.

Zeit: Sa., 08.02.20, 15.00 – 18.00 Uhr

Beitrag: 20,00 Euro pro Person

Kursleiterin: Sylvia Weger, Mühlbach

Zum Glück. Schritte zu mehr Wohlbefinden

Seminar

Wo stehen wir im Hinblick auf unsere Lebenszufriedenheit? Haben wir Zeit für uns und erfüllende Beziehungen? Neue und vielleicht auch überraschende Erkenntnisse laden zum Umsetzen ein.

Zeit: Fr., 14.02.20, 18.30 Uhr – So., 16.02.20, 12.30 Uhr

Beitrag: 180,00 Euro

Referentin: Monica Brandis, Berlin

Mit Weidenruten kreativ gestalten

Werkstatt

Wir erlernen eine einfache Flechttechnik und fertigen Kugeln, Nester, Körbchen und Kränze.

Zeit: Sa., 15.02.20, 9.00 – 13.00 Uhr

Beitrag: 50,00 Euro ohne Material

Kursleiterin: Elisabeth Kößler, Meran



Aquarellmalerei – Erste Schritte zum eigenen Bild • Werkstatt für Anfänger/innen

Wir lernen verschiedene Arten des Farbauftrages kennen und welche Rolle die Papiersorte dabei spielt, auch welche Pinseltechniken möglich sind und wie man Strukturen malt.

Zeit: Sa., 15.02.20, 9.30 – 13.00 & 14.00 – 17.30 Uhr

Beitrag: 85,00 Euro inkl. Material

Kursleiterin: Alexia Gietl, Brixen



Naturkosmetik selbst gemacht

Familienwerkstatt

Gemeinsam stellen wir ein Badesalz, einen Lippenbalsam sowie eine Körperbutter aus natürlichen Produkten her.

Zeit: Sa., 15.02.20, 15.00 – 18.00 Uhr

Beitrag: 25,00 Euro pro Person inkl. Material

Referentin: Julia Röggla, Bozen

Seifen sieden • Schnupperwerkstatt

Schritt für Schritt erleben wir, wie aus hochwertigen pflanzlichen Ölen eine feine Seife entsteht.

Zeit: Mo., 17.02.20, 18.00 – 21.00 Uhr

Beitrag: 35,00 Euro, Materialkosten ca. 5,00 Euro

Referentin: Waldtraud Scherlin Wendt, Kastelruth

Philosophie trifft Filme und Serien

Mit Kindern und Jugendlichen denken

Werkstatt

Ausgewählte Kinofilme und Serien können Denkanstöße zur Diskussion und Reflexion von „Lebensfragen“ und „Alltagsdilemmas“ mit Kindern und Jugendlichen bieten.

Zeit: Sa., 14.03.20, 9.00 – 12.30 Uhr

Beitrag: 50,00 Euro

Referentin: Esther Redolfi Widmann, Brixen

Familienbild zum Vatertag

Familienwerkstatt

Zum Vatertag gestalten wir ein Bild unserer Liebsten mit Acrylfarben und in der Mixed Media Technik.

Zeit: Sa., 14.03.20, 15.00 – 18.00 Uhr

Beitrag: 25,00 Euro pro Person, inkl. Material

Kursleiterin: Claudia Tilk, Brixen



Ernährungstrends „frei von...“ - für junge Menschen geeignet? Gesundes Essverhalten bei Kindern und Jugendlichen fördern • Seminar

Wie kann man junge Menschen bei der Umsetzung von gesunden Ernährungsgewohnheiten unterstützen? Sind moderne Diättipps, wie „zuckerfrei“, „glutenfrei“, „laktosefrei“, „Low-Carb“ und vegan tatsächlich gesund?

Zeit: Do, 19.03.20, 9.00 – 12.30 & 13.30 – 17.00 Uhr

Beitrag: 90,00 Euro inkl. Lebensmittel

Referentin: Ivonne Daurù Malsiner, St. Ulrich



Ukulele – Aufbaukurs • Wochenende für leicht Fortgeschrittene

Wenn du schon etwas Ukulele spielst oder am Anfängerkurs teilgenommen hast, bist du genau richtig. Auch Kinder ab 9 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen sind willkommen!

Zeit: Fr., 27.03.20, 18.00 Uhr bis So., 29.03.20, 12.30 Uhr

Beitrag: 155,00 Euro

115,00 Euro für Kinder/Jugendliche

Referent: Ossi Pardeller, Wien

Wenn Ukulele & Gitarre zusammenspielen... Wochenende

Jedes Lied, ob Popsong, Kirchenlied, Kinderlied oder Weihnachtslied kann mit Ukulele und Gitarre gestaltet werden, es ergibt sich eine schöne Zweistimmigkeit. Eltern mit Kindern sind herzlich willkommen!

Zeit: Fr., 24.04.20, 18.00 Uhr – So., 26.04.20, 12.30 Uhr

Beitrag: 155,00 Euro

115,00 Euro für Kinder/Jugendliche

Referent: Ossi Pardeller, Wien

Die lange Märchnacht. Märchen & Musik zum Genießen

Märchen aus aller Welt und Klänge der besonderen Art füllen diese Nacht.

Zeit: Fr., 24.04.20, 19.30 Uhr – Sa., 25.04.20, ca. 8.00 Uhr

Beitrag: 45,00 Euro für Erwachsene, 25,00 Euro für Kinder; Sonderpreis ab 3 Personen

Erzähler/innen: Leni Leitgeb, Brixen & Margarete Wenzel, Wien

Musikalische Gestaltung: Max Castlunger, Terlan;
Margareth Leitgeb, Brixen; Ossi Pardeller, Wien

Butoh – getanzte Achtsamkeit

Tanzwerkstatt für Einfachheit und Stille

Butoh, der japanische Ausdruckstanz, stellt die Einfachheit, Klarheit und Langsamkeit der Bewegung in den Mittelpunkt.

Zeit: Sa., 23.05.20, 9.00 – 12.30 & 14.00 – 17.30 Uhr

Beitrag: 80,00 Euro

Referentin: Barbara Hülmeyer, Schongau (D)

Die Kraft der Bäume, ihre Seele, ihre Medizin

Baumwanderung bei Völs

Jede Baumart hat ganz spezielle Energien, deren Kräfte uns stärken, reinigen und uns von negativen Gedanken und Gefühlen befreien.

Zeit: Sa., 23.05.20, 9.30 – 16.30 Uhr

Beitrag: 45,00 Euro

Referentin: Waldtraud Scherlin Wendt, Kastelruth



Archaisch kochen rund ums Feuer

Naturwerkstatt

Wir zünden ohne Streichhölzer, sammeln essbare Pflanzen und garen sie gemeinsam mit anderen Zutaten auf heißen Steinen oder in der Glut.

Zeit: Sa., 06.06.20, 9.00 – 17.00 Uhr

Beitrag: 85,00 Euro

Referentin: Katharina Fichtner, Hausham (Bayern)



ORGANISATORISCHE HINWEISE: Die genauen Details zu allen Veranstaltungen sind auf unserer Homepage www.jukas.net abrufbar oder im Bildungsbüro auf Anfrage erhältlich. - Wir bitten um Anmeldungen bis spätestens 2 Wochen vor Seminarbeginn. Bei Eigenveranstaltungen bieten wir unseren Kursteilnehmer/innen besondere Konditionen für Unterkunft und Verpflegung. Einzelmahlzeiten: 12,00 Euro; Übernachtung mit Frühstück: 25,00 Euro; Halbpension: 35,00 Euro; Vollpension: 45,00 Euro; Einzelzimmer-Zuschlag: 5,00 Euro pro Nacht, Ortstaxe: 1,55 Euro pro Nacht