

Lichtung Girasole

Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit

Herzlichen Dank für Ihre 5%
Für Sie eine Unterschrift, für uns eine wertvolle Unterstützung
Unsere Steuernummer 01 66 99 10 216

Lichtung - Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit
Dante Str. 4 • I-39031 Bruneck (BZ) • Steuernummer 01669910216

Ende März

Bedenken verfliegen in milderem Wind
die Sonne zeigt sich
ungefährdet
Horizonte weiten sich nach Süden
wir atmen wieder – freier auf

© Hans-Christoph Neuert (1958 - 2011) deutscher Lyriker



PROGRAMMVORSCHAU

April 2026

- **Besuch MM-Museum im Schloss Bruneck**
Samstag, 11. April 2026
- **Frühlingsrunde um den Kalterer See**
Samstag, 18. April 2026
- **Ausflug nach Welsberg**
Samstag, 25. April 2026

Für Überweisungen (Beiträge, Spenden usw.) an Lichtung
Raiffeisenkasse Bruneck
IT 92 F 08035 58242 000 300 013 595

LICHTUNG

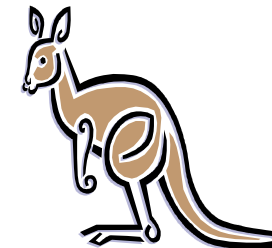
VEREIN ZUR FÖRDERUNG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT
ASSOCIAZIONE A SOSTEGNO DELLA SALUTE MENTALE



MITGLIEDER-INFO

FREIZEIT-PROGRAMM

März 2026



Wanderung bei Sankt Kassian im Gadertal
Samstag, 7. März 2026

Schloss Ambras bei Innsbruck
Samstag, 21. März 2026

349 00 89 588 am Tag der Veranstaltung
info@lichtung-girasole.com
Verein LICHTUNG Büro 0474 530266

Wanderung in Sankt Kassian im Gadertal

Samstag, 7. März 2026

Am Rande des Naturparks Fanes-Sennes-Prags verläuft diese Talwanderung mit wunderschönen Panoramablicken.



Wir starten auf dem Naturlehrpfad „Lärchenweg“ beim Rū Hof in St. Kassian auf ungefähr 1.520 Hm. Der Weg führt am Larjei Hof und Rüdiferia Hof vorbei.

Auf dem recht einfachen Rundwanderweg ist eine alte, vor kurzem restaurierte, Wassermühle zu bewundern.

Länge des Weges ungefähr 5 km, der höchste Punkt liegt auf 1.740 m, also haben wir etwa 220 Höhenmeter zu erwandern.

Um die Schönheit einer Schneeflocke zu erkennen,
muss man in der Kälte stehen.

Aristoteles, griechischer Philosoph

Frische Luft macht hungrig: wir werden nach unserem etwa zweistündigen Spaziergang in einem Gasthaus in St. Kassian einkehren und uns mit einem guten Mittagessen stärken.



Start: Bruneck Zugbahnhof 9.30 Uhr
Parkplatz Rū Hof St. Kassian 10.30 Uhr

Kostenbeitrag: 12,00 €
Selbstfahrer 8,00 €
Essen zahlen alle selber

Anmeldung: im Büro 0474 530 266
bis Montag, 2. März 2026

Mitzubringen: wetterangepasste Kleidung, rutschfeste Schuhe

Ende: Rückfahrt gegen 15.00 Uhr

Schloss Ambras bei Innsbruck

Samstag, 21. März 2026

Schloss Ambras gehört zu den schönsten und meist besuchten touristischen Attraktionen in Tirol.

Hintergrund ist eine Liebesgeschichte: Erzherzog Ferdinand II verliebte sich in die „schöne Welserin“ Philippine, eine Kaufmannstochter.

Er heiratete sie heimlich, weil sie nicht adelig, also „nicht standesgemäß“ war.

SCHLOSS
AMBRAS
INNSBRUCK

Um Philippine zu versorgen, überschrieb Ferdinand seiner Frau Schloss Ambras mit ausgedehnten Ländereien auf Lebenszeit.

Im Schloss Ambras war also Philippine die »Herrin« und Ferdinand der gern gesehene Gast.

Wir besuchen das Schloss mit seinen Schätzen und Sammlungen im Rahmen einer Führung, die etwa eine Stunde dauern wird. Anschließend können wir dann noch die Räumlichkeiten bewundern.

Am Vormittag planen wir ungefähr 2 Stunden Aufenthalt in der schönen Stadt Innsbruck.

Start: Bruneck Zugbahnhof 8.45 Uhr
Franzensfeste Zugbahnhof 9.20 Uhr
Sterzing Zugbahnhof 9.50 Uhr

Kostenbeitrag: 25,00 € mit Eintritt und Führung
Selbstfahrer 20,00 €
Essen zahlen alle selber

Anmeldung: im Büro 0474 530 266
bis Montag, 16. März 2026

Mitzubringen: Identitätskarte, Zivilinvalidenausweis

Ende: Rückfahrt gegen 16.00 Uhr

Dialog in Brixen

BETROFFENE – ANGEHÖRIGE - FACHPERSONEN

Donnerstag, 12. März 2026 von 17.30 bis 19.00 Uhr

Lachmüllerhaus, Säbenertorgasse 3, Brixen

Thema: **Frühjahrsputz innen und außen- was will ich aufräumen?**

Eingeladen sind Menschen mit psychischen Problemen, Angehörige, Fachpersonen, Interessierte, ...

Ziele: Begegnung, Erfahrungsaustausch, besseres Verständnis, Vermittlung von Kraft, Hoffnung & Solidarität...

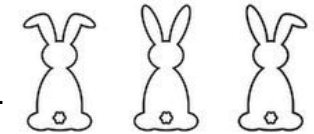
Eine Initiative von Verband Ariadne – für die psychische Gesundheit aller in Kooperation mit Lichtung | Girasole, Dienststelle für Selbsthilfegruppen BZG Eisacktal, BZG Pustertal, KVV Bezirk Pustertal Südtiroler Sanitätsbetrieb - Psychiatrischer Dienst der Gesundheitsbezirke Brixen & Bruneck

Kreativer Nachmittag im InterMezzo

Freitag, 13. März 2026 von 14.00 bis 17.00 Uhr

...ja, wir wollen wieder kreativ sein, einfach drauf los probieren... So viel tolle Ideen bzw. Bastelergebnisse sind in Vergangenheit an diesen Nachmittagen entstanden und gar einige haben mit Erstaunen entdeckt, wie kreativ sie sein können....

Dieses Mal basteln wir verschiedene Osterdekorationen mit Draht, Federn, Glitzer...



Beginn: 14.00 Uhr,
Treffpunkt InterMezzo, Bruneck, A. Hofer Str. 15 f

Anmeldung: im Büro 0474 530 266 bis Dienstag, 10. März 2026

Kostenbeitrag: 5,00 €

Mitzubringen: Schürze!!!



Wir bitten, den Jahresbeitrag 2026 so bald wie möglich zu bezahlen.

Der Mitglieds-Jahresbeitrag 2026 beträgt € 17,00

Der Mitglieds-Förderbeitrag 2026 beträgt € 50,00 –

wer uns besonders unterstützen möchte.



Raiffeisenkasse Bruneck IT 92 F 08035 58242 000 300 013 595

Wir danken Allen, die den Jahresbeitrag bereits bezahlt haben.

Jahreshauptversammlung der Lichtung

(Erste Einberufung Samstag, 14. März 2026, 00.30 Uhr)

Samstag, 14. März 2026 um 15.00 Uhr
Bruneck, KVV-Kursraum, Dantestr. 1, Nähe Kolpinghaus

Begrüßung

Tätigkeitsbericht 2025 / -Vorschau 2026

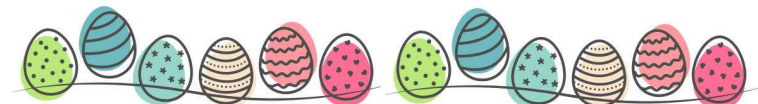
Jahresabschlussrechnung 2025

Bericht Rechnungsrevisoren - Entlastung Vorstand

Allfälliges

O S T E R M A R K T 2 0 2 6

Donnerstag, 26. & Freitag, 27. & Samstag, 28. März
Jeweils von 10 bis 18 Uhr am Rathausplatz in Bruneck
Selbstgemachtes... genäht, gemalt, gebastelt, gehäkelt, gestrickt



Vortrag

Depression – Dunkle Schatten auf der Seele

Dienstag, 3. März 2026 um 20.00 Uhr

Villanders, Kultursaal

Roger Pycha, Psychiater

Vortrag mit Buchvorstellung: Viel mehr als Traurigkeit - Depression