

5% für Lichtung 01 66 9 910 216 und Ihre Unterschrift. **Danke**

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

*Große Veränderungen in unserem
Leben können eine zweite Chance sein.*

Harrison Ford

PROGRAMMVORSCHAU

März 2021

- **Fragburger Wasserfall bei Hafling**
Samstag, 13. März 2021
- **Mit dem Zug nach Klausen – Kloster Säben**
Samstag, 20. März 2021
- **Lichtung-Jahreshauptversammlung**
Samstag, 27. März 2021

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

LICHTUNG

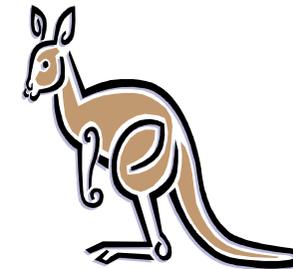
VEREIN ZUR FÖRDERUNG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT
ASSOCIAZIONE A SOSTEGNO DELLA SALUTE MENTALE



MITGLIEDER-INFO

FREIZEIT-PROGRAMM

Februar 2021



Winterwanderung nach Haidenberg
Samstag, 13. Februar 2021

Besuch im Haus der Solidarität
in Brixen - Begegnungen auf Augenhöhe
Samstag, 20. Februar 2021

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

Winterwanderung nach Haidenberg

Samstag, 13. Februar 2021



Nicht jedes Jahr bringt der Winter so viel Schnee.... Schneepacht weit und breit, man fühlt sich von der Natur in einen wohlthuenden, weißen Mantel eingehüllt. Es herrscht wunderbare Ruhe und beim Gehen spürt man die frische, belebende Luft. Hoffentlich bleibt uns der schöne Schnee bis zur Winterwanderung nach Haidenberg erhalten.

Wir fahren mit dem Linienbus nach Stefansdorf, machen uns von dort auf den Weg Richtung Haidenberg und wandern gemütlich entlang des Waldweges (mäßige Steigung) in ca. 1,5 Stunden hinauf.

Fast am Ende des Weges lichtet sich der Wald und der Haidenbergerhof (1280 m) mit seiner kleinen Kapelle wird sichtbar. Er liegt inmitten von Wiesen, mit Blick auf das Tauferer Tal, auf die Gipfel des Zillertaler Alpenhauptkammes und auf das mittlere Pustertal.

Hier essen wir zu Mittag und verbringen einige Zeit beim Karten spielen und plaudern.

Es gibt die Möglichkeit im Gasthaus eine Rodel zu leihen und nach dem Essen ein Stück aufwärts zu spazieren und zum Gasthof runter zu rodeln.

Zurück zum Auto geht es wieder für alle zu Fuß bis zur Bushaltestelle (ca. 4 km).



Anmeldung: im Büro 0474 530 266
bis Donnerstag, 11. Februar 2021

Treffpunkt: Bruneck Zugbahnhof 10.10 Uhr

Kostenbeitrag: 4,00 €
Essen und Linienbusfahrt zahlt jeder selber

Mitzubringen: gute Winterschuhe, Südtirol-Pass, Wanderstöcke, Schuhketten

Ende: Rückfahrt mit Linienbus um 16.05 Uhr



Besuch im Haus der Solidarität
in Brixen - Begegnungen auf Augenhöhe

Samstag, 20. Februar 2021

Pro Jahr kommen mehr als 5000 Personen ins Haus der Solidarität, es finden mehr als 20 Events statt und ca. 50 Gruppen sind zu Gast. Die Arbeit von den 4 Angestellten und den 30 freiwilligen Mitarbeitern wurde sogar mit dem Cultura-Socialis-Preis ausgezeichnet und – gemeinsam mit den Comboni Missionaren – mit dem Bischof-Josef-Gargitter-Preis. Aber um was geht es eigentlich, wenn man von dieser Brixner Einrichtung spricht?

Im Haus der Solidarität leben Südtiroler und Menschen mit Migrationshintergrund, die sich in einer Notsituation befinden und Hilfe benötigen, wie z.B. Obdachlose, psychisch Kranke, sozial Schwache, kriminelle Jugendliche und Suchtkranke. Das HdS sieht seine Aufgaben darin, die Grundbedürfnisse von Menschen in schwierigen Lebenslagen zu befriedigen, Not zu lindern, Integration, Nachhaltigkeit und Solidarität unter unterschiedlichen Generationen, Kulturen und Religionen zu fördern um ein friedliches Zusammenleben zu ermöglichen.

Wir werden mit Freude vom Team und den Bewohnern erwartet und bekommen eine Führung durchs Haus von Alexander Nitz, einem der Gründer und Teil der Hausleitung.

Das friedliche und respektvolle Zusammensein gehört auch zu den wichtigen Werten unseres Vereines und wir freuen uns, anschließend noch einige Zeit in netter Atmosphäre, bei gutem Essen und Gesprächen zu verbringen.

Wir hoffen, dass es uns dieses Mal gelingt, die schwarze Pizza auf den Teller zu bekommen, die uns vor einigen Monaten entgangen ist. 😊

Eintrittspreis fürs HdS ist eine freiwillige Spende

Anmeldung: im Büro 0474 530 266
bis Dienstag, 16. Februar 2021

Treffpunkt: Bruneck Zugbahnhof 8.00 Uhr
Brixen Busbahnhof 9.10 Uhr

Kostenbeitrag: 4,00 €
Essen und Linienbusfahrt zahlt jeder selber

Mitzubringen: Südtirol-Pass, saubere Turnschuhe fürs Kegeln

Ende: Rückfahrt mit Linienbus um 15.17 Uhr

Caritas-Telefonseelsorge 0471 052 052

Anonym - rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr

Wer lieber schreibt, für den ist ein Kontakt über Mail möglich.

Registrierung mit einem frei gewählten Benutzernamen und Passwort auf **telefonseelsorge-online.bz.it** - Erstantwort innerhalb 48 Std.

Gewalt an Frauen

Beratungs- und Unterstützungsangebote in Südtirol

Bozen – GEA Kontaktstelle gegen Gewalt: **800 276 433** (24h)

Bozen – Haus der geschützten Wohnungen: **800 892 828** (24h)

Meran – Frauen gegen Gewalt: **800 014 008** (24)

Brixen – Beratungsstelle für Frauen in Gewaltsituationen:
800 601 330 (24)

Bruneck – Frauenhausdienst: **800 310 303** (Bürozeiten)

Europäische Notrufnummer – **112** (24h)

Italienweit – Notrufnummer für Opfer von Gewalt und Stalking:
1522 (24h)

Beratungseinrichtungen für Männer

Caritas Männerberatung **0471 324 649**

Psychologischer Dienst 24 h: rund um die Uhr erreichbar

Bozen 0471 435001

Meran 0473 251000

Brixen 0472 813100

Bruneck 0474 586220

www.dubistnichtallein.it

Verschiedene Hinweise und Anregungen für Zeiten, in denen uns Kontaktbeschränkungen und eingeschränkte Bewegungsfreiheit belasten.

Bei schweren Krisen: Aktivierung der Notfallpsychologie über die Notrufnummer 112.

Lichtung Girasole

Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit

5%

**Für Sie eine Unterschrift,
für uns eine wertvolle Unterstützung.**

Unsere Steuernummer

01 66 99 10 216

Herzlichen Dank

Auf dich kommt es an!

Wenn der Stein denken würde: „Ein einzelner Stein kann keine Mauer aufrichten“, gäbe es keine Häuser.

Wenn ein Wassertropfen denken würde: „Ein einzelner Wassertropfen kann keinen Fluss bilden“, gäbe es keinen Ozean.

Wenn das Weizenkorn denken würde: „Ein einzelnes Weizenkorn kann keinen Acker besäen“, gäbe es keine Ernte.

Wenn ein Sonnenstrahl denken würde: „Ein einzelner Sonnenstrahl kann keinen Tag erhellen“, gäbe es kein Licht.

Wenn der Mensch denken würde: „Eine einzelne Liebesgeste rettet die Menschheit nicht“, gäbe es weder Freundschaft noch Frieden auf der Welt.

Wie das Haus jeden Stein benötigt,

der Ozean jeden Wassertropfen,

die Ernte jedes Weizenkorn,

das Licht jeden Sonnenstrahl,

so benötigt der Friede dich, deine Einzigartigkeit und deine Liebe.

Nach einer afrikanischen Weisheit © Gisela Rieger.

Überweisungsauftrag - Ordine di bonifico			
Begünstigter - Beneficiario		Betrag Importo	Mitgliedsbeitrag 15,00 €
 Lichtung • Girasole Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit Dantestraße 4 I - 39031 Bruneck (BZ)	Fälligkeitsdatum Data di scadenza	► Bitte sobald wie möglich ◀	
		Wer uns ganz besonders unterstützen möcht, kann uns statt der 15,00 € den Mitglieds-Förderbeitrag von 40,00 € überweisen.	
		Mitgliedsbeitrag 2021	
Bei der Presso la	Raiffeisenkasse Bruneck Cassa Raiffeisen di Brunico	Auftraggeber - Ordinate	
Bankkoordinaten - Coordinate bancarie			
IBAN: IT 92 F 08035 58242 0003000 13595 Swift/BIC: RZSBIT21005			
Wir ersuchen Sie, diese Überweisung durchzuführen und unser Konto zu belasten.		Favorite eseguire questo bonifico addebitandoci in conto.	
K/K Nr. - C/C no. _____			
Datum - Data	Unterschrift - Firma	Wir danken herzlich für die Überweisung!	