

40 Jahre Salecina – Seminare und Kurse 2012

40 anni di Salecina – Seminari e corsi 2012



Salecina
Ferien- und Bildungszentrum
Centro di vacanze e formazione
Orden dent, CH-7516 Maloja
Tel + 41 81 824 32 39
Fax + 41 81 824 35 75
www.salecina.ch
info@salecina.ch

Das Bildungs- und Ferienzentrum Salecina liegt auf 1800 m.ü.M. am Übergang vom Engadin ins Bergell, in einer der schönsten Landschaften der Welt. Halbpension in Zwei-, Vier- und Zwölfbettzimmern: CHF 66.– bis 55.– (CHF 44.–), je nach Geldbeutel. Die Gäste kochen, putzen und organisieren den Ferienalltag selber. Zu allen Veranstaltungen sind detaillierte Prospekte in Salecina erhältlich oder auf der Homepage unter Programm abrufbar.



Salecina feiert dieses Jahr 40 Jahre Selbstverwaltung. Im Juni machen wir ein grosses Fest an das alle herzlich eingeladen sind.

Januar



Skitourenwoche, 28.1. – 4.2.2012

Für WiedereinsteigerInnen und GeniesserInnen. Mit skifahrerischem Können, guter Kondition und dem Nötigsten im Rucksack steigen wir mit Fellen auf. Die Grundkenntnisse werden während der Tour vermittelt. Mit Erika Bühler (Bergführerin), CHF 1140.– / 1055.–

Februar



Langlaufwoche, 11. – 18.2.2012

Den gesunden und ganzheitlichen Bewegungsablauf des Skilanglaufs erleben. In die Loipe steigen, über die weiten Ebenen der Oberengadiner Seen gleiten, in idyllische Seitentäler hochsteigen und runterrutschen. Mit Therese Bühlmann, CHF 902.– / 825.–



Skitourenwoche, 25.2. – 3.3.2012

Für geübte SkitourenfahrerInnen, die auch mal steileres Gelände im Aufstieg und bei der Abfahrt schätzen. Du steigst gerne 1000 - 1200 Höhenmeter auf und geniesst die herrlichen Gipfelaussichten. Mit Martin Bühler (Bergführer), CHF 1140.– / 1055.–

März



Skating, 24. – 31.3.2012

Für EinsteigerInnen und leicht Fortgeschrittene. Die Loipe beginnt direkt vor der Haustür und das Schulungsgebiet erstreckt sich bis zum nahegelegenen Maloja. Zudem bietet sich Salecina als Ausgangspunkt für längere Touren an. Mit Ingo Johansen, CHF 912.– / 835.–

April



Grosse Skitourenwoche, 14. – 22.4.2012

Mit verschiedenen LeiterInnen

Juni



Juniwanderwoche: Grenzgänge – Grenzen überschreiten und entlang schlängeln, 2. – 9.6.2012

In Salecina liegen die Grenzen vor der Tür: Neben Augenscheinen an Wald-, Schnee- und Eisgrenzen sprechen wir über den Alltag an der Landesgrenze, spüren den Sprachgrenzen in Maloja nach und diskutieren über Kulturgrenzen und Grenzgänger. Mit Daniel Arn und Jürg Frischknecht, CHF 870.– / 800.–

Salecina si trova a 1800 metri s.l.m. al confine tra l'Engadina e la Bregaglia. La mezza pensione in camere a più letti ha un costo compreso tra i 66 e i 55 franchi/notte, a seconda delle possibilità economiche (minimo 44 franchi/notte). Gli ospiti provvedono loro stessi a cucinare e fare le pulizie contribuendo al funzionamento della casa. Prospetti più dettagliati per ogni attività sono disponibili a Salecina o sulla homepage sotto Attività-Seminari.



Quest'anno Salecina festeggia 40 anni di autogestione. In giugno ci sarà una grande festa. Vi aspettiamo numerosi.

Gennaio



Settimana di sci alpinismo, 28.1. – 4.2.2012

Per chi ha già sciato e vuole godersi la montagna. Con una certa padronanza degli sci, un po' di forma fisica e il necessario nello zaino, si imparano e si usano le nozioni base dello sci alpinismo. Con Erika Bühler (guida alpina), CHF 1140.– / 1055.–

Febbraio



Sci di fondo, 11. – 18.2.2012

Godete per una settimana dei movimenti piacevoli e armoniosi che lo sci di fondo offre. Scivolote sulle ampie pianure e sui laghi dell'Alta Engadina, salite e ridiscendete le idilliache valli laterali. Con Therese Bühlmann, CHF 902.– / 825.–



Settimana di sci alpinismo, 25.2. – 3.3.2012

Corso avanzato. Una settimana per coloro che cercano anche i percorsi più ripidi sia in salita che in discesa. Per chi percorre volentieri 1000 - 1200 metri di dislivello e si vuol godere il panorama dalle cime. Con Martin Bühler (guida alpina), CHF 1140.– / 1055.–

Marzo



Sci di fondo pattinato, 24. – 31.3.2012

Per principianti ed intermedi. La pista di sci di fondo passa proprio davanti alla porta d'ingresso di Salecina. Esploreremo i dintorni di Maloja, ma la casa potrà essere il punto di partenza per escursioni anche più lunghe. Con Ingo Johansen, CHF 912.– / 835.–

Aprile



Grande settimana di sci alpinismo, 14. – 22.4.2012

Con diversi/e conduttori/trici

Giugno



Settimana di escursioni: Frontalieri – Oltrepassare le frontiere e percorrerle zizzagando, 2. – 9.6.2012

A Salecina le frontiere sono proprio davanti alla porta di casa: al limite dei boschi, della neve e dei ghiacci. Parliamo della quotidianità in terra di frontiera, respiriamo i confini linguistici a Maloja e discutiamo di barriere culturali e di transfrontalieri. Con Daniel Arn e Jürg Frischknecht, CHF 870.– / 800.–



Klettern im Engadin, 10. – 16.6.2012

Basiskurs für AnfängerInnen und Kletterfreudige mit wenig Übung. Klettern ist ein Spiel mit dem eigenen Gleichgewicht. Es fordert deine Konzentration und der Alltag rückt schnell wohltuend in die Ferne. Mit Erika Bühler (Bergführerin), CHF 1030.– / 965.–



Salecina-Fest 40 Jahre Selbstverwaltung, 22. – 24.6.2012

Feiern wir zusammen 40 Jahre Salecina! Mit Musik, Spiele, Malworkshops und mit Tanz, Gesang und guten Gesprächen. Es besteht die Möglichkeit auf den Wiesen rund ums Haus zu zelten.

Juli



Wanderwoche Engadin-Bergell, 7. – 14.7.2012

Wir erkunden die Bergwelt des Engadins und des Bergells auf unterschiedlichen Wanderwegen und in vielfältigem Terrain. Wir lernen die raue Landschaft des Engadins kennen und geniessen das mildere Klima des Bergells. Mit Nils Loos, CHF 686.– / 610.–



Wandern mit Kindern, 14. – 26.7.2012

Eine selbstorganisierte Wanderwoche für Groß und Klein: Kinderwandern, Hochtouren für Wagemutige, Baden im See, Steinesammeln. Seit Jahren findet diese Wanderwoche statt. Immer wieder kommen neue Familien hinzu, die von Salecina nicht mehr lassen können.



40 Jahre Salecina – 15 Jahre Chorwoche, 26.7. – 4.8.2012

Chorsingen und Wandern – die tolle Kombination. Konzentriertes Proben ermöglicht ein musikalisches Ausgestalten der Chorlieder. Und in der tollen Landschaft ist von Spaziergängen bis zur Gletschertour alles möglich. Mit Martin Lugenbiehl, CHF 860.– / 760.–

August



Volkstänze, 18. – 25.8.2012

Die Tänze und die Musik sind die Ausdrucksformen der Menschen. Die Annäherung an die Volkstänze ermöglicht es, die Kultur verschiedener Länder kennen zu lernen. Dieses Jahr feiern wir das 25-jährige Bestehen. Mit Cristina Duci & Mario Meini, CHF 800.– / 715.–



Sprachkurs, 18. – 25.8.2012

Das Besondere an diesem Sprachkurs, ist die gleichzeitige Anwesenheit von Menschen deutscher und italienischer Muttersprache – ihre Begegnung soll im Mittelpunkt des Kurses stehen. Mit Maria Rosa Pantuso & Manfred Latuske, CHF 770.– / 695.–



Weltmusik: Aus Osteuropa und Klezmer, 30.8. – 2.9.2012

Der Workshop richtet sich an InstrumentalistInnen mit guten Grundkenntnissen. Wir spielen osteuropäische Musik und Klezmermelodien. Ensemble-Erfahrung nicht Bedingung. Für 6-14 TeilnehmerInnen. Mit Martin Lugenbiehl (Dirigent), CHF 408.– / 305.–

September



Wandern als politisches Instrument, 7.-9.9.2012

Oder die Revolution bei 3 km/h. Wir gehen aus von Riccardo Carnovalinis politisch motivierten Wanderungen und konzipieren neue. Dabei sollen stille Schritte in laute politische Aktionen umgewandelt werden. Mit Riccardo Carnovalini, CHF 202.– / 180.–



Hochalpine Wanderungen, 16. – 22.9.2012

Maloja ist ein Wanderparadies. Wir verlassen in dieser Woche die markierten Wege und ersteigen lohnende Trekkinggipfel, überqueren Gletscher und Pässe. Exponierte Stellen werden am Seil gesichert. Mit Walter Josi (Bergführer), CHF 1100.– / 1045.–



Politik ist stressig: Erkenntnis und Bewegung, 19. – 23.9.2012
Stress wirkt sehr oft gesundheitsschädigend. Wir wollen zusammen Strategien herausarbeiten, die helfen Stress zu bewältigen – dazu gehören auch Wanderungen im Engadin. Mit Uschi Volz-Walk & Antonie Armbruster-Petersen, CHF 400.– / 355.–



Arrampicare in Engadina, 10. – 16.6.2012

Corso di base, per principianti e appassionati senza molta esperienza. Arrampicare è una sfida per la tua concentrazione e la quotidianità viene piacevolmente lasciata alle spalle. Con Erika Bühler (guida alpina), CHF 1030.– / CHF 965.–



Salecina-festeggia 40 anni di autogestione, 22. – 24.6.2012

Festeggiamo insieme i 40 anni di Salecina: ci saranno musica, giochi, workshop artistici e tante persone con cui ballare, cantare e divertirsi. Si potrà anche campeggiare nei prati intorno alla casa.

Luglio



Settimana di escursionismo, 7. – 14.7.2012

Esploriamo a piedi il paesaggio alpino dell'Engadina e della Bregaglia su diversi percorsi e terreni variegati. Impariamo a conoscere l'aspra campagna engadinese e godiamo del clima mite della Bregaglia. Con Nils Loos, CHF 686.– / 610.–



Escursioni in famiglia, 14. – 26.7.2012

Una settimana autogestita di passeggiate e avventure per grandi e piccini. Ciascuno trova un motivo valido per partecipare e ogni anno si aggiungono nuove famiglie. Per stare insieme e fare nuove amicizie.



40 anni Salecina – 15 anni settimana coristica, 26.7. – 4.8.12

Coro e passeggiate – la combinazione ideale! Le prove concentrate rendono possibile lo sviluppo musicale di canti corali. Immersi in un fantastico paesaggio si possono fare sia passeggiate che escursioni sui ghiacciai. Con Martin Lugenbiehl, CHF 860.– / 760.–

Agosto



Danze popolari, 18. – 25.8.2012

Le danze e le musiche del Mondo sono l'espressione dei popoli. Avvicinarsi alla danza etnica è un modo per conoscere la cultura di paesi diversi. Questa è la 25° edizione: festeggeremo la ricorrenza con sorprese! Con Cristina Duci e Mario Meini, CHF 800.– / 715.–



Corso di lingua, 18. – 25.8.2012

Al centro di questo corso, c'è l'incontro tra partecipanti di lingua madre italiana e tedesca. L'apprendimento avviene trascorrendo una vacanza piacevole e divertente, insieme ad altre persone. Con Manfred Latuske e MariaRosa Pantuso, CHF 770.– / 695.–



Musica dal mondo: Dall'Europa dell'Est e dal Klezmer, 30.8. – 2.9.12

Il workshop si rivolge a musicisti con buone conoscenze di base. Suoniamo musica dell'Europa dell'est e melodie Klezmer. Non è richiesta esperienza di Ensemble. Per 6 - 14 partecipanti. Con Martin Lugenbiehl (direttore d'orchestra) CHF 408.– / 305.–

Settembre



Il cammino come strumento politico, 7. – 9.9.2012

Ovvero la rivoluzione a 3 km all'ora. Partiamo dai cammini politici di Riccardo Carnovalini per idearne di nuovi, ricreare l'appartenenza ai luoghi che abitiamo, trasformare silenziosi passi in rumorose azioni politiche. Con Riccardo Carnovalini, CHF 202.– / 180.–



Escursioni d'alta quota, 16. – 22.9.2012

Maloja un paradiso per le passeggiate. In questa settimana lasciamo i sentieri segnati per scalare le cime solitarie del trekking, oltrepassando passi e ghiacciai. I passaggi esposti saranno assicurati con l'imbrago. Con Walter Josi (guida alpina), CHF 1100.– / 1045.–



Fare politica è stressante 19. – 23.9.2012

Lo stress rovina spesso la salute. Elaboriamo insieme delle strategie per imparare a dominarlo. Sono previste anche passeggiate in Engadina. Con Uschi Volz-Walk e Antonie Armbruster-Petersen, CHF 400.– / 355.–

Januar Gennaio

1	So	Do
2	Mo	Lu
3	Di	Ma
4	Mi	Me
5	Do	Gi
6	Fr	Ve
7	Sa	Sa
8	So	Do
9	Mo	Lu
10	Di	Ma
11	Mi	Me
12	Do	Gi
13	Fr	Ve
14	Sa	Sa
15	So	Do
16	Mo	Lu
17	Di	Ma
18	Mi	Me
19	Do	Gi
20	Fr	Ve
21	Sa	Sa
22	So	Do
23	Mo	Lu
24	Di	Ma
25	Mi	Me
26	Do	Gi
27	Fr	Ve
28	Sa	Sa
29	So	Do
30	Mo	Lu
31	Di	Ma

Februar Febbraio

1	Mi	Me
2	Do	Gi
3	Fr	Ve
4	Sa	Sa
5	So	Do
6	Mo	Lu
7	Di	Ma
8	Mi	Me
9	Do	Gi
10	Fr	Ve
11	Sa	Sa
12	So	Do
13	Mo	Lu
14	Di	Ma
15	Mi	Me
16	Do	Gi
17	Fr	Ve
18	Sa	Sa
19	So	Do
20	Mo	Lu
21	Di	Ma
22	Mi	Me
23	Do	Gi
24	Fr	Ve
25	Sa	Sa
26	So	Do
27	Mo	Lu
28	Di	Ma
29	Mi	Me

März Marzo

1	Do	Gi
2	Fr	Ve
3	Sa	Sa
4	So	Do
5	Mo	Lu
6	Di	Ma
7	Mi	Me
8	Do	Gi
9	Fr	Ve
10	Sa	Sa
11	So	Do
12	Mo	Lu
13	Di	Ma
14	Mi	Me
15	Do	Gi
16	Fr	Ve
17	Sa	Sa
18	So	Do
19	Mo	Lu
20	Di	Ma
21	Mi	Me
22	Do	Gi
23	Fr	Ve
24	Sa	Sa
25	So	Do
26	Mo	Lu
27	Di	Ma
28	Mi	Me
29	Do	Gi
30	Fr	Ve
31	Sa	Sa

April Aprile

1	So	Do
2	Mo	Lu
3	Di	Ma
4	Mi	Me
5	Do	Gi
6	Fr	Ve
7	Sa	Sa
8	So	Do
9	Mo	Lu
10	Di	Ma
11	Mi	Me
12	Do	Gi
13	Fr	Ve
14	Sa	Sa
15	So	Do
16	Mo	Lu
17	Di	Ma
18	Mi	Me
19	Do	Gi
20	Fr	Ve
21	Sa	Sa
22	So	Do
23	Mo	Lu
24	Di	Ma
25	Mi	Me
26	Do	Gi
27	Fr	Ve
28	Sa	Sa
29	So	Do
30	Mo	Lu

Mai Maggio

1	Di	Ma
2	Mi	Me
3	Do	Gi
4	Fr	Ve
5	Sa	Sa
6	So	Do
7	Mo	Lu
8	Di	Ma
9	Mi	Me
10	Do	Gi
11	Fr	Ve
12	Sa	Sa
13	So	Do
14	Mo	Lu
15	Di	Ma
16	Mi	Me
17	Do	Gi
18	Fr	Ve
19	Sa	Sa
20	So	Do
21	Mo	Lu
22	Di	Ma
23	Mi	Me
24	Do	Gi
25	Fr	Ve
26	Sa	Sa
27	So	Do
28	Mo	Lu
29	Di	Ma
30	Mi	Me
31	Do	Gi

Juni Giugno

1	Fr	Ve
2	Sa	Sa
3	So	Do
4	Mo	Lu
5	Di	Ma
6	Mi	Me
7	Do	Gi
8	Fr	Ve
9	Sa	Sa
10	So	Do
11	Mo	Lu
12	Di	Ma
13	Mi	Me
14	Do	Gi
15	Fr	Ve
16	Sa	Sa
17	So	Do
18	Mo	Lu
19	Di	Ma
20	Mi	Me
21	Do	Gi
22	Fr	Ve
23	Sa	Sa
24	So	Do
25	Mo	Lu
26	Di	Ma
27	Mi	Me
28	Do	Gi
29	Fr	Ve
30	Sa	Sa

Juli Luglio

1	So	Do
2	Mo	Lu
3	Di	Ma
4	Mi	Me
5	Do	Gi
6	Fr	Ve
7	Sa	Sa
8	So	Do
9	Mo	Lu
10	Di	Ma
11	Mi	Me
12	Do	Gi
13	Fr	Ve
14	Sa	Sa
15	So	Do
16	Mo	Lu
17	Di	Ma
18	Mi	Me
19	Do	Gi
20	Fr	Ve
21	Sa	Sa
22	So	Do
23	Mo	Lu
24	Di	Ma
25	Mi	Me
26	Do	Gi
27	Fr	Ve
28	Sa	Sa
29	So	Do
30	Mo	Lu
31	Di	Ma

August Agosto

1	Mi	Me
2	Do	Gi
3	Fr	Ve
4	Sa	Sa
5	So	Do
6	Mo	Lu
7	Di	Ma
8	Mi	Me
9	Do	Gi
10	Fr	Ve
11	Sa	Sa
12	So	Do
13	Mo	Lu
14	Di	Ma
15	Mi	Me
16	Do	Gi
17	Fr	Ve
18	Sa	Sa
19	So	Do
20	Mo	Lu
21	Di	Ma
22	Mi	Me
23	Do	Gi
24	Fr	Ve
25	Sa	Sa
26	So	Do
27	Mo	Lu
28	Di	Ma
29	Mi	Me
30	Do	Gi
31	Fr	Ve

September Settembre

1	Sa	Sa
2	So	Do
3	Mo	Lu
4	Di	Ma
5	Mi	Me
6	Do	Gi
7	Fr	Ve
8	Sa	Sa
9	So	Do
10	Mo	Lu
11	Di	Ma
12	Mi	Me
13	Do	Gi
14	Fr	Ve
15	Sa	Sa
16	So	Do
17	Mo	Lu
18	Di	Ma
19	Mi	Me
20	Do	Gi
21	Fr	Ve
22	Sa	Sa
23	So	Do
24	Mo	Lu
25	Di	Ma
26	Mi	Me
27	Do	Gi
28	Fr	Ve
29	Sa	Sa
30	So	Do

Oktober Ottobre

1	Mo	Lu
2	Di	Ma
3	Mi	Me
4	Do	Gi
5	Fr	Ve
6	Sa	Sa
7	So	Do
8	Mo	Lu
9	Di	Ma
10	Mi	Me
11	Do	Gi
12	Fr	Ve
13	Sa	Sa
14	So	Do
15	Mo	Lu
16	Di	Ma
17	Mi	Me
18	Do	Gi
19	Fr	Ve
20	Sa	Sa
21	So	Do
22	Mo	Lu
23	Di	Ma
24	Mi	Me
25	Do	Gi
26	Fr	Ve
27	Sa	Sa
28	So	Do
29	Mo	Lu
30	Di	Ma
31	Mi	Me

November Novembre

1	Do	Gi
2	Fr	Ve
3	Sa	Sa
4	So	Do
5	Mo	Lu
6	Di	Ma
7	Mi	Me
8	Do	Gi
9	Fr	Ve
10	Sa	Sa
11	So	Do
12	Mo	Lu
13	Di	Ma
14	Mi	Me
15	Do	Gi
16	Fr	Ve
17	Sa	Sa
18	So	Do
19	Mo	Lu
20	Di	Ma
21	Mi	Me
22	Do	Gi
23	Fr	Ve
24	Sa	Sa
25	So	Do
26	Mo	Lu
27	Di	Ma
28	Mi	Me
29	Do	Gi
30	Fr	Ve

Dezember Dicembre

1	Sa	Sa
2	So	Do
3	Mo	Lu
4	Di	Ma
5	Mi	Me
6	Do	Gi
7	Fr	Ve
8	Sa	Sa
9	So	Do
10	Mo	Lu
11	Di	Ma
12	Mi	Me
13	Do	Gi
14	Fr	Ve
15	Sa	Sa
16	So	Do
17	Mo	Lu
18	Di	Ma
19	Mi	Me
20	Do	Gi
21	Fr	Ve
22	Sa	Sa
23	So	Do
24	Mo	Lu
25	Di	Ma
26	Mi	Me
27	Do	Gi
28	Fr	Ve
29	Sa	Sa
30	So	Do
31	Mo	Lu