

Bildungsnetzwerk

Seminarprogramm Gesundheitsförderung 2019



Fonds Gesundes
Österreich



Ein Geschäftsbereich der
Gesundheit Österreich
GmbH

IMPRESSUM

Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:

Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, 1020 Wien, Aspernbrückengasse 2

Tel.: 01 / 895 04 00, Fax: 01 / 895 04 00-720

E-Mail: fgoe@goeg.at

www.fgoe.org

www.goeg.at

Für den Inhalt verantwortlich: Ing. Petra Gajar

Redaktionelle Mitarbeit: Mag. Petra Winkler

Grafik: pacomedia.at, 1160 Wien

Druck: Druckerei Odysseus, Himberg

33. Auflage, Dezember 2018

Liebe Leserin! Lieber Leser!

Die Gesundheitsförderung in Österreich lebt von innovativen, nachhaltigen und gut umgesetzten Projekten. Der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) bietet für alle in der Gesundheitsförderung tätigen Personen ein vielfältiges Fort- und Weiterbildungsangebot an: das „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm Gesundheitsförderung 2019“.

Die Seminare vermitteln sowohl inhaltliches Know-how als auch eine breite Palette fachlicher, methodischer und sozialer Qualifikationen, die für die Planung und Umsetzung von guten Gesundheitsförderungsprojekten erforderlich sind.

Gesundheitsförderung entwickelt sich stetig weiter. Es gilt aktuelle Entwicklungen, Strategien und Ziele zu berücksichtigen. Neue Themenfelder wie „Digitalisierung“ oder „Gesundheitskompetenz“ werden in den Seminaren genauso aufgegriffen, wie „Resilienz“, „Gute Gesundheitsinformation“ oder „Dynamic Facilitation“. Aber auch die „Klassiker“ sind weiterhin im Programm: „Partizipation“, „Burnout/Stressprophylaxe“, „Konfliktmanagement“ oder „Projektmanagement“.

Der FGÖ erstellt dieses Seminarprogramm seit nunmehr 20 Jahren gemeinsam mit seinen Bildungsnetzwerkpartner/innen in den Bundesländern. Dank der wertvollen Zusammenarbeit und dem anhaltenden Engagement der Koordinator/innen gelingt es uns, Ihnen attraktive Seminare mit hochqualifizierten Referent/innen anbieten zu können.

Wir hoffen, dass Sie im aktuellen Programm interessante Seminare entdecken und auch Anregungen für Ihre persönliche Weiterentwicklung finden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei den Seminaren und viel Erfolg bei der Umsetzung Ihrer Gesundheitsförderungsprojekte!

Das Team des Fonds Gesundes Österreich

Bildungsnetzwerk Seminarprogramm für Gesundheitsförderung 2019

Praxisbezogene Gesundheitsförderung erfordert fachliche, prozessspezifische, strategische und gruppendynamische Qualifikationen, die in der Regel weit über die in einem bestimmten Berufsfeld erlernten Fachqualifikationen hinausgehen. Mit dem „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm für Gesundheitsförderung“ bietet der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) seit 20 Jahren ein laufend aktualisiertes und qualitativ hochwertiges Fort- und Weiterbildungsangebot für Praktiker/innen der Gesundheitsförderung an.

Ziel

Antragsteller/innen und Betreiber/innen von Projekten der Gesundheitsförderung und der Primärprävention können in diesen Seminaren ihr Wissen bezüglich Konzepterstellung, Implementierung und Qualitätssicherung sowie Evaluation von Gesundheitsförderungsprojekten erweitern.

Zielgruppe

Umsetzer/innen von Gesundheitsförderungsprojekten
Entscheidungsträger/innen
Stakeholder

Inhalte

Das „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm“ bietet offene Seminare zu vielfältigen Weiterbildungsthemen in der praxisbezogenen Gesundheitsförderung. Die Inhalte reichen von der Vermittlung von Grundlagen der Gesundheitsförderung über interkulturelle Kompetenz bis hin zu Teamführung, Moderationstechniken und Evaluation. Darüber hinaus steht die Weiterentwicklung der persönlichen Fähigkeiten der Teamleiter/innen und -mitarbeiter/innen (z. B. durch Seminare in der psychosozialen Gesundheit wie „Achtsamkeit“ oder „Resilienz“ sowie setting- und zielgruppenspezifische Seminare der Gesundheitsförderung) auf dem Programm. Eine genaue Auflistung der Themen mit Themenverzeichnis können Sie den Seiten 11-15 entnehmen.

Der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) ist seit 1998 Förderstelle, Kompetenzzentrum und Drehscheibe für Gesundheitsförderung in Österreich. Die Angebote des FGÖ orientieren sich am aktuellen Arbeitsprogramm 2019 basierend auf dem langfristigen Rahmenarbeitsprogramm 2017–2020. Inhaltlich prägen die **drei Leitthemen** „Psychosoziale Gesundheit“, „Gesundheitliche Chancengerechtigkeit“ sowie „Gendergerechte Gesundheitsförderung und Diversität“ die Arbeit des FGÖ.

Schwerpunkte

Die Aktivitäten des FGÖ werden in **fünf Programmlinien**, die alle Lebensphasen der Menschen in Österreich von der Kindheit und Jugend, dem Arbeitsleben bis hin zum Alter umspannen, umgesetzt. Diese werden auch im „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm für Gesundheitsförderung 2019“ aufgegriffen.

Programmlinie Gesundes Aufwachsen – Psychosoziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Kindergarten, Schule und außerschulische Jugendarbeit sind zentrale Interventionsfelder der Gesundheitsförderung. Hier werden Menschen von Beginn an erreicht. Der Schwerpunkt psychosoziale Gesundheit soll Impulse setzen und Interventionsmöglichkeiten aufzeigen. Im „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm“ finden Sie die Seminare mit diesem Schwerpunkt unter dem Symbol:



Programmlinie Betriebliche Gesundheitsförderung – Gesundheitliche Chancengerechtigkeit am Arbeitsplatz

Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) umfasst entsprechend der Luxemburger Deklaration in der Europäischen Union (1997) alle gemeinsamen Maßnahmen von Arbeitgeberinnen/Arbeitgebern, Arbeitnehmerinnen/Arbeitnehmern und der Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz.

Im Gegensatz zum Seminarprogramm „BGF Know-how“ für innerbetriebliche Akteure der BGF, geht es im Bildungsnetzwerk Seminarprogramm darum, das gewonnene Wissen und die entwickelten Methoden zu transferieren. Daher werden im Bildungsnetzwerk Seminarprogramm Akteurinnen und Akteure angesprochen, die vor allem settingübergreifend arbeiten. Schwerpunktseminare zum Thema Betriebliche Gesundheitsförderung finden Sie unter dem Symbol:



Programmlinie Kommunales Setting – Soziale Unterstützung und Teilhabe in Nachbarschaften

Das kommunale Setting – d. h. Arbeit in Gemeinden, Städten, Stadtteilen – bietet viele Ansatzpunkte für Gesundheitsförderung und Primärprävention. Um hier Impulse zu setzen und Kapazitäten zu entwickeln, bietet das Programm „Bildungsnetzwerk“ spezielle Seminare für dieses Setting an. Die entsprechenden Module sind in diesem Seminarprogramm besonders gekennzeichnet mit dem Symbol:



Programmlinie Lebensqualität von älteren Menschen

Gesundes Altern berührt fast alle Bereiche der Gesellschaft und gewinnt zunehmend an Bedeutung. In den vergangenen 130 Jahren hat sich die durchschnittliche Lebenszeit der Menschen im deutschsprachigen Raum fast verdoppelt. Das stärkste Wachstum wird für die Gruppe der über 80-Jährigen von 5 % auf 13 % prognostiziert. Für die Akteurinnen und Akteure der Gesundheitsförderung bedeutet das eine besondere Aufgabe. Es handelt sich um herausfordernde Ziele wie beispielsweise gesund und kompetent zu altern, die Selbstständigkeit und Unabhängigkeit möglichst lange zu unterstützen und die Lebensqualität bis in die späten Lebensphasen zu erhalten.

Damit stellt sich die Frage, inwieweit die hinzugewonnenen Lebensjahre in guter Gesundheit verbracht werden können. Die Schwerpunktseminare zum Thema „Lebensqualität von älteren Menschen“ finden Sie unter dem Symbol:



Programmlinie Gesunder Lebensstil durch intersektorale Zusammenarbeit

Im Hinblick auf Wohlbefinden und Gesundheit haben die Lebensstildeterminanten Ernährung, Bewegung und psychosoziale Gesundheit wesentliche Bedeutung. Sie sind Schlüsselfaktoren bei der Entstehung verschiedenster sogenannter lebensstilassoziierter Erkrankungen. Seminare, die diese vielfältigen Themen aufgreifen, finden Sie unter dem Symbol:



Gesundheitskompetenz

Wie kann man gesundheitsrelevante Inhalte an die jeweilige Zielgruppe bringen, sodass diese verständlich, motivierend und handlungsunterstützend sind? Im Kern geht es bei der Stärkung von Gesundheitskompetenz einerseits um die Verbesserung von Kommunikation von Gesundheitsinformation und andererseits um gesundheitskompetente Gestaltung von Organisationen. Wobei das Ziel, die Gesundheitskompetenz der Menschen zu erhöhen, sowohl in der Gesundheitsförderung als auch in der Krankenversorgung und Prävention wesentlich ist. Seminare zur Gesundheitskompetenz sind speziell mit dem Logo der Österreichischen Plattform Gesundheitskompetenz (ÖPGK) gekennzeichnet. Mitglieder der ÖPGK haben die Möglichkeit zur kostenfreien Teilnahme, nähere Informationen dazu finden Sie auf der Webseite der ÖPGK unter oepgk.at



Die regionalen Koordinator/innen

Der Fonds Gesundes Österreich hat regionale Koordinator/innen beauftragt, die das Angebot vor Ort konzipieren, organisieren und umsetzen. Auf diese Weise gibt es in jedem Bundesland regionale Kontaktpersonen, die neben der gesamten Abwicklung der Anmeldungen und der Organisation der Seminare im jeweiligen Bundesland auch für Rückfragen zur Verfügung stehen. Namen, Adressen, Telefon- und Faxnummern sowie die E-Mail-Adressen der Koordinator/innen finden Sie auf den Seiten 7-10. Die Seminare für das Bundesland Kärnten standen bis Redaktionsschluss noch nicht fest. Bitte nutzen Sie die Gelegenheit, die Seminare in anderen Bundesländern zu buchen.

Die Referent/innen und Trainer/innen

Wie in den Vorjahren garantieren professionelle Referent/innen und Trainer/innen in allen Seminaren eine hohe Qualität des Programms. Eine alphabetische Auflistung finden Sie ab Seite 97.

Die Kosten

Eine der Aufgaben des Fonds Gesundes Österreich ist es, Menschen, die in der Gesundheitsförderung und in der Prävention tätig sind, bei ihrer Fortbildung zu unterstützen. Daher werden auch die Kosten dieser Seminarreihe zu fast 100 % vom Fonds Gesundes Österreich übernommen. Seitens der Teilnehmer/innen ist lediglich ein Unkostenbeitrag von 100 Euro für das jeweilige Seminar (bzw. 50 Euro für ein eintägiges Seminar) zu entrichten.

Regionale Projektkoordinator/in Wien und Niederösterreich

Dennis Beck

Seit rund 25 Jahren als Geschäftsführer im Gesundheits- und Sozialbereich tätig. Nach der Errichtung des Aids-Hilfe-Hauses in Wien folgte der Aufbau des Fonds Gesundes Österreich und schließlich die Gründung der Wiener Gesundheitsförderung, die er heute leitet. Mitarbeit in zahlreichen gesundheitspolitischen Gremien und Arbeitsgruppen.



Franziska Renner

Über zehn Jahre Erfahrung in der Gesundheitsförderung. Im Fonds Soziales Wien für das Herz-Kreislauf-Vorsorgeprogramm „Ein Herz für Wien“ tätig, seit der Gründung im Team der Wiener Gesundheitsförderung. Ab Mitte 2012 Leiterin der Abteilung für Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation. Seit September 2016 außerdem Referentin in der Geschäftsführung und inhaltliche Vertretung des Geschäftsführers.



Wiener Gesundheitsförderung – WiG
1200 Wien, Treustraße 35-43 / Stiege 6

Dennis Beck: Tel.: 01/4000 76 901
Fax: 01/4000 99 76 901
E-Mail: dennis.beck@wig.or.at

Franziska Renner: Tel.: 01/400 769 21
Mobil: 0676/811 876 921, Fax: 01/400 099 769 21
E-Mail: franziska.renner@wig.or.at

Regionale Projektkoordinatorin Burgenland

Carina Ehrnhöfer



PROGES Teamkoordinatorin im Burgenland und Regionalmanagerin im Projekt „Gesundes Dorf“. Mehrjährige Tätigkeit im Projektmanagement; seit 2010 in der Gesundheitsförderung. Aktuell: Konzeptionierung, Aufbau und Organisation kommunaler Gesundheitsförderungsprojekte. Studium Leadership und Management. Trainertätigkeiten für die Themen Achtsamkeit und Meditation.

PROGES – Wir schaffen Gesundheit
7000 Eisenstadt, Siegfried Marcus-Strasse 5
Tel.: 05/7720-165
Mobil: 0699/13 77 77 66, E-Mail: carina.ehrnhoefer@proges.at

Regionale Projektkoordinatorin Steiermark

Mag.^a Sigrid Schröpfer, MA



Diplomstudium Psychologie in Graz; Spezialisierung in den Bereichen Sozial- und Ernährungspsychologie sowie Marketing; Masterlehrgang Public Communication an der FH in Graz; 1998 bis 2007 bei Styria vitalis Leitung des „Gesunde Gemeinde“-Netzwerkes, seit 2002 Koordinatorin für das FGÖ-Bildungsnetzwerk Gesundheitsförderung in der Steiermark; seit Juli 2007 bei Styria vitalis für den Bereich Kommunikation zuständig.

Styria vitalis
8010 Graz, Marburger Kai 51/III
Tel.: 0316/82 20 94-25
E-Mail: sigrid.schroepfer@styriavitalis.at

Regionale Projektkoordinatorinnen Oberösterreich

Mag.^a Birgit Küblböck-Lausegger

Studium der Sozialwirtschaft; über 10 Jahre Erfahrung in der Gesundheitsförderung in unterschiedlichen Settings, mehrjährige Tätigkeit im Bildungsmanagement. Ausbildung zum systemischen Coach, Moderatorin und Trainerin.



Nina Grasl

Ausbildung zur Kultur- und Kongressassistentin mit den Schwerpunkten Tagungs- und Kongressmanagement, Angewandtes Projektmanagement, Betriebs- und Volkswirtschaftslehre und Kulturmanagement. Seit Jänner 2018 Projektassistentin bei ÖSB Consulting GmbH.



ÖSB Consulting GmbH
4040 Linz, Gewerbepark Urfahr 6

Mag.^a Birgit Küblböck-Lausegger
Tel.: 0664/601 773 287, E-Mail: birgit.kueblboeck@oesb.at

Nina Grasl
Tel.: 0664/601 773 328, E-Mail: nina.grasl@oesb.at

Regionaler Projektkoordinator Salzburg

Dr. Thomas Diller

Betriebswirtschaftsstudium an WU Wien (Unternehmensführung, Personal); Zusatzausbildungen systemische Beratung, Theaterpädagogik, Dialogprozessbegleitung, Arbeiten mit (Groß-)Gruppen; über zwanzigjährige Erfahrung im Aufbau von Organisationen (AVOS, AMD Salzburg) und Vernetzungen sowie bei der Verwirklichung von Projekten und Dienstleistungen; Konzeption, Umsetzung und Controlling einer Vielzahl von Gesundheitsförderungsprojekten im betrieblichen und regionalen Setting.



Selbstständiger Berater und Coach mit den Schwerpunkten Entwicklung und Management von Projekten/Organisationen, Empowerment/Beteiligungsprozesse und Controlling/Evaluation.

AMD Salzburg – Zentrum für gesundes Arbeiten
5020 Salzburg, Elisabethstraße 2
Tel.: 0680/12 14 701, E-Mail: office@thomasdiller.com

Regionale Projektkoordinatoren Tirol



Friedrich Lackner

Geschäftsführer des „avomed“ seit 1990; organisatorische und finanzielle Begleitung im Aufbau von Vorsorge- und Gesundheitsförderungsprojekten, die in erster Linie im Setting Gemeinde und Schule angesiedelt sind. Arbeitsschwerpunkte: Personal- und Projektmanagement, Finanzkontrolle, Vereinsrecht, EDV-Netzwerke, Zertifikatslehrgang „Qualitätsmanagement in der Gesundheitsförderung“.



Mag. Philipp Thummer

Studium der Betriebswirtschaft mit den Schwerpunkten Personal und Controlling. Zehn Jahre Berufserfahrung im internationalen Projektmanagement im Gesundheitswesen. Seit 2004 stellvertretender Geschäftsführer des „avomed“ mit den Schwerpunkten Projektmanagement, Personal und Öffentlichkeitsarbeit. Qualitätslehrgang Gesundheitsförderung „train the trainer“ im Setting Schule des Fonds Gesundes Österreich.

avomed – Arbeitskreis für Vorsorgemedizin und
Gesundheitsförderung in Tirol
6020 Innsbruck, Anichstraße 6
Tel.: 0512/58 60 63, Fax: 0512/58 30 23, E-Mail: avomed@avomed.at

Regionaler Projektkoordinator Vorarlberg



Dipl. Sportwissenschaftler Stephan Schirmer, MPH

Studium der Sportwissenschaften in München. Mehrjährige Tätigkeit in Deutschland im Bereich Rehabilitation und Prävention. 10 Jahre verantwortlich für die Bewegungsfachstelle der aks gesundheit GmbH mit den Schwerpunkten Entwicklung und Management von Gesundheitsförderungs- und Präventionsprojekten. Seit 2015 Leitung des Geschäftsbereiches Gesundheitsbildung mit den Kernbereichen Gesundheitsförderung, Prävention und Wissenschaft.

aks gesundheit GmbH, 6900 Bregenz, Rheinstraße 61
Tel.: 05574/202, Fax: 05574/202-9
E-Mail: gesundheitsbildung@aks.or.at

Seminartermine 2019

Wien

Sozialkapital messen und vermehren – neue Zugänge zur Gestaltung gesellschaftlicher Kräfte > [19400102](#)
 Mi 30. – Do 31. Jänner 2019
 Angelika Hagen

Expert/innenwissen gut in die Praxis weitergeben > [19400106](#)
 Mi 20. – Do 21. Februar 2019
 Margit Bauer

Glück ist eine Entscheidung: Glück lehren und lernen > [19400101](#)
 Do 7. – Fr 8. März 2019
 Manuela Eitler-Sedlak

Spielerische Methoden in der Gruppenarbeit > [19400104](#)
 Mi 24. – Do 25. April 2019
 Margit Bauer

Gesundheitsfördernde Netzwerke > [19400105](#)
 Mi 22. – Do 23. Mai 2019
 Georg Zepke, Lorena Hoormann

Agiles Projektarbeiten – Erfolg durch maximale Partizipation > [19400103](#)
 Mi 26. – Do 27. Juni 2019
 Thomas Diller

Nicht nur nett, sondern ehrlich: authentische und transparente Kommunikation in der Gesundheitsförderung > [19410101](#)
 Mi 25. – Do 26. September 2019
 Klaus Vogelsänger

Gesundheit 4.0 – Gesundheitsförderung vor dem Hintergrund der aktuellen Entwicklungen > [19410103](#)
 Do 10. – Fr 11. Oktober 2019
 Christian Scharinger

Jenseits von Entweder – oder: Paradoxien erfolgreich managen > [19410104](#)
 Do 14. – Fr 15. November 2019
 Ursula Trummer, Sonja Novak-Zezula

Frauen im Fokus: maßgeschneiderte Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt > [19410102](#)
 Di 3. – Mi 4. Dezember 2019
 Birgit Pichler, Karin Korn, Irene Kloimüller

Niederösterreich

Professionelle Rollengestaltung in der Gesundheitsförderung - zwischen Empathie, Kontakt und Abgrenzung > [19200101](#)
 Mi 27. – Do 28. März 2019
 Georg Zepke

Stark wie ein Tiger – potenzialorientiertes Arbeiten mit Kindern und Jugendlichen in Gruppen > [19200102](#)
 Mi 24. – Do 25. April 2019
 Daniel Gajdusek-Schuster

Konstruktiver Umgang mit Konflikten: Konflikte bei der Durchführung von Gesundheitsförderungsprojekten erkennen und lösen > [19200103](#)
 Mo 6. – Di 7. Mai 2019
 Georg Zepke

IN TIME: Arbeitsorganisation & Zeitmanagement in der Gesundheitsförderung oder wie die eigene Arbeitsorganisation gelingt > [19200104](#)
 Di 22. – Mi 23. Mai 2019
 Brigitte Lube

Stimm-, Sprech- & Präsentationstechniken > [19200105](#)
 Mi 26. – Do 27. Juni 2019
 Michael Weger

Mit den Zielen der Betroffenen arbeiten: Gesundheitsförderung durch den lösungsfokussierten Ansatz > [19210101](#)
 Di 17. – Mi 18. September 2019
 Ursula Breitenfelder

Mindful@work – Förderung mentaler Gesundheit durch Achtsamkeitstraining > [19210102](#)
 Mi 25. – Do 26. September 2019
 Sabine Schuster

„Was gibt’s zu Mittag?“ – gut kochen für betagte Personen

> 19210103

Di 15. – Mi 16. Oktober 2019

Rosemarie Zehetgruber

Feedback mit System: das Vitamin C für eine reibungslose (Projekt-)Kommunikation

> 19210104

Mi 16. – Do 17. Oktober 2019

Brigitte Lube

Vom Motivationstief zum Sonnenhoch - Selbstmotivation für Gesundheitsförder/innen und Mitarbeiter/innen in Flüchtlingsprojekten mit dem Zürcher Ressourcen Modell®

> 19210105

Mo 21. – Di 22. Oktober 2019

Ulrike Gmachi-Fischer

Burgenland

Partizipative Prozesse durch zielgruppengerechte Kommunikation fördern > 19900101

Di 12. – Mi 13. März 2019

Manfred Edelbauer

Creationslaboratorium: mit Visual Tools

Gruppen kreativ moderieren > 19900102

Mo 25. – Di 26. März 2019

Margit Bauer, Monika Bauer

Perfektion Projektmanagement – organisiert planen und erfolgreich umsetzen

> 19900103

Mi 24. – Do 25. April 2019

Manfred Edelbauer

Gesund sein, gesund werden, gesund bleiben: wie der Geist den Körper stärken kann

> 19900104

Di 14. – Mi 15. Mai 2019

Judith delle Grazie

Wie am Schnürchen – implizite Kommunikation in (Notfall-)Teams stärken

> 19900105

Di 28. – Mi 29. Mai 2019

Ulrike Gmachi-Fischer

Grundbegriffe und Qualitätskriterien der Gesundheitsförderung: andersrum in Ressourcen denken und handeln

> 19900106

Di 18. – Mi 19. Juni 2019

Margit Bauer

In Time - Arbeitsorganisation & Zeitmanagement in der Gesundheitsförderung oder wie die eigene Arbeitsorganisation gelingt

> 19910101

Mi 3. – Do 4. Juli 2019

Brigitte Lube

Ressourcen aktivieren mit dem Zürcher Ressourcen Modell® > 19910102

Di 10. – Mi 11. September 2019

Ulrike Gmachi-Fischer

Berufliche Herausforderungen leichter meistern

> 19910103

Di 1. – Mi 2. Oktober 2019

Judith delle Grazie

Feedback mit System – das Vitamin C für eine reibungslose Projektkommunikation > 19910104

Mi 4. – Do 5. Dezember 2019

Brigitte Lube

Steiermark

Teams gesund führen (Teil 2) > 19700101

Di 26. – Mi 27. Februar 2019

Gerald Höller

Gesundheitsinformationen leicht

verständlich aufbereiten > 19700103

Mo 13. – Di 14. Mai 2019

Sonja Giersberg

Rechtlicher Rahmen für Gesundheitsprojekte im

Bewegungs- und Freizeitbereich > 19700104

Do 16. Mai und Do 23. Mai 2019

Wolfgang Stock

Meine Rolle? Mein System? Mein Konflikt?

> 19700105

Di 21. – Mi 22. Mai 2019

Andreas Kebler

Mobilität fördern in Pflegeeinrichtungen für ältere Menschen

Zielgruppe: Hausleitungen

> 19700106

Mi 22. Mai 2019

Julia Unger, Christine Neuhold

Mobilität fördern in Pflegeeinrichtungen für ältere Menschen

Zielgruppe: Pflegedienstleitungen

> 19700107

Do 23. Mai 2019

Julia Unger, Christine Neuhold

Die 4 Sprachen des Körpers: Typ, Bewegung, Stimme, Sprechen

> 19710101

Mi 18. – Do 19. September 2019

Michael Weger

Einfluss der Digitalisierung auf mich und mein Arbeitsumfeld > 19710102

Do 3. – Fr 4. Oktober 2019

Lukas Wagner

Community Organizing als Methode in der Gesundheitsförderung

> 19710103

Mi 9. – Do 10. Oktober 2019

Alima Matko, Kathrin Manninger

Veranstaltungen professionell organisieren > 19710104

Mi 16. – Do 17. Oktober 2019

Alexandra Aglas

Architektur & Gesundheit: die gesundheitsförderliche Wirkung von Innen- und Außenräumen

> 19710105

Mo 11. – Di 12. November 2019

Christina Kelz-Flitsch

Oberösterreich

Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen am Arbeitsplatz > 19100102

Mi 16. Jänner und Mi 13. Februar 2019

Manfred Edelbauer

Partizipation aktiv gestalten – Beteiligung schafft Motivation > 19100101

Di 29. – Mi 30. Jänner 2019

Manfred Edelbauer

Die Kunst der fördernden Begegnung - Atmosphäre gestalten und positiv wirken > 19100103

Di 5. – Mi 6. März 2019

Ursula Zidek-Etzlstorfer

Überzeugend präsentieren mit Visual Tools > 19100104

Mi 13. – Do 14. März 2019

Margit G. Bauer

Gesundheitsförderung und Partizipation im digitalen Wandel > 19100105

Di 9. – Mi 10. April 2019

Horst Küblböck-Lausegger

Gesundheit und Pubertät > 19100107

Di 14. – Mi 15. Mai 2019

Birgitta Klammer-Barabasch

Atem – Stimme – Persönlichkeit > 19110101

Di 2. – Mi 3. Juli 2019

Daniela Strolz-Holzer

Wer versteht schon Jugendliche? – Teilhabe von Jugendlichen fördern – Projekte gemeinsam erfolgreich umsetzen

> 19110102

Di 3. – Mi 4. September 2019

Birgitta Klammer-Barabasch

Konflikte erfolgreich managen > 19110103

Di 24. – Mi 25. September 2019

Manfred Edelbauer

Gruppen kreativ moderieren > 19110105

Di 12. – Mi 13. November 2019

Margit G. Bauer

Salzburg

Wenn die Erschöpfung übermächtig wird:
Burn-out verstehen, vorbeugen, erkennen, bearbeiten
> 19800101
Do 11. – Fr 12. April 2019
Ortrud Gräf

Sicher präsentieren und souverän vortragen:
mit Präsentationstechniken und rhetorischen
Fähigkeiten zu mehr Erfolg > 19800102
Do 9. – Fr 10. Mai 2019
Andrea Magnus

Musik und Rhythmus: Energie zur Förderung des
gemeinsamen Lernens > 19800105
Do 16. – Fr 17. Mai 2019
Andy Icochea Icochea

Gesundheitsinformationen
kritisch beurteilen und aufbereiten > 19800103
Mo 20. – Di 21. Mai 2019
Bettina Berger

Dynamic Facilitation: Gruppen zu kreativen
Lösungen verhelfen > 19800104
Do 13. – Fr 14. Juni 2019
Thomas Diller

Frauen im Fokus: maßgeschneiderte Gesundheitsför-
derung in der Arbeitswelt > 19800106
Mo 17. – Di 18. Juni 2019
Birgit Pichler, Karin Korn

Konflikte besser bewältigen - unter Einbeziehung
von Rosenbergs Modell der Gewaltfreien
Kommunikation > 19810102
Do 26. – Fr 27. September 2019
Michael Schallaböck

Gesundheitsfördernde Verhaltensveränderungen
dauerhaft unterstützen mit dem Zürcher Ressourcen
Modell® > 19810103
Do 10. – Fr 11. Oktober 2019
Kristina Sommerauer

Verhandeln und Entscheiden
> 19810101
Do 17. – Fr 18. Oktober 2019
Josef Wimmer

Zielgruppengerechte und aufsuchende
Beteiligungsmethoden > 19810104
Do 7. – Fr 8. November 2019
Sarah Untner

Tirol

Gesunde Jause im Kindergarten und in der Schule
> 19300101
Di 12. – Mi 13. März 2019
Marie Hanser, Martina Santer

Selbstmanagement nach dem Zürcher Ressourcen
Modell > 19300102
Di 2. – Mi 3. April 2019
Bettina Bachschwöll

Grundlagen der Rhetorik > 19300103
Di 16. – Mi 17. April 2019
Gerhard Sexl

Beziehungsbildung: wie Kommunikation – nicht nur
mit Jugendlichen – gelingt > 19300104
Di 14. – Mi 15. Mai 2019
Gerald Koller

Positiver Umgang mit Stress > 19300105
Di 25. – Mi 26. Juni 2019
Ulli Krenn

Authentizität – nicht nur nett, sondern ehrlich
> 19310101
Mo 23. – Di 24. September 2019
Klaus Vogelsänger

„Ihr Auftritt, bitte!“ – wirksam vortragen und
lebendig Gruppen leiten > 19310102
Di 8. – Mi 9. Oktober 2019
Josef Wimmer

Kreative Methoden in der Ideenfindung >
19310103
Di 15. – Mi 16. Oktober 2019
Margit Bauer

Bewegen bewegt Grundsätzliches: die Schatzkiste
der Psychomotorik für optimales Lehren – Psy-
chomotorik als Grundlage für Pädagog/innen >
19310104

Fr 15. – Sa 16. November 2019

Ralph Wakolbinger

Von der Idee zum Projekt: das Handwerkszeug zur
Projektentwicklung > 19310105

Di 19. – Mi 20. November 2019

Thomas Diller

Vorarlberg

Embodiment – die Wechselwirkung von Körper und
Psyche erkennen und für Selbstmanagement und
Kommunikationsprozesse nutzen > 19600101

Do 21. – Fr 22. März 2019

Caroline Theiss Wolfsberger

„Gesundheit ist wie das Salz: Man bemerkt nur,
wenn es fehlt“ oder Storytelling in der
Gesundheitsförderung > 19600102

Do 28. – Fr 29. März 2019

Manuela Steger

Empowerment-Tools für die Resilienzförderung bei
Kindern und Jugendlichen > 19600103

Do 4. – Fr 5. April 2019

Ulla Catarina Lichter

Sich schlau machen in Gesundheitsfragen – gute
Gesundheitsinformationen finden, beurteilen und
benutzen > 19600104

Do 16. – Fr 17. Mai 2019

David Klemperer

Gesundheit und Biografie – nachhaltig Lernen durch
Biografieorientierung > 19600106

Do 13. – Fr 14. Juni 2019

Hubert Klingenberg

Gesundheitsinformationen, die ankommen
> 19610105

Do 12. – Fr 13. September 2019

Andrea Niemann

Gesundheit fängt mit guter Ernährung an
> 19610101

Do 26. – Fr 27. September 2019

Gabriele Schilling

Fokusgruppen in der Gesundheitsförderung
> 19610102

Do 10. – Fr 11. Oktober 2019

Isabella Kaupa

Konfliktmanagement

> 19610103

Di 22. – Mi 23. Oktober 2019

Gerald Höller

Gesundheit beobachten – Gesundheitsmonitoring
als Grundlage für zielgerichtete und datengestützte
Entscheidungen > 19610104

Do 14. – Fr 15. November 2019

Robert Griebler

Embodiment – die Wechselwirkung von Körper und Psyche erkennen und für Selbstmanagement und Kommunikationsprozesse nutzen > 19600101

Körper und Psyche stehen in einer ständigen Wechselwirkung. Bewegungen, Körperspannung, Atmung und Haltung beeinflussen unablässig unser Denken, Fühlen und Handeln, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht. Das Wissen um diese wechselseitige Beeinflussung lässt sich auf einfache Art für das eigene Selbstmanagement und für die Arbeit mit Klienten nutzen.

Über den Körper kann eine unerwünschte psychische Verfassung verlassen oder eine erwünschte Haltung erzeugt werden. Diese Selbststeuerung ist auch für gelingende Kommunikation unerlässlich.

Ziel:

- Sie erweitern Ihre Kompetenz im Bereich Embodiment und erfassen die Wichtigkeit des Körpers in Kommunikationsprozessen.
- Sie erlernen Techniken, mit denen es gelingt, gezielt die eigene Selbstwahrnehmung und die des Gegenübers zu fördern.
- Sie erkennen, wie Körpertechniken (Haltung, Atmung) mit Tools aus dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) kombiniert werden können, um gezielte Affektregulation zu erreichen.

Zielgruppe:

interessierte Fachpersonen und Laien, die sich eingehender mit diesem neuen Aspekt der Kommunikation befassen wollen

Methoden:

Die theoretischen Grundlagen dieses Fortbildungstages beruhen auf dem ZRM®, dem PSI® und dem Bewegungspelen®-Konzept (auf der Basis des Buches: „Bewegen Sie sich besser!“ von Theiss/Storch 2018).

Inhalte:

- **wissenschaftliche Grundlagen und Erkenntnisse aus der Embodiment-Forschung, verbunden mit einfachen Übungen, die diese Wechselwirkung erspüren lassen**
- **Theorie der Embodied Communication: die Wichtigkeit des Körpers und der nonverbalen Kommunikation, vor allem in schwierigen Gesprächssituationen, denn Unsicherheit oder Anspannung werden vom Gegenüber wahrgenommen**
- **Verbesserung der eigenen Selbstwahrnehmung**
- **Erkennen der eigenen Haltungs- und Bewegungsmuster**
- **Erlernen einfacher praxisbezogener Übungen zur Verbesserung der Selbstwahrnehmung und Selbstregulation**
- **Einbettung der Theorie von Embodiment und Embodied Communication in die Konzepte des ZRM® und der Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI®)**

Referentin/Trainerin:
Caroline Theiss Wolfsberger

Termin: Do 21. – Fr 22. März 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 28. Februar 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

„Gesundheit ist wie das Salz: Man bemerkt nur, wenn es fehlt“ oder Storytelling in der Gesundheitsförderung > 19600102



Über Jahrtausende war Erzählen weltweit das Medium für die Weitergabe von Wissen über viele Generationen hinweg. Gerade in der heutigen Zeit der elektronischen Medien wird Storytelling neu entdeckt und sowohl als Erzählkunst wie auch in der Bildung, im Wissensmanagement oder z. B. als Methode in interkulturellen und integrativen Bereichen verwendet. Die Teilnehmer/innen entwickeln und stärken ihre eigenen Fähigkeiten, Storytelling in der Arbeit mit Projekten/Gruppen kreativ einzusetzen. Geschichten rund um einen konkreten Inhalt oder um wesentliche Fragen zu finden, zu kreieren und gemeinsam zu gestalten, ist ein kreativer und ressourcenorientierter Ansatz, der sich für unterschiedlichste Konstellationen eignet. Interesse an wichtigen Inhalten kann geweckt, vorhandenes Wissen auf spielerische Weise sichtbar gemacht und ergänzendes Know-how angeboten werden. Botschaften mittels Storytelling zu vermitteln, heißt v. a. die Kernaussagen herauszufiltern, mit adäquaten Emotionen zu verbinden und der Zielgruppe entsprechend aufzubereiten. Sie lernen, Techniken aus dem Storytelling zur Bearbeitung von relevanten Themen zielführend einzusetzen. Die Weiterentwicklung der persönlichen Fertigkeiten wird durch den starken Fokus auf praktisches Tun, Feedback und Reflexion gefördert.

Ziel:

- theoretisches Basiswissen zum Thema „Storytelling in der Bildung“ vermitteln
- praktische Anwendungen und kreative Ansätze von Erzählen und Zuhören kennenlernen und erproben
- Umsetzungsmöglichkeiten im eigenen Arbeitsfeld entdecken und entwickeln
- gemeinsam kreative Zugänge zu gesundheitsrelevanten Inhalten fördern

Inhalte:

Wozu Storytelling und wie kann ich durch Storytelling etwas bewirken? Wie kann ich über Geschichtenerzählen das neue Gesundheitsförderungsprojekt gut präsentieren? Wie kann ich durch diese Methode Veränderungsprozesse anstoßen? Wie kann ich im Team das Projekt vorantreiben?

Methoden:

- Einzel- und Gruppenarbeit
- Vortrag und Fachinput
- auflockernde und spielerische Übungen
- Körperkommunikation und Atemtechniken
- Visualisierungs- und Erinnerungsübungen
- themenspezifische Geschichten (er-)finden
- Reflexion und Dialog im Plenum

Referentin/Trainerin:
Manuela Steger

Termin: Do 28. – Fr 29. März 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 7. März 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>



Empowerment-Tools für die Resilienzförderung bei Kindern und Jugendlichen > 19600103

Warum gehen manche Menschen oder Familien gestärkt aus einer Krise hervor und warum zerbrechen andere an ihren Schicksalsschlägen? Spannende Antworten hierzu bietet die Resilienzforschung. Sie untersucht, wieso es einigen Menschen gelingt, mit extremen Belastungen in angemessener Weise umzugehen und dabei psychisch wie auch physisch gesund zu bleiben.

Ziel:

Das Seminar gibt den Teilnehmer/innen eine fundierte Einführung in das ressourcen- und lösungsorientierte Resilienzkonzept nach dem Bambus-Prinzip® mit Augenmerk darauf, wie man Kinder unterstützen kann, sodass sie zu resilienten und starken Persönlichkeiten heranwachsen: Sie können Ängste überwinden und an Selbstwirksamkeit gewinnen, an Entwicklungskrisen und Herausforderungen wachsen und ihr einzigartiges Potenzial ihrem Wesen nach entfalten.

Zielgruppe:

Menschen, die mit Kindern, Jugendlichen und Familien arbeiten; Lehrpersonen und Kindergartenpädagog/innen

Methoden:

- Trainerinnen-Input mit Schwerpunkt erlebnisorientiertes Lernen
- stärke-, bedürfnis- und lösungsorientierte Selbstreflexion, zu zweit und in der Gruppe
- Resilienz-Zirkel-Training®, Impact-Techniken, Empowerment-Übungen aus dem Kinder- und Jugendcoaching, dem Embodiment-, Mental- und Achtsamkeitstraining, BiLa®-Coaching, Trancearbeit und agile Tools aus der Improvisation

Inhalte:

- **Einführung in die Lern- und Kompetenzfelder des Resilienz-Zirkeltrainings nach dem Bambus-Prinzip®**
- **meine Rolle als Lehrperson bzw. Pädagog/in in der Resilienzförderung**
- **Stärkung der eigenen Resilienz**
- **Glückliche Kinder lernen besser: die neuesten Kenntnisse aus der Embodiment-, Hirn- und Glücksforschung**
- **praktische Empowerment-Übungen aus dem Kinder- und Jugendcoaching zur Ressourcenaktivierung, Stärkung des Selbstwertgefühls, Überwindung von Ängsten, Denkblockaden und akutem Stress**
- **Zeigen statt reden: mit Impact-Techniken Neugierde fördern, für Aha-Erlebnisse sorgen und resilienzfördernde Prozesse anregen**
- **Resilienzförderung in der Gruppe/Klasse**

Referentin/Trainerin:
Ulla Catarina Lichter

Termin: Do 4. – Fr 5. April 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 14. März 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Sich schlau machen in Gesundheitsfragen – gute Gesundheitsinformationen finden, beurteilen und benutzen > 19600104



Das Seminar hat zum Ziel, Kompetenzen und Skills zur Beurteilung und Nutzung von Gesundheitsinformationen zu entwickeln und zu stärken. Dafür sollen die erforderlichen Grundbegriffe und Konzepte gemeinsam anhand von Beispielen und Szenarien aus der Praxis in unterschiedlichen Arbeitsformen erarbeitet und geklärt werden.

Ziel:

Sich schlau machen in Gesundheitsfragen – Gute Gesundheitsinformationen finden, beurteilen und benutzen.

Zielgruppen:

- im Bereich Gesundheitskompetenz und Gesundheitsbildung Tätige
- Fachpersonen im Gesundheits- und Sozialbereich

Methoden:

- Lehrvideos, Vortrag, Gruppenarbeit, Gruppendiskussion

Zur Vorbereitung empfohlen:

- David Klemperer. Lehrbuch Sozialmedizin – Public Health – Gesundheitswissenschaften, 3. Auflage, Hogrefe 2015, www.sozmad.de
- Deutsches Netzwerk Evidenzbasierte Medizin. Gute Praxis Gesundheitsinformation 2.0, 2016, <https://tinyurl.com/yc5y3m hv>
- Lühnen et al. Leitlinie evidenzbasierte Gesundheitsinformation Vs. 1.0, 2017, <https://tinyurl.com/ycc2e865>

Unterrichtsvideos werden rechtzeitig zur Verfügung gestellt (Frage: Verfügen Sie über eine Plattform, auf die ich Videos hochladen kann?)

Inhalte:

- **Qualität von Gesundheitsinformationen im Zeitalter alternativer Fakten**
- **was wir unter Gesundheit und Krankheit verstehen**
- **(kritische) Gesundheitskompetenz**
- **wie wir Wissen in Gesundheitsfragen im Alltag gewinnen – „schnelles und langsames Denken“**
- **wie die Wissenschaft Wissen in Gesundheitsfragen gewinnt – der Charme der PICO-Frage**
- **wie unsere Wahrnehmung und Urteilsfähigkeit durch (Eigen-)Interessen beeinflusst wird**
- **informiert und selbstbestimmt entscheiden in Gesundheitsfragen – partizipative Entscheidungsfindung/Shared Decision Making**

Referent/Trainer:
David Klemperer

Termin: Do 16. – Fr 17. Mai 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 25. April 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Gesundheit und Biografie – nachhaltig Lernen durch Biografieorientierung > 19600106

Ob Ernährungskurse, Rückentraining oder Angebote zur Förderung der Achtsamkeit - in diesen und anderen Angeboten der Gesundheitsförderung macht es Sinn und erhöht es die Nachhaltigkeit, an den Biografien der Teilnehmer/innen anzusetzen. Die Teilnehmenden können so das Gelernte besser mit dem eigenen Leben verbinden und der Transfer in die Alltagspraxis wird auf diese Weise wahrscheinlicher. Zudem ist unser aktuelles Gesundheitsverhalten biografisch entstanden – die Gewordenheit des eigenen Gesundheitsverständnisses und -verhaltens ist wichtig, wenn diese verändert werden sollen.

Ziel:

- Sie kennen grundlegende Begriffe und Themenfelder der Biografiearbeit.
- Sie sind sich der ermutigenden und stärkenden Wirkung eines ressourcenorientierten biografischen Blickes bewusst.
- Sie verfügen über methodische Impulse zur Biografiearbeit, die Sie in Ihre Angebote der Gesundheitsbildung integrieren können.

Inhalte:

- **Klärung „Biografie“ und „Biografiearbeit“**
- **Teilaspekte der Biografie, die für die Gesundheitsförderung relevant sind**
- **biografische Entwicklung unseres Verständnisses von Gesundheit und Krankheit**
- **Ressourcenorientierung als Prinzip der Biografiearbeit** Methoden, Methoden, Methoden

Methoden:

Impulse, Inputs, Selbstreflexionen, Übungen, Gruppengespräche

Referent/Trainer:
Hubert Klingenberger

Termin: Do 13. – Fr 14. Juni 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 23. Mai 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Gesundheitsinformationen, die ankommen – Leicht verständliche Texte für gute Gesundheitsinformationen erstellen

> 19610105



„Einfache Sprache“, „zielgruppenorientierte Aufbereitung“, „Partizipation“ – das sind einige der vielen Schlagworte, die fallen, wenn einfache gute Gesundheitsinformationen umgesetzt werden sollen. Es ist daher gar nicht so leicht, diese fachgerecht aufzubereiten.

In diesem Workshop erstellen Sie anhand eines (eigenen) Praxisbeispiels Ihre Anleitung, wie Sie gute Gesundheitsinformationen umsetzen. Sie lernen, wie Sie komplexe Zusammenhänge einfach darstellen/formulieren. Sie erfahren mehr über den Wert der Aufbereitung der Evidenz, über die notwendige Recherche der Zielgruppenbedürfnisse, warum Partizipation so wichtig ist und welche einfachen Darstellungen von Gesundheitsinformationen funktionieren.

Aufgrund dieser Basis erstellen Sie eigene Gesundheitsinformationen, die Sie in Ihrer persönlichen Praxis umsetzen können.

Ziel:

Anhand von (eigenen) Praxisbeispielen erstellen Sie Schritt für Schritt leicht verständliche Texte/Grafiken nach den Kriterien der Guten Gesundheitsinformation Österreich.

Inhalte:

- Was sind gute Gesundheitsinformationen?
- Welche Kriterien gibt es?
- Wie setze ich gute Gesundheitsinformationen um?
- Best-practice-Beispiele

Praxisübungen

- Vorarbeiten und Recherche – wissenschaftliche Grundlagen
- die Zielgruppe und ihre Bedürfnisse – Partizipation
- die Wahl der Medien – zur richtigen Zeit am richtigen Ort
- die „richtige Sprache“ finden – Darstellung von Gesundheitsinformationen
- Glaubwürdigkeit und Transparenz

Methoden:

Kleingruppenarbeit, Einzelarbeit, Reflexion und Input. Ergebnissicherung für die Praxis

Sie haben die Möglichkeit, an Ihren persönlichen Praxisbeispielen zu arbeiten.

Referentin/Trainerin:
Andrea Niemann

Termin: Do 12. – Fr 13. September 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 22. August 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>



Gesundheit fängt mit guter Ernährung an > 19610101

Eine Grundvoraussetzung für gutes Wachsen und Gedeihen von Kindern ist eine bedarfsgerechte und gute Ernährung. Das Essverhalten ist nicht angeboren, sondern wird im Laufe der Zeit durch den täglichen Umgang mit Nahrung erworben. Kinder interessieren sich sehr für alles, was mit ihrem Körper zu tun hat. Die Lebensmittel zu erforschen, sich an neue Speisen heranzuwagen und individuelle Vorlieben benennen zu können, sind wichtige Schritte in der Entwicklung. Sowohl zu Hause als auch in der Tageseinrichtung haben wir viele Möglichkeiten, den Kindern einen vernünftigen Umgang mit dem Essen nahezubringen und damit den Grundstein für die Entwicklung eines guten Essverhaltens zu legen.

Ziel:

Sielernen die Vorzüge und möglichen Nachteile verschiedener Kostformen für Kinder kennen. Kinder beim Essenlernen sicher zu begleiten ist leichter, wenn man die Lust und den Verdross, den manche Speisen verursachen, nachvollziehen kann. Aber nicht nur die Speisen selber, sondern auch die Essumgebung hilft, das Lernen zu unterstützen. Essenlernen ist kein Projekt, sondern eine Alltagsaufgabe. Dazu gehören die Gestaltung der Jause, das Mahlzeitenangebot in der Tageseinrichtung und eine gute Kommunikation und Abstimmung mit den Eltern.

Durch die Reflexion des eigenen Essverhaltens soll die persönliche Erfahrung mit dem pädagogischen Ansatz in Beziehung gesetzt werden.

Zielgruppe:

Pädagogen und Pädagoginnen der Kinderbetreuung für Kinder ab 1 Jahr

Methoden:

Es erwartet Sie ein abwechslungsreicher Mix aus Impulsvorträgen, Partnerarbeit, Sensorikübungen und Erfahrungsaustausch, um neue Ideen und praktische Tipps für die konkrete Gestaltung der Esssituation in Ihrer Einrichtung zu gewinnen.

Referentin/Trainerin:
Gabriele Schilling

Termin: Do 26. – Fr 27. September 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 5. September 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Fokusgruppen in der Gesundheitsförderung

> 19610102

Ein zentrales Element in der Gesundheitsförderung ist das Prinzip der Partizipation, das Einbeziehen der jeweiligen Zielgruppen in die Planung und Umsetzung von Gesundheitsförderungsprojekten. Dazu braucht es Methoden, die den Betroffenen die Möglichkeit und den Raum geben, ihre eigenen Erfahrungen und Bedürfnisse zu artikulieren.

Fokusgruppen sind (neben moderierten Gesundheitszirkeln) eine Methode, die sehr gut geeignet ist, die Sichtweisen von Betroffenen – oder auch Expert/innen – zu einem ganz bestimmten Thema (Fokus) abzuholen. Einsetzbar ist sie in allen Phasen von Gesundheitsförderungsprojekten – z. B. zur Bedarfsanalyse, zum Testen von Projektkonzepten oder zur Überprüfung von Akzeptanz oder Wirkung einer Maßnahme.

Ziel:

Ziel des Seminars ist es, die Methode Fokusgruppe und ihre praktische Anwendung kennenzulernen. Nach dem Seminar haben die Teilnehmer/innen einen Überblick über die Einsatzmöglichkeiten von Fokusgruppen in wichtigen Settings der Gesundheitsförderung wie Betrieb, Schule, Kindergarten oder Region und haben die Umsetzung einer Fokusgruppe – von der Konzeption über Durchführung und Moderation bis hin zu Auswertung und Ergebnisdarstellung – praktisch trainiert und reflektiert.

Inhalte:

- **Begriffsklärung, Entstehungsgeschichte und Weiterentwicklung der Methode**
- **diverse Einsatzmöglichkeiten in der Gesundheitsförderung**
- **Fokusgruppen in der Projektarchitektur der Gesundheitsförderung**
- **Planung und Designerstellung von Fokusgruppen**
- **Moderation: praktisches Training zur Anwendung von Fokusgruppen**
- **Dokumentation, Auswertung und Ergebnisdarstellung**

Methoden:

Methodisch baut das Seminar auf einem Mix aus Theorie-Input, praktischen Übungen und Reflexion auf. Es werden Fallbeispiele der Trainerin zur Verfügung gestellt, es besteht aber auch die Möglichkeit, eigene Fallbeispiele aus der Praxis einzubringen. Je nach Arbeitsschritt wird zwischen Plenum, Kleingruppen und paarweiser Arbeit gewechselt.

Referentin/Trainerin:
Isabella Kaupa

Termin: Do 10. – Fr 11. Oktober 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 19. September 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Konfliktmanagement

> 19610103

Grundsätzlich schaffen wir über Sprache die Verbindung zu anderen Menschen. Wir unterscheiden dabei Worte, die trennen von Worten, die Verbindung schaffen. Häufig sind wir auch in der Gesundheitsförderung in der Situation, Konflikte lösen oder bei Kolleg/innen unser Unbehagen ansprechen zu müssen. Hier passieren viele Verletzungen. Gleichzeitig wollen wir in schwierigen Situationen im Team oder in der Begleitung von Klient/innen professionell agieren.

Ziel:

Dieses Seminar in Anlehnung an Rosenbergs Gewaltfreie Kommunikation geht in Theorie und Praxis auf schwierige Situationen ein und bietet Werkzeuge zur Anwendung. Die Gewaltfreie Kommunikation geht von der Gleichwertigkeit aller Menschen aus. Aufrichtigkeit und Annahme machen eine respektvolle Art des Umgangs miteinander möglich. Der Fokus liegt dabei auf den Bedürfnissen, die alle Menschen gemeinsam haben. Ein Sprachgebrauch, der zu Ablehnung und Abwertung führt, wird vermieden. Wir werden zu einem Sprachgebrauch angeregt, der Wohlwollen uns selbst und anderen gegenüber verstärkt und das friedliche Lösen von Konflikten in uns und mit anderen erleichtert.

Zielgruppe:

- im Bereich Gesundheitskompetenz und Gesundheitsbildung Tätige
- Fachpersonen im Gesundheits- und Sozialbereich

Inhalte:

- **Vertiefung Konfliktmanagement und Gewaltfreie Kommunikation**
- **Wie sag' ich es meinem/r Partner/in, Kolleg/in, Klient/in ...? – Kritik, innere Konflikte ehrlich und wirksam ansprechen**
- **von Kommunikationssperren, die trennen und Empathie, die verbindet; Selbstempathie in Theorie und Praxis**
- **Vernetzung der Teilnehmer/innen**
- **Training, Reflexion und Austausch im Forum und in der Kleingruppe**

Methoden:

Gruppen-, Kleingruppen- und Partnerarbeit
Theoretische Informationen werden kompakt vermittelt und von den Teilnehmer/innen unmittelbar durch praktische Übungen vertieft. Eine Atmosphäre der gegenseitigen Wertschätzung ermöglicht das Verknüpfen eigener Erfahrungen mit neuen Erkenntnissen sowie den Erfahrungsaustausch mit anderen Teilnehmer/innen.

Referent/Trainer:

Gerald Höller

Termin: Di 22. – Mi 23. Oktober 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Junker-Jonas Schlössle,
Am Bach 10, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 1. Oktober 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Gesundheit beobachten – Gesundheitsmonitoring als Grundlage für zielgerichtete und datengestützte Entscheidungen > 19610104

Dem Public Health Action Cycle folgend, sollen sowohl Strategien als auch Maßnahmen im Gesundheitsförderungsbereich (aber auch in anderen Bereichen) auf Basis von umfassenden Situationsanalysen entwickelt und – im Sinne eines Monitorings – hinsichtlich ihres Veränderungspotenzials beobachtet werden. Diese Aufgabenbereiche werden unter den Begriffen Gesundheitsberichterstattung bzw. -monitoring zusammengefasst und liefern Grundlagen für zielgerichtete und datengestützte Entscheidungen.

Gesundheitsberichterstattungsanalysen analysieren Daten auf unterschiedlichen Ebenen, beschreiben gesundheitliche Entwicklungen, machen Zusammenhänge sichtbar und zeigen relevante Handlungsfelder auf. An gesellschaftlichen Rahmenbedingungen orientiert liefert sie Informationen über die Bedeutung unterschiedlicher Lebensbereiche für Gesundheit. Dadurch werden Verständnis und Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Gesellschafts- und Politikbereichen für mehr Gesundheit gefördert (Health in All Policies).

Ziel:

Die Teilnehmer/innen des Seminars sollen ein grundsätzliches Verständnis für Gesundheitsmonitoring entwickeln und dessen Bedeutung für Entscheidungen einschätzen können sowie über mögliche Anwendungsmöglichkeiten im eigenen beruflichen Kontext nachdenken.

Inhalte:

- **Gesundheitsmonitoring, warum?**
- **Rahmenmodell zur Beobachtung der Bevölkerungsgesundheit als Ausgangspunkt für ein umfassendes Gesundheitsmonitoring**
- **Indikatoren – wie auswählen?**
- **Datengrundlagen nutzen oder Daten erheben?**
- **Berichten, aber wie?**

Zielgruppe:

Mitarbeiter/innen in Sozialeinrichtungen, Jugendeinrichtungen, Gesundheitsbetrieben, Gemeinden, Schulen, Unternehmen und in der Landesverwaltung

Methoden:

Fachinput, Gruppenarbeit, Anschauungsbeispiele, Gruppendiskussionen ...

Referent/Trainer:
Robert Griebler

Termin: Do 14. – Fr 15. November 2019,
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Bildungshaus St. Arbogast,
Montfortstraße 88, 6840 Götzis

Teilnahmegebühr: 100 Euro
Anmeldung bis 24. Oktober 2019
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

In aller Kürze: Der Fonds Gesundes Österreich

Der Fonds Gesundes Österreich ist die nationale Kompetenz- und Förderstelle für Gesundheitsförderung. Ausgehend vom ganzheitlichen Gesundheitsverständnis der WHO, die Gesundheit als das Zusammenspiel von körperlichem, seelischem und sozialem Wohlbefinden definiert, setzt sich der Fonds Gesundes Österreich für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil und für gesunde Lebensverhältnisse ein: Vom Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) geförderte Projekte sind direkt in den Lebenswelten der Menschen verankert, in den Betrieben, auf Gemeindeebene, im schulischen und im außerschulischen Bereich etc. Die Arbeit des Fonds Gesundes Österreich ist geprägt durch **drei Leitthemen**: Psychosoziale Gesundheit, Gesundheitliche Chancengerechtigkeit, Gendergerechte Gesundheitsförderung und Diversität, und **fünf Programmlinien**: Gesundes Aufwachsen, Betriebliche Gesundheitsförderung, Kommunales Setting, Lebensqualität von Älteren und Gesunder Lebensstil.

Der Fonds Gesundes Österreich unterstützt innovative Konzepte und kofinanziert praxisorientierte Gesundheitsförderungsprojekte sowie Initiativen, die zu Strukturaufbau, Informationsaustausch und Weiterbildung im Bereich Gesundheitsförderung in Österreich beitragen. Mit dem vorliegenden „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm für Gesundheitsförderung“, den Lehrgängen im Bereich schulischer und betrieblicher Gesundheitsförderung sowie bei der jährlichen Gesundheitsförderungskonferenz wird allen interessierten Personen Gelegenheit zu qualitativem Dialog und Transfer von Know-how geboten. Informationen über den Fonds Gesundes Österreich finden Sie im Internet unter www.fgoe.org. Über Ziele und Förderrichtlinien informiert das aktuelle Arbeitsprogramm des Fonds Gesundes Österreich.

ACHTUNG: Ausschließlich per Online-Registrierung unter:
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Erstmalige Nutzer/innen registrieren sich bitte zuerst in der FGÖ-Kontaktdatenbank unter <https://kontaktbanken.fgoe.org> und geben dort ihre persönlichen sowie ggf. die Daten ihrer Organisation bzw. Firma an. Über das persönliche Benutzerkonto kann nun die Anmeldung zur Veranstaltung in der Weiterbildungsdatenbank erfolgen. Nach dem Seminar wird Ihnen umgehend die Rechnung für die Seminargebühr samt Zahlschein zugeschickt. Die Teilnehmer/innenanzahl ist beschränkt.

Kosten:

2-tägiges Seminar: 100 Euro

1-tägiges Seminar: 50 Euro

Die Seminare werden aus Mitteln des Geschäftsbereichs Fonds Gesundes Österreich der Gesundheit Österreich GmbH finanziell gefördert. Im Seminarpreis enthalten sind Seminarteilnahme, Seminarunterlagen und Pausenverpflegung. Nicht enthalten und direkt an das Seminarhotel zu bezahlen sind Nächtigung, Frühstück, Mittagessen, Abendessen, Parkgebühren sowie Getränke zum Mittag- und Abendessen.

Teilnahmekonditionen:

Wir bitten Sie, die im Seminarkalender angegebenen Anmeldefristen einzuhalten. Bei Rücktritt wird eine Stornogebühr in Höhe der Seminargebühr verrechnet. Es besteht die Möglichkeit, Ersatzteilnehmer/innen zu nennen.

Veranstaltungsverantwortung:

Fonds Gesundes Österreich,
ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH
Ing. Petra Gajar
E-Mail: petra.gajar@goeg.at
Tel.: 01 / 895 04 00-712
Fax: 01 / 895 04 00-720

Seminarprogramm für Betriebliche Gesundheitsförderung



Fonds Gesundes
Österreich



Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF) ist ein partizipativer Prozess, in dem Arbeitgeber/innen und Arbeitnehmer/innen gemeinsam daran arbeiten, dass betriebliche Abläufe und Strukturen analysiert und gegebenenfalls verändert werden.

Das Ziel dieses Fort- und Weiterbildungsprogrammes ist die Befähigung von innerbetrieblichen Verantwortungsträger/innen und Beschäftigten der Betriebe und Organisationen zur erfolgreichen, qualitätsvollen Planung und Umsetzung von BGF-Projekten.

Das Seminarprogramm erhalten Sie gratis beim Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH, Email: BGF-Know-How@goeg.at, Tel.: 01/ 895 04 00-722, Fax: 01/ 895 04 00-720 oder als Download auf <http://fgoeg.org/medien/fortbildungsangebote>

