

# Bildungsnetzwerk

Seminarprogramm Gesundheitsförderung 2020



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](mailto:fgoe@goeg.at)

[www.fgoe.org](http://www.fgoe.org)

[www.goeg.at](http://www.goeg.at)

Für den Inhalt verantwortlich: Ing. Petra Gajar

Redaktionelle Mitarbeit: Mag. Petra Winkler, Gabriele Ordo

Grafik: [pacomedia.at](http://pacomedia.at), 1160 Wien

Druck: Druckerei Odysseus, Himberg

34. Auflage, Dezember 2019

## Liebe Leserin! Lieber Leser!

Der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) bietet für alle in der Gesundheitsförderung tätigen Personen ein vielfältiges Fort- und Weiterbildungsangebot an: das „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm Gesundheitsförderung 2020“.

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.

Die Gesundheitsförderung in Österreich lebt von innovativen, nachhaltigen und gut umgesetzten Projekten. Es gilt aktuelle Entwicklungen, Strategien und Ziele zu berücksichtigen. Neue Themenfelder wie „Social Media Update“ oder „Dynamic Facilitation“ werden in den Seminaren genauso aufgegriffen wie „Resilienz“, „Gute Gesundheitsinformation“ oder „Agiles Projektmanagement“. Aber auch die bewährten Themen, die nach wie vor gebraucht werden, sind weiterhin im Programm: „Partizipation“, „Burnout/Stressprophylaxe“ oder „Konfliktmanagement“.

Dank der wertvollen Zusammenarbeit mit den Bildungsnetzwerkpartner/innen in den Bundesländern und dem anhaltenden Engagement der Koordinator/innen gelingt es uns, Ihnen attraktive Seminare mit hochqualifizierten Referent/innen anbieten zu können.

Wir hoffen, Sie finden in unserem Programm Anregungen für Ihre persönliche Weiterentwicklung, 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 2020

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 „Digitalisierung“, „Konfliktmanagement“ und „Agiles Entscheiden“. Darüber hinaus steht die Weiterentwicklung der persönlichen Fähigkeiten der Teamleiter/innen und -mitarbeiter/innen auf dem Programm, wie z. B. durch Seminare in der psychosozialen Gesundheit wie „Altersgerechtes Arbeiten“ oder „Resilienz“ sowie setting- und zielgruppenspezifische Seminare der Gesundheitsförderung. Eine genaue Auflistung der Themen mit Themenverzeichnis können Sie den Seiten 12 - 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 2020“ 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](http://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 8 - 11.

## 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 NÖ

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

## Regionale Projektkoordinatorin Burgenland

### Carina Ehrnhöfer

PROGES Teamkoordinatorin im Burgenland und Regionalmanagement im Projekt „Gesundes Dorf“. Seit 2014 Organisation und Koordination der Bildungsnetzwerkseminare im Burgenland für den Fonds Gesundes Österreich. Mehrjährige Tätigkeit im Projektmanagement; seit 2010 in der Gesundheitsförderung. Aktuell: Konzeptionierung, Aufbau und Organisation kommunaler Gesundheitsförderungsprojekte, Projektmanagement, Trainings- und Workshopleitungen, Studium Leadership und Management an der Donau Universität Krems.



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

## Regionale Projektkoordinatorin Steiermark

### Mag.<sup>a</sup> 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.<sup>a</sup> 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.<sup>a</sup> 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 der WU Wien mit Schwerpunkt Unternehmensführung, Personal und Organisation. Zusatzausbildungen in systemischer Beratung, Theaterpädagogik, Dialogprozessbegleitung, Arbeiten mit (Groß-)Gruppen, Qualitätsmanagement. Über 20-jährige Erfahrung in Aufbau und Führung von Social-Profit-Organisationen (AVOS, AMD Salzburg) sowie der Konzeption, der Umsetzung und des Controllings einer Vielzahl von Projekten in betrieblichen, regionalen und Bildungssettings. Lehrtätigkeit an der Universität Salzburg und FH Salzburg. Potenzialentwickler für Teams, Gemeinschaften und Projekte.

[www.thomasdiller.com](http://www.thomasdiller.com)

AMD Salzburg – Zentrum für gesundes Arbeiten  
5020 Salzburg, Elisabethstraße 2  
Tel.: 0680/12 14 701, E-Mail: [office@thomasdiller.com](mailto: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](mailto:avomed@avomed.at)

## Regionale Projektkoordinatoren 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.



### **Angelika Maria Concin, BA**

Studium der Bildungswissenschaften. Ausbildung zur diplomierten Lebens- und Sozialberaterin mit Schwerpunkt Sexualpädagogik, Gewaltprävention und Gendersensibilität in der GAMED Wien, Diplomlehrgang Case Management Innsbruck. Über 20-jährige Erfahrung im medizinischen Praxismanagement. Projektmanagement einer internationalen klinischen multizentrischen Studie. Ehrenamtliche Sachwalterschaft beim Institut für Sozialdienste Bregenz. Kongressmanagement der medizinischen aks Sommerschule Bregenz und des aks Gesundheitsforum Lingenau. Seit September 2016 Projektassistenz/ Gesundheitsbildung bei aks gesundheit GmbH.



aks gesundheit GmbH  
6900 Bregenz, Rheinstraße 61

Dipl. Sportwissenschaftler Stephan Schirmer, MPH  
Tel.: 05574/202, Fax: 05574/202-9  
E-Mail: [gesundheitsbildung@aks.or.at](mailto:gesundheitsbildung@aks.or.at)

Angelika Maria Concin, BA  
Tel: 05574 / 202-1078  
Mobil: 0664 / 802 83 658  
E-Mail: [angelika.concin@aks.or.at](mailto:angelika.concin@aks.or.at)

## Seminartermine 2020

### Wien

IHRE GESUNDE IDEE – Tipps und Konzepte für eine gute Nachbarschaft > 20400101  
Mi 29. – Do 30. Jänner 2020  
Christian Fessl

Vielfalt: Herausforderung und Chance  
> 20400102  
Mi 19. – Do 20. Februar 2020  
Birgit Mahrle-Haas

Mit Druck umgehen – Resilienz entwickeln  
> 20400103  
Mi 25. – Do 29. März 2020  
Brigitte Lube

Agiles Team, selbstorganisierte Projektarbeit  
> 20400104  
Mo 27. – Di 28. April 2020  
Thomas Diller

Peer-Coaching-Methoden für Teams und den „Hausgebrauch“ > 20400105  
Do 7. – Fr 8. Mai 2020  
Michael Nußbaumer

Weg vom Einzelkämpfertum – hin zur kreativen Projektentwicklung im Team! > 20400106  
Di 16. – Mi 17. Juni 2020  
Margit G. Bauer-Obomeghie

Ein Bild sagt oft mehr als 1000 Worte  
> 20410101  
Mo 21. – Di 22. September 2020  
Carmen Unterholzer

Tue Gutes – und rede darüber! Maßgeschneiderte Kommunikation als Erfolgsfaktor in der Gesundheitsförderung > 20410102  
Mi 14. – Do 15. Oktober 2020  
Helmut Buzzi

Gesunde Selbstführung – der Weg zum verbesserten Selbstmanagement > 20410103  
Mi 25. – Do 26. November 2020  
Arthur Zoglauer

Social Media Update – zeitgeistige Online-Kommunikation ohne Riesen-Werbebudget > 20410104  
Di 1. – Mi 2. Dezember 2020  
Helmuth Bronnenmayer

### Niederösterreich

Professionelle Rollengestaltung in der Gesundheitsförderung – zwischen Empathie, Kontakt und Abgrenzung > 20200107  
Fr 6. März 2020, Mo 16. März + Di 17. März 2020  
Georg Zepke

Partizipation durch zielgruppengerechte Kommunikation fördern > 20200108  
Fr 6. März, Mi 18. März + Mi 1. April 2020  
Lorena Hoormann

Stark, aber wie? Geschlechtssensible Gewaltprävention im schulischen Kontext > 20200102  
Mo 20. – Di 21. April 2020  
Romeo Bissutti

Kommunale Gesundheitsförderung – aus den Erfahrungen lernen > 20200103  
Mo 27. – Di 28. April 2020  
Ingrid Spicker

Gesund – gesünder – am besten gecoacht! Kreative Coachingtools – analog und digital > 20200104  
Di 5. – Mi 6. Mai 2020  
Margit G. Bauer-Obomeghie

Die 3 H's in der systemischen Beratung und deren Einsatz in der Gesundheitsförderung > 20200105  
Do 14. – Fr 15. Mai 2020  
Birgit Pichler

Teams kreativ mit Techniken aus LandArt unterstützen und stärken > 20200106  
Do 4. – Fr 5. Juni 2020  
Natascha Peters-Wendt

Gesund im Hier und Jetzt! Seminar- und Arbeitssettings gesundheitsförderlich gestalten > 20210101  
Mi 7. – Do 8. Oktober 2020  
Margit G. Bauer-Obomeghie

Digital Detox 1.0 – befreit den Geist und stärkt die Gesundheit > 20210102  
Mi 14. – Do 15. Oktober 2020  
Brigitte Lube

„Agiles Entscheiden“ und dessen Anwendung in der Gesundheitsförderung – Akzeptanz und Wirksamkeit von Entscheidungen fördern > 20210103  
Di 17. – Mi 18. November 2020  
Sabine Baillon

### Burgenland

Kühler Kopf in heißen Debatten – Argumentations- und Schlagfertigkeitstraining > 20900101  
Mi 26. – Do 27. Februar 2020  
Susanne Pöchacker

Kollektiv & kooperativ – effektive Meetings 4.0 mit soziokratischer Gesprächsführung > 20900102  
Mo 6. – Di 7. April 2020  
Florian Bauernfeind

Das 1x1 der Freiwilligenarbeit – wie der Einsatz von Ehrenamtlichen optimiert werden kann > 20900103  
Mi 13. – Do 14. Mai 2020  
Martin Oberbauer

Kreativ auf Flips & Co – ein Bild sagt mehr als tausend Worte > 20900104  
Di 9. – Mi 10. Juni 2020  
Margit G. Bauer- Obomeghie

Projektentwicklung „live“ – gemeinsam ein besseres „Produkt“ erschaffen > 20910101  
Di 7. – Mi 8. Juli 2020  
Sonja Scheibelhofer, Carina Ehrnhöfer

SINN-erfüllt arbeiten und gesund bleiben – Freude und Begeisterung statt Frust und Burnout > 20910102  
Di 18. – Mi 19. August 2020  
Harald Pichler

Ressourcen<sup>2</sup> – ein ZRM®-Aufbaukurs > 20910103  
Di 8. – Mi 9. September 2020  
Ulrike Gmachl-Fischer

Case Management – aktuelle Theorie und Anwendung > 20910104  
Mo 12. – Di 13. Oktober 2020  
Maria Pötscher-Eidenberger

Photovoice, Community Mapping & Co – partizipative Methoden kennenlernen, ausprobieren und zielgruppengerecht umsetzen > 20910105  
Di 3. – Mi 4. November 2020  
Markus Peböck

Angewandte Improvisation und Achtsamkeit – Quelle der Kraft für Persönlichkeit und Präsenz > 20910106  
Mi 11. – Do 12. November 2020  
Birgit Schwamberger-Kunst

### Steiermark

Teams gesund führen (Teil 2) > 20700101  
Di 25. – Mi 26. Februar 2020  
Gerald Höller

Textarbeit im Beruf – professionell, zeitgemäß, erfolgreich > 20700102  
Mo 2. – Di 3. März 2020  
Doris Lind

Kreativ auf Knopfdruck? > 20700103  
Mi 25. – Do 26. März 2020  
Margit G. Bauer-Obomeghie

Präsent und fokussiert in wichtigen Gesprächen > 20700104  
Mi 22. – Do 23. April 2020  
Andreas Kebler

Flipcharts, Pinnwand-Plakate & Co noch wirkungsvoller gestalten - ein Aufbau-seminar > 20700105  
Di 28. – Mi 29. April 2020  
Edith Steiner-Janesch

Mehr Bewegung in den Alltag von älteren Menschen > 20700106  
Do 14. – Fr 15. Mai 2020  
Stefanie Schwarzl und Yasmine El Filali

Community Organizing als Methode in der Gesundheitsförderung > 20700107  
Mi 27. – Do 28. Mai 2020  
Alima Matko

Konstruktives Konfliktmanagement (Teil 1) > 20710103  
Mo 5. – Di 6. Oktober 2020  
Gerald Höller

Rechtlicher Rahmen für Gesundheitsprojekte im Bewegungs- und Freizeitbereich > 20710104  
Mi 14. Oktober 2020 + Do 22. Oktober 2020  
Wolfgang Stock

Ressource ICH – stark im beruflichen Alltag  
> 201710105  
Termin: Di 3. – Mi 4. November 2020  
Ulli Krenn

## Oberösterreich

Gesundheitskompetenz (Health Literacy) für  
Multiplikator/innen > 20100101  
Termin: Di 3. – Mi 4. März 2020  
Margit G. Bauer-Obomeghie, Monika Bauer

Eyes@work > 20100107  
Di 10. März 2020  
Marion Weiser

Souverän wirken – Atmosphäre gestalten  
> 20100102  
Di 24. – Mi 25. März 2020  
Ursula Zidek-Etzlstorfer

Gemeinsam fotografieren – oder doch mehr?  
> 20100103  
Di 28. – Mi 29. April 2020  
Markus Pehböck

Bewegung in jedem Alter  
für Multiplikator/innen und Selbstanwender/innen  
> 20100108  
Di 5. – Mi 6. Mai 2020  
Elisabeth Barta-Winkler

Gesundheitsförderung und Partizipation im  
digitalen Wandel  
> 20100104  
Di 12. – Mi 13. Mai 2020  
Horst Küblböck-Lausegger

Facebook, Twitter und Co – soziale Medien richtig  
nutzen > 20100106  
Di 16. – Mi 17. Juni 2020  
Stefan Straßburger

RECHT haben oder FREI sein > 20110101  
Di 6. Oktober 2020  
Marion Weiser

Abenteuer Schreiben – zeilenweise zu besserer  
Kommunikation und mehr Lebensqualität!  
> 20110103  
Di 10. – Mi 11. November 2020  
Margit G. Bauer-Obomeghie, Eva Lepold

Pubertät – „Aufruhr im Kopf“ – Jugendliche verste-  
hen und abholen > 20110104  
Di 24. – Mi 25. November 2020  
Margit G. Bauer-Obomeghie

Wie agil soll's denn sein? > 20110105  
Mi 2. – Do 3. Dezember 2020  
Markus Pehböck

## Salzburg

Gesundheitsziele erreichen mit dem Zürcher Res-  
ourcen Modell® > 20800102  
Mi 18. – Do 19. März 2020  
Kristina Sommerauer

Leichte, barrierefreie Sprache > 20800103  
Do 16. – Fr 17. April 2020  
Angelika Mader

Gesundheit erfolgreich kommunizieren  
> 20800104  
Do 23. – Fr 24. April 2020  
Elisabeth Tschachler, Dietmar Schobel

Coaching als Intervention –  
individuelle und organisationale Lösungen  
> 20800105  
Do 7. – Fr 8. Mai 2020  
Erika Pircher

Gesundheitsförderung durch Ergotherapeut/innen  
> 20800106  
Do 14. – Fr 15. Mai 2020  
Sabine Stadler, Melanie Kriegseisen-Peruzzi

Come together – move together > 20810101  
Do 24. – Fr 25. September 2020  
Andrea Parger

Männergesundheit > 20810102  
Do 1. – Fr 2. Oktober 2020  
Eberhard Siegl

Sicherheit in Zeiten des Wandels > 20810103  
Do 15. – Fr 16. Oktober 2020  
Josef Wimmer

Wirkung durch persönliches Gespräch > 20810104  
Do 5. – Fr 6. November 2020  
Michael Schallböck

Methodenkoffer Gesundheitsförderung

> [20810105](#)

Do 12. – Fr 13. November 2020

Birgit Pichler, Karin Korn

### Tirol

Grundlagen der Rhetorik > [20300101](#)

Di 10. – Mi 11. März 2020

Lisa-Maria Sexl

Teams gut und gesund führen > [20300102](#)

Di 26. – Mi 27. Mai 2020

Gerald Höller

Frauen im Fokus der Gesundheitsförderung

> [20300103](#)

Di 16. – Mi 17. Juni 2020

Karin Korn, Birgit Pichler

Alternsgerecht arbeiten > [20300104](#)

Di 23. – Mi 24. Juni 2020

Ulli Krenn

Gesundheitsförderung 4.0 > [20310101](#)

Di 29. – Mi 30. September 2020

Christian Scharinger

Beraten – Begleiten – Beteiligen!

Von der Expertise zur kreativen Prozessberatung!

> [20310102](#)

Di 13. – Mi 14. Oktober 2020

Margit G. Bauer-Obomeghie

Dynamic Facilitation – Gruppen zu kreativen Lö-

sungen verhelfen > [20310103](#)

Di 20 – Mi 21. Oktober 2020

Thomas Diller

Aufbaukurs Konfliktmanagement > [20310104](#)

Di 10. – Mi 11. November 2020

Gerald Höller

Sicher präsentieren, erfolgreich vortragen

> [20310105](#)

Di 24. – Mi 25. November 2020

Josef Wimmer

Gesundheit und Pubertät > [20310106](#)

Di 1. – Mi 2. Dezember 2020

Birgitta Klammer-Barabasch

### Vorarlberg

Ihr Auftritt in der Öffentlichkeit – Umgang mit Medien > [20600101](#)

Do 27. – Fr 28. Februar 2020

Angelika Böhler

Embodiment und Embodied Communication – der Körper als Kommunikationstool

> [20600102](#)

Do 19. – Fr 20. März 2020

Caroline Theiss-Wolfsberger

Empowerment-Resilienz-Förderung bei Kindern

und Jugendlichen > [20600103](#)

Do 16. – Fr 17. April 2020

Ulla Catarina Lichter

Beeindruckende Flipcharts –

aussagekräftige Sketchnotes > [20600104](#)

Mo 20. – Di 21. April 2020

Anna Egger

Konfliktmanagement Basiskurs > [20600105](#)

Mi 29. – Do 30. April 2020

Gerald Höller

Strukturierte Netzwerkarbeit und Koordination

> [20600106](#)

Do 14. – Fr 15. Mai 2020

Franziska Pruckner

Burnout-Prophylaxe > [20600107](#)

Mi 3. – Do 4. Juni 2020

Alexandra Kolbitsch, Helga Kräutler

Projekte mental und punktgenau erfolgreich

umsetzen > [20600108](#)

Do 18. – Fr 19. Juni 2020

Katrin Zechner

Werkzeugkoffer – Methode und Moderation

> [20610101](#)

Termin: Mi 9. – Do 10. September 2020

Anna Egger

Gesundheitsinformationen – leicht verständlich

und praxisnah > [20610102](#)

Do 24. – Fr 25. September 2020

Andrea Niemann

## Grundlagen der Rhetorik

> 20300101

Unsere Stimme, unser Auftreten und unsere Überzeugungskraft sind geprägt von unserer Lebensgeschichte, von fördernden und blockierenden Erfahrungen.

### Ziel:

Die Teilnehmer/innen sollen befähigt werden, verschiedene Instrumente in ihren Alltag einzubauen und sich leichter tun, Reden vor mehreren Personen zu halten.

Ziel: keine Perfektion, aber Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein stärken.

### Zielgruppe:

Vor allem Multiplikator/innen im Gesundheitsförderungsbereich (Schulen, Kindergärten, Betriebe, Gemeinde etc.) sollen das Rüstzeug erhalten, ihr Wissen besser verbreiten zu können.

### Methoden:

Mittheatralischen Miniszenen, entspannenden Körper- und Stimmmethoden oder Gruppenspielen genießen wir es in vielen praktischen Übungen, uns spielerisch zu erfahren.

Referentin/Trainerin:

Lisa-Maria Sexl

Termin: Di 10. – Mi 11. März 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro  
Anmeldung bis 18. Februar 2020  
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

## Teams gut und gesund führen

> 20300102

Kennen Sie diese Situation? – Sie sind in einer Führungsposition, haben hohe Ideale und den Wunsch nach einem ambitionierten Team. Sie wollen motivierend wirken und haben das Gefühl, alle sollten am gleichen Strang ziehen, nur der Alltag sieht etwas anders aus. Dann kann es sein, dass Ihnen die richtigen Führungsinstrumente fehlen.

Sich in einem Team und mit seiner Aufgabe wohl und damit gesund zu fühlen, ist ein Auftrag, der von allen Beteiligten getragen werden muss. Führungskräfte können allerdings stark steuernd eingreifen. Sie müssen dort Verantwortung übernehmen, wo es notwendig ist. Sie sollten aber auch in der Lage sein, sich fachlich unterzuordnen, wo andere mehr Kompetenzen besitzen. Das Wahrnehmen von Bedürfnissen durch die Führungskraft ist ebenso wichtig, wie Raum für Kreativität zu lassen und einen Rahmen für ein offenes Feedback zu schaffen. Die Qualität einer Führungskraft hat somit ganz wesentlichen Einfluss auf Gesundheit und Wohlbefinden der Mitarbeiter/innen.

### Ziel:

Die Seminarteilnehmer/innen lernen Führungsinstrumente kennen und trainieren Gesprächstechniken, die das Führen eines Teams zu einer heraus-, aber nicht überfordernden Aufgabe machen.

### Zielgruppe:

Leiter/innen und Mitarbeiter/innen von Gesundheitsförderungseinrichtungen und -projekten, Mitarbeiter/innen von Vereinen und der öffentlichen Gesundheitsverwaltung, Ehrenamtliche in Gesundheitsförderungsprojekten und -initiativen

### Inhalte:

- **Was ändert sich, wenn ich vom Teammitglied zum/r Teamleiter/in aufsteige?**
- **Wie verhalte ich mich, wenn ich ein Team neu übernehme?**
- **Wie zeige ich Kompetenz und Autorität, ohne autoritär zu sein?**
- **Wie finde ich das richtige Maß zwischen Kontrolle und dem Geben von Freiraum?**
- **Wie führe ich ein Kritikgespräch, ohne verletzend zu sein?**
- **Wie motiviere ich durch ein Mitarbeitergespräch?**
- **Wie gehe ich mit Teammitgliedern um, die deutlich älter sind und über mehr Erfahrung verfügen?**

### Methoden:

Einzel-, Paar- und Kleingruppenarbeiten, Rollenspiele, teilnehmende Beobachtung, Theorie-Input

Referent/Trainer:  
Gerald Höller

Termin: Di 26. – Mi 27. Mai 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro  
Anmeldung bis 5. Mai 2020  
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>



## Frauen im Fokus der Gesundheitsförderung > 20300103

*Wie lässt sich die Gesundheit von Frauen in der Arbeitswelt verbessern?*

Um die Gesundheit von berufstätigen Frauen und Männern bedürfnis- und bedarfsgerecht zu fördern, muss die Kategorie Geschlecht/Gender – neben anderen wichtigen Determinanten wie Alter, soziale Schicht oder ethnischer Zugehörigkeit – systematisch berücksichtigt werden. So können Qualität, Reichweite und Nachhaltigkeit von gesundheitsfördernden Projekten optimiert werden.

Frauen und Männer sind in ihrem Alltag den unterschiedlichsten gesundheitlichen Belastungen ausgesetzt, die einerseits aus ihren Lebens- und Arbeitswelten und andererseits aus der Vereinbarkeitsproblematik von Beruf- und Privatleben resultieren. Sie unterscheiden sich darüber hinaus auch hinsichtlich ihrer geschlechtsspezifischen Risikoprofile sowie ihrer gesundheitlichen Ressourcen. Weitere Unterschiede resultieren aus der unterschiedlichen Verteilung von Frauen und Männern in Bezug auf Branchen, Berufe, Betriebsgrößen, hierarchische Stellung, Arbeitszeitformen und Beschäftigungsverhältnisse. All diese Einflussfaktoren gemeinsam erfordern die Berücksichtigung der Kategorie Geschlecht/Gender bei der Betrachtung von Gesundheit.

### Methoden:

Inputs mit verschiedenen Medien, Präsentation und Diskussion von Good-Practice-Projekten, kollegiale Beratung, Kleingruppenarbeit, Diskussionen im Plenum, Reflexion, strukturierte Diskussion, Raum für Entwicklung konkreter Ideen und Schlussfolgerungen für die eigene Praxis

### Ziel:

praxisnahe Vermittlung von Ansätzen, Zugängen, Instrumenten und Methoden eines geschlechtersensiblen bzw. geschlechterspezifischen Gesundheitsmanagements

### Inhalte:

- **Zusammenhang von Geschlecht, Arbeit und Frauengesundheit**
- **Verzahnung von Frauengesundheit mit dem Arbeitnehmer/innenschutzgesetz sowie Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz**
- **Good-Practice-Projekte der gendersensiblen Gesundheitsförderung mit dem Schwerpunkt Frauengesundheit**
- **Handlungsleitfäden und Checklisten**
- **Argumentesammlung zur Bewerbung der Umsetzung von Maßnahmen**
- **prozessorientiertes Arbeiten an den Fragestellungen und Fallbeispielen der Teilnehmer/innen**

### Zielgruppen:

Zielgruppe sind Trainer/innen, Berater/innen, Projektleiter/innen und -mitarbeiter/innen, die im Rahmen von Gesundheitsförderungsprojekten aktiv die Gesundheit von Frauen (am Arbeitsplatz) fördern (wollen) sowie alle am Thema interessierten Personen.

Referentinnen/Trainerinnen:

Karin Korn, Birgit Pichler

Termin: Di 16. – Mi 17. Juni 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro  
Anmeldung bis 26. Mai 2020  
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>



## Altersgerecht arbeiten

> 20300104

Der demographische Wandel wird für die Zukunft von Unternehmen eine besondere Rolle spielen: Infolge der niedrigen Geburtenraten wird die Zahl der jungen Arbeitskräfte abnehmen, die „Babyboomer“ als Träger/innen wichtiger Kenntnisse und Erfahrungen werden in Pension gehen und das Durchschnittsalter der verfügbaren Arbeitskräfte wird in den kommenden Jahren deutlich steigen.

Altersgerechtes Arbeiten ist ein Konzept, um diesen Herausforderungen erfolgreich zu begegnen und gewährleistet Arbeitsfähigkeit für alle Generationen in Unternehmen.

### Ziel:

- Die Teilnehmer/innen werden für demographische Veränderungen am Arbeitsmarkt sensibilisiert.
- Die Teilnehmer/innen reflektieren ihre eigenen Einstellungen gegenüber den verschiedenen Generationen im Unternehmen.
- Die Teilnehmer/innen lernen Instrumente der Personalentwicklung kennen, um Arbeitsfähigkeit in Unternehmen vom Einstieg bis zur Pension zu fördern.

### Zielgruppe:

Führungskräfte, Personalverantwortliche und Personalentwickler/innen, Betriebsräte, Akteur/innen der betrieblichen Gesundheitsförderung, Personal- und Organisationsentwickler/innen, Berater/innen und Coaches

### Methoden:

- kurze Theorie-Inputs
- Einzel- und Kleingruppenübungen
- Reflexion und Diskussion in der Gruppe
- kollegialer Erfahrungsaustausch

### Inhalte:

- **Veränderungen bestimmen die Arbeitswelt: demographische Entwicklungen, Veränderungsprozesse im Älterwerden, neue Lebensbiographien**
- **Was heißt alt? – die Macht der Vorurteile aus unterschiedlichen Sichtweisen**
- **die Zusammenarbeit mehrerer Generationen am Arbeitsplatz – eine neue Herausforderung**
- **Arbeitsfähigkeit erhalten – ein Dialog, der niemals endet**
- **die besondere Rolle von Führungskräften zum Thema „Arbeitsfähigkeit und altersgerechtes Arbeiten“**
- **ausgewählte Instrumente für altersgerechte Personalentwicklung vom Einstieg ins Unternehmen bis zur Vorbereitung auf die Pension**
- **Erfahrungsaustausch mit Kolleg/innen und Erarbeitung von ersten Ideen für Umsetzungsmöglichkeiten von altersgerechtem Arbeiten im eigenen Unternehmen**

Referentin/Trainerin:

Ulli Krenn

Termin: Di 23. – Mi 24. Juni 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro

Anmeldung bis 2. Juni 2020

<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

## Gesundheitsförderung 4.0

> 20310101

Als vor 30 Jahren mit der Ottawa-Charta der Grundstein für das Konzept der Gesundheitsförderung gelegt wurde, waren sowohl die gesellschaftlichen als auch die technologischen Voraussetzungen wesentlich anders als in unserer heutigen Zeit. Das Seminar versucht, Gesundheitsförderung vor dem Hintergrund der aktuellen Entwicklungen zu verorten und Strategien für digitalisierte Lebens- und Arbeitswelten zu entwerfen. Dabei wird auf die aktuell diskutierten Instrumente und Strategien von 4.0 zurückgegriffen.

### Ziel:

- Kennenlernen der Paradigmen und Grundlagen von 4.0 und Digitalisierung
- Identifizierung möglicher Handlungsfelder aus der Praxis der Teilnehmenden
- Herausforderungen und Chancen für die Gesundheitsförderung
- relevante Auswirkungen auf unterschiedliche Settings

### Zielgruppe:

für Interessierte aller Berufsgruppen sowie Führungskräfte, Teams und Mitarbeiter/innen gesundheitsfördernder Einrichtungen, die sich für Trends im Bereich des Gesundheitssektors bzw. der Gesundheitsförderung interessieren

### Inhalte:

- **Grundkonzeption und Entwicklung der Gesundheitsförderung**
- **aktuelle Herausforderungen und Themenschwerpunkte**
- **Strategien und Geschäftsmodelle 4.0**
- **Landkarten für Innovations- und Strategieentwicklung**
- **Praxis der Teilnehmenden**

### Methoden:

Präsentation, Moderation, Visualisierung; das Seminar versucht, anhand ausführlicher Inputs die wichtigsten Grundlagen komprimiert zu vermitteln. Weiters wird methodisch auf Gruppenarbeiten und Praxisbeispiele der Teilnehmenden eingegangen.

Referent/Trainer:  
Christian Scharinger

Termin: Di 29. – Mi 30. September 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro  
Anmeldung bis 8. September 2020  
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

## Beraten – Begleiten – Beteiligen!

### Von der Expertise zur kreativen Prozessberatung! > 20310102

Berater/innen mit dem differenzierten Wissen, was das Spezifische in Gesundheitsförderungsprojekten ausmacht, sind gefragt. Sie erhalten zunehmend Aufträge in den unterschiedlichen Lebenswelten und begleiten die Entwicklung, Umsetzung und nachhaltige Implementierung von Projekten.

#### Ziel:

- eigenes Beratungsverständnis und Beratungsmodelle, Beratungsphasen reflektieren
- Auftragsklärungsgespräch, Vereinbarung des Beratungsauftrags und Bezahlung von Beratungsdienstleistungen als Rahmen für professionelles Arbeiten erörtern
- kreative Interventionstechniken in der Einzel- und Gruppenberatung ausprobieren
- Rücknähren – Feedback zu Projektprozessen auf Sach- und Beziehungsebene geben
- Umgang mit Widerstand und wertschätzende Kommunikation im Beratungskontext

#### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an interessierte Menschen, die gesundheitsfördernde Projekte beraten (wollen), als auch an jene, die ihre Praxiserfahrungen in Projekten gerne strukturiert an andere Projektumsetzer/innen weitergeben (möchten).

#### Methoden:

Moderations-, Visualisierungs- und Präsentationsmethoden, Einzel-, Kleingruppen- und Plenumsarbeit, aktive Kurzpausengestaltung mit Entspannungs- und Bewegungstechniken

#### Inhalte:

**Inhalte sind das eigene Beratungsverständnis, unterschiedliche Beratungsmodelle mit besonderem Augenmerk auf Prozessberatung und Beteiligungsprozesse im Beratungskontext. Weiters das Erproben von Interventionstechniken und die Art und Weise, wie Rückmeldungsprozesse in den Projekten geführt werden können. Die Basis von Beratung bilden wertschätzende Kommunikation und die Achtsamkeit zu hören und zu verstehen, was den Projekt-Akteur/innen wirklich wichtig ist, wo sie Unterstützung brauchen und wie Projektprozesse einfallreich beeinflusst werden können.**

Referentin/Trainerin:

Margit G. Bauer-Obomeghie

Termin: Di 13. – Mi 14. Oktober 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro

Anmeldung bis 22. September 2020

<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

## Dynamic Facilitation – Gruppen zu kreativen Lösungen verhelfen

### > 20310103

Beteiligung ist in aller Munde, dieses Grundprinzip der Gesundheitsförderung wird in den unterschiedlichsten Feldern zunehmend gefordert. Die Erkenntnis, dass mittels einer dialogischen Haltung und Herangehensweise am besten möglichst alle Sichtweisen nachhaltig in die angestrebte Lösung einfließen, setzt sich durch. Dynamic Facilitation ist dabei ein äußerst hilfreiches Instrument zur Mitbestimmung und gemeinsamen kreativen Lösungsfindung.

#### Ziel:

Die Teilnehmenden sollen im Workshop mit der dialogischen Grundhaltung und der dynamischen Moderationsmethode vertraut werden und Erfahrungen für die Anwendung im eigenen Bereich sammeln.

#### Zielgruppe:

Der Workshop wendet sich an Leiter/innen und Mitarbeiter/innen von Gesundheitsförderungseinrichtungen und -projekten, Mitarbeiter/innen der öffentlichen Gesundheitsverwaltung, Ehrenamtliche in Gesundheitsförderungsprojekten und -initiativen.

#### Methoden:

Fachlicher Input, Arbeiten in Klein- und der gesamten Gruppe: Jede/r Teilnehmende hat die Chance, in der Rolle der Moderatorin/des Moderators Erfahrungen zu sammeln.

#### Inhalte:

- **kreatives Gespräch, Dialog**
- **die Methode**
- **Rolle der Moderatorin/des Moderators**
- **Vorgehensweise**
- **Anwendungen**

**Die Moderationsmethode "Dynamic Facilitation" fußt auf dem Dialogischen, bietet mit seiner erfolgserprobten Vorgehensweise eine leitende Struktur, die die Bearbeitung schwieriger oder verfahrener Situationen ermöglicht und kreative Lösungen – Durchbrüche – erwartbar macht. Sie eignet sich besonders für die Arbeit mit kleineren Gruppen, deren Mitglieder emotional engagiert sind und ein echtes Interesse an der Lösung ihres Problems haben.**

**Dynamic Facilitation entfaltet seine Wirkung, wenn es um eine von allen mitgetragene, wirklich kreative Lösung geht.**

Referent/Trainer:

Thomas Diller

Termin: Di 20. Oktober 2020: 10.00 – 18.00 Uhr

Mi 21. Oktober 2020: 09.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro

Anmeldung bis 29. September 2020

<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

## Aufbaukurs Konfliktmanagement > 20310104

*Kommunikation und Konfliktlösung im Team und in der Begleitung von Menschen*

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

Dieses Seminar in Anlehnung an Rosenbergs „Gewaltfreie Kommunikation“ geht in Theorie und Praxis auf schwierige Situationen ein und bietet Werkzeuge zur Anwendung.

### Zielgruppe:

Der Workshop wendet sich an Leiter/innen und Mitarbeiter/innen von Gesundheitsförderungseinrichtungen und -projekten, Mitarbeiter/innen der öffentlichen Gesundheitsverwaltung, Ehrenamtliche in Gesundheitsförderungsprojekten und -initiativen, die bereits Vorerfahrungen im Konfliktmanagement-Bereich gesammelt haben. Das Seminar vertieft die Inhalte des bereits mehrfach angebotenen Seminars „Konstruktives Konfliktmanagement (Teil 1)“ mit Gerald Höller, es ist aber auch als Einzelseminar buchbar.

### Methoden:

Training, Reflexion und Austausch im Forum sowie in der Kleingruppe

### Inhalte:

- **Vertiefung der „Gewaltfreien Kommunikation“**
- **Teamkonflikte: Hintergründe und mögliche Ursachen**
- **Empathie 1: von der Einfühlung, die verbindet und Kommunikationssperren, die trennen**
- **Empathie 2: in Konfliktsituationen den anderen besser verstehen können, die Bedürfnisse hinter dem „Widerstand“ erkennen**
- **der innere Konflikt: Umgehen mit Aggression und Ärger, Ärgermodelle kennenlernen, Urteile über sich und andere umwandeln**
- **Grundlagen der Selbstempathie: sich klären, den inneren Kritiker besser verstehen**

Referent/Trainer:  
Gerald Höller

Termin: Di 10. – Mi 11. November 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro  
Anmeldung bis 20. Oktober 2020  
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

## Sicher präsentieren, erfolgreich vortragen

> 20310105

Erfolgreiche Vortragende nutzen neben ihrer Fachexpertise die eigene Person als Medium, um Eindruck und Wirkung zu erzeugen und Themen und Inhalte zu vermitteln. Mit rhetorischen Kenntnissen und Präsentationstechniken und durch das bewusste Auftreten der/des Vortragenden werden die Zuhörenden aktiviert und eingebunden, die Botschaft an das Publikum gebracht.

### Ziel:

- die eigene Wirkung steigern
- Präsentationen verbessern
- mit Gruppen kurzweilig und belebend arbeiten
- sich und sein Gegenüber einschätzen und verstehen

### Zielgruppe:

Der Workshop wendet sich an Leiter/innen und Mitarbeiter/innen von Gesundheitsförderungseinrichtungen und -projekten, Mitarbeiter/innen der öffentlichen Gesundheitsverwaltung, Ehrenamtliche in Gesundheitsförderungsprojekten und -initiativen.

### Methoden:

belebender Rhythmus von Informationsphasen, Verarbeitung in Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion, kollegiale Beratung, Anwendung und Übung

### Inhalte:

- **die Wirkung der eigenen Einstellung auf das Publikum**
- **kompetent auftreten**
- **Themen verständlich aufbereiten und darstellen**
- **mit einem griffigen Persönlichkeitsmodell das eigene und fremde Verhalten einordnen**
- **wirksame Medien zur Unterstützung eines Vortrages, Kurses, Seminars**
- **Praxisfragen klären**

Referent/Trainer:

Josef Wimmer

Termin: Di 24. – Mi 25. November 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro

Anmeldung bis 3. November 2020

<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

## Gesundheit und Pubertät

> 20310106



Gesundheitsbewusstsein und Pubertät: Lassen sich diese beiden Begriffe auf einen Nenner bringen? Wie finden Jugendliche Zugang zu Körperbewusstsein und Gesundheitsfragen, die gerade in diesem Alter viel Brisanz haben?

### Ziel:

- neue Zugangsmöglichkeiten zum Thema Pubertät und Gesundheit
- Motivation und Gesprächsleitlinien im Umgang mit Jugendlichen
- praxisnahe Tipps

### Inhalte:

**In diesem Seminar sollen durch neuropsychologische Grundlagen und Hintergrundwissen aus Ernährung und Gesundheit Methoden und Lösungszugänge vermittelt und gemeinsam erarbeitet werden, wie Jugendliche einen gesundheitsbewussten Zugang zu diesen Themen erlangen.**

### Zielgruppe:

Personen, die mit Jugendlichen arbeiten – Pädagog/innen, Jugendbetreuer/innen, Lehrlingsausbilder/innen etc. - sowie interessierte Eltern

### Methoden:

- theoretische Inputs
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Diskussionen, Reflexion
- Transfer in die Praxis

Referent/Trainer:

Birgitta Klammer-Barabasch

Termin: Di 1. – Mi 2. Dezember 2020,  
jeweils 9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Austria Trend Hotel Congress Innsbruck,  
Rennweg 12a, 6020 Innsbruck

Teilnahmegebühr: 100 Euro

Anmeldung bis 10. November 2020

<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](http://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](mailto: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](mailto: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>

