

Bildungsnetzwerk

Seminarprogramm Gesundheitsförderung 2022



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

Redaktion: Mag. Petra Winkler

Redaktionelle Mitarbeit: Gabriele Ordo

Grafik: pacomedia.at, 1160 Wien

Druck: Druckerei Piacek, Wien

36. Auflage, Dezember 2021

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gesundheit Österreich
GmbH 

 **Fonds Gesundes
Österreich**

Liebe Leserin! Lieber Leser!

Mit dem „Bildungsnetzwerk Seminarprogramm Gesundheitsförderung“ bietet der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) seit über 20 Jahren ein vielfältiges Fort- und Weiterbildungsprogramm an. Die Fort- und Weiterbildung für alle in der Gesundheitsförderung tätigen Personen ist eine wichtige Aufgabe des FGÖ.

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

Die Gesundheitsförderung in Österreich lebt von innovativen, nachhaltigen und gut umgesetzten Projekten. Es gilt, aktuelle Entwicklungen – wie die anhaltende Covid-19-Pandemie – genauso zu berücksichtigen wie langfristige Strategien und Ziele.

Neue Themenfelder wie „Gesundheitsförderung und Klimaschutz“, „Perspektivenwechsel Demenz“ oder „Urheber- und Persönlichkeitsrecht in der Praxis“ werden in den Seminaren ebenso aufgegriffen wie „Gesundes Home-Office“, „Embodiment und Embodied Communication“, „Projektmanagement“ oder „Achtsamkeitstraining“. Aber auch bewährte Themen sind weiterhin im Programm, so z. B. „Empowerment“, „Teamkultur“, „Einführung in die Leichte und Einfache Sprache“ oder „Altersgerechtes Arbeiten“.

Das vorliegende Bildungsnetzwerk Seminarprogramm berücksichtigt die aufgrund der Covid-19-Pandemie veränderten Rahmenbedingungen für Veranstaltungen. Unser Ziel ist es jedoch selbstverständlich, die Seminare weiterhin in gewohnter Qualität anzubieten – sei es online oder als Präsenzveranstaltung.

Dank der wertvollen Zusammenarbeit mit den Bildungsnetzwerkpartnerinnen und -partnern in den Bundesländern und dem anhaltenden Engagement der Koordinatorinnen und Koordinatoren konnten wir ein attraktives Programm mit hochqualifizierten Referentinnen und Referenten für Sie zusammenstellen.

Wir hoffen, Sie finden auch 2022 wieder 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 2022

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 über 20 Jahren immer ein aktuelles 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 Präsenz- und Online-Seminare zu vielfältigen Weiterbildungsthemen in der praxisbezogenen Gesundheitsförderung. Inhaltlich werden die Grundlagen der Gesundheitsförderung ebenso abgedeckt wie die unterschiedlichsten Themenbereiche von interkultureller Kompetenz über Gesundheitsförderung und Klimaschutz bis zu Digitalisierung und gesundheitsförderlichem Home-Office. Darüber hinaus steht die Weiterentwicklung der persönlichen Fähigkeiten der Teamleiter:innen und der -mitarbeiter:innen im Fokus. Dazu finden sich einerseits z.B. themenspezifische Angebote aus dem Bereich psychosoziale Gesundheit wie etwa zum Umgang mit Demenz oder zum Achtsamkeitstraining sowie andererseits setting- und zielgruppenspezifische Seminare der Gesundheitsförderung. Eine genaue Auflistung der Themen können Sie dem Themenverzeichnis auf den Seiten 12 – 15 entnehmen.

Der FGÖ ist seit 1998 Förderstelle, Kompetenzzentrum und Drehscheibe für Gesundheitsförderung in Österreich. Seine Angebote orientieren sich am aktuellen Arbeitsprogramm 2022 und werden inhaltlich von den vier Leitthemen „Psychosoziale Gesundheit“, „Gesundheitliche Chancengerechtigkeit“, „Gendergerechte Gesundheitsförderung und Diversität“ sowie „Klima und Gesundheitsförderung“ geprägt.

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 2021“ aufgegriffen. Die COVID-19-Pandemie fordert stetig Veränderungen und Anpassungen. So haben sich auch die Formate des „Bildungsnetzwerk Seminarprogrammes“ verändert. Spezielle Online-Seminare finden Sie unter folgendem Symbol:



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 zu diesem Schwerpunkt unter diesem 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 und Arbeitgebern, Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern sowie der Gesellschaft zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden am Arbeitsplatz.

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



Programmlinie Kommunales Setting – Soziale Unterstützung und Teilhabe in Nachbarschaften

Das kommunale Setting – also Gemeinden, Städte und Stadtteile – bietet viele Ansatzpunkte für Gesundheitsförderung und Primärprävention. Um hier Impulse zu setzen und Kapazitäten zu entwickeln, bietet das Bildungsnetzwerk Seminarprogramm spezielle Seminare für dieses Setting. Die entsprechenden Module sind 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. Unter den Altersgruppen wächst jene der über 80-Jährigen am stärksten. Prognostiziert ist ein Anstieg von 5 auf 13 Prozent der Gesamtbevölkerung. 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. Gesundheitsförderung und Klimaschutz sind eng miteinander verknüpft. Die Bereiche Mobilität, Ernährung und Wohnen/Raumplanung beeinflussen unsere Lebensbedingungen und bieten Möglichkeiten für Verbesserungen. Seminare, die diese vielfältigen Themen aufgreifen, finden Sie unter dem Symbol:



Gesundheitskompetenz

Wie kann man gesundheitsrelevante Inhalte so an die jeweilige Zielgruppe bringen, dass diese verständlich, motivierend und handlungsunterstützend sind? Im Kern geht es bei der Stärkung von Gesundheitskompetenz einerseits um die Verbesserung der Kommunikation von Gesundheitsinformation und andererseits um gesundheitskompetente Gestaltung von Organisationen. Das Ziel, die Gesundheitskompetenz der Menschen zu steigern, ist dabei sowohl in der Gesundheitsförderung als auch in der Krankenversorgung und in der Prävention wesentlich. 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



Regionale Koordinatorinnen und Koordinatoren:

Der Fonds Gesundes Österreich hat in den Bundesländern Koordinatorinnen und Koordinatoren beauftragt, das Angebot vor Ort zu konzipieren, zu organisieren und umzusetzen. Diese regionalen Kontaktpersonen sind einerseits für die Abwicklung der Anmeldungen und die Organisation der Seminare im jeweiligen Bundesland zuständig und stehen andererseits auch für Rückfragen zur Verfügung. Namen, Adressen, Telefon- und Faxnummern sowie die E-Mail-Adressen der Koordinatorinnen und Koordinatoren finden Sie auf den Seiten 8 – 11.

Referentinnen und Referenten sowie Trainer:innen:

Wie in den Vorjahren garantieren professionelle Referentinnen und Referenten sowie Trainer:innen in allen Seminaren eine hohe Qualität des Programms. Eine alphabetische Auflistung finden Sie ab Seite 95.

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 Prozent vom Fonds Gesundes Österreich übernommen. Seitens der Teilnehmer:innen ist lediglich ein Unkostenbeitrag in Höhe von EUR 100,- für ein mehrtägiges bzw. EUR 50,- für ein eintägiges Seminar zu entrichten.

Regionale:r Projektkoordinator:in Wien und NÖ

Dennis Beck



Seit mehr als 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 Vertreterin des Geschäftsführers.

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

Dennis Beck: Tel.: 01/4000 76 906
E-Mail: office@wig.or.at

Franziska Renner: Tel.: 01/4000 76 902
Tel.: 0676/811 876 902, E-Mail: franziska.renner@wig.or.at

Regionale Projektkoordinatorin Burgenland

Marion Wurm, BA, BSc, MPH



Hat Ernährungswissenschaften und Bildungswissenschaften an der Universität Wien studiert und den Master of Public Health an der Medizinischen Universität Wien abgeschlossen. Seit 2017 für PROGES im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention (Gesundes Dorf, Unser Schulbuffet etc.) tätig, seit 2021 zusätzlich Koordination für das Bildungsnetzwerk Burgenland.

PROGES – Wir schaffen Gesundheit
7000 Eisenstadt, Siegfried Marcus Straße 5
Tel.: 0699/177 712 28
E-Mail: marion.wurm@proges.at

Regionale Projektkoordinatorin Steiermark

Mag.^a Sigrid Schröpfer, MA

Psychologiestudium in Graz; Spezialisierung in den Bereichen Sozial- und Ernährungspsychologie sowie Marketing; Masterlehrgang Public Communication an der FH Joanneum 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 Projektkoordinatorin 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.



ÖSB Consulting GmbH
4040 Linz, Gewerbeplatz Urfaß 6

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

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

Regionale:r Projektkoordinator:in Vorarlberg

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.



Angelika Maria Concini, BA

Studium der Bildungswissenschaften, Lebens – und Sozialberaterin mit Schwerpunkt Sexualpädagogik, Gewaltprävention und Gendersensibilität (GAMED Wien), Case Management, eingetragene Mediatorin nach Zivilrechts-Mediations-Gesetz (Bundesministerium für Justiz), Kongressmanagement, über 20 Jahre Erfahrung im medizinischen Praxismanagement, seit September 2016 Projektassistentin aks gesundheit GmbH in der Gesundheitsbildung.



aks gesundheit GmbH
6900 Bregenz, Rheinstraße 61

Stephan Schirmer, MPH
Tel.: 05574/202, Fax: 05574/202-9
E-Mail: gesundheitsbildung@aks.or.at

Angelika Maria Concini, BA
Tel.: 05574 / 202-1078
Mobil: 0664 / 802 83 658
E-Mail: angelika.concini@aks.or.at

Seminartermine 2022

Wien

ONLINE: Train The Virtual Trainer:in: Methodisch-didaktisch sicher durch die virtuelle Trainings- und Lernwelt navigieren > [22400101](#)

Mo. 21. – Di. 22. März 2022

Bettina Bachschwöll

Sagen Sie endlich „Nein!“ Wie Sie auch als notorische:r „Ja-Sager:in“ lernen, Grenzen zu setzen > [22400102](#)

> [22400102](#)

Do. 14. April und Do. 5. Mai 2022

Denise Kloska

Souverän wirken – Empowerment durch Selbststärkung > [22400106](#)

Di. 26. April – Mi. 27. April 2022

Ursula Zidek-Etzlstorfer

ONLINE: Gesundheitsmarketing – Wie Sie schwer messbare Leistungen klar kommunizieren > [22400104](#)

> [22400104](#)

Di. 31. Mai. – Mi. 1. Juni 2022

Walter Kalunder

Gesundheitsförderung und Klimaschutz – Lebens- und Arbeitsqualität steigern und die Umwelt schützen > [22400105](#)

> [22400105](#)

Mo. 20. Juni – Di. 21. Juni 2022

Lorena Hoormann, Michael Bauer-Leeb

Feedback mit System – Mehr als bloße Kommunikation: Das Vitamin C für eine reibungslose Projektarbeit > [22410101](#)

> [22410101](#)

Mi. 6. Juli – Do. 7. Juli 2022

Brigitte Lube

Maßgeschneiderte Kommunikation als Erfolgsfaktor in der Gesundheitsförderung > [22410102](#)

> [22410102](#)

Mi. 14. – Do. 15. September 2022

Helmut Buzzi

Rüstzeug für Selbstorganisation: Gemeinsam führen, umsetzen und bewerten > [22410103](#)

> [22410103](#)

Mi. 13. – Do. 14. Oktober 2022

Thomas Diller

Erfolg mit Motivation & Feedback > [22410104](#)

> [22410104](#)

Di. 8. – Mi. 9. November 2022

Markus Knopp

Niederösterreich

Smartphone-Video-Training – Gesundheit attraktiv verpackt > [22200102](#)

> [22200102](#)

Do. 7. – Fr. 8. April 2022

David Kleinf

„Wie wirke ich?“ – Körpersprache, Stimme und Ausdruckskraft > [22200105](#)

> [22200105](#)

Do. 21. – Fr. 22. April 2022

Barbara Schwiglhofer

ONLINE: Selbstfürsorge: Eine Hausapotheke für 's psychische Wohlbefinden > [22200103](#)

> [22200103](#)

Di. 10. – Mi. 11. Mai 2022

Birgit Kriener

The Power of Focus > [22200104](#)

> [22200104](#)

Mi. 22. – Do. 23. Juni 2022

Brigitte Lube

Zwischen Power Point und Flipchart: Fit in einer Minute – fitter in fünf Minuten > [22210102](#)

> [22210102](#)

Do. 15. – Fr. 16. September 2022

Hannes Pratscher

Kreativ auf Knopfdruck? > [22210103](#)

> [22210103](#)

Do. 6. – Fr. 7. Oktober 2022

Margit G. Bauer-Obomeghie

Mit dem Lösungsfokus leichter Ziele erreichen und Möglichkeiten erschließen – in ruhigen und herausfordernden Zeiten > [22210104](#)

> [22210104](#)

Mi. 9. – Do. 10. November 2022

Lorena Hoormann

ONLINE: Toolbox Erfrischende Partizipation im digitalen Raum > [22210105](#)

> [22210105](#)

Di. 6. – Mi. 7. Dezember 2022

Birgit Pichler, Helga Pesserer

Burgenland

Aktiv für Umwelt- und Klimaschutz – Was können wir beitragen? > 22900102

Fr. 1. – Sa. 2. April 2022

Sarah Schöller, Evelyn Rath

E-Partizipation – Beteiligung in der digitalen Welt, Konzepte und praktische Umsetzung > 22900101

Di. 5. – Mi. 6. April 2022

David Röhler

Psychische Gesundheit im kommunalen Setting stärken – Aber wie? > 22900103

Do. 21. – Fr. 22. April 2022

Christian Scharinger

Virtuell erfolgreich & professionell kommunizieren – Der Erfolgsfaktor im Home-Office und in der neuen Arbeitswelt > 22900104

Di. 10. – Mi. 11. Mai 2022

Helmut Buzzi

Willkommen in der Anti-Raunzerzone – Warum Optimistinnen und Optimisten länger leben > 22900105

Mo. 23. – Di. 24. Mai 2022

Nora Korecky

ONLINE - Und ob das geht! Online-Trainings gesundheitsfördernd gestalten > 22900106

Mi 8. – Do 9. Juni 2022

Helga Pesserer und Birgit Pichler

Rechtlicher Rahmen für Gesundheitsprojekte im Bewegungs- und Freizeitbereich > 22910101

Do. 15. – Fr. 16. September 2022

Wolfgang Stock

Achtsamkeit mit sich und in der digitalen Welt – Gebrauchsanleitung für ein menschliches Gehirn in Zeiten der Digitalisierung > 22910102

Do. 29. – Fr. 30. September 2022

Ulrike Gmachi-Fischer

Sagen Sie endlich „Nein“! Wie auch Sie als notorische:r „Ja-Sager:in“ lernen können, Grenzen zu setzen > 22910104

Mi. 19. Oktober und Mi. 9. November 2022

Denise Kloska

Digital Storytelling: Authentisch mit Video, Foto & Co neue Zielgruppen erreichen > 22910103

Do. 1. – Fr. 2. Dezember 2022

Susanne Shouman

Steiermark

ONLINE: Urheber- & Persönlichkeitsrecht in der Praxis der Gesundheitsförderung

> 22700101

Do. 10. März und Do. 17. März 2022

Stefan Schoeller

ONLINE: Bilder, die begeistern – analoge Plakate & digitales Zeichnen

> 22700102

Di. 15. – Mi. 16. März 2022

Margit Bauer-Obomeghie

Erste Hilfe für die Seele

> 22700103

Di. 22. – Mi. 23. März 2022

Sigrid Lugitsch

Teams gesund führen (Teil 1)

> 22700104

Di. 26. – Mi. 27. April 2022

Gerald Höller

Mikrofon-, Interview- & Sprechtraining

> 22700105

Mi. 11. – Do. 12. Mai 2022

Irene Wolf-Fritz

Gesundheitsförderung in Pflegeeinrichtungen

> 22700106

Mi. 22. – Do. 23. Juni 2022

Christine Neuhold, Doris Pfabigan

Smartphone-Kurzvideos planen, drehen & schneiden > 22710104

Di. 5. – Mi. 6. Juli 2022

Astrid Rampula

Teams gesund führen (Teil 2)

> 22710102

Di. 18. – Mi. 19. Oktober 2022

Gerald Höller

Eigene Gesundheitsziele erreichen mit dem Zürcher Ressourcen Modell ZRM®

> 22710103

Mo. 7. – Di. 8. November 2022

Ulli Krenn

Oberösterreich

Gebrauchsanleitung zur Selbststärkung – mit Gelassenheit gelingt's > 22100103
Di. 22. – Mi. 23. März 2022
Ursula Zidek-Etzelsdorfer

Was sagt der Purzelbaum zum Liegestütz, wenn die Kniebeuge springt? > 22100104
Di. 26. – Mi. 27. April 2022
Elisabeth Barta-Winkler

Abenteuer Schreiben: Ein Workshop zu Schreib-techniken für mehr Lebensqualität > 22100105
Do. 5. – Fr. 6. Mai 2022
Margit G. Bauer-Obomeghie, Eva Lepold

Gesundheit in der Klimakrise – Herausforderung mit Chancen > 22100106
Mi. 18. – Do. 19. Mai 2022
Willi Haas

Atem – Stimme – Persönlichkeit > 22110101
Mi. 6. – Do. 7. Juli 2022
Daniela Strolz-Holzer

Win-Win – Der gelungene Weg zur Kooperation > 22110102
Di. 27. – Mi. 28. September 2022
Ursula Zidek-Etzlstorfer

Nimm 's nicht so persönlich – The Work von Byron Katie > 22110103
Di. 18. – Mi. 19. Oktober 2022
Marion Weiser

Digital Leadership – Führung in digitalen Umfeldern von unterschiedlichen Generationen > 22110104
Di. 8. – Mi. 9. November 2022
Stefan Parnreiter-Mathys

Gesundheitsförderung leicht verständlich und barrierefrei vermitteln > 22110107
Fr. 11. – Sa. 12. November 2022
Karina Lattner

Veränderung gestalten – Ziele erreichen und in Ressourcen denken und handeln.
Ressourcenorientierte Methoden im Projektmanagement und in der Gesundheitsförderung > 22110105
Mi. 16. – Do. 17. November 2022
Margit G. Bauer-Obomeghie, Monika Bauer

„Aufruhr im Kopf“ – Jugendliche verstehen und abholen > 22110106
Mi. 23. November 2022
Birgitta Klammer-Barabasch

Salzburg

Entwicklung der eigenen Medienkompetenz – Chance oder Untergang? > 22800102
Mo. 4. – Di. 5. April 2022
Regina Preloznik

Menschen aus verschiedenen Kulturen für ihren Weg zum Gesundbleiben begeistern > 22800103
Mo. 25. – Di. 26. April 2022
Jaqueline Eddaoudi

„Art of Hosting“ als Haltung und Methodik > 22800104
Do. 5. – Fr. 6. Mai 2022
Alexander Hader

Perspektivenwechsel Demenz > 22800105
Do. 19. – Fr. 20. Mai 2022
Sonja Schiff

Mund und Ohr > 22800106
Mo. 20. – Di. 21. Juni 2022
Mareike Tiede

Agile Tools für die Arbeit in Projekten > 22800107
Do. 23. – Fr. 24. Juni 2022
Thomas Diller

UN-Nachhaltigkeitsziele für Erfolg in der Praxis > 22810103
Do. 6. – Fr. 7. Oktober 2022
Susanne von Jan

Feedback statt Fehde – Wie Sie in schwierigen Besprechungen den Dreh finden > 22810102
Mo. 17. – Di. 18. Oktober 2022
Ingeborg Latzl-Ewald
Methodenkoffer Gesundheitsförderung > 22810104
Do. 20. – Fr. 21. Oktober 2022
Birgit Pichler, Karin Korn

Erfolg mit Smartphone-Videos > 22810105
Do. 17. – Fr. 18. November 2022
Bernhard Jenny

Tirol

Sprache – Körper – Präsenz > 22300101
 Di. 5. – Mi. 6. April 2022
 Lisa-Maria Sexl

Vielfalt: Herausforderung und Chance
 > 22300102
 Di. 26. – Mi. 27. April 2022
 Birgit Mahrle-Haas

Das 1x1 der Freiwilligenarbeit > 22300103
 Di. 10. – Mi. 11. Mai 2022
 Martin Oberbauer

Gemeinde, Quelle für Gesundheit
 > 22300104
 Di. 17. – Mi. 18. Mai 2022
 Thomas Diller

Gruppen kreativ moderieren
 > 22300105
 Di. 21. – Mi. 22. Juni 2022
 Margit Bauer

Das Geheimnis kluger Entscheidungen
 > 22300106
 Di. 28. – Mi. 29. Juni 2022
 Bettina Bachschwöll

Art of Hosting – die Kunst des Gastgebens
 > 22310101
 Di. 27. – Mi. 28. September 2022
 Michael Nußbaumer

Grundlagen des Puppenspiels als Lehrmethode in
 der Gesundheitsförderung > 22310102
 Di. 11. – Mi. 12. Oktober 2022
 Julia Schumacher-Fritz

Gesundes Home-Office – Chancen und Risiken für
 die Arbeitswelt > 22310103
 Di. 18. – Mi. 19. Oktober 2022
 Helmut Buzzi
 Teams gut und gesund führen > 22310104
 Di. 8. – Mi. 9. November 2022
 Gerald Höller

Vorarlberg

Gesundes Home-Office – Chancen und Risiken in
 Zeiten von Corona > 22600101
 Do. 21. – Fr. 22. April 2022
 Helmut Buzzi

Empowerment – Resilienz-Förderung bei Kindern
 und Jugendlichen > 22600102
 Do. 28. – Fr. 29. April 2022
 Ulla Catarina Lichter

Projekte mental und punktgenau erfolgreich
 umsetzen > 22600103
 Do. 12. – Fr. 13. Mai 2022
 Kathrin Zechner

Embodiment und Embodied Communication PSI®-
 Theorie. Tools aus dem Zürcher Ressourcen Modell
 ZRM® > 22600104
 Do. 19. – Fr. 20. Mai 2022
 Caroline Theiss-Wolfsberger

Ihr Auftritt in der Öffentlichkeit / Umgang mit
 Medien > 22600105
 Do. 2. – Fr. 3. Juni 2022
 Angelika Böhler

„mental fit & firm“ ... psychisch gesund in der
 Altenpflege > 22610101
 Do. 6. – Fr. 7. Oktober 2022
 Brigitte Lube

Innovationsmanagement leicht gemacht:
 Prozesse – Werkzeuge – Kultur
 > 22610102
 Do. 20. – Fr. 21. Oktober 2022
 Angelika Dreher

Teamkultur in der Gesundheitsförderung
 > 22610103
 Do. 10. – Fr. 11. November 2022
 Michael Nußbaumer

Konfliktmanagement Basiskurs
 > 22610104
 Do. 15. – Fr. 16. Dezember 2022
 Gerald Höller

Entwicklung der eigenen Medienkompetenz – Chance oder Untergang? > 22800102

Speziell für Gesundheitsexpertinnen und Gesundheitsexperten

Medienkompetenz ist die Voraussetzung für konstruktive Gespräche mit Journalistinnen und Journalisten.

Diese haben zahlreiche Methoden, um die Berichterstattung in die eigene Richtung zu lenken. Daher ist es von großem Wert, diese Mechanismen zu kennen und bei Bedarf für den eigenen Vorteil zu verwenden. In diesem zweitägigen Workshop erfahren Sie, wie Sie Gespräche auf Augenhöhe führen, das Gefühl der „Fremdsteuerung“ erst gar nicht aufkommen lassen und die Medien für Ihre Themen begeistern.

Ziel:

- Sie profitieren von der Erarbeitung Ihres persönlichen Stils hinsichtlich Lockerheit, Kompetenz und Sympathie.
- Sie können Ihre Message in wenigen Sekunden klar und einfach formulieren und behalten auch in schwierigen Situationen einen kühlen Kopf. Daher werden die Medien Ihre Botschaften in Ihrem Sinne wiedergeben.
- Auch kennen Sie die wichtigsten Settings – also Interviews im Stehen/Sitzen am Pult/Schreibtisch/frei.
- Durch optimale Vorbereitung überlassen Sie nichts dem Zufall – Ihr Interview/Gespräch wird zur Chance und nicht zum Untergang.

Methoden:

Fachliche Inputs und viel Praxis in interaktiven (kurzweiligen) Übungen, in Gruppen- und Einzelarbeit; Sie haben mehrmals die Möglichkeit, Erfahrungen vor der Kamera zu machen.

Inhalte:

- **Mentale Vorbereitung, Tipps für Souveränität und Ruhe, trotz Lampenfieber Charisma bewahren**
- **sympathische kontrollierte Körpersprache (Haltung, Mimik, Gestik, Blickkontakt)**
- **Die große Wirkung der einfachen und präzisen Sprache**
- **Schlagfertig auf unerwartete Fragen die passende Antwort finden**
- **Journalistische Absichten erkennen und Herausforderungen rechtzeitig umgehen**
- **Dos and Don'ts vor Mikrofon und Kamera**
- **Wo liegen meine Stärken – wie setze ich sie richtig ein?**
- **Das richtige Outfit**

Referentin/Trainerin:
Regina Preloznik

Termin: Montag 4. – Dienstag 5. April 2022,
Beginn am 4. April um 10:00 Uhr, am 5. April um
9:00 Uhr, Dauer jeweils bis 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,--
Anmeldung bis 21. März 2022
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Menschen aus verschiedenen Kulturen für ihren Weg zum Gesundbleiben begeistern > 22800103

Trotz großen Bemühens ist es häufig schwierig, Menschen aus unterschiedlichen Kulturen bei der Gesundheitsvorsorge gut zu begleiten. Einerseits ist es manchmal herausfordernd, diese wirklich zu erreichen, andererseits können Gesundheits- und Krankheitskonzepte, Körperverständnis und die Herangehensweise an Prävention sehr von dem hierzulande Üblichen abweichen. Wenn man versteht, wie in den verschiedenen Kulturen mit Gesundheit und Krankheit umgegangen wird, und wenn man vor allem weiß, was Menschen aus den unterschiedlichen Kulturen motiviert, kann man gemeinsam mit diesen wirksam an der Erhaltung ihrer Gesundheit arbeiten.

Ziel:

Sie bekommen Einblicke in das Gesundheits- und Krankheitsverständnis verschiedener Kulturen und erfahren, wie Sie Menschen aus diesen Kulturen so erreichen, dass Sie eine Basis für eine gelingende Zusammenarbeit schaffen können. Sie lernen, mit Menschen aus unterschiedlichen Kulturen auf eine Weise zu kommunizieren, dass Ihre Botschaft auch wirklich ankommt und sie diese zum Mitmachen motivieren können.

Inhalte:

- **Grundlagen für wirksames transkulturelles Handeln**
- **Unterschiedliche Gesundheits- und Krankheitskonzepte**
- **Verschiedene Wege der Gesundheitsförderung**
- **Reflexionsinputs**
- **Tipps & Tricks für den Alltag**

Methoden:

Fach-Input, Kulturreflexionen, Storytelling, Murmerrunden, entdeckendes Lernen, Gruppenpuzzle, Transferübungen

Referentin/Trainerin:

Jaqueline Eddaoudi

Termin: Montag 25. – Dienstag 26. April 2022,
jeweils von 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,--

Anmeldung bis 11. April 2022

<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>



„Art of Hosting“ als Haltung und Methodik > 22800104

Für Ihre Anliegen im kommunalen Setting

Unter Art of Hosting wird „die Kunst, qualitätsvolle Gespräche zu führen“ verstanden. Art of Hosting ist nicht nur ein Werkzeug, sondern steht für eine Haltung. Diese basiert auf dem Vertrauen, dass Menschen im Prinzip alles Wissen und alle Kompetenzen mitbringen, um Probleme bearbeiten, Lösungen entwickeln und Prozesse gestalten zu können. Mit Art of Hosting gelingt es, die „Weisheit der Vielen“ zusammenzutragen, zu bündeln und zielorientiert einzusetzen.

Konkret geht es darum, bunt gemischte Gruppen dabei zu unterstützen, handlungsfähig zu werden, indem qualitätsvolle Räume geschaffen werden, in denen man miteinander über wirklich wesentliche Dinge offen und produktiv sprechen kann. Auf dieser Basis können in der Folge gute Lösungen entwickelt werden, die nicht nur innovativ sind, sondern auch breite Zustimmung, Identifikation und Akzeptanz finden.

Art of Hosting ist eine Methode, eine Haltung und eine Praxis, die im täglichen Tun geübt und weiterentwickelt wird. Sie steht für kollektive Intelligenz, Zusammenarbeit und Selbstorganisation.

Ziel:

Bei diesem zweitägigen Seminar lernen Sie die Grundzüge von Art of Hosting kennen, wenden dabei viele verschiedene Methoden und Werkzeuge an und können gleichzeitig Ihre persönlichen Anliegen und Projekte kollaborativ weiterentwickeln.

Inhalte:

- **Kleine, mittlere und große Gruppen qualitativ leiten und begleiten**
- **Gestaltung von Meetings und Workshops**
- **Gespräche leiten, führen und zu guten Ergebnissen bringen**
- **Methoden und Werkzeuge kennenlernen und anwenden**
- **Austausch und Vernetzung vor dem Hintergrund der eigenen Organisation und Arbeitsaufgaben**
- **Nutzen der „Weisheit der Vielen“ für die eigenen Anliegen und Projekte**

Methoden:

Theoretische Inputs, Methoden wie World Café, Dialog, Wertschätzende Befragung, Pro Action Café u.v.m.; Austausch und Reflexion, Beispiele aus der Praxis, Arbeit an Ihren Anliegen und Fragestellungen

Referent/Trainer:
Alexander Hader

Termin: Donnerstag 5. – Freitag 6. Mai 2022,
jeweils von 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,-
Anmeldung bis 21. April 2022
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>



Perspektivenwechsel Demenz > 22800105

Für einen offenen Umgang mit Menschen mit Demenz und ihren Familien

Demenz. Eine Diagnose, die in den Köpfen der Menschen meist dramatische Bilder und große Ängste auslöst. Obwohl Fachexpertinnen und Fachexperten ebenso wie Betroffene seit Jahren versuchen, den Blick auf Demenz positiv zu verändern, halten sich Bilder von Verfall und Siechtum.

Demenzerkrankungen haben jedoch einen langsamen Verlauf, Lebensfreude und Lebensqualität sind auch mit einer solchen möglich. Voraussetzungen dafür sind eine Enttabuisierung des Themas Demenz und ein neuer, offener Umgang mit Betroffenen, ihrem Verhalten, ihren Gefühlen und Bedürfnissen.

Das Seminar soll Gemeinden, Akteurinnen und Akteuren sowie Interessierten, wie durch ein Schlüsselloch, einen neuen Blick auf Menschen mit Demenz, ihre Gefühlswelt und ihre Bedürfnisse vermitteln. Dadurch sollen sich Türen öffnen für einen kreativeren und positiveren Umgang mit Menschen mit Vergesslichkeit.

Ziel:

Die Teilnehmenden erleben mittels Demenz Balance Modell® – einer Methode der Selbsterfahrung – Verluste, spüren Gefühlen und Bedürfnissen nach und erhalten dabei Einblick in die Erlebniswelt von Menschen mit Demenz. Nach diesem Perspektivenwechsel erfolgt der Praxistransfer, Möglichkeiten eines personenzentrierten Umgangs mit Menschen mit Demenz werden entwickelt und Maßnahmen zu mehr Sensibilität im Umgang mit Betroffenen und deren Familien erörtert.

Inhalte:

- **Die subjektive Krankheitstheorie zu Demenz und ihre negative Wirkung**
- **Perspektivenwechsel Demenz mit dem Demenz Balance Modell® plus Praxistransfer**
- **Personenzentrierter Ansatz im Umgang mit Menschen mit Demenz**
- **Die nationale Demenzstrategie und ihre Chance**
- **Beispiele und Projekte für einen sensitiven Umgang mit Menschen mit Demenz**
- **Entwicklung erster Maßnahmen für mehr Demenzsensibilität in der Gemeinde**

Zielgruppe:

Der Workshop richtet sich an Expertinnen und Experten sowie Verantwortliche in den Bereichen Gesundheitsförderung, Gesundheitsberatung, Pflege und Betreuung. Er richtet sich dezidiert NICHT an pflegende Angehörige.

Methoden:

Selbsterfahrung mit dem Demenz Balance Modell®, Theorie-Input, Kleingruppen, Dialog und Diskussion, Ideenwerkstatt

Referentin/Trainerin:
Sonja Schiff

Termin: Donnerstag 19. – Freitag 20. Mai 2022,
jeweils von 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,–
Anmeldung bis 5. Mai 2022
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Mund und Ohr > 22800106

Sprechtechnik & Zuhörkunst für wirkungsvolle Kommunikation

Meist tüfteln wir nur am Inhalt und vergessen, wie sehr das Sprechen die Wirkung des Gesagten beeinflusst. Doch durch Dein Sprechen – Deine Stimme, Deine Artikulation, Deinen Atem, Deine Körpersprache – wirst Du als Person sicht- und hörbar. Deine Inhalte werden plastisch und Du kannst Menschen überzeugen und bewegen. Wir erforschen daher am ersten Tag, welche Faktoren für wirkungsvolles Sprechen entscheidend sind.

Der zweite Tag widmet sich dem Zuhören. Wann hast Du das letzte Mal erlebt, dass Dir jemand wirklich zuhört? Dass jemand voll und ganz erfasst, was Dir wichtig ist, wie es Dir geht und was Du willst? Laut einer Studie halten sich 96 Prozent der Menschen für gute Zuhörer. Gleichzeitig haben die meisten den Eindruck, dass ihnen keiner wirklich zuhört. Wie kann das sein? Wirklich Zuhören bedeutet mehr als nur leise zu sein und Inhalte lückenlos wiederzugeben. Wer wirklich Zuhören kann, begibt sich in die Welt des anderen, reflektiert, fragt nach. Dadurch kommen nicht nur verborgene Informationen ans Tageslicht. Wirkliches Zuhören ist auch die Geburtsstätte für Vertrauen und wahrhaftige Beziehungen.

Ziel:

Du weißt, wie Du souverän und überzeugend sprichst. Du kennst Deine Zuhörbarrieren und weißt, wie Du sie aus dem Weg räumst. Du kannst Deinem Gegenüber das Gefühl geben, wirklich gehört zu werden.

Inhalte:

- **Atemtechnik für sicheres, souveränes Sprechen**
- **Plastische Artikulation**
- **Bewegende Körpersprache**
- **Resonanzreiche, volumenreiche Stimme**
- **Zuhörbarrieren**
- **Zuhörwerkzeuge**

Methoden:

Theorie und jede Menge praktische (Gruppen-, Einzel-, Partner-)Übungen

Referentin/Trainerin:

Mareike Tiede

Termin: Montag 20. – Dienstag 21. Juni 2022,
jeweils von 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,–

Anmeldung bis 7. Juni 2022

<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Agile Tools für die Arbeit in Projekten > 22800107

Erfolg durch Interaktion

Das Arbeiten in Projekten erlaubt, abseits der eingespielten Pfade, die Entwicklung und Erprobung neuer Zugänge, Lösungen und/oder Kooperationen, zeitlich befristet und herausgelöst aus den bestehenden Strukturen und Prozessen, sei es innerhalb einer Organisation oder in der Gesellschaft. Das klassische Projektmanagement hat viel erreicht, den aufkommenden Ansprüchen – speziell auch in der Gesundheitsförderung – nach Fokussierung auf die Bedürfnisse, Potenziale und Ressourcen der Zielgruppe/Klientinnen und Klienten/Kundinnen und Kunden sowie der maßgeblichen Einbindung der weiteren Stakeholder – vor allem auch der Projektmitarbeitenden – wird es allerdings nur mehr eingeschränkt gerecht. Die Lösungen der Expertinnen und Experten passen nicht so richtig, die Potenziale der Mitarbeitenden entfalten sich nur eingeschränkt, sie sind nur mäßig engagiert. Aus der Softwareentwicklung kommend, im Agilen Manifest niedergeschrieben, bewähren sich agile Praktiken und Frameworks. Erfolgreiche Projektarbeit, gemessen an Projektauftragserfüllung und inspirierender Teamarbeit, bekommt einen zusätzlichen Schub.

Ziel:

In diesem Workshop lernen Sie, agile Tools anzuwenden, mit denen Sie die Interaktion der Individuen im Projekt befördern, die Sichtweisen der Stakeholder, insbesondere der Zielgruppe, ins Zentrum des Projektes holen und in die Projektarbeit Schleifen von Aktion und Reflexion integrieren.

Ihre Projekte sind AGIL: Sie sind befähigt, sich an veränderte Bedingungen anzupassen; verfolgen die Projektziele; binden die Stakeholder ein und schaffen Zusammenhalt; halten die grundlegenden Strukturen und Wertmuster aufrecht.

Inhalte:

Nach Vorstellung des agilen Mindsets werden entlang des Prozesses der Projektentwicklung und -umsetzung folgende Tools vorgestellt und ausprobiert:

- Stakeholder Analyse
- Problembaum
- Project-Canvas, Leadership-Canvas
- Personas und andere Instrumente des Design Thinkings
- Tools aus Scrum (Story Map, Backlog, Standup Meeting)
- Planungspoker
- Retroboard

Methoden:

Lebendiger Mix aus fachlichen Inputs, Dialogen und Kleingruppenarbeiten

Referent/Trainer:

Thomas Diller

Termin: Donnerstag 23. – Freitag 24. Juni 2022,
jeweils von 9:00 –bis 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,–

Anmeldung bis 9. Juni 2022

<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

UN-Nachhaltigkeitsziele für Erfolg in der Praxis > 22810103

Wie können mich die Sustainable Development Goals (SDGs) in meiner Arbeit für die Gesundheit unterstützen?

Im Jahr 2015 wurde bei einem Gipfeltreffen der Vereinten Nationen die „Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung“ beschlossen. Die Agenda 2030 enthält 17 Nachhaltigkeitsziele (SDGs), in denen die drei Dimensionen soziale, ökonomische und ökologische Nachhaltigkeit gleichrangig berücksichtigt werden. Dabei geht es in Ziel 3 ganz konkret darum, Gesundheit und Wohlergehen zu fördern. Doch auch fast alle anderen Ziele weisen einen relevanten Gesundheitsbezug auf und zeigen, dass Gesundheit nur durch einen politikfeldübergreifenden Ansatz erreicht werden kann.

Ziel:

Am Ende des zweitägigen Workshops kennen die Teilnehmenden die SDGs mit ihren Umsetzungsprinzipien und haben ihre eigene Arbeit im Zielsystem der SDGs verortet. Im Rahmen des Workshops haben die Teilnehmenden eigene Ideen entwickelt, wie sie die SDGs für ihre Arbeit nutzen können, zum Beispiel bei der Entwicklung und Ausgestaltung der eigenen Ziele, als Argumentationsgrundlage gegenüber Dritten oder bei der Messung der eigenen Erfolge. Auch der Austausch und die Vernetzung untereinander kommen nicht zu kurz.

Inhalte:

- **Was sind die SDGs und in welchem Zusammenhang stehen sie zur Gesundheitsförderung?**
- **Wie kann ich die SDGs für die Verbesserung meiner Arbeit nutzen? Welche Ideen für Zielsetzungen und Maßnahmen kann ich von den SDGs ableiten?**
- **Welche Wechselwirkungen gibt es zwischen den SDGs und was verbirgt sich hinter den Umsetzungsprinzipien?**
- **Wie wird die Erreichung der SDGs gemessen? Welche Indikatoren werden genutzt?**
- **Welche einfachen Instrumente können bei der Gesundheitsförderung zur Wirkungsmessung genutzt werden (Tipps für Tools)?**

Methode:

Das Seminar besteht aus einer abwechslungsreichen Mischung aus Inputs, Reflexionsrunden, Einzel- und Gruppenarbeiten.

Referentin/Trainerin:
Susanne von Jan

Termin: Donnerstag 6. – Freitag 7. Oktober 2022,
jeweils von 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,-
Anmeldung bis 22. September 2022
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Feedback statt Fehde – Wie Sie in schwierigen Besprechungen den Dreh finden > 22810102

Unterschiedliche Meinungen, Ideen, Lösungsansätze gehören ebenso wie gelegentliche Konflikte zum Joballtag. Da kann eine Besprechung schon einmal zum Mikrokosmos werden, in dem verschiedenste Charaktere aufeinanderprallen. Während wir noch überlegen, ob wir etwas sagen sollen und, wenn ja, was, geht es schon heiß her. Und am Ende des Tages stehen wir vielleicht auch noch mit Aufgaben da, die wir nie haben wollten. Da ist innerer Ärger vorprogrammiert. Im Workshop erfahren Sie, wie Sie in Besprechungen ebenso professionell wie gelassen agieren, die eigenen Selbstgespräche in souveräne Botschaften verwandeln, unterschiedliche Fragetechniken anwenden, was aktives Zuhören in der Praxis heißt und wie Sie zu einem besseren Miteinander und einer klareren Eigenverantwortung kommen.

Ziel:

Überprüfen Sie Ihre Kommunikations- und Handlungsmuster und gewinnen Sie mehr Klarheit und Gelassenheit in der Gesprächsführung.

Inhalte:

- **Gelegenheiten zum Einsteigen: Die (mindestens) fünf Phasen eines Gesprächs**
- **Realitätscheck: Welche Gesprächstypen gibt es?**
- **Wegweiser zum Gesprächsziel: Fragetechniken**
- **Gefühle im Griff: Meetings mit Herz und Hirn**
- **Selbstgespräche: Die Kraft des „inneren Teams“**
- **Schlagfertigkeitstraining: Säbelrasseln oder feine Klinge?**
- **Schluss mit lustig: Gespräche höflich und bestimmt beenden**
- **Selbstmanagement: Zauberwort „Nein“**
- **Feedback Beziehungspflege statt Zahlenquälerei**

Methoden:

- **Fach-Inputs:** Nichts ist so praktisch wie eine gute Theorie
- **Mentaltraining:** Übungen zur Selbstwahrnehmung und zur Selbststeuerung
- **Coaching:** Die Kompetenz der Gruppe für konkrete Gesprächssituationen der Teilnehmenden nutzen
- **Umsetzen im geschützten Rahmen:** Aktives Zuhören, kreatives Mitdenken, offener Dialog

Referentin/Trainerin:
Ingeborg Latzl-Ewald

Termin: Montag 17. – Dienstag 18. Oktober 2022,
jeweils von 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,-
Anmeldung bis 3. Oktober 2022
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Methodenkoffer Gesundheitsförderung > 22810104

*Energiefass, Millionenshow oder Zuckerquiz?
Ein Koffer voller praxistauglicher Methoden, um die Gesundheit
vielfältiger Zielgruppen aktiv zu fördern*

Dieses Seminar bietet einen Fundus an erprobten Übungen, die von Trainerinnen und Trainern, Beraterinnen und Beratern sowie allen, die in Gesundheitsförderungsprojekten arbeiten, einfach in ihre Workshops und Trainings eingebaut werden können. Erlern werden Methoden für die aktive Gesundheitsförderung in den Bereichen körperliche, seelische und soziale Gesundheit, die im Gruppensetting oder aber auch in der Einzelarbeit Anwendung finden können. Die Teilnehmer:innen erleben im Rahmen des Seminars selbst die einzelnen Übungen und können diese dadurch schnell in ihr eigenes Repertoire übernehmen. Eingebettet wird das praktische Erlernen der Methoden in kurze theoretische Sequenzen (etwa zu Grundlagen der Verhaltensänderung, Gruppendynamik etc.) und die gemeinsame Reflexion. Die Eignung der Übungen für unterschiedlichste Zielgruppen (bildungsferne Personen, Menschen mit Migrationserfahrung, Führungskräfte, ältere Menschen etc.) und in verschiedenen Settings (Betrieb, Einrichtungen des Sozial- und Gesundheitswesens, arbeitsmarktpolitisches Setting etc.) wird gemeinsam mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie entlang ihrer konkreten Fragestellungen reflektiert.

Ziel:

Dieses praxisorientierte Seminar erweitert das Methodenrepertoire der Teilnehmer:innen und befähigt diese dazu, das Erlernte rasch in ihre Arbeit einzubauen.

Zielgruppe:

Trainer:innen, Berater:innen, Projektleiter:innen und -mitarbeiter:innen, die im Rahmen von Gesundheitsförderungsprojekten aktive Gesundheitsförderung in den Bereichen körperliche, seelische und soziale Gesundheit anbieten (wollen)

Methoden:

Inputs zu theoretischen Grundlagen, Präsentation und Diskussion von Good Practice Projekten, Projektwerkstatt zur gemeinsamen Entwicklung von neuen/innovativen Projekt- bzw. Maßnahmenideen, prozessorientiertes Arbeiten an den Fallbeispielen der Teilnehmer:innen, Einsatz verschiedener kreativer Methoden zur Projektentwicklung, kollegiale Beratung, Kleingruppenarbeit, Diskussionen im Plenum sowie in Kleingruppen

Referentinnen/Trainerinnen:

Birgit Pichler, Karin Korn

Termin: Donnerstag 20. – Freitag 21. Oktober 2022,
jeweils von 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,-
Anmeldung bis 6. Oktober 2022
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Erfolg mit Smartphone-Videos > 22810105

Grundregeln und erste Schritte in der Praxis

Videos sind auf Social Media-Plattformen zum Alltag geworden. Stories werden in Sekunden gestaltet und hochgeladen. Dann kommt der spannende Moment oder das lange Warten. Nicht immer lösen die Videos die gewünschte Begeisterung aus und bekommen die erwartete Aufmerksamkeit. Als User:innen erleben wir sehr schnell die andere Seite des permanenten Self Broadcastings von Langeweile bis Fremdschämen. Was muss ich beachten, um mit meinen Videos meine Botschaften erfolgreich zu verbreiten? Wie kann ich sicher sein, dass ich das Richtige zeige und mein Anliegen verstanden wird? Funktionieren Humor und Witz oder handelt es sich dabei um gefährliche Unterfangen? Was sind die wichtigsten Regeln für die Herstellung von Kurzvideos, wie erreiche ich genau jene Menschen, die ich ansprechen will, und welche Botschaft will ich vermitteln? Was entscheidet darüber, ob mein Video ankommt, verstanden, geliked oder geteilt wird? Ist es besser, einmal ein perfektes Video zu posten oder viele spontane Drehs mehrmals am Tag? Welche rechtlichen Risiken sind bei der Verbreitung von Videos zu beachten? In diesem Workshop identifizieren wir die Grundregeln der Kommunikation via Social Media und arbeiten konkret an praktischen Beispielen. Was lässt sich planen, was nicht? Wieviel Bearbeitung braucht mein Video, um entsprechend zu wirken, und wann ist Spontaneität wichtiger als detaillierte Vorbereitung? Welche Arten von Videos sind zu unterscheiden und wie entsteht ein Drehbuch für Smartphone Videos oder braucht es das gar nicht?

Ziel:

- Sicherheit im Video-Einsatz auf diversen Plattformen
- Grundregeln der Social Media-Kommunikation
- praktische Erfahrung in Übungsproduktionen (Video-fähiges Handy mitnehmen)

Inhalte:

- **Konzeption, Strategie**
- **Timing, Struktur & Inhalt**
- **Filmen wo, wie, wen?**
- **Bildkomposition, Location, Licht, Ton**
- **Einfacher Filmschnitt**
- **Musik, Rechtliches**
- **Liveübertragung**
- **Dos and Don'ts aus der Praxis**

Zielgruppe:

Menschen, die im Gesundheitsbereich tätig sind und entweder für sich persönlich oder für eine Institution, ein Unternehmen den Einsatz von Videos planen. Grundkenntnisse in der Bedienung von Videofunktionen auf dem Smartphone sollten vorhanden sein. Das Seminar richtet sich an Einsteiger:innen.

Methoden:

Theoretische Inputs, Einzel- und Gruppenarbeit, Diskussion und Reflexion, praktische Übungen und Analyse

Referent/Trainer:
Bernhard Jenny

Termin: Donnerstag 17. – Freitag 18. November
2022, jeweils 9:00 – 17:00 Uhr

Ort: AMD Seminarzentrum „Training“,
Elisabethstraße 2/1.Stock, 5020 Salzburg

Teilnahmegebühr: EUR 100,--
Anmeldung bis 3. November 2022
<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 **bisher vier Leitthemen**: Psychosoziale Gesundheit, Gesundheitliche Chancengerechtigkeit, Gendergerechte Gesundheitsförderung und Diversität, und „Gut leben in Zeiten von COVID-19“ und **wurde 2022 um ein weiteres ergänzt: Klima und Gesundheitsförderung**. Der FGÖ bearbeitet in diesem Zeitraum fünf in Arbeitspaketen zusammengefasste Programmlinien: Bei Programmlinie 5 wurde „Klimaschutz“ in den Titel und die Aktivitäten integriert: Gesundes Aufwachsen, Betriebliche Gesundheitsförderung, Kommunales Setting, Lebensqualität von Älteren und **Gesunde Lebensweisen und Klimaschutz durch intersektorale Zusammenarbeit**.

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.

Das FGÖ-Magazin „Gesundes Österreich“ vermittelt Inhalte aus den Handlungsfeldern Politik, Wissenschaft und Praxis und präsentiert die Menschen, die Gesundheitsförderung erforschen, planen und umsetzen. Das Magazinabonnement kann kostenlos auf der homepage <https://fgoe.org/contact/broschuerenbestellung> bestellt werden.

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://kontaktdatenbank.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

Bewegung ist gesund – klar!



Regelmäßige Bewegung ist eine der wirksamsten und wichtigsten Maßnahmen, um die Gesundheit auf vielen Ebenen zu fördern. Der Wechsel von keiner oder wenig Bewegung zu mehr und regelmäßiger Bewegung ist ein entscheidender Beitrag für die Gesundheit – gerade jetzt!

Für verschiedene Altersgruppen gelten unterschiedliche Bewegungsempfehlungen.

Expertinnen und Experten unterscheiden hier sechs Zielgruppen:

- Kinder im Kindergartenalter
- Kinder und Jugendliche
- Erwachsene
- ältere Erwachsene
- Frauen während der Schwangerschaft und danach
- Erwachsene mit chronischen Erkrankungen



Für jede Zielgruppe gibt es übersichtlich gestaltete Folder und Plakate in einfacher Sprache, die beim Fonds Gesundes Österreich kostenlos bestellt werden können oder als Download auf der Website des FGÖ zur Verfügung stehen. Tel: 01/8950400, fgoe@goe.at, www.fgoe.org

https://fgoe.org/FGOe-Publikationen_downloaden

