



Fonds Gesundes
Österreich

Bildungsnetzwerk Gesundheitsförderung

Programm 2. Halbjahr 2024 für Salzburg

Seminarprogramm für Salzburg 2024



3. und 4. Oktober 2024

Konfliktgespräche professioneller führen

*Die rhetorische Komponente in
Konfliktgesprächen*

Michael Schallaböck

10. und 11. Oktober 2024

Klimafreundlich und gesund leben – für mich und meine Welt

Franz Galler

14. und 15. November 2023

Wie gelingt Zusammen- arbeit in Projekten: Gruppendynamik nutzen

Matthias Csar

20. und 21. November 2024

Gemeinde fit für uns Langlebende

*Mit kommunaler
Gesundheitsförderung für den
demographischen Wandel rüsten*

Dr. Thomas Diller

ONLINE

5. und 6. Dezember 2024
(jeweils halbtags)

Toolbox Erfrischende Partizipation im digitalen Raum

Mag. Birgit Pichler, Mag. Helga Pesserer

Anmeldung

erfolgt über die [FGÖ-Weiterbildungsdatenbank](#).

Sie eröffnen, sofern nicht schon vorhanden, in der Kontaktdatenbank ein FGÖ-Benutzer/innenkonto und können sich dann über alle FGÖ-Angebote informieren und online anmelden.

Sobald Ihre Anmeldung online bestätigt wurde, ist für Sie fix ein Platz reserviert, die Teilnahmegebühr wird Ihnen seitens des FGÖ in Rechnung gestellt.

Zu Ihrer Unterstützung:

Hilfe bei der Anmeldung
Frau Nadine Mühlbacher,
0662/ 88 75 88-22,
muehlbacher@amd-sbg.at
Für Fragen, Anregungen
Koordinator Thomas Diller
office@thomasdiller.com

Ort:

AMD Salzburg „Training“,
5020 Salzburg, Elisabeth-
straße 2/1.Stock

Teilnahmegebühr:

EUR 150,--
(online EUR 100,--)

Konfliktgespräche professioneller führen

Die rhetorische Komponente in Konfliktgesprächen

3. und 4. Oktober 2024 jeweils 9 bis 17 Uhr im AMD-Seminarzentrum Salzburg

Konflikte werden oft als unangenehm erlebt, gehören jedoch zum alltäglichen Leben. Auch in der Gesundheitsförderung kommt es immer wieder zu Situationen, in denen man/frau sich einem Konflikt stellen muss – weil es unterschiedliche Standpunkte zu vereinen gilt, weil manch Überengagierte(r) in seine/ihre Grenzen gewiesen werden muss, weil für die Verhältnisse Verantwortliche nur an der Oberfläche bleiben wollen,

Wenn Konfliktgespräche nicht gelingen, kostet dies viel Energie, es wirkt sich sowohl auf das inhaltliche Fortkommen als auch auf die persönliche Befindlichkeit der KonfliktpartnerInnen negativ aus. Was liegt also näher, als sich mit der rhetorischen Komponente in Konfliktgesprächen auseinanderzusetzen?

Ziele

In diesem Training lernen Sie, Konfliktgespräche professioneller zu führen. Wir trainieren Gespräche, um gemeinsame Lösungen bei möglichst gutem Klima zu

erarbeiten. Sie erlernen rhetorische Werkzeuge, die Ihnen dies ermöglichen.

Zudem ist es Ziel, den Mut zu fördern, Konflikte rechtzeitig und offen anzusprechen.

Inhalte

- Die Bedeutung der Rhetorik in Konfliktgesprächen
- Meine Einstellung zu Konflikten – meine Konfliktstile
- Konfliktgespräche anhand von Rollenvorgaben mit Reflexion und Analyse
- Konfliktgespräche aus der Praxis der Teilnehmenden mit Reflexion und Analyse
- Gesprächstechniken für die Konfliktbewältigung

Methoden

Das Training ist vorrangig übungsorientiert. Die Beispiele orientieren sich an der Praxis. Realistische Situationen werden nachgestellt, gemeinsam mit dem Trainer reflektiert und analysiert, um Merk- und Erkenntnispunkte für die Zukunft zu erarbeiten.

Theorie und praktische Tipps aus der Erfahrung des Trainers runden das Seminar ab.



Anmeldung

erfolgt über die [FGÖ-Weiterbildungsdatenbank](#). Sie eröffnen, sofern nicht schon vorhanden, in der Kontaktdatenbank ein FGÖ-Benutzer/innenkonto und können sich dann über alle FGÖ-Angebote informieren und online anmelden.

Sobald Ihre Anmeldung online bestätigt wurde, ist für Sie fix ein Platz reserviert, die Teilnahmegebühr wird Ihnen seitens des FGÖ in Rechnung gestellt.

Zu Ihrer Unterstützung:

Hilfe bei der Anmeldung Frau Nadine Mühlbacher, 0662/ 88 75 88-22, muehlbacher@amd-sbg.at Für Fragen, Anregungen Koordinator Thomas Diller office@thomasdiller.com

Ort:

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

Teilnahmegebühr:

EUR 150,-



Michael Schallaböck

Selbständiger Personal- und Organisationsentwickler. Schwerpunkttätigkeiten: Training, Beratung, Coaching, Moderation.

Seit 20 Jahren tätig für Profit- und Non-Profit-Organisationen im deutschsprachigen Raum. Ausbildungstrainer des Europäischen Aus- und Fortbildungsinstituts für Kommunikation. Lehrbeauftragter der Paris Lodron Universität Salzburg. Geschäftsführer der Firma MS-Kommunikation

Klimafreundlich und gesund leben – für mich und meine Welt

10. und 11. Oktober 2024 jeweils 9 bis 17 Uhr im AMD-Seminarzentrum Salzburg

Das Thema Klimaschutz gehört zu den aktuellen Herausforderungen unserer Zeit und ist von großer Bedeutung für unser Leben und unsere Gesundheit. Dies verlangt konkrete Gesundheitsförderungsmaßnahmen, zum einen auf der Verhaltensebene, zum anderen durch gesundheitsförderliche und klimafreundliche Gestaltung unserer Lebenswelt(en).

Welche Optionen sich dazu bieten, erschließen wir uns in diesem Workshop. Dabei liegt der Fokus nicht auf theoretischer Vermittlung von Klima-Wissen, sondern auf der konkreten Umsetzung, dem persönlichen Handeln und Veränderung im eigenen Leben. Gegenseitig spornen wir uns an und schaffen Verbindlichkeit und Raum, und tauschen uns als „Gleichgesinnte“ aus.

Ziele

- Fundierte Einblicke in die aktuelle Klima-Situation.
- Entwicklung eines Gespürs für die Themen „Nachhaltigkeit“ und „Klimaschutz“.
- Erkunden mit Blick auf Klima-Fragen sinnvoller Handlungsschritte um gesünder zu leben.
- Setzen konkrete Ziele nachhaltig den eigenen CO₂-Fußabdruck zu reduzieren.

Inhalte:

- Fakten zum Klima und die 3 wichtigsten Fragen rund um die Klima-Katastrophe sind der Einstieg.
- Klima-Quiz und des Spiels Klimafreundlich Leben.
- Der Schlüssel: der CO₂-Fußabdruck - die Strategie entscheidet! (Effizienz – Subsistenz – Suffizienz)
- Nach der Ermittlung des persönlichen CO₂-Fußabdrucks befassen wir uns mit der möglichst effizienten Reduzierung in Bezug auf alle klimarelevanten Bereiche des Lebens: Ernährung, Gebäude & Energie, Mobilität und Konsum.
- Wir stellen uns je Themengebiet eigene Aufgaben – kleine oder große – um den persönlichen CO₂-Fußabdruck zu reduzieren. Die Aufgaben besprechen wir in der Gruppe und setzen uns konkrete Zeitziele.
- Abschließend überlegen wir, wie es sinnvoll und gemeinsam nach dem Workshop weitergehen kann, vereinbaren ev. ein aus der Gruppe selbst organisiertes „follow up“.

Methoden

Präsentation & Moderation in mehreren Formaten, Einzel- und Gruppenarbeiten



Bildungsnetzwerk
Gesundheitsförderung

Anmeldung

erfolgt über die [FGÖ-Weiterbildungsdatenbank](#). Sie eröffnen, sofern nicht schon vorhanden, in der Kontaktdatenbank ein FGÖ-Benutzer/innenkonto und können sich dann über alle FGÖ-Angebote informieren und online anmelden.

Sobald Ihre Anmeldung online bestätigt wurde, ist für Sie fix ein Platz reserviert, die Teilnahmegebühr wird Ihnen seitens des FGÖ in Rechnung gestellt.

Zu Ihrer Unterstützung:

Hilfe bei der Anmeldung Frau Nadine Mühlbacher, 0662/ 88 75 88-22, muehlbacher@amd-sbg.at
Für Fragen, Anregungen Koordinator Thomas Diller office@thomasdiller.com

Ort:

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

Teilnahmegebühr:

EUR 150,-



Franz Galler

Langjähriger Regionalentwickler, insbesondere in den Feldern Nachhaltigkeit und Gemeinwohl für Bürger:innen. Zertifizierter Spieleleiter, Dynamic Facilitator. Lehrtätigkeit Hochschule München, Freie Universität Bozen. Dozent und Mit-Entwickler von Enkeltauglich und Klimafreundlich Leben - mittlerweile über 35 abgeschlossene Kurse und über 100 Kursleiter:innen in 5 deutschsprachigen Ländern zertifiziert.

Wie gelingt Zusammenarbeit in Projekten: Gruppendynamik nutzen

14. und 15. November 2024 jeweils 9 bis 17 Uhr im AMD-Seminarzentrum Salzburg

Das Seminar beschäftigen sich mit jenen zwischenmenschlichen Dynamiken, die in Projektgruppen permanent vorkommen. Die Reflexion der professionellen Rolle, der eigenen Persönlichkeit und der Wirkung auf andere sind dabei wichtige Elemente. Bestimmte Mechanismen wie z.B. Rollenbildung, Übertragungsphänomene, Kommunikation und Auseinandersetzung mit Unterschiedlichkeit, lassen sich in jeder Projektzusammenarbeit in Gruppen erkennen. Warum also nicht bewusst damit umgehen und die Gruppendynamik nutzen lernen!

Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Gesundheits- und Sozialbereich, aus öffentlichen Institutionen und Vereinen.

Ziele:

- Die Teilnehmenden können gruppendynamisches Wissen zur Planung von Projektgruppen nutzen und Beteiligung verschiedener Stakeholder organisieren.
- Die Teilnehmenden können verschiedenen Interventionen in der Gestaltung von Arbeitsgruppen

unterscheiden und anwenden.

- Die Teilnehmenden reflektieren ihre eigene Rolle und Aktivität in Arbeitsgruppen und können mögliche Handlungsalternativen daraus ableiten.

Inhalte:

- Gruppendynamische Theoriemodelle und deren Transfer auf Alltagsphänomene in Projektgruppen
- Förderung von Partizipation und Entscheidung im Spannungsfeld von Einzel- und Gruppeninteressen: Möglichkeiten und Grenzen erkennen und damit umgehen
- Interventionsstrategien: Gruppenprozesse erkennen, benennen und beeinflussen
- Eigene Haltung reflektieren: Wie wirken sich die eigenen Emotionen, Einstellungen und Verhaltensweisen in der Gruppen-Zusammenarbeit aus

Methoden

Theorie Impulse, Diskussion und Reflexion in der Gruppe, Gruppenübungen und Rollenspiele, Transferaufgaben in die eigene Praxis



Matthias Csar MA

hat Soziologie studiert und arbeitet als Berater mit Schwerpunkt Führung, Gruppen- & Organisationsdynamik. An der FH Salzburg unterrichtet er als Senior Lecturer für Sozial- und Kommunikationskompetenz. Gruppendynamisches Lernen bedeutet für ihn die gemeinsame Suche nach der Ich – Wir Balance in Gruppen und die damit verbundenen Entwicklung kollektiver Intelligenz.



Bildungsnetzwerk
Gesundheitsförderung

Anmeldung

erfolgt über die [FGÖ-Weiterbildungsdatenbank](#). Sie eröffnen, sofern nicht schon vorhanden, in der Kontaktdatenbank ein FGÖ-Benutzer/innenkonto und können sich dann über alle FGÖ-Angebote informieren und online anmelden.

Sobald Ihre Anmeldung online bestätigt wurde, ist für Sie fix ein Platz reserviert, die Teilnahmegebühr wird Ihnen seitens des FGÖ in Rechnung gestellt.

Zu Ihrer **Unterstützung:** Hilfe bei der Anmeldung Frau Nadine Mühlbacher, 0662/ 88 75 88-22, muehlbacher@amd-sbg.at Für Fragen, Anregungen Koordinator Thomas Diller office@thomasdiller.com

Ort:

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

Teilnahmegebühr:

EUR 150,-

Gemeinde fit für uns Langlebende

Mit kommunaler Gesundheitsförderung für den demographischen Wandel rüsten

20. und 21. November 2024 jeweils 9 bis 17 Uhr im AMD-Seminarzentrum Salzburg

2050 werden laut Statistik Austria 2.700.000 Österreicher:innen (28 %) mit über 65 Lebensjahren und sogar 1.100.000 Österreicher:innen (11%) mit über 80 Lebensjahren leben. So erfreulich das ist, verlangt es von unseren Gemeinschaften sich weiterzuentwickeln. Zuzuwarten, bis Probleme auftreten und dann Lösungen, die ohne maßgebliche Einbindung der jeweils Betroffenen ersonnen wurden, anzubieten, funktioniert heute schon kaum, morgen schon überhaupt nicht.

Die kommunale Gesundheitsförderung zeichnet einen Weg, sich als Gemeinde, Stadtteil, Quartier fit, sprich passend, für die immer größere Zahl an Langlebenden zu organisieren. Was und wie getan werden könnte, welche Optionen Zugänge wie Caring Community, Community Nursing, Gesunde Gemeinden oder Initiativen Gesunde Nachbarschaft bieten, soll in diesem Workshop beleuchtet werden.

Zielgruppe:

Engagierte, Verantwortliche in und für kommunale Settings, die an der Gestaltung altersfreundlicher Bedingungen in ihrer Gemeinde/Stadtteil/Quartier arbeiten (wollen).



Dr. Thomas Diller

Betriebswirtschaftsstudium an WU Wien. Zusatzausbildungen in systemischer Beratung, Theaterpädagogik, Dialogprozessbegleitung, (Groß-)Gruppen-Arbeit, Qualitätsmanagement. Über zwanzigjährige Erfahrung in Aufbau und Führung von Social Profit Organisationen sowie der Konzeption, der Umsetzung und des Controllings einer Vielzahl von Projekten in betrieblichen, regionalen und Bildungssettings. Lehrtätigkeit an der Uni. Sbg, FH Salzburg und FH Gesundheit. Potenzialentwickler für Teams, Gemeinschaften und Projekte.

Ziele:

Die Teilnehmenden kennen verschiedene Zugänge der Gestaltung kommunaler Gegebenheiten, die das Leben für und mit alten Menschen fördern. Sie gewinnen konkrete Vorstellungen, wie vorzugehen ist.

Inhalt:

- Altern und Gesundheit
- Grundprinzipien der Gesundheitsförderung
- Ziele/Dimensionen einer Gemeinde fit für Langlebende
- Der Entwicklungs-Prozess hin zu einer Gemeinde fit für Langlebende
- Erforderliche Strukturen einer Gemeinde fit für Langlebende
- Erprobte Zugänge kommunaler Gesundheitsförderung (Gesunde Gemeinde, Gesunde Nachbarschaft, Caring Communities, Community Nursing, ...)

Methoden:

Mix aus fachlichen Inputs, Erfahrungsaustausch, Dialogrunden und Kleingruppenarbeiten



Bildungsnetzwerk
Gesundheitsförderung

Anmeldung

erfolgt über die [FGÖ-Weiterbildungsdatenbank](#). Sie eröffnen, sofern nicht schon vorhanden, in der Kontaktdatenbank ein FGÖ-Benutzer/innenkonto und können sich dann über alle FGÖ-Angebote informieren und online anmelden.

Sobald Ihre Anmeldung online bestätigt wurde, ist für Sie fix ein Platz reserviert, die Teilnahmegebühr wird Ihnen seitens des FGÖ in Rechnung gestellt.

Zu Ihrer Unterstützung:

Hilfe bei der Anmeldung Frau Nadine Mühlbacher, 0662/ 88 75 88-22, muehlbacher@amd-sbg.at Für Fragen, Anregungen Koordinator Thomas Diller office@thomasdiller.com

Ort:

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

Teilnahmegebühr:

EUR 150,--

Toolbox

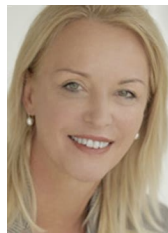
Erfrischende Partizipation im digitalen Raum

5. und 6. Dezember 2024 jeweils von 9 bis 13 Uhr - **ONLINE**

Wir alle kennen das: einschläfernde und monotone digitale Zusammenkünfte, die uns nicht abholen, müde machen und schlussendlich sogar frustrieren? Das können wir besser! Gemeinsam gehen wir in diesem online-Seminar den Fragen nach:

- Wie können Interaktion und Beteiligung im digitalen Raum funktionieren?
- Wie können wir partizipativ arbeiten und die Expertise der Teilnehmenden nutzbar machen?
- Was braucht es, um online erfrischend und aktiv anstatt einschläfernd und monoton zu moderieren?
- Wie machen wir Grundprinzipien der Gesundheitsförderung auch im virtuellen Raum erlebbar?

Erleben Sie als Teilnehmende selbst, wie lustvoll und erfrischend Partizipation im digitalen Raum sein kann. Eingebettet wird dieses praktische Erlernen in kurze theoretische Sequenzen und die gemeinsame Reflexion.



Mag. Birgit Pichler Beraterin, Trainerin und Moderatorin im Bereich Gesundheitsförderung, insb. seit 2006 bei der Implementierung von Betrieblichem Gesundheitsmanagement. Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundes Führen, Genderaspekte in der Gesundheitsförderung, MitarbeiterInnen-Beteiligungsprozesse, Gesundheitsförderung sozial benachteiligter Menschen.

Mag.a Helga Pesserer, CMC Psychologische Beraterin und Unternehmensberaterin, Moderatorin und Coach. Weiterbildungen in Kommunikationspsychologie, Positiver Psychologie, Systemische Beratung, Projektmanagement und Organisationsberatung. Digitale Praxis in der Erwachsenenbildung, Onlineberatung.

So können Sie die Methoden rasch in Ihr eigenes Repertoire übernehmen und auf Ihren Kontext sowie die Bedürfnisse Ihrer Teilnehmenden adaptieren.

Zielgruppe: Alle Gastgeber:innen im digitalen Raum, mit Lust auf und Freude an erfrischender Partizipation.

Inhalte:

- Gute Gastgeber:in im digitalen Raum
- Was macht uns online müde – was bringt uns in Schwung?
- So gelingt online Aktivierung und Beteiligung
- Liberating Structures: Partizipative Strukturen die in unterschiedlichem Kontext und mit beliebiger Gruppengröße funktionieren
- Tools – tools – tools

Ziele: Dieses praxisorientierte online-Seminar erweitert Ihr Moderationsrepertoire und befähigt Sie, das Erlernte rasch in Ihre Arbeit einzubauen.



Bildungsnetzwerk
Gesundheitsförderung

Anmeldung

erfolgt über die [FGÖ-Weiterbildungsdatenbank](#). Sie eröffnen, sofern nicht schon vorhanden, in der Kontaktdatenbank ein FGÖ-Benutzer/innenkonto und können sich dann über alle FGÖ-Angebote informieren und online anmelden.

Sobald Ihre Anmeldung online bestätigt wurde, ist für Sie fix ein Platz reserviert, die Teilnahmegebühr wird Ihnen seitens des FGÖ in Rechnung gestellt.

Zu Ihrer **Unterstützung:** Hilfe bei der Anmeldung Frau Nadine Mühlbacher, 0662/ 88 75 88-22, muehlbacher@amd-sbg.at Für Fragen, Anregungen Koordinator Thomas Diller office@thomasdiller.com

Ort:

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

Teilnahmegebühr:

EUR 100,--