

# Bildungsnetzwerk

SEMINARPROGRAMM GESUNDHEITSFÖRDERUNG -

## Bildungsnetzwerk

September 2007 - Februar 2008



ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH

## **IMPRESSUM**

**Medieninhaber, Herausgeber und Verleger**

**Fonds Gesundes Österreich, ein Geschäftsbereich der Gesundheit  
Österreich GmbH, 1150 Wien, Mariahilfer Straße 176**

**Tel.: 01 / 895 04 00, Fax: 01 / 895 04 00-20**

**E-Mail: [gesund.es.oesterreich@fgoe.org](mailto:gesund.es.oesterreich@fgoe.org)**

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

**Für den Inhalt verantwortlich**

**Ing. Petra Gajar**

**Grafik & Hersteller**

**[pacofact.com](http://pacofact.com), 1160 Wien**

**17. Auflage, September 2007**

## Liebe Leserin! Lieber Leser!

Eine zentrale Zielsetzung des Fonds Gesundes Österreich ist es, das aktive und engagierte Netzwerk der in der Gesundheitsförderung Tätigen weiter auszubauen und neue Zielgruppen für die aktive Mitarbeit zu gewinnen. Neben den Themen Projektmanagement, Evaluation und geschlechtsspezifische Angebote werden deshalb Seminare über die Grundlagen der Gesundheitsförderung angeboten, die eine wichtige „Einstiegshilfe“ für Newcomer sind.

Ein weiteres Anliegen ist es, die Inhalte möglichst spezifisch und praxisbezogen auszurichten, weshalb wir das Feedback der Kursteilnehmer/innen wieder in die Planung des Seminarprogramms einbezogen haben. Auf besonders positives Echo stieß letztes Semester das Seminar Projektbudgetierung – mit besonderem Augenmerk auf die Kriterien des FGÖ – das es deshalb in dieser Form wieder geben wird. Dass die meisten Seminare ausgebucht sind, ist Beleg dafür, dass es uns gelungen ist, ein qualitativ hochwertiges und an den Anforderungen der Zielgruppe ausgerichtetes Seminarprogramm anzubieten.

Die Schwerpunkte und Seminarinhalte haben wir wieder in enger Kooperation mit den regionalen Koordinator/innen erstellt, die erfahrene Referent/innen und Trainer/innen für die Durchführung in allen neun Bundesländern gewinnen konnten. Sie finden das aktuelle Seminarprogramm auch auf unserer Homepage unter der Rubrik „Veranstaltungen/weitere FGÖ Veranstaltungen“ chronologisch aufgelistet. Durch die direkte Verlinkung können Sie von dort auch sofort ein E-Mail an die zuständigen Koordinator/innen schicken, ganz egal, ob Sie noch eine Frage haben oder sich gleich anmelden wollen.

Die insgesamt 42 Seminare vermitteln Ihnen das Know-how, um Projekte erfolgreich zu managen und Ihre persönlichen Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Wir hoffen, Ihnen damit ein interessantes Angebot und wertvolle Unterstützung für Ihre Arbeit zu bieten, und wünschen viel Erfolg und Freude bei unseren Seminaren.



Mag. Christoph Hörhan  
Bereichsleiter  
**Fonds Gesundes Österreich**



Ing. Petra Gajar  
Gesundheitsreferentin  
**Fonds Gesundes Österreich**

# Überblick

## Seminarprogramm Gesundheitsförderung - Bildungsnetzwerk

SEPTEMBER 2007 – FEBRUAR 2008

Im Bereich der Gesundheitsförderung und Primärprävention mit umfassendem Gesundheitsbegriff kommt der Fort- und Weiterbildung eine besondere Bedeutung zu. Praxisbezogene Gesundheitsförderung erfordert ein breites Bündel fachlicher, prozessspezifischer, strategischer und gruppendynamischer Qualifikationen, die in der Regel weit über die in einem bestimmten Berufsfeld erlernten Fachqualifikationen hinausgehen. Ein konkretes Angebot des Fonds Gesundes Österreich in diesem Bereich ist das Seminarprogramm Gesundheitsförderung „Bildungsnetzwerk“.

### Die Ziele des Bildungsnetzwerkes

PraktikerInnen der Gesundheitsförderung (AntragstellerInnen und BetreiberInnen von Gesundheitsförderungsprojekten) sollen spezifische Weiterbildungsmöglichkeiten angeboten werden. Das Wissen bezüglich Konzepterstellung, Implementierung und Qualitätssicherung sowie Evaluation von Projekten der Gesundheitsförderung und der Primärprävention soll gesteigert werden.

### Die Zielgruppe

- ▶ LeiterInnen von Gesundheitsförderungsprojekten
- ▶ MitarbeiterInnen von Gesundheitsförderungsprojekten
- ▶ MitarbeiterInnen der öffentlichen Gesundheitsverwaltung

### Die Inhalte

Das Bildungsnetzwerk beinhaltet in seinem Konzept offene Seminare zu vielfältigen Weiterbildungsthemen in der praxisbezogenen Gesundheitsförderung. Diese Inhalte reichen von der Vermittlung von Methoden im Projektmanagement über Kommunikation, Marketing und Präsentation zu Dokumentation und Evaluation. Weiters stehen die Weiterentwicklung der zentralen persönlichen Fähigkeiten der Teamleiter und -mitarbeiterInnen sowie setting- und zielgruppenspezifische Seminare der Gesundheitsförderung auf dem Programm.

Beispiele der Seminare sind: Teamentwicklung und Teambuilding, Interne und Externe Kommunikation, Querdenken in Gesundheitsförderungsprojekten, Salutogenese konkret, Gesundheitsförderung für MigrantInnen, Konstruktives Konfliktmanagement, Pädagogische und Didaktische Grundlagen für Gesundheitsförderung im Setting Kindergarten/Schule, Anti-Burn-Out-Training, Attraktivität von Selbstevaluation.

Eine genaue Auflistung der Themen mit Themenverzeichnis können Sie der Seite 78 entnehmen.

### **Die regionalen KoordinatorInnen**

Der Fonds Gesundes Österreich hat regionale KoordinatorInnen 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 KoordinatorInnen finden Sie auf den Seiten 6 - 10.

### **Die ReferentInnen und TrainerInnen**

Wie in den Vorjahren garantieren professionelle ReferentInnen und TrainerInnen in allen Seminaren eine hohe Qualität des Programms. Eine alphabetische Auflistung finden Sie ab Seite 58.

### **Die Kosten**

Eine der Aufgaben des Fonds Gesundes Österreich ist es, Menschen, die in der Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention tätig sind, bei ihrer Fortbildung zu unterstützen. Daher werden auch die Kosten dieser Seminarreihe großteils vom Fonds Gesundes Österreich übernommen. Seitens der TeilnehmerInnen ist ein Unkostenbeitrag von 60 Euro für das jeweilige Seminar (bzw. 30 Euro für ein eintägiges Seminar) zu entrichten. Im Falle der Stornierung einer erfolgten Anmeldung werden 50 Prozent der Kosten rückerstattet, wenn die Abmeldung zwei Wochen vor dem Seminartermin dem/der regionalen KoordinatorIn mitgeteilt wird. Der Unkostenbeitrag ist auf das Konto des/der zuständigen Koordinators/Koordinatorin zu überweisen. Die Unterbringungs- und Verpflegungskosten sind von den TeilnehmerInnen selbst zu tragen.

### **Anmeldemodus**

**Bitte senden Sie die ausgefüllten Anmeldeformulare (ab Seite 67) zeitgerecht (Bitte Seminarnummer nicht vergessen!) an den/die zuständige/n regionale/n Koordinator/in jenes Bundeslandes, wo das Seminar stattfindet.**

### **Anmeldefristen**

Die jeweilige Anmeldefrist für die einzelnen Seminare ist den detaillierten Seminarbeschreibungen (ab Seite 16) zu entnehmen. Die TeilnehmerInnenanzahl pro Seminar liegt bei mindestens 8 und maximal 15 Personen.

# KoordinatorInnen

## Regionale Projektkoordinatorin für das Burgenland

### **Mag<sup>a</sup>. Sandra Krabb**

Beraterin und Projektmanagerin bei IBG Institut für humanökologische Unternehmensführung GmbH. Projektmanagement von EU-Projekten und Gesundheitsförderungs-Projekten. Studium der Betriebswirtschaft an der Wirtschaftsuniversität Wien mit den Schwerpunktbereichen Marketing und Personalmanagement; Vertiefungsgebiete: Wirtschaftspsychologie sowie Arbeits- und Sozialrecht.



**Mag<sup>a</sup>. Sandra Krabb**  
IBG Burgenland  
7000 Eisenstadt, Marktstraße 3  
Mobil: 0699/104 00 883, Fax: 01/524 37 51-22  
E-Mail: [s.krabb@ibg.co.at](mailto:s.krabb@ibg.co.at)

## Regionale Projektkoordinatorinnen für Kärnten

### **Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer**

Psychologische Pädagogin, Unternehmerin Fa. LQ<sup>2</sup>, Unternehmensberaterin, tätig in der Projekt- und Organisationsentwicklung, Moderation von Teams und als Coach. Lektorin an der Universität Klagenfurt, Behandlungs- und Forschungstätigkeit im Bereich energetischer Heilweisen, Trainerin für Moderation, Kommunikation, Genderkompetenzen, Gesundheitsbewusstsein und betriebliche Gesundheitsförderung.

### **Mag<sup>a</sup>. Marisa Raggautz, DET**

Ergotherapeutin; Trainerin und Coach für Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung; mehrjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung im Non-Profit- und Gesundheitsbereich; Gastvortragende und Diplom-arbeitsbetreuerin an der Akademie für Ergotherapie Wien; Projektleitung im Gesundheitsbereich; seit September 2006 für diepartner.at als Assistenz der Geschäftsleitung mit den Schwerpunkten KundInneninformation und -betreuung, Projektentwicklung und -koordination im Bereich Betriebliche Gesundheitsförderung und Evaluation tätig.



**Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer & Mag<sup>a</sup>. Marisa Raggautz, DET**  
LQ<sup>2</sup> und diepartner.at  
9020 Klagenfurt, Linsengasse 23/1  
Tel.: 0463/51 11 15, Fax: 0463/51 11 15  
Mobil: 0699/1101 2829  
E-Mail: [bildungsnetzwerk@diepartner.at](mailto:bildungsnetzwerk@diepartner.at)

## Regionale Projektkoordinatorin für Niederösterreich

### Mag<sup>a</sup>. Sabine Schuster

Gesundheitspädagogin und Erwachsenenbildnerin, Partnerschaftstrainerin (NÖLAK), IBG-Gesundheitsmoderatorin, Touristikkauffrau.

5 Jahre Veranstaltungsorganisation sowie Direktionsassistentin im Tourismus, seit 1998 bei IBG Institut für humanökologische Unternehmensführung GmbH: zunächst Konzeption, Organisation und Durchführung von Veranstaltungen im Bereich betriebliche Gesundheitsförderung, anschließend Assistenz der Geschäftsführung. Seit 2000 Tätigkeit als Gesundheitsmoderatorin, im Projektmanagement von betrieblichen Gesundheitsförderungsprojekten, als Trainerin und seit 2005 auch im Veranstaltungs- und Bildungsmanagement.



**Mag<sup>a</sup>. Sabine Schuster**

**IBG Niederösterreich**

**2500 Baden/Wien, Vöslauerstraße 9/36**

**Mobil: 0699/107 46 256, Fax: 01/524 37 51-22**

**E-Mail: s.schuster@ibg.co.at**

## Regionaler Projektkoordinator für Oberösterreich

### Dr. Christian Scharinger

Gesundheitssoziologe, Organisations-, Personalentwickler und Coach, Mitglied der Österreichischen Vereinigung für Supervision (ÖVS). Selbständige Tätigkeit als Berater und Coach, Supervisor in Profit- und Non-Profit-Organisationen. Beschäftigt sich seit zehn Jahren in unterschiedlichen Feldern – Forschung, Verwaltung, Ausbildung, Vernetzung, Projektpraxis – mit dem Konzept der Gesundheitsförderung. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Betriebliche Gesundheitsförderung, Gesundheitsverhalten von Jugendlichen.



**Dr. Christian Scharinger**

**4152 Sarleinsbach, Schmidtfeld 1**

**Tel.: 07283/80 13, Fax: 07283/80 43**

**Mobil: 0664/16 13 964**

**E-Mail: scharinger@aon.at**

# KoordinatorInnen

## Regionaler Projektkoordinator für Salzburg

### **Mag. Dr. Thomas Diller**

Studium der Sozial- und Wirtschaftswissenschaften an der Wirtschaftsuniversität Wien; fachliche Schwerpunkte Personalwesen und Organisationsentwicklung, systemische Beraterausbildung. Geschäftsführer des Arbeitskreises für Vorsorgemedizin Salzburg und des AMD Salzburg; Projektleitung und/oder Projektmanagement mehrerer Gesundheitsförderungsprojekte. Lektor am Institut für Kommunikationswissenschaften der Universität Salzburg.



**Mag. Dr. Thomas Diller**  
**AVOS - Arbeitskreis für Vorsorgemedizin Salzburg**  
**5020 Salzburg, Elisabethstraße 2**  
**Tel.: 0662/88 75 88-0**  
**Fax: 0662/88 75 88-16**  
**E-Mail: avos@avos.at**

## Regionale Projektkoordinatorin für die Steiermark

### **Mag<sup>a</sup>. Sigrid Schröpfer**

Diplomstudium Psychologie an der Karl-Franzens-Universität Graz; Spezialisierung in den Bereichen Sozial- und Ernährungspsychologie sowie Marketing; Gesundheitsmoderatorin mit dem Schwerpunkt betriebliche Gesundheitsförderung. Seit 1998 bei Styria vitalis Leitung der Abteilung „Gesunde Gemeinde“ – einem Netzwerk von 27% der steirischen Gemeinden.



**Mag<sup>a</sup>. Sigrid Schröpfer**  
**Styria vitalis**  
**8010 Graz, Marburger Kai 51/II**  
**Tel.: 0316/82 20 94-19**  
**Fax: 0316/82 20 94-31**  
**E-Mail: sigrid.schroepfer@styriavitalis.at**

## Regionaler Projektkoordinator für 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“.



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

## Regionaler Projektkoordinator für Vorarlberg

### **Pascal Keiser**

Ausbildung an der Tourismusschule Bludenz und anschließend von 1990 – 1994 und 1997 – 2000 Geschäftsführertätigkeiten in örtlichen und regionalen Tourismusorganisationen in Vorarlberg. Von 1994 – 1996 Marketingassistent bei Rheintalflug, Bregenz. Von 2001 – 2006 als selbständiger Gastronom tätig. Seit August 2006 für die Stiftung Maria Ebene im Bereich Projektmanagement für „Mehr Spaß mit Maß“ tätig.



**Pascal Keiser**  
**Stiftung Maria Ebene**  
**6840 Götzis, Hauptstraße 17**  
**Tel.: 05523/54 941**  
**Fax: 05523/54 941-15**  
**E-Mail: pascal.keiser@mariaebene.at**

# KoordinatorInnen

## Regionale Projektkoordinatorin für Wien

**Mag<sup>a</sup>. Marisa Raggautz, DET**

Ergotherapeutin; Trainerin und Coach für Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung; mehrjährige Erfahrung in der Erwachsenenbildung im Non-Profit- und Gesundheitsbereich; Gastvortragende und Diplom-arbeitsbetreuerin an der Akademie für Ergotherapie Wien; Projektleitung im Gesundheitsbereich; seit September 2006 für diepartner.at als Assistenz der Geschäftsleitung mit den Schwerpunkten KundInnen-information und -betreuung, Projektentwicklung und -koordination im Bereich Betriebliche Gesundheitsförderung und Evaluation tätig.



**Mag<sup>a</sup>. Marisa Raggautz, DET**

**diepartner.at Sozial- und Gesundheitsmanagement GmbH**

**1020 Wien, Praterstern 2/4/9**

**Tel.: 01/21 97 333-24**

**Fax: 01/21 97 333-30**

**E-Mail: [bildungsnetzwerk-wien@diepartner.at](mailto:bildungsnetzwerk-wien@diepartner.at)**

# Termine

## Die Termine auf einen Blick

### BURGENLAND

**WIR SIND DOCH EIN TEAM! > 07151**

Mo 1. – Di 2. Oktober 2007

Dr. Ursula Lengauer

**MODERATION > 07152**

Mo 5. – Di 6. November 2007

Dr. Ursula Barth

**AUF WILDER SEE MIT KOMPASS UNTERWEGS > 07153**

Mo 21. – Di 22. Jänner 2008

Mag<sup>a</sup>. Dr. Theresia Gabriel

### KÄRNTEN

**PRAXIS INTERNE UND EXTERNE KOMMUNIKATION-  
SO POSITIONIERE ICH MEINE GESUNDHEITSPROJEKTE  
ERFOLGREICH IN DER ÖFFENTLICHKEIT > 07251**

Mo 5. – Di 6. November 2007

Mag<sup>a</sup>. Andrea Krassnig

**PROJEKTE ERFOLGREICH UND MIT FREUDE MANAGEN! > 07252**

Di 27. – Mi 28. November 2007

Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer

**„BÜHNE FREI“ FÜR DEN EINSATZ VON THEATERMETHODEN  
IN DER BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSFÖRDERUNG > 07253**

Mi 16. – Do 17. Jänner 2008

Mag<sup>a</sup>. Daniela Trattnigg

**DIE TEXT-AMBULANZ: ERSTE HILFE FÜR ALLE, DIE  
GESUNDE TEXTE SCHREIBEN (MÜSSEN) > 07254**

Mi 30. – Do 31. Jänner 2008

Mag<sup>a</sup>. Isabella Straub

# Termine

## NIEDERÖSTERREICH

**ENGAGEMENT – JA! BURNOUT - NEIN!** > 07351

Mo 15. – Di 16. Oktober 2007

Mag<sup>a</sup>. Dr. Theresia Gabriel

**„QUERDENKEN IN GESUNDHEITSFÖRDERUNGSPROJEKTEN  
DURCH KREATIVE METHODEN“** > 07352

Mo 12. – Di 13. November 2007

Toni Wimmer, MSc

**„GET MOVING“** > 07353

Mo 3. – Di 4. Dezember 2007

Mag<sup>a</sup>. Sandra Krabb

**SOZIALKAPITAL IN GESUNDEN ORGANISATIONEN** > 07354

Di 15. – Mi 16. Jänner 2008

Dr. Irene Kloimüller MBA, Mag. Bernhard Prangl

**PROJEKTPRÄSENTATION – PROFESSIONELL UND  
AUTHENTISCH** > 07355

Do 21. – Fr 22. Februar 2008

Dipl. Päd. Daniel Gajdusek-Schuster

## OBERÖSTERREICH

**PARTIZIPATIVE QUALITÄTSENTWICKLUNG IN DER  
GESUNDHEITSFÖRDERUNG** > 07451

Do 11. – Fr 12. Oktober 2007

Dr. Michael T. Wright, LICSW, MS

**SALUTOGENESE KONKRET – WIE GESUNDHEIT ENTSTEHT** > 07452

Di 16. – Mi 17. Oktober 2007

Prof. Mag<sup>a</sup>. Dr. iur. Rotraud A. Perner

**KREATIVE METHODEN IN DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG** > 07453

Do 22. – Fr 22. November 2007

Mag. Gernot Scheucher

**GESUNDHEIT DURCH PROJEKTE FÖRDERN** > 07454

Mo 3. – Di 4. Dezember 2007

Dr. Christian Scharinger

**MODERATION – DIE SCHLÜSSELQUALIFIKATION ZUR LEITUNG  
VON GRUPPEN > 07455**

**Di 22. – Mi 23. Jänner 2008**

Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer

## **SALZBURG**

**MEDIEN INTERESSIEREN > 07551**

**Do 11. – Fr 12. Oktober 2007**

Mag<sup>a</sup>. Viola Pöschl

**GESTERN MITARBEITERIN – HEUTE FÜHRUNGSKRAFT > 07552**

**Do 8. – Fr 9. November 2007**

Mag. Dr. Andreas Wieland

**VON KONFLIKTEN PROFITIEREN > 07553**

**Do 29. – Fr 30. November 2007**

Mag. Dr. Günther Fisslthaler

**GESUNDHEITSFÖRDERUNG FÜR MIGRANT:INNEN > 07554**

**Do 24. – Fr 25. Jänner 2008**

DSA Nivaldo Vargas

**BESSER ANKOMMEN! > 07555**

**Mo 4. – Di 5. Februar 2008**

Prof. Dr. Josef Wimmer

## **STEIERMARK**

**VON DER BUDGETERSTELLUNG BIS ZUR ABRECHNUNG > 07651**

**Mo 15. – Di 16. Oktober 2007**

Mag. Walter Hörth, Bärbl Schwarz

**KONSTRUKTIVES KONFLIKTMANAGEMENT > 07652**

**Mo 29. – Di 30. Oktober 2007**

Mag. Gerald Höller

**EVENTS PROFESSIONELL ORGANISIEREN > 07653**

**Mo 19. – Di 20. November 2007**

Mag. Dieter Zand

**FÜHREN VON TEAMS > 07654**

**Di 29. – Mi 30. Jänner 2008**

Mag. Gerald Höller

# Termine

## **BEGEGNUNGEN UND SOZIALE GESUNDHEIT DURCH RITUALE FÖRDERN > 07655**

Do 7. – Fr 8. Februar 2008

Roland Urban, Mag<sup>a</sup>. Claudia Posch

## **TIROL**

### **PÄDAGOGISCHE UND DIDAKTISCHE GRUNDLAGEN FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG IM SETTING KINDERGARTEN/ SCHULE > 07751**

Fr 21. – Sa 22. September 2007

Prof. Wolfgang Haupt, Margot Kaltenböck

### **TEAMFÜHRUNG, TEAMMOTIVATION UND TEAM- ENTWICKLUNG > 07752**

Di 16. – Mi 17. Oktober 2007

Markus Ehrensberger

### **RHETORIK: BASISWISSEN > 07753**

Di 11. – Mi 12. Dezember 2007

Gerhard Sexl

### **PROJEKTMANAGEMENT IST BEZIEHUNGSMANAGEMENT ... ... DIE SOZIALE KOMPETENZ IM PROJEKTMANAGEMENT > 07754**

Di 15. – Mi 16. Jänner 2008

Mag<sup>a</sup>. Brigitte Lube

### **NON-VERBALE KOMMUNIKATION > 07755**

Di 29. – Mi 30. Jänner 2008

Wolfgang Klingler

## **VORARLBERG**

### **PROFESSIONELLES PROJEKTMARKETING > 07851**

Do 4. – Fr 5. Oktober 2007

Prof. Dr. Jürgen Polke

### **DYNAMIK IN TEAMS – KONSTRUKTIVES LERNEN > 07852**

Do 18. – Fr 19. Oktober 2007

Mag. Andreas Prenn

### **SELBSTWERT STÄRKEN > 07853**

Do 8. – Fr 9. November 2007

Mag<sup>a</sup>. Dr. Claudia Müller

**AUFBAUKURS – RHETORIK UND KOMMUNIKATION > 07854**

**Do 29. – Fr 30. November 2007**

Prof. Dr. Jürgen Polke

**ANTI-BURN-OUT TRAINING > 07855**

**Do 10. – Fr 11. Jänner 2008**

Dipl.Soz.Päd. Berndt Kühnel, Co Leiter Thomas Kühnel

## **WIEN**

**PRAXISSEMINAR: PRESSEARBEIT KONKRET > 07951**

**Do 15. – Fr 16. November 2007**

Werner Schuster

**WOMAN VITAL > 07952**

**Mi 21. – Do 22. November 2007**

Mag<sup>a</sup>. Eva Petermann Schnitzer, Mag<sup>a</sup>. Maria Sponring

**„WERDEN SIE BITTE GESÜNDER – JETZT!“ > 07953**

**Do 29. – Fr 30. November 2007**

Mag. Dr. Bardia Monshi

**PRAXISSEMINAR: GESUNDE ARBEIT – EIN WIDERSPRUCH? > 07954**

**Di 4. – Mi 5. Dezember 2007**

Mag. Alexander Haggag

**ATTRAKTIVITÄT VON SELBSTEVALUATION – WOZU DIE GANZE MÜHE? > 07955**

**Di 12. – Mi 13. Februar 2008**

Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer, Mag<sup>a</sup>. Monika Bauer



# Seminare

## WIR SIND DOCH EIN TEAM! > 07151

### *Teamentwicklung und Teambuilding*

Sie leiten ein Team im Bereich der Gesundheitsförderung. Oder Sie sollen ein Team aufbauen, das schnell startklar ist – sei es für eine neue Einrichtung oder für ein zeitlich limitiertes Projekt. Oder Sie kommen in ein bestehendes Team als neues Teammitglied. Oder Sie finden, Ihr Team ist gar kein Team und nun wollen Sie wissen, was Sie tun können, um die Situation zu verändern.

All diese Ausgangssituationen sind Anknüpfungspunkte, um etwas über Teamentwicklung und das so genannte „Tebuilding“ zu lernen und in die Praxis zu transferieren.

Ein grundlegendes Wissen über die Modelle, die Dynamiken und Entwicklungsphasen in Teams sichert Sie ab gegen zuviel Stress und zu heftige emotionale Verwicklung in den „heissen“ Zeiten.

Sie bringen Beispiele aus Ihrem Arbeitsalltag. Im Workshop üben und analysieren wir, mit welchen Interventionen und Steuerungsinstrumenten Sie als Leitung oder als Mitglied wirklich entspannt und effizient im Team arbeiten können.

#### **Inhalte:**

- ▶ Modelle der Teamentwicklung
- ▶ Grundlagen der Gruppendynamik
- ▶ Steuerung im Team
- ▶ Team-Identität schaffen und stärken

#### **Nutzen/Ziel:**

- ▶ Sie wissen, in welchem Stadium Ihr Team sich gerade befindet
- ▶ Sie haben konkrete Ideen für neue Impulse zur Weiterentwicklung des Teams
- ▶ Sie haben Techniken, mit denen Sie Ihre Emotionen konstruktiv ins Team einbringen

**Methoden:** Theorie-Input, Übungen, Rollenspiel, Diskussion, Intervention

Referentin/Trainerin: **Dr. Ursula Lengauer**

Termin: **Mo 1. - Di 2. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Seehotel Rust, Am Seekanal 2-4, 7071 Rust**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 10. September 2007**

## MODERATION > 07152

### *das Gruppengespräch als Verständigungsprozess*

Der Einsatz von Moderation fördert Partizipation, indem sie alle TeilnehmerInnen in den Prozess einbindet und hilft, zu Beschlüssen zu kommen, die von allen mitgetragen werden. Sie bringt Struktur in Gruppengespräche und macht sie dadurch weniger anstrengend und zeiteffizienter. Inhalte werden optisch ansprechend und inhaltlich aussagekräftig dargestellt. Neben der reinen Sach- oder Inhaltsebene läuft Moderation immer auch auf der Gefühls- oder Beziehungsebene ab. Deshalb ist es für den/die ModeratorIn wichtig, beide Ebenen zu gestalten. Für die Gestaltung eines konstruktiven, offenen Arbeitsklimas ist es wichtig, auch mit Störungen umgehen zu können.

#### **Inhalte:**

- ▶ Definition und Abgrenzung des Begriffs Moderation
- ▶ ModeratorInnen-Rolle
- ▶ Wichtige Voraussetzungen für eine erfolgreiche Moderation
- ▶ Ablauf einer Moderation
- ▶ Steuerung des Gruppenprozesses, Förderung der Gruppeneffizienz
- ▶ Umgang mit Störungen
- ▶ Moderations- und Visualisierungstechniken
- ▶ Kennenlernen spezieller Moderationsmethoden (z.B. Gesundheitsmoderation)
- ▶ Spiele und Übungen zum Einstimmen und zur Auflockerung der Gruppe
- ▶ Kennenlernen von Materialien, Erstellen einer Materialliste
- ▶ Erstellung von Moderationsdesigns
- ▶ Tipps für eine erfolgreiche Ergebnispräsentation

#### **Ziele:**

- ▶ Den Begriff Moderation, die Rolle der ModeratorIn, Einsatzmöglichkeiten von Moderation kennenlernen und verstehen
- ▶ Visualisierungs-, Präsentations- und Fragetechniken einsetzen
- ▶ Den Gruppenprozess konstruktiv und lustvoll gestalten und eigenverantwortliches Handeln der TeilnehmerInnen anregen
- ▶ Moderation und auch Präsentation insbesondere im Zusammenhang mit dem eigenen Arbeitsfeld im Rollenspiel erproben
- ▶ In der Arbeit mit Gruppen neue Wege wagen

Referentin/Trainerin: **Dr. Ursula Barth**

Termin: **Mo 5. - Di 6. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Sporthotel Rust, Mörbischerstraße 1-3, 7071 Rust**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **15. Oktober 2007**

# Seminare

## AUF WILDER SEE MIT KOMPASS UNTERWEGS

> 07153

*Der systemische Ansatz in Gesundheitsförderungsprojekten*

Wie viele Gesundheitsfördernde aus Erfahrung wissen: auch das beste Expert-Innen-Wissen bringt noch keine Veränderung in Unternehmen, Organisationen oder anderen sozialen Systemen in die geplante Richtung. Ihnen geht es ähnlich wie den Seefahrern, die auf ihrem Weg immer wieder den aktuellen Standort neu bestimmen, die Fahrtrichtung adaptieren, unerwartete Stürme durchqueren, Eisberge umschiffen oder die Mannschaft auf Kurs halten müssen. Was bei derartigen Herausforderungen zu beachten ist und wie mit ihnen umgegangen werden kann, davon handelt dieser Workshop.

### **Inhalte und Trainingsschwerpunkte:**

- ▶ Einführung in Systemtheorie:  
Was heißt hier systemisch?
- ▶ Das Spezifische an einer systemischen Haltung:  
Ressourcenorientierung, Respekt und Neutralität
- ▶ Gesundheitsförderung als Veränderungsprozess:  
Logik und Affekte

Anhand von Praxisbeispielen aus der Erfahrung der Teilnehmenden werden der systemische Ansatz als Haltung und Methodik reflektiert und geübt.

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Dr. Theresia Gabriel**

Termin: **Mo 21. - Di 22. Jänner 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Seehotel Rust, Am Seekanal 2-4, 7071 Rust**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 28. Dezember 2007**

# Kärnten

## PRAXIS INTERNE UND EXTERNE KOMMUNIKATION – SO POSITIONIERE ICH MEINE GESUNDHEITSPROJEKTE ERFOLGREICH IN DER ÖFFENTLICHKEIT > 07251

*Erfolgreich ist, wer weiß, was er/sie will, das Ziel anpeilt, geradewegs darauf losmarschiert, Hindernisse im Weg rechtzeitig erkennt und für Eventualitäten gerüstet ist.*

### Was lernen Sie im Seminar?

Gemeinsam knüpfen wir den Faden für Ihr Kommunikationskonzept:

- ▶ Wo stehe ich mit meinem Projekt? Welche Stärken, welche Schwächen hat es? Wie sieht der Wettbewerb aus? (Definition der Ausgangssituation)
- ▶ Was möchte ich erreichen? (Zieldefinition)
- ▶ Wen brauche ich, um mein Ziel zu erreichen? (Definition der Dialoggruppen)
- ▶ Wie und wann erreiche ich meine Zielgruppen? (Maßnahmen-Mix und Zeitplan)
- ▶ Wie viel Geld brauche ich dafür? (Budgetierung)
- ▶ Jetzt geht's raus: Umsetzung

### Ihr Nutzen:

Sie haben ein Projekt, an dem Sie konkret arbeiten? Perfekt. In diesem Seminar erarbeiten Sie ein Kommunikationskonzept für Ihr individuelles Thema.

### Was bringen Sie mit?

Lust und Wissensdurst

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Andrea Krassnig**

Termin: **Mo 5. - Di 6. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Sodalitas - Kath. Bildungshaus, Tinje 119, 9121 Tainach**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **15. Oktober 2007**

# Seminare

## PROJEKTE ERFOLGREICH UND MIT FREUDE MANAGEN! > 07252

Gesundheitsorientierte Projekte fördern einen gesunden Lebensstil und die Veränderung von Rahmenbedingungen in unterschiedlichen Lebenswelten. Sie fordern jedoch auch: Genauigkeit und Flexibilität in der Planung, Zielgruppenorientierung, Analyse der Projektbedingungen, die Umsetzung der Projektvorhaben, Reflexion der Projektgeschehnisse und die Entwicklung der unterschiedlichen Teams und Gruppen in denen und mit denen wir arbeiten. Viele verschiedene und anspruchsvolle Arbeitsbereiche, die Achtsamkeit fördern und auch den UmsetzerInnen viel Freude machen können.

### Inhalte:

- ▶ Methoden zur kreativen Projektplanung und -entwicklung
- ▶ Projektphasen, Projektzyklus am Beispiel der Betrieblichen Gesundheitsförderung
- ▶ Projektmanagementmethoden (Projektkonzept, Umfeldanalyse, Aufgaben-, Termin- und Kostenplanung, Gender-Check, Umsetzung der Aktivitäten, Controlling, Evaluierung, ...)
- ▶ Transfer in die eigene Praxis

Im Seminar werden anhand teilnehmerInnenorientierter Methoden die Grundlagen professionellen Projektmanagements erarbeitet und auf eigene Projektideen adaptiert. Bitte Projektunterlagen mitnehmen!

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer**

Termin: **Di 27. - Mi 28. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Sodalitas - Kath. Bildungshaus, Tinje 119, 9121 Tainach**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 6. November 2007**

## „BÜHNE FREI“ FÜR DEN EINSATZ VON THEATER-METHODEN IN DER BETRIEBLICHEN GESUNDHEITSFÖRDERUNG > 07253

Jeder von uns ist am Arbeitsplatz unterschiedlichen Belastungen, Konflikten, Krisen und/oder Überforderungen ausgesetzt. Wie wir darauf reagieren, ist abhängig davon, wie eine Situation erlebt/bewertet wird, und welche Möglichkeiten der Person für eine individuelle Lösung dieser Ereignisse zur Verfügung stehen. A. de Saint-Exupéry meint: „Um klarer zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung.“

In diesem Seminar werden unterschiedliche gruppenzentrierte erfahrungs-, handlungs- und lösungsorientierte Methoden der Theaterpädagogik eingesetzt, um auf aktive, humorvolle und lustvolle Weise zu erleben, wie in einer „geschützten“ Laborsituation innerhalb der Gruppe individuelle Lösungen entwickelt werden können. Die dabei aufgegriffenen Themen beziehen sich auf jene der Betrieblichen Gesundheitsförderung, sprich alles was Menschen im Zusammenhang mit dem Thema Arbeitsplatz (auch Arbeitslosigkeit) stresst bzw. kränkt und krank macht! Es werden einfache und wirkungsvolle Methoden vermittelt, die in unterschiedlichen Kontexten wie Projektbesprechungen und -veranstaltungen, in Seminaren und Workshops mit verschiedenen Zielgruppen eingesetzt werden können.

### Inhalte:

- ▶ Theoretischer Überblick über Improvisationstheater, Forumtheater, interaktives Organisationstheater (Seminartheater)
- ▶ Theater und Partizipation
- ▶ Wechselwirkung von Humor und Gesundheit
- ▶ Theater und Perspektivenvielfalt, Subjektivität und Wahrnehmung, die Gruppe als Ressource
- ▶ Erschließen von kreativen Dialogräumen, Spielräumen und Handlungsräumen in Gruppen und Teams
- ▶ Entwickeln und Bearbeiten unterschiedlicher Konfliktszenen
- ▶ Arbeiten mit „Lösungsdrehbüchern“

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Daniela Trattnigg**

Termin: **Mi 16. - Do 17. Jänner 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Sodalitas - Kath. Bildungshaus, Tinje 119, 9121 Tainach**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **27. Dezember 2007**

# Seminare

## DIE TEXT-AMBULANZ: ERSTE HILFE FÜR ALLE, DIE GESUNDE TEXTE SCHREIBEN (MÜSSEN)

> 07254

Der Anblick des weißen Bildschirms löst bei Ihnen Synapsen-Koliken aus? Beim Stichwort „formulieren“ denken Sie eher an Transpiration als an Inspiration? Sie wissen genau, was Sie sagen wollen – doch sobald Ihre Finger die Tastatur berühren, zerbröseln die schönsten Gedanken?

Willkommen in der Text-Ambulanz!

Wir behandeln komplizierte Stilbrüche, chronische Jargon-Infektionen, hinkende Formulierungen, Blähworte und Buchstaben-Entzündungen. Gerne stehen wir Ihnen auch bei Tipp-Burnout zur Seite: Schließlich soll Schreiben ja Spaß machen! Nur was wir mit Lust formulieren, wird später auch gerne und mit Gewinn gelesen. Das gilt auch – und ganz besonders! – im Bereich der Gesundheitsförderung.

### Rundgang durch die Ambulanz:

- ▶ Emergency Room: Wie rette ich einen verletzten Text?
- ▶ OP: Auswüchse und Verwachsungen mit dem Skalpell entfernen
- ▶ Intensivstation: Wir wecken einen Text aus dem künstlichen Koma
- ▶ Kosmetikabteilung: Was macht eine Presseausendung/eine Seminarankündigung attraktiv? Wie frisiere ich meinen Bericht?
- ▶ Inspirations-Infusionen, damit die Übung gelingt

Gerne können Sie vorab selbst formulierte Texte schicken, die wir dann während des Seminars gemeinsam sanft durchleuchten. Was wir noch tun werden: schreiben! Computer stehen in ausreichender Anzahl zur Verfügung. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Isabella Straub**

Termin: **Mi 30. - Do 31. Jänner 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Ausbildungszentrum BFI Kärnten, Hauptstraße 157, 9201 Krumpendorf**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 9. Januar 2008**

## ENGAGEMENT – JA! BURNOUT – NEIN! > 07351

*Eine Reise vom Engagement ins Burnout und wieder zurück*

*„Wer nicht kann, was er will,  
muss wollen, was er kann“*

*(Leonardo da Vinci)*

Burnout ist mittlerweile ein Modebegriff. Fast wöchentlich berichten Medien zu diesem Thema, Seminare und Ratgeber-Bücher finden sich am Beratungsmarkt. Aber was bezeichnet der Begriff Burnout wirklich? Wer ist besonders stark davon betroffen? Wie können sich Mitarbeitende dagegen schützen? Ist es gar ansteckend? Wie kommt es dazu? Und was ist die Verantwortung der Betriebe und Führungskräfte? ... Dieses Seminar beantwortet diese und weitere, speziell auch Ihre offenen Fragen.

### **Schwerpunkte:**

Im Workshop wird auf die Erwartungen und Erfahrungen der Teilnehmenden weitestmöglich eingegangen. Jedenfalls werden folgende Aspekte behandelt:

- ▶ Allgemeine Informationen über Burnout:  
Definition, Häufigkeit, Verlauf, Anzeichen
- ▶ Systemische Perspektiven auf das Phänomen „Burnout“:  
die 4 Ebenen von Burnout
- ▶ Risikofaktoren und Ursachen:  
die Bausteine der Burnout-Schnellstraße
- ▶ Burnout-Prävention:  
Strategien, Taktiken, Instrumente im Rahmen betrieblicher Gesundheitsförderung

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Dr. Theresia Gabriel**

Termin: **Mo 15. - Di 16. Oktober 2007, jeweils 9.15 - 17.15 Uhr**

Ort: **Bildungshaus St. Hippolyt, Eybnerstraße 5, 3100 St. Pölten**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **24. September 2007**

# Seminare

## „QUERDENKEN IN GESUNDHEITSFÖRDERUNGS-PROJEKTEN DURCH KREATIVE METHODEN“ > 07352

*Spinnen erwünscht und erlaubt*

Bei der Planung von neuen Projekten wie auch bei der Umsetzung von laufenden Projekten haben wir gelegentlich das Gefühl, dass irgendwie alles schon mal da war oder wir im Kreis denken. Dieses Seminar bietet Ihnen kreative Impulse für Ihre Projektarbeit und ermöglicht es Ihnen, losgelöst von Alltagsszenarien ihren kreativen Trichter zu öffnen. Durch „Querdenken“ werden neue, verrückte Ideen angeregt und zugelassen. Dadurch werden unkonventionelle Lösungen für herkömmliche Problemstellungen oder Konflikte möglich und frische Ideen für Innovationen in Projekten gleich mitgeliefert.

### **Kreativität ist:**

- ▶ Vielseitig und einzigartig, bunt und auch chaotisch
- ▶ Spontan und schöpferisch, ideenreich und unkonventionell
- ▶ Eine ungewöhnliche, mutige Art der Arbeit!

### **Kreativität braucht als Grundlagen:**

- ▶ Angstfreie Räume und Zeit
- ▶ Anregendes und vielseitiges Material
- ▶ Bereitschaft, sich auf nicht vorhersehbare Ergebnisse einzulassen!

### **Kreativität schafft:**

- ▶ Gemeinschaft durch soziale Lernerlebnisse,
- ▶ Sie gestaltet Lebens- und Kulturräume, sie gestaltet Zukunft.

Kreativität wird sichtbar durch Medien – dazu gehört alles was zwischen Menschen (ver)mittelt: Sprache und Schreiben, Farben und Formen Inszenierung und Körperausdruck, Material und Raum, Geschmack und Geruch ... Wir werden gemeinsam mit Ideen und Visionen (für Projekte) spielen, neue Ideen entwickeln und bestehende Projekte mit lustvollen und erlebnisreichen Inhalten bereichern. Die entstehenden Ideen werden im Laufe des Seminars fokussiert, sodass jede/r TeilnehmerIn mit 1–2 ganz konkreten Umsetzungsideen bzw. einer Ideenliste für ihr/sein Projekt in die Arbeit zurückkehren kann!

(Materialbeitrag: €5,-/TeilnehmerIn, vor Ort zu bezahlen)

Referent/Trainer: **Toni Wimmer, MSc**

Termin: **Mo 12. - Di 13. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **H44 im Zentrum, Helenenstraße 44, 2500 Baden**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 22. Oktober 2007**

## „GET MOVING“ > 07353

*Die Start-Up Phase in Projekten*

*„Als wir das Ziel aus den Augen verloren hatten,  
haben wir unsere Anstrengungen verdoppelt.“*

*(Mark Twain)*

Gerade der Start-Phase kommt in Gesundheitsförderungs-Projekten besondere Bedeutung zu. Denn Fehler und Versäumnisse, die in dieser Phase gemacht werden, können nur mit großem Ressourcenaufwand wieder wett gemacht werden. Ein gut durchdachter Start und die hier investierten Anstrengungen rechnen sich vielfach über den Projektverlauf.

### **Inhalte und Trainingsschwerpunkte:**

- ▶ Welche Probleme und Potenziale stecken in meinem Projekt?
- ▶ Wie werden Meilensteine und Ziele definiert?
- ▶ Was ist die Aufgabe der Projektleitung?
- ▶ Wer soll in das Projektteam?
- ▶ Wofür benötige ich eine Projekt-Dokumentation?

Anhand von Praxisbeispielen sollen hilfreiche Methoden aus dem Projektmanagement erlernt und getestet werden.

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Sandra Krabb**

Termin: **Mo 3. - Di 4. Dezember 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Zentrum 2000, Sparkassaplatz 2, 2000 Stockerau (Garage im Haus)**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 12. November 2007**



# Seminare

## SOZIALKAPITAL IN GESUNDEN ORGANISATIONEN > 07354

Dort wo Menschen zusammenkommen, zusammenarbeiten, etwas gemeinsam entwickeln, entwickelt sich auch Gesundheit, denn die soziale Interaktion, miteinander Sinnvolles zu tun, das Ritual der Zusammenarbeit ist ein wesentliches Gesundheitspotenzial.

Gutes Vertrauen und gemeinsame Werte sind nicht nur Hauptsäulen von Sozialkapital und Grundlagen gelungener menschlicher Zusammenarbeit, sondern auch „Treiber“ für Gesundheit.

Die OECD definiert Sozialkapital als das System sozialer Beziehungen einer Gesellschaft (Sozietät) mit den Bindungskräften der gemeinsamen Normen und des wechselseitigen Vertrauens. Führung, Führungsstile, soziale Beziehungen, Netzwerke sind gleichermaßen Ressourcen von Sozialkapital wie Ressourcen für die Entwicklung von Gesundheit.

### Ziele:

In diesem Seminar wollen wir Ihnen die neuesten Erkenntnisse und Ansätze von Sozialkapital, Betrieblichem Gesundheitsmanagement bzw. das Modell Ressourcen Gesundheitsmanagement an Hand theoretischer Impulse sowie konkreter Projekte und Ergebnisse veranschaulichen. Außerdem versuchen wir mit Ihnen die „Landkarte“ und Ausprägung der Gesundheitstreiber in Ihrer Organisation zu erstellen und somit aufzuzeigen, an welchen Nahstellen die Gesundheit von MitarbeiterInnen gefördert werden kann.

### Methoden:

- ▶ Theoretische Impulse und Praxismodelle
- ▶ Checks und Fragebögen
- ▶ Aufstellungen
- ▶ Einzel- wie Gruppenarbeit
- ▶ Dialog

Referent/Trainer: **Dr. Irene Kloimüller MBA, Mag. Bernhard Prangl**

Termin: **Di 15. - Mi 16. Jänner 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Zentrum 2000, Sparkassaplatz 2, 2000 Stockerau (Garage im Haus)**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 21. Dezember 2007**

## PROJEKTPRÄSENTATION – PROFESSIONELL UND AUTHENTISCH > 07355

*Präsentationen, die begeistern*

Gewinnen Sie Sicherheit bei der Präsentation Ihres Gesundheitsförderungs-Projektes! Als Verantwortliche wollen Sie MitarbeiterInnen begeistern, Sponsoren von Ihrer Projekt-Idee überzeugen oder im Rahmen eines KundInnen-Events zielgerichtet informieren?

Dieses Seminar bietet Ihnen den professionellen Rahmen um Ihre Präsentationspersönlichkeit weiterzuentwickeln. Wertschätzendes Feedback durch den Trainer, die Gruppe und auf Wunsch mit Video, hilft Ihnen Rhetorik, Argumentation, Körpersprache und Kontakt zu Ihren ZuhörerInnen zu verbessern.

Wertvolle Tipps für den Medieneinsatz, Anti-Stress-Übungen und Techniken zur gelungenen Präsenz auf der „Präsentationsbühne“ stärken Sie in Ihrer Art der Vermittlung für die jeweilige Zielgruppe.

### **Methoden:**

Präsentationstraining, Gruppenarbeit, beteiligende Methoden der Erwachsenenbildung, Gruppen- und Videofeedback

### **Ziele:**

Grundlagen für eine professionell, authentische Präsentation kennen lernen, Ihren Präsentationsstil verstärken. Bringen Sie bitte Ihre Projekt-Unterlagen mit!

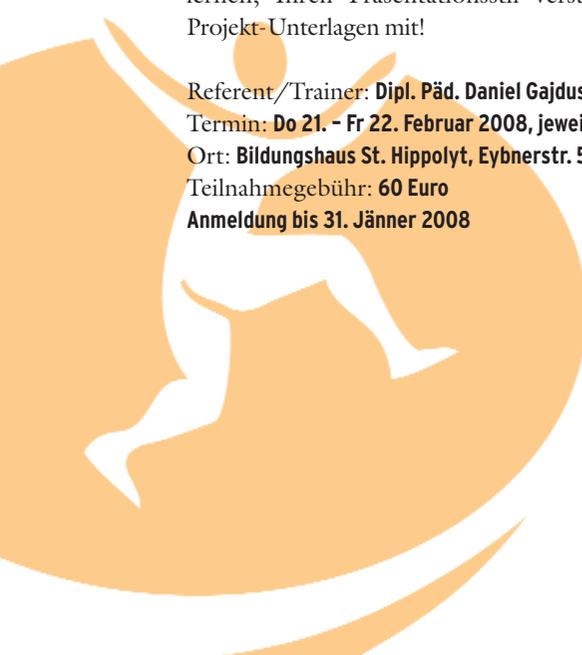
Referent/Trainer: **Dipl. Päd. Daniel Gajdusek-Schuster**

Termin: **Do 21. – Fr 22. Februar 2008, jeweils 9.15 – 17.15 Uhr**

Ort: **Bildungshaus St. Hippolyt, Eybnerstr. 5, 3100 St.Pölten (Garage im Haus)**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 31. Jänner 2008**



# Seminare

## PARTIZIPATIVE QUALITÄTSENTWICKLUNG IN DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG > 07451

Hinter den Modebegriffen „Qualitätssicherung“ und „Evaluation“ verbirgt sich ein großes Potenzial auch für kleinere Vereine im Gesundheitswesen, ihre Arbeit neu aufzustellen. Dieses Potenzial kann erst realisiert werden, wenn nicht standardisierte Qualitätsmanagementverfahren „von oben“ auf Projekte gedrückt werden, sondern wenn in einer Zusammenarbeit zwischen Projekt, Zielgruppe und Geldgeber Qualität in der Arbeit und die Maßstäbe für deren Ermessung gemeinsam definiert werden. Das Anliegen der Partizipativen Qualitätsentwicklung ist es, diese Zusammenarbeit auf nachhaltige Weise zu fördern. Basierend auf dem Ansatz der Aktionsforschung zeigt die Partizipative Qualitätsentwicklung Möglichkeiten auf, wie die Ziele und Wirkungen der Gesundheitsförderung erarbeitet und mit Einbeziehung der Zielgruppe Daten über Bedürfnisse und Änderungsprozesse erhoben werden können.

**In dieser Einführung in die Partizipative Qualitätsentwicklung werden folgende Themen zusammen mit den TeilnehmerInnen bearbeitet:**

- ▶ Grundsätze der Partizipativen Qualitätsentwicklung
- ▶ Stufen der Partizipation in der Gesundheitsförderung
- ▶ Partizipative Datenerhebungsmethoden
- ▶ Klärung von Zielen und Wirkungswegen für spezifische Maßnahmen

Referent/Trainer: **Dr. Michael T. Wright, LICSW, MS**

Termin: **Do 11. - Fr 12. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Frauengesundheitszentrum Wels, Kaiser Josef-Platz 52/1, 4600 Wels**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 20. September 2007**

## **SALUTOGENESE KONKRET – WIE GESUNDHEIT ENTSTEHT > 07452**

Salutogenese die Summe der objektiv nachweisbaren Verhaltensweisen, die gesund erhalten wird vielfach nur als Leitgedanke für konkrete Gesundheitsförderungsprojekte verstanden. Dementsprechend nehmen erfreulicherweise Angebote für schulische oder betriebliche Gesundheitsförderung zu allerdings beschränken sie sich auf Stuserhebungen, Bewegungs- und/oder Ernährungsprogramme und bestenfalls Minimalinformation bzw. -anleitung zur physischen Entspannung.

Gesundheit umfasst aber nach der Gesundheitsdefinition der Ottawa-Charta nicht nur körperliches, sondern auch psychisches, soziales und spirituelles Wohlergehen wie man hier mehrperspektivisch und multidisziplinär Potenziale aufbaut und nutzt, damit diese nicht nur Phrasencharakter besitzen, soll zentraler Ausgangspunkt des Seminars sein, das folgende Inhalte bietet:

- ▶ Neurophysiologische Grundlagen von Salutogenese
- ▶ Salutogenese als „Zwei-Augen-Sicht-Weise“
- ▶ Salutogenese als Teil von Mesoziation®
- ▶ Salutogenese in Erziehung und Beziehung
- ▶ Salutogenese in der Gesprächsmedizin®

Das Seminar ist teilnehmerInnenorientiert gestaltet.

Durch Praxisbeispiele der Referentin und die von den TeilnehmerInnen eingebrachten Situationen werden im Seminar folgende Zielsetzungen angestrebt:

- ▶ Die Erarbeitung von Rüstzeug für Beratung (von EntscheidungsträgerInnen)
- ▶ Die Konzeption und Realisation von ganzheitlichen Salutogenese-Projekten
- ▶ Die Anpassung für unterschiedliche Gemeinwesensformen

Referentin/Trainerin: **Prof. Mag<sup>a</sup>. Dr. iur. Rotraud A. Perner**

Termin: **Di 16. - Mi 17. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Novotel Linz, Wankmüllerhofstraße 37, 4020 Linz**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 1. Oktober 2007**

# Seminare

## KREATIVE METHODEN IN DER GESUNDHEITSFÖRDERUNG > 07453

*Machen wir uns doch ein Bild von Gesundheit ...*

Kreative Methoden werden in der Arbeit mit Gruppen für unterschiedliche Zwecke eingesetzt. Es kann sich dabei um ein „Diagnoseinstrument“ handeln, mit dem man sich einmal ein Bild von einer bestimmten Situation macht. Oder es geht um unkonventionellere Ansätze, um mit unüblichen Mitteln auch zu unüblichen (und damit neuen) Lösungen zu kommen. Kreative Methoden bieten aber vor allem Möglichkeiten, einen Zustand einmal „anders“ zu betrachten.

Ausgehend von der Annahme, dass kreativ-schöpferisches Tätigsein gesundheitsförderliche Aspekte beinhaltet, eignen sich kreative Methoden ganz besonders für den Einsatz in Gesundheitsförderungsprojekten. So kann etwa „FotoVoices“ ein idealer Projektstart sein, oder es können in Gestaltungswshops verborgene Gesundheitspotenziale tatsächlich sichtbar gemacht werden.

### **Methoden und Inhalte:**

Im Seminar werden unterschiedliche kreative Methoden vorgestellt und damit gearbeitet. Welche Methode passt für welche Gruppe und welche Methode passt für welches Gruppenziel bzw. welche Arbeitsphase besonders? Kreative Arbeitsphasen in der Einzel- und Gruppenarbeit wechseln mit theoretischen Inputs unter dem Aspekt eines optimalen Transfers in die jeweiligen Projektarbeiten der TeilnehmerInnen.

Referent/Trainer: **Mag. Gernot Scheucher**

Termin: **Do 22. - Fr 23. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Novotel Linz, Wankmüllerhofstraße 37, 4020 Linz**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 10. November 2007**

# GESUNDHEIT DURCH PROJEKTE FÖRDERN

> 07454

*Projektmanagement in der Gesundheitsförderung*

Das Konzept der Gesundheitsförderung hat auch in Österreich in den letzten Jahren stark an Dynamik gewonnen. Die Planung und Umsetzung von Projekten ist dabei die gängigste Arbeitsform der Gesundheitsförderung. In der Umsetzungspraxis vermischen sich dabei verschiedene konzeptionelle Zugänge, wodurch eine Profilierung erschwert wird. Klare konzeptionelle Zugänge sind für die Weiterentwicklung von Projekten daher gefragt. Das Seminar verfolgt die Zielsetzung, Grundlagen und Standards von Gesundheitsförderungsprojekten zu vermitteln und einen Einblick in die gegenwärtigen Strukturen der Gesundheitsförderung in Österreich zu geben. Es basiert auf dem Managementzyklus von Zielanalyse, Diagnose, Planung, Umsetzung und Auswertung. Für die entsprechenden Phasen werden sowohl die theoretischen Grundlagen, als auch hilfreiche Instrumente für die Praxis vorgestellt.

## **Inhalte:**

- ▶ Konzept und geschichtliche Entwicklung der Gesundheitsförderung
- ▶ Gesundheitsverständnis und Gesundheitsmodelle
- ▶ Settings und Projekte der Gesundheitsförderung
- ▶ Projektentwicklung und Projektaufbau in Settings
- ▶ Methoden und Tools
- ▶ Modellprojekte und Netzwerke der Gesundheitsförderung in Österreich

Referent/Trainer: **Dr. Christian Scharinger**

Termin: **Mo 3. - Di 4. Dezember 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Novotel Linz, Wankmüllerhofstraße 37, 4020 Linz**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 15. November 2007**

# Seminare

## MODERATION – DIE SCHLÜSSELQUALIFIKATION ZUR LEITUNG VON GRUPPEN > 07455

Einsetzbar sind Moderationstechniken in Besprechungen, Projekttrreffen, Klausuren, Workshops und Seminaren. Durch den Wechsel von verschiedenen Gruppenarbeitsformen werden die beteiligten Personen aktiv in die Erarbeitung von Wissensgebieten einbezogen. Geschickt gestellte Fragen erleichtern den Zugang zu neuen Themenbereichen, unterstützen die Aufbereitung und Strukturierung dieser und führen zur tieferen Erörterung, zum Dialog und zur Reflexion der Informationen. Professionelle Visualisierung, auf Flipchart, Pinnwänden und anderen Medien unterstützt diese Form der gemeinsamen Wissensgenerierung.

Im Seminar wird der Stellenwert und der Einsatz der Moderationsmethode als Problemlösungs-, Findungs- und Erfindungsstrategie in Gruppen erarbeitet. Augenmerk wird dabei auf das Verhältnis zwischen GruppenleiterInnen und TeilnehmerInnen gelegt. Beispielsweise welche Freiräume den Zielgruppen in der Gestaltung ihrer Team- und Lernprozesse gegeben werden und wie partizipatorische Themenerarbeitung und Problemlösungsprozesse anregend realisiert werden können.

### Ziele:

- ▶ Visualisierungs-, Präsentations- und Fragetechniken in unterschiedlichen Gruppenarbeitsformen kennen lernen und vertiefen
- ▶ Gruppenprozesse kreativ und lustvoll gestalten und eigenverantwortliches sowie gesellschaftliches Gesundheitshandeln anregen
- ▶ Durch die Erprobung von Kurzmoderationen in Spielsequenzen transferieren die TeilnehmerInnen das Erlernte ins eigene berufliche/projektspezifische Umfeld

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer**

Termine: **Di 22. - Mi 23. Jänner 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Novotel Linz, Wankmüllerhofstraße 37, 4020 Linz**

Teilnahmegebühr: **60 EURO**

**Anmeldung bis 10. Jänner 2008**

## MEDIEN INTERESSIEREN > 07551

Kennen Sie diese Geschichte: Frau Huber arbeitet hart und engagiert sich unter Einsatz all ihrer Ressourcen bei der Umsetzung eines Gesundheitsförderungsprojektes. Jeder dem sie von ihrer Arbeit erzählt, ist voll der Anerkennung. Frau Huber braucht aber nicht nur Anerkennung, sie braucht auch Öffentlichkeit für ihr Projekt, vor allem um für Sponsoren attraktiv zu sein. Deshalb wendet sich Frau Huber an Zeitungen und an den ORF. Frustriert kehrt sie zurück, keiner will über ihre Arbeit berichten. ... Hinter solchen Erfahrungen steckt nicht die fehlende Anerkennung für engagierte Arbeit. Die Ursache liegt primär in der Verpflichtung der Medien, Berichte entsprechend den Interessen Ihrer LeserInnen, HörerInnen und SeherInnen zu gestalten. Interessante Geschichten sind gefragt und nicht die Würdigung inhaltlich hochstehender Projekte. Aus inhaltlich orientierten Projekten sind aber auch Geschichten herauszuholen, Geschichten mit denen Sie Medien interessieren können. In diesem Seminar erarbeiten Sie mit einer bekannten Salzburger Journalistin mögliche Wege.

### Inhalte:

- ▶ Herausarbeiten einer Geschichte an Beispielen aus Ihrer Praxis
- ▶ Unterschiede zwischen Radio- und Fernsehberichten
- ▶ Verfassen einer ansprechenden Presseaussendung
- ▶ „Nachwassern“ am Telefon
- ▶ Das richtige Timing
- ▶ Erfolgreich beim Interview

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Viola Pöschl**

Termin: **Do 11. - Fr 12. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

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

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **20. September 2007**

# Seminare

## GESTERN MITARBEITERIN – HEUTE FÜHRUNGSKRAFT > 07552

*Den Aufstieg bewusst gestalten und gekonnt meistern*

Führungsarbeit bedeutet mehr als eine Fortsetzung der bisherigen Arbeit mit der erworbenen fachlichen Kompetenz, nur auf einer anderen Hierarchiestufe. Mit dem Wechsel in eine Führungsaufgabe kommen organisatorische Gestaltungsaufgaben, das permanente Einschätzen von Mitarbeitendenpotenzialen, der optimale Einsatz von Menschen für gegebene Aufgaben sowie das Managen von schwierigen Situationen, die für die Mitarbeitenden selbst nicht mehr handhabbar sind, hinzu. Führung ist ein gänzlich neuer Job, ungeachtet dessen ob in einem Unternehmen oder einem Projekt.

Das Seminar bietet Ihnen einen guten Überblick über wirksame Führungskonzepte und -methoden zur Erweiterung der persönlichen Führungskompetenz. Sie lernen anhand konkreter eigener Führungssituationen praktische Interventionen kennen.

### **Inhalte:**

- ▶ Eigenes Führungsverständnis reflektieren und weiterentwickeln
- ▶ Führungsfähigkeiten, erkennen, verstärken und vertiefen
- ▶ Praktische Führungsinstrumente und -methoden kennen lernen und ausprobieren
- ▶ Mitarbeitendengespräche aktiv führen
- ▶ Aufgaben wirksam delegieren
- ▶ Schwierige Führungssituationen professionell meistern

Referent/Trainer: **Mag. Dr. Andreas Wieland**

Termin: **Do 8. - Fr 9. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

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

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 18. Oktober 2007**

## VON KONFLIKTEN PROFITIEREN > 07553

Kann man von Konflikten profitieren? Natürlich, denn wenn der grösste Ärger vorbei ist, denkt man darüber nach, wie man es hätte besser machen können (... und was uns daran hindert, es besser zu machen!).

Mit der Arbeit an Fallbeispielen, durch Erfahrungsaustausch und mit Hilfe von theoretischen Inputs werden Konflikte aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet und persönliche Ressourcen gestärkt.

### **Inhalte:**

- ▶ Konfliktanalyse und Konfliktdiagnose
- ▶ Arbeit an eigenen Konfliktstrategien
- ▶ Übungen und Spiele zu Problemlösungsstrategien
- ▶ Konfliktlösungen: Arbeit mit Fallbeispielen
- ▶ Konfliktbearbeitung durch Coaching und Supervision
- ▶ Konfliktprävention

Referent/Trainer: **Mag. Dr. Günther Fisslthaler**

Termin: **Do 29. - Fr 30. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

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

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 8. November 2007**



# Seminare

## GESUNDHEITSFÖRDERUNG FÜR MIGRANTINNEN > 07554

In Österreich sind ca. 10% der Bevölkerung MigrantInnen; in den Bundesländern ist der Anteil teilweise wesentlich höher (zB Salzburg 20%). Vor diesem Zahlenhintergrund tut sich die Notwendigkeit auf, speziell für MigrantInnen Gesundheitsförderungskonzepte zu überlegen.

Die Erfahrung der Migration ist ein tiefer, Einschnitt in die Biographie eines Menschen. Die positive Bewältigung hängt nicht nur davon ab, über welche Ressourcen die Betroffenen selbst verfügen, sondern auch, wie das Aufnahmeland auf die Bedürfnisse dieser Menschen eingeht.

In Österreich scheint es diesbezüglich gerade im Gesundheitsbereich großen Nachholbedarf zu geben. Das zeigt sich an hohen Kosten für fehlgeschlagene medizinische Behandlungen (v.a. psychosomatische Erkrankungen, etc.). Die Bereiche Vorsorgemedizin und Gesundheitsförderung sind für MigrantInnen nicht zugeschnitten und erreichen sie deshalb nicht. Es fehlen auch Netzwerke – die Zusammenarbeit von im Gesundheits- und Migrationsbereich tätigen Institutionen –, ohne die die Realisierung und Nachhaltigkeit von Gesundheitsförderungsprojekten nicht möglich ist.

In diesem Seminar wird der Ist-Soll-Zustand in Österreich und der Weg dazwischen praxisnahe aufgezeigt.

### Inhalte:

- ▶ Begriffsdefinitionen (z.B. Phasen der Migration, Krankheitsbegriff, etc.)
- ▶ Wer bzw. welche Institutionen ist/sind für dieses Thema AnsprechpartnerIn; wie kann man sie für dieses Thema gewinnen bzw. sensibilisieren?
- ▶ Bildung von Netzwerken in den Bezirken
- ▶ Wie kann die Zielgruppe sensibilisiert und erreicht werden?
- ▶ Welches Info-Material soll angewendet werden?
- ▶ Welche Finanzierungsmöglichkeiten gibt es?
- ▶ Beispiele aus Österreich (Vorstellung des FGÖ geförderten Projekt GENEM)
- ▶ Blick über die Grenzen (Beispiele aus Deutschland)

Referent/Trainer: **DSA Nivaldo Vargas**

Termin: **Do 24. - Fr 25. Jänner 2008, jeweils 9.00 – 17.00 Uhr**

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

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 3. Jänner 2008**

## **BESSER ANKOMMEN! > 07555**

*Die Kunst, eine Botschaft zu vermitteln*

Viele Vortragende, ReferentInnen und SeminarleiterInnen sind in Ihrer Fachkompetenz völlig unbestritten. Manche „kommen leider nicht an“. Das muss nicht sein! Die Kunst, seine Botschaft zu vermitteln, kann gelernt werden. Ihr Engagement findet in der positiven Aufnahme jene Anerkennung, die Ihnen zusteht. In diesem Seminar wird an Ihrer Wirkung gearbeitet.

### **Inhalte:**

- ▶ Reflexion und Verbesserung des persönlichen Auftretens
- ▶ Techniken der Informationsunterstützung um auch sachlich „drüben“ anzukommen
- ▶ Weiterentwicklung der Sozialkompetenz
- ▶ Übungen zur Rhetorik

### **Methoden:**

Einzelarbeit, Partnerarbeit, Kleingruppenarbeit, Rollenspiel und Video-training werden die beiden Tage sehr intensiv und rasch vergehen lassen.

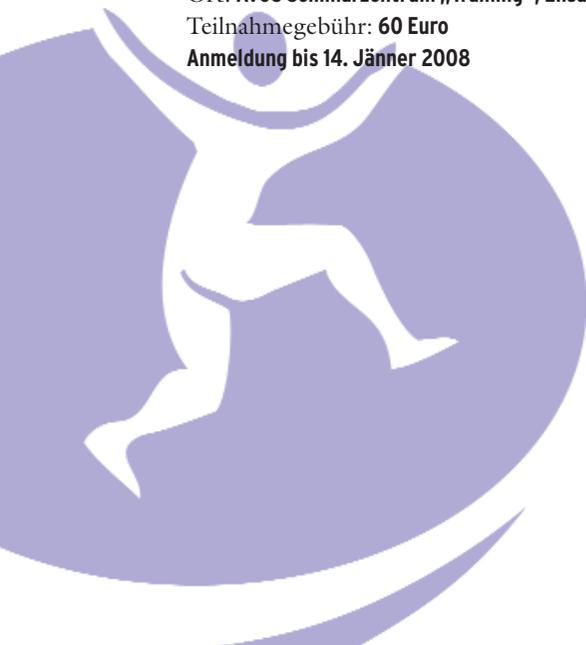
Referent/Trainer: **Prof. Dr. Josef Wimmer**

Termin: **Mo 4. - Di 5. Februar 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

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

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 14. Jänner 2008**



# Seminare

## VON DER BUDGETERSTELLUNG BIS ZUR ABRECHNUNG >07651

### Inhalte:

- ▶ Förderansuchen  
Die Überleitung vom Projektbudget zum Förderansuchen steht zuerst im Zentrum des Seminars, dann die Abrechnung. Bei der Abrechnung stellen wir einen Bezug in Übereinstimmung zum Förderansuchen mittels der realen Ausgaben und der Kostenabrechnungen dar.
- ▶ Projektbuchhaltung  
Anlegen einer projektbezogenen Buchhaltung: Was sind Projektkosten und was versteht man unter allgemeinen Kosten? Was ist Eigenleistung und was versteht man unter Eigenmittel? Gemeinsam <wir eine Buchhaltung mit praktischen Beispielen erarbeiten.> Dabei sollen alle Eigenheiten einer projektbezogenen Buchhaltung berücksichtigt werden.
- ▶ Lohnverrechnung  
Erarbeitung der projektbezogenen Stunden mittels Buchungsbelegen.
- ▶ Excel-Abrechnung freier Mitarbeiter  
Vorstellung einer Abrechnungsart für freie MitarbeiterInnen.

### Ziele:

Ziel des Seminars ist das Erlernen und Üben der Erstellung von professionellen Projektbudgets für Förderansuchen und von Abrechnungen der gewährten Fördermittel. Dadurch soll eine schnelle und effiziente Bearbeitung der Fördermittel gewährleistet werden.

ReferentInnen/TrainerInnen: **Mag. Walter Hörth, Bärbl Schwarz**

Termin: : **Mo 15. - Di 16. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Jugend- und Familiengästehaus Graz, Idlhofgasse 74, 8020 Graz**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 24. September 2007**

# KONSTRUKTIVES KONFLIKTMANAGEMENT

> 07652

„9 von 10 Konflikten sind vermeidbar“

Nicht die Anzahl der Konflikte macht eine Aussage über die Qualität von beruflichen Beziehungen, sondern ob und wie Konflikte gelöst werden.

Vielfach haben Konflikte einen negativen Touch und Menschen agieren bei Spannungen häufig in 2 Extremen: Entweder sie sagen (lange) nichts, oder sie explodieren. Beides ist nicht selten schmerzhaft für alle Beteiligten.

Dieses Seminar soll Grundlagen der Konfliktbewältigung aufzeigen. Vor allem soll es eine Gesprächsstruktur vermitteln, welche es möglich machen kann, Konflikte so anzusprechen, dass andere damit umgehen können und wir durch unsere Aussagen nicht weitere Konflikte verursachen.

Welche Möglichkeiten der Konfliktprävention kennen und nützen wir? Wie handeln wir bei unüberlegten, oft verletzenden Aussagen anderer? Rechtfertigen wir uns, oder stellen wir gezielte Fragen? Wie sagen wir es unseren Vorgesetzten, KollegInnen, PartnerInnen, wenn wir anderer Meinung sind?

## Inhalte:

- ▶ Konflikte als Chance erkennen, konstruktiv darauf reagieren
- ▶ Unterschied von Wertekonflikten und Interessenskonflikten kennen und nützen lernen
- ▶ Konfliktgespräche wirksam führen, Lösungsstrategien erarbeiten
- ▶ Die Struktur des Konfliktgespräches trainieren
- ▶ Kontrollierter Dialog: Erlernen von Fragetechniken und Ich-Botschaften
- ▶ Systemische Hintergründe von Konflikten erkennen
- ▶ Konfliktprävention und gezieltes Umgehen mit Aggressionen

Referent/Trainer: **Mag. Gerald Höller**

Termin: **Mo 29. - Di 30. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Jugend- und Familiengästehaus Graz, Idlhofgasse 74, 8020 Graz**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **8. Oktober 2007**

# Seminare

## EVENTS PROFESSIONELL ORGANISIEREN

> 07653

*Machen Sie Ihre Veranstaltung zum Erlebnis!*

Viele Organisationen setzen im Marketing auf „Live-Kommunikation“. Ob Jubiläums- oder Benefizveranstaltung, „Tag der offenen Tür“ oder Fachtagung – Planung, Organisation und Durchführung nehmen enormen Einfluss auf die Qualität und Zielerreichung eines Events. Egal um welche Veranstaltungsart es sich handelt, man möchte dem Besucher oder Teilnehmer einen nachhaltigen, positiven Eindruck vermitteln. Überlassen Sie den Erfolg Ihrer Veranstaltung nicht dem Zufall!

### **Zielgruppe:**

Alle, die an der professionellen Planung, Organisation und Durchführung von Veranstaltungen interessiert sind.

### **Inhalte und Ziele:**

- ▶ Grundlagen des Eventmanagements
- ▶ Erfolg durch richtiges Inszenieren
- ▶ Kreativitätstechniken
- ▶ Die wichtigsten Planungstools im Eventmanagement
- ▶ Planung in der Praxis
- ▶ Finanzierung durch Sponsoren
- ▶ Nachbearbeitung und Evaluierung

Referent/Trainer: **Mag. Dieter Zand**

Termin: **Mo 19. - Di 20. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Jugend und Familiengästehaus Graz, Idlhofgasse 74, 8020 Graz**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 29. Oktober 2007**

## FÜHREN VON TEAMS > 07654

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.

### **Inhalte:**

- ▶ Was ändert sich, wenn ich vom Teammitglied zum/r TeamleiterIn 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 Freiraum lassen?
- ▶ Wie führe ich ein Kritikgespräch, ohne verletzend zu sein?
- ▶ Wie motiviere ich durch ein Mitarbeiterndengespräch?
- ▶ Wie gehe ich mit Teammitgliedern um, die deutlich älter sind und über mehr Erfahrung verfügen?

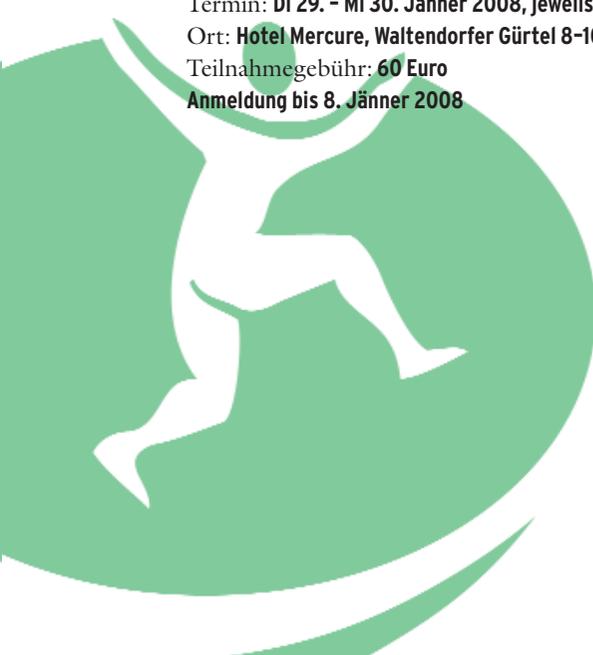
Referent/Trainer: **Mag. Gerald Höller**

Termin: **Di 29. - Mi 30. Jänner 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Hotel Mercure, Waltendorfer Gürtel 8-10, 8010 Graz**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 8. Jänner 2008**



# Seminare

## BEGEGNUNGEN UND SOZIALE GESUNDHEIT DURCH RITUALE FÖRDERN > 07655

Zwischenmenschliche Begegnungen haben einen bedeutenden Einfluss auf unsere Gesundheit. Im Zuge der Individualisierung haben sich die Möglichkeiten sozialer Begegnungen massiv geändert.

Mit Hilfe von Ritualen können wir im privaten Bereich sowie im beruflichen Alltag Begegnungen schaffen – sowohl im räumlichen als auch im ideellen Sinn. Rituale schaffen einen nachvollziehbaren Rahmen, der Sicherheit und Vertrauen fördert. Jede Person bringt sich ein und gestaltet mit, um etwas Gemeinsames zu schaffen. Dabei sind zwei wesentliche Säulen der Gesundheitsförderung – Partizipation und Empowerment – wichtige Leitstrategien.

### Ziele:

- ▶ Rituale als Modell für kreative Prozessbegleitung in Teams
- ▶ Rituale und Gesundheit
- ▶ Festkultur nach dem Modell risflecting®
- ▶ Das Seminar als Modellvorschlag für Umsetzungsmöglichkeiten zur Förderung von Gruppenprozessen – am Arbeitsplatz, in der Gemeinde oder auch im Privatbereich

### Methoden:

- ▶ Einführung und Vertiefung rund um das Thema Rituale
- ▶ Einführung und Vertiefung in die Festkultur nach risflecting®
- ▶ Gemeinsame Planung und Umsetzung eines Vollmond-Festes mit ritueller Einbindung

ReferentInnen/TrainerInnen: **Roland Urban, Mag<sup>a</sup>. Claudia Posch**

Termin: **Do 7. - Fr 8. Februar 2008, 1. Tag: 14.00 - 22.00 Uhr**

**2. Tag: 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **Jugend und Familiengästehaus Bruck/Weiental, Stadtwaldstraße 1,  
8600 Bruck/Mur**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 17. Jänner 2008**

**(Die Übernachtung am Seminarort wird vom Seminarablauf her empfohlen. Die Kosten für die Übernachtung im Doppelzimmer mit Vollpension sind durch die Teilnahmegebühr abgedeckt.)**

# Tir

## PÄDAGOGISCHE UND DIDAKTISCHE GRUNDLAGEN FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG IM SETTING KINDERGARTEN/SCHULE > 07751

*„Lehren heißt nicht ein Fass füllen, sondern eine Flamme entzünden.“*

(Griech. Philosoph Heraklit)

### Inhalt:

- ▶ Kurze Einführung in Didaktik und Pädagogik
- ▶ allgemeine Information über die Bildungseinrichtungen Kindergarten/Volksschule
- ▶ Entwicklungspsychologische Grundlagen (Kinder im Alter von 3 – 10 Jahren)
- ▶ Praktische Umsetzung in die Praxis – ganzheitliche Lernsituationen gestalten
- ▶ Bedeutung von Beziehung in der pädagogischen Arbeit

### Methoden:

In diesem Seminar lernen Sie die wichtigsten entwicklungspsychologischen Grundlagen für Kinder im Alter zwischen 3 und 10 Jahren kennen. Anhand dieses Theorieteils, sowie dem vorangegangenen Aufbau von Stundenbildern werden wir ganz konkret die praktische Umsetzung von Bildungseinheiten im Kindergarten und in der Volksschule erarbeiten. Weiters werden wir uns mit der Bedeutung von Beziehung speziell bei noch sehr jungen Kindern befassen, sowie mit der Notwendigkeit ganzheitliche Lernsituationen zu gestalten.

### Ziele:

Durch theoretisches Hintergrundwissen, praktisches Arbeiten, sowie Tipps zur Umsetzung in die Praxis, werden Sie befähigt, Bildungseinheiten zu variieren sowie diese im Kindergarten und in der Volksschule fachgerecht umzusetzen.

ReferentInnen/TrainerInnen: **Prof. Wolfgang Haupt, Margot Kaltenböck**

Termin: **Fr 21. - Sa 22. September 2007, jeweils 9.30 - 17.30 Uhr**

Ort: **Hotel Seespitz, Innsbrucker Straße 1, 6100 Seefeld i. T.**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 31. August 2007**

# Seminare

## TEAMFÜHRUNG, TEAMMOTIVATION UND TEAMENTWICKLUNG > 07752

Wie gut Menschen in Teams, Gruppen oder Abteilungen zusammenarbeiten, entscheidet zwischen Erfolg und Misserfolg einer Organisation. Viele Erfahrungswerte erfolgreicher Organisationen belegen, dass Teamarbeit und Mitarbeitermotivation die Schlüsselfaktoren im täglichen Umgang miteinander bilden.

Wichtig ist jedoch, dass nicht nur Führungskräfte über ein gutes Verständnis für Team-dynamische Abläufe verfügen. Auf allen Mitarbeiter-ebenen Stärken und verbesserungsfähige Bereiche zu erkennen und zu steuern stellt sich als Kernherausforderung des täglichen Arbeitslebens dar.

### **Inhalt:**

Das Seminar soll helfen, Bewusstsein für die Leistungsmöglichkeiten eines ausgewogenen Teams zu entwickeln und das „Wunder Synergie“, die gegenseitige Ergänzung, zu fördern. Sich selbst und andere besser kennen zu lernen und zu verstehen, sowohl in Hinblick auf Stärken als auch Schwächen, bildet die Basis für die Lösung von Problemen, wie beispielsweise mangelndes Delegationsverhalten oder falsch verstandene Unterstützung.

### **Methoden:**

Vermittlung des theoretischen Hintergrunds, Veranschaulichung anhand vieler praktischer Beispiele.

### **Ziele:**

Lernen Sie, teamdynamische Prozesse zu erkennen und zu steuern. Wie wirken sich Neubesetzungen auf bestehende Teams aus? Wie fördern Sie Kommunikation, konstruktive Diskussion und damit Leistungs- und Verantwortungsbereitschaft? Welches Verhalten wird von Ihnen als Vorbild erwartet, um den Anforderungen unterschiedlichster Arbeitssituationen zu genügen? Da das tägliche Leben aus Konflikten besteht, ist der trainierbare positive Umgang ein Teilziel des Seminars. Wie sehe ich Konflikte vorher bzw. bewältige ich bereits bestehende Altlasten im Team?

Nach diesem Seminar sollen die TeilnehmerInnen Veränderungen gezielter beeinflussen können.

Referent/Trainer: **Markus Ehrensberger**

Termin: **Di 16. - Mi 17. Oktober 2007, jeweils 9.30 - 17.30 Uhr**

Ort: **Hotel Seespitz, Innsbrucker Straße 1, 6100 Seefeld i. T.**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 25. September 2007**

## RHETORIK: BASISWISSEN > 07753

Wir verwenden 60 bis 80 Prozent unserer Zeit, um mit anderen zu kommunizieren, d.h. um zu reden, zu telefonieren oder um selbst bei Diskussionen, Zusammenkünften, Konferenzen etc. informiert zu werden. Verständlich und überzeugend reden zu können, gehört zu den Grundanforderungen, die an moderne Menschen gestellt werden.

### **Inhalt:**

Unsere Stimme, unser Auftreten und unsere Überzeugungskraft sind geprägt von unserer Lebensgeschichte, von fördernden und blockierenden Erfahrungen. Wir lernen, Gedanken klar und einprägsam darzustellen, sie zu verteidigen, für sie zu werben und andere dafür zu begeistern.

### **Methoden:**

Mit theatralischen Miniszenen, entspannenden Körpermethoden und Gruppenspielen genießen wir es in vielen praktischen Übungen, uns spielerisch zu erfahren.

### **Ziele:**

Wir üben einen bewussten Einsatz unserer rhetorischen Fertigkeiten, von grundlegenden Auftrittsübungen ohne Angst und Scheu, bis hin zu heiklen Situationen, die wir gemeinsam mit Rollenspielen bewältigen lernen.

Dieses Seminar ist als zweiteiliges Seminar geplant, d.h. dass im folgenden Semester ein Aufbaukurs stattfinden wird.

Referent/Trainer: **Gerhard Sexl**

Termin: **Di 11. - Mi 12. Dezember 2007, jeweils 9.30 - 17.30 Uhr**

Ort: **Hotel Seespitz, Innsbrucker Straße 1, 6100 Seefeld i. T.**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 20. November 2007**

# Seminare

„PROJEKTMANAGEMENT IST BEZIEHUNGSMANAGEMENT ...  
... DIE SOZIALE KOMPETENZ IM PROJEKTMANAGEMENT“ > 07754

„80% der gescheiterten Projekte sind auf zwischenmenschliche Schwierigkeiten in Projekten zurückzuführen. Hier liegen die größten Entwicklungspotentiale von Organisationen“

## Inhalte:

Verlauf und Voraussetzungen in der Projektarbeit sind zu einer ständig wachsenden Herausforderung für den/die ProjektleiterIn geworden. Der Wind wird immer rauer und die Anforderungen an die Projektbeteiligten – zeitlich, fachlich und sozial – steigen deutlich. Außerdem erleben wir in unserer Arbeit ständig, dass Projektmanagement immer mehr das Managen von Widersprüchen bedeutet. Kommunikations- und Kooperationsprobleme lassen sich nicht mit klassischen Projektmanagementmethoden lösen. Bei der Lösung von Problemsituationen ist die Projektleitung auf soziale Kompetenz angewiesen.

## Methoden:

Empathie

- ▶ Wie äußert sich Einfühlungsvermögen?

Umgang mit Emotionen

- ▶ Wie gehe ich mit meinen Emotionen um?
- ▶ Wie kann ich auf meine Emotionen achten und sie besser in meinem Alltag nutzen?

Wertschätzung

- ▶ Wozu brauche ich Anerkennung?
- ▶ Wie schaffe ich ein wertschätzendes Klima mir selbst und anderen gegenüber?

Transparente Kommunikation

- ▶ Wie trenne ich meine Wahrnehmung von meinen Emotionen und Wertungen?
- ▶ Was ist klare Kommunikation und was ist dafür hilfreich?

Komfortzone

- ▶ Wo befinden sich meine persönlichen Grenzen im Umgang mit meiner Umwelt und wie kann ich sie erweitern?

## Ziele:

In diesem Training erfahren Sie eine intensive Auseinandersetzung mit sich selbst und eigenen Verhaltensmustern. Dabei geht es in erster Linie um das Erfassen und Ausschöpfen bereits vorhandener, individueller Ressourcen.

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Brigitte Lube**

Termin: **Di 15. - Mi 16. Jänner 2008, jeweils 9.30 - 17.30 Uhr**

Ort: **Hotel Seespitz, Innsbrucker Straße 1, 6100 Seefeld i. T.**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung 27. Dezember 2007**

## NON-VERBALE KOMMUNIKATION > 07755

*Was drücken wir laufend mit unserer Körpersprache aus?*

Sie betreten einen Raum, in dem Sie noch nie waren, und Sie haben keine Ahnung, wer oder was Sie dort erwartet? Ein beängstigendes Gefühl? Risiko oder Chance? Beides. Wie wir allerdings damit umgehen, liegt an uns und unserer inneren Einstellung. Welche typischen Verhaltensweisen benützen wir in bestimmten Situationen? Fällt es uns leicht, Gefühle zu zeigen? Wie sieht es aus mit Nähe und Vertrauen zu Anderen oder uns selbst?

### **Inhalt:**

- ▶ Den Körper aufwärmen, die Stimme aktivieren
- ▶ Energie und Flow im Team
- ▶ Assoziationstraining, Angebote annehmen
- ▶ Improvisationstheaterstücke

### **Methoden:**

In diesem Seminar bedienen wir uns kreativer Methoden aus dem Improvisationstheater. Spielerisch werden wir uns in verschiedene Situationen begeben, unser kreatives Potential will schließlich entdeckt werden! Welche Kraft darin steckt, „Ja“ zu sagen und positiv zu sein, was es bedeuten kann, wenn man mit sich selbst, den Mitmenschen und der äußeren Umgebung im Fluss ist, diesen Inhalten werden wir auf spielerische Art und Weise begegnen.

Heißen wir das Unbekannte und Überraschende als Freund willkommen!

### **Ziele:**

- ▶ Eigene und fremde Ideen anzunehmen, als „Material“ betrachten, um zu lernen
- ▶ Die Kraft der Fantasie und das persönliche kreative Potential (wieder) entdecken
- ▶ Die Veränderungskraft des Positiven erleben und erkennen
- ▶ Den „Zensor im eigenen Kopf“ bewusst machen
- ▶ Persönliche Verhaltensweisen in „extremen“ Situationen realisieren
- ▶ Handlungsspielräume für den Berufsalltag erweitern

Referent/TrainerI: **Wolfgang Klingler**

Termin: **Di 29. - Mi 30. Jänner 2008, jeweils 9.30 - 17.30 Uhr**

Ort: **Hotel Seespitz, Innsbrucker Straße 1, 6100 Seefeld i. T.**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 8. Jänner 2008**

# Seminare

## PROFESSIONELLES PROJEKTMARKETING > 07851

Projekte im Gesundheitsbereich erfordern durch ihre zeitliche Begrenzung und den unterschiedlich involvierten Zielgruppen einen speziellen Umgang mit dem Thema Projektmarketing. Gerade bei Projekten, bei denen mit Ablehnung zu rechnen ist oder die tief greifende Veränderungen nach sich ziehen, spielt das Projektmarketing eine zentrale Rolle.

Ziel des Projektmarketings ist es, das Projekt auf dem Weg zur Zielerreichung optimal unter Miteinbezug des Projektumfeldes und der strategischen Ausrichtung zu unterstützen. Das Projektmarketing stellt dem Projektleiter Instrumente zur Verfügung, um allfälligen negativen Entwicklungen im Projekt vorzubeugen und ihnen professionell zu begegnen.

Das Seminar richtet sich an ProjektleiterInnen und Führungskräfte in der Gesundheitsförderung, sowie an Projektmanagement-Interessierte.

### Ziele:

- ▶ Das Projekt und das Produkt an die Zielgruppen heranzuführen
- ▶ Eine Verbesserung des Projektablaufs durch eine positive Grundeinstellung zu ermöglichen und somit das Arbeitsklima zu verbessern
- ▶ Widerstände abzubauen und durch eine präventive Schadensbegrenzung die Schaffung einer Identifikationsgrundlage zu schaffen

### Inhalte:

- ▶ Grundlagen der Kommunikation
- ▶ Besondere Anforderungen an die Projektkommunikation
- ▶ Stakeholder-Analyse
- ▶ Kommunikationsplanung
- ▶ Pro-aktiv kommunizieren
- ▶ Grundregeln effektiver Kommunikation
- ▶ Umgang mit Widerständen und Konflikten

Referent/Trainer: **Prof. Dr. Jürgen Polke**

Termin: **Do 4. - Fr 5. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **„Huber Areal“, Hauptstr. 17, 6840 Götzis**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 13. September 2007**

## DYNAMIK IN TEAMS – KONSTRUKTIVES LERNEN

> 07852

Lernen bzw. „erleben“ Sie, teamdynamische Prozesse erkennen und zu steuern, um Veränderungen und Entwicklungen in Gang zu setzen. Denn heutzutage werden wir in unserem (Berufs-)Alltag in der Gesundheitsförderung immer mehr gefordert, uns in immer wieder neue Gruppenkonstellationen einzufügen und diese aktiv und ertragreich zu gestalten.

### **Erfahren Sie in diesem Seminar mehr:**

- ▶ Über individuelle Ziele und den Zielpool einer Gruppe und
- ▶ die fünf Phasen des Gruppenprozesses.

Und „erleben“ Sie die „bloße“ Theorie in der Praxis. Dabei bedienen wir uns unter anderem der Methode des konstruktiven Lernens bzw. der „problem solving tasks“.

Im Rahmen des Seminars werden ein Team oder mehrere Gruppen mit Aufgaben konfrontiert, die zwar im ersten Moment sehr wenig mit den Arbeitsinhalten eines Unternehmens bzw. einer Organisation zu tun haben, sehr wohl jedoch mit systemimmanenten Strukturen und Hierarchien, zeitlichen Abläufen und typischen Situationen.

Ohne Druck und in dieser räumlichen und auch gedanklichen Entfernung zum „normalen Arbeitsalltag“ wird Traditionelles aufgebrochen. Kontraste motivieren und wecken Impulse für Veränderung, Mann/Frau handelt anders, experimentiert, probiert Neues aus.

### **Und plötzlich kommt das AHA-Erlebnis:**

„Ach, so funktioniert das, jetzt sehe ich die Zusammenhänge ...!“  
Damit ist Mann/Frau auch bereit für den Transfer, für die Übertragung des „Erlebten“ in das tägliche (Arbeits-)Leben. Und erst damit wird aus dem Erlebnis eine Erfahrung.

Referent/Trainer: **Mag. Andreas Prenn**

Termin: **Do 18. - Fr 19. Oktober 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **„Huber Areal“, Hauptstr. 17, 6840 Götzis**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **27. September 2007**

# Seminare

## Vorarlberg

### SELBSTWERT STÄRKEN > 07853

Der Selbstwert ist nicht angeboren, sondern entwickelt sich über die gesamte Lebensspanne. Das Selbstbewusstsein kann aktiv beeinflusst und geformt werden.

Der berufliche Wiedereinstieg nach der Kinderpause ist für Frauen wirtschaftlich sinnvoll und bedeutet Existenzsicherung. Dieser Umstand ist jedoch oft mit einer großen persönlichen Hemmschwelle verbunden. Geringes Selbstbewusstsein bezüglich der beruflichen Anforderungen und der Vereinbarkeit mit der Familie machen die Rückkehr in die Berufswelt für Mütter schwer:

- ▶ Werde ich allem gewachsen sein?
- ▶ Werde ich den neuen beruflichen Anforderungen gerecht?
- ▶ Wie wirkt sich meine Berufstätigkeit auf das Familienleben aus?
- ▶ Wie lassen sich Familie und Beruf effizient organisieren?
- ▶ Welche Unterstützungen kann ich mir organisieren?

#### Ziele:

- ▶ Die eigene Situation bewusst machen
- ▶ Ängste, Befürchtungen und Sorgen bezüglich des Berufswiedereinstiegs formulieren
- ▶ Eigene Kompetenzen, Stärken und Ressourcen finden, erkennen, bewusst machen
- ▶ Praktische Anregungen für den selbstbewussten Wiedereinstieg in die Berufswelt

Die individuellen Bedürfnisse der SeminarteilnehmerInnen in Bezug auf das Thema stehen im Mittelpunkt. Gruppenarbeiten stehen in Abwechslung zu theoretischen Wissensinputs.

Referentin/Trainerin: **Mag<sup>a</sup>. Dr. Claudia Müller**

Termin: **Do 8. - Fr 9. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **„Huber Areal“, Hauptstr. 17, 6840 Götzis**

Anmeldegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 18. Oktober 2007**

## AUFBAUKURS – RHETORIK UND KOMMUNIKATION > 07854

Professionelle Kommunikation erfordert sowohl verbale Fähigkeiten wie auch die Fähigkeit zur Deutung der Körpersprache. In diesem Seminar trainieren wir sehr intensiv in Kleingruppen, wie wir ganzheitlich wirken. Hierfür lernen wir, wie wir die Sinneskanäle unserer Kommunikationspartner aktiv beeinflussen und steuern können, um erfolgreich zu kommunizieren. Die Teilnehmer erarbeiten sich feedbackgesteuert ihr eigenes Wirkungsprofil und bekommen einen Handlungskatalog für dessen Optimierung.

### **Zielgruppe:**

TeilnehmerInnen, die möglichst bereits einen Grundkurs in Kommunikation/Rhetorik absolviert haben

### **Inhalte:**

- ▶ Ausarbeitung eines persönlichen Wirkprofils
- ▶ Aufbau von Vertrauen und Empathie
- ▶ Einsatz der Körpersprache
- ▶ Training der Schlagfertigkeit
- ▶ Abbau von Lampenfieber
- ▶ Stärkung des Selbstbewusstseins

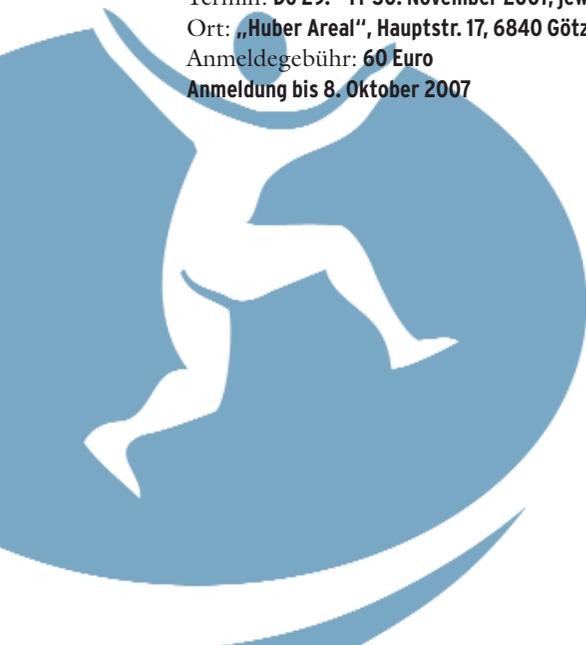
Referent/Trainer: **Prof. Dr. Jürgen Polke**

Termin: **Do 29. – Fr 30. November 2007, jeweils 9.00 – 17.00 Uhr**

Ort: **„Huber Areal“, Hauptstr. 17, 6840 Götzis**

Anmeldegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 8. Oktober 2007**



# Seminare

## ANTI-BURN-OUT TRAINING > 07855

Die meisten Menschen leiden unter dem zunehmenden Zeitdruck und den wachsenden Anforderungen der Arbeitswelt. Es ist nicht selbstverständlich, dass man mit diesen erschwerten Bedingungen zurechtkommt. Wenn Ausgleich und Erholung in der Freizeit nicht mehr möglich ist, das Abschalten nicht mehr gelingt, spricht man von einem Burnout. Dieser Begriff wird mitunter vorschnell verwendet, wenn man sich überarbeitet, überfordert oder lustlos fühlt. Wenn dieser Zustand jedoch tatsächlich erreicht ist, tun sich die Betroffenen schwer, fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Deshalb ist es wichtig, dass Vorgesetzte und aufmerksame KollegInnen über angemessene Hilfen Bescheid wissen und betroffene Personen ansprechen können.

### Ziele:

- ▶ Informationen über Ursachen und Entstehungsbedingungen von Burnout
- ▶ persönlichen Ressourcen und Risikofaktoren kennen lernen
- ▶ erproben von psychologischen Techniken der Vorbeugung und des Ausstiegs aus einem Burnout
- ▶ erfahren sie, wann Selbsthilfe ausreicht und wann fachliche Hilfe nötig ist

### Methoden:

Die TeilnehmerInnen erarbeiten eine persönliche Stressanalyse. Techniken zur Gedankenlenkung und Entspannung werden eingeübt. Die Progressive Muskelentspannung wird vorgestellt und geübt. Rollenspiele und Verhaltensübungen erweitern das Handlungsrepertoire. Sie üben einfache, am Arbeitsplatz einsetzbare Körperübungen.

Referenten/Trainer: **Dipl. Soz. Päd. Berndt Kühnel, Co Leiter Thomas Kühnel**

Termin: **Do 10. - Fr 11. Jänner 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **„Huber Areal“, Hauptstr. 17, 6840 Götzis**

Anmeldegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 20. Dezember 2007**

## Wien PRAXISSEMINAR: PRESSEARBEIT KONKRET > 07951

Public Relations sind in unserer ausufernden Informationsgesellschaft unentbehrlich geworden. Ein kostengünstiges Instrument der PR ist die Pressearbeit. Hier geht es darum, komplexe Sachverhalte in einer allgemein verständlichen Form einem fachlich nicht vorgebildeten Publikum zu vermitteln. Anders gesagt: Für Medien und ihr Publikum müssen die eigenen Inhalte neu formuliert werden.

Doch gute Presseaussendungen allein genügen nicht – man braucht auch einen aktuellen Presseverteiler und muss mit den JournalistInnen umgehen können.

All dies wird im Seminar „Pressearbeit konkret“ anhand praktischer Beispiele und Übungen vermittelt.

### In diesem Praxisseminar erlernen Sie unter anderem:

- ▶ Wie verfasse ich verständliche und interessante Texte?
- ▶ Welche Informationen brauchen JournalistInnen?
- ▶ Wie baue ich eine Pressemitteilung auf?
- ▶ Wie lege ich einen Presseverteiler an?
- ▶ Wie kommuniziere ich mit JournalistInnen?
- ▶ Tipps zum Nachtelefonieren

Referent/Trainer: **Werner Schuster**

Termin: **Do 15. - Fr 16. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **MAIN\_Medienarbeit Integrativ, Marchettigasse 7/Top 1, 1060 Wien**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 25. Oktober 2007**

# Seminare

Wien

**WOMAN VITAL > 07952**

*Frauen sind anders!*

Viele Empfehlungen zielen an den weiblichen Bedürfnissen vorbei, was zur Konsequenz hat, dass Ziele nicht erreicht werden oder Frau sich sogar vom Frausein wegbewegt. Was brauchen Frauen tatsächlich, um vital zu sein und „trotz“ Karriere es auch zu bleiben? Vitalität und Energiegewinnung sind sensible Prozesse, die mehr verdienen als Pauschalrezepte. Lernen Sie in diesen 2 Tagen die weiblichen Besonderheiten in Theorie und Praxis kennen und nutzen!

## **Inhalt:**

- ▶ Wie das weibliche Gehirn tickt und was es braucht
- ▶ soziale Programme auf weibliche Art – werden sie zur Mind-Designerin
- ▶ Die Lust an der Bewegung – und das lady-like
- ▶ Ernährung – Vitalität kann man essen
- ▶ Rhythmus – weg vom Dauersprint hin zum Energizer

Alles ist auf Frau eingestellt. Entdecken Sie die Besonderheiten der weiblichen Vitalität und beginnen Sie jetzt mit Ihrer Revitalisierung!

ReferentInnen/TrainerInnen: **Mag<sup>a</sup>. Eva Petermann Schnitzer,**

**Mag<sup>a</sup>. Maria Sponring**

Termin: **Mi 21. - Do 22. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **MAIN\_Medienarbeit Integrativ, Marchettigasse 7/Top 1, 1060 Wien**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 31. Oktober 2007**

## „WERDEN SIE BITTE GESÜNDER – JETZT!“ > 07953 *Coachingkompetenz in der Gesundheitsförderung*

*„Es gibt nicht nur ansteckende Krankheiten,  
es gibt auch ansteckende Gesundheit.“*

Kurt Hahn (1886-1974)

Die Basis der Gesundheitsförderung bildet die Begegnung zwischen Menschen diese entscheidet, ob Bewegung in Richtung mehr Gesundheit möglich wird. Weil Gesundheit nicht verordnet werden kann, gehören Wissen über Coachingstrategien und Methoden der Gesprächsführung zum täglichen Handwerkszeug. Genau genommen findet Gesundheitsförderung erst dann statt, wenn Ihre KlientInnen ihr Potential als „LernWesen“ nützen und bereit sind die berufliche Praxis um neue Erkenntnisse und Erfahrungen zu bereichern. Der Coachingkompetenz von GesundheitsförderInnen kommt daher eine zentrale Rolle zu, denn diese vermitteln zwischen Theorie und Praxis und bieten wertvolle Hilfe zur Selbsthilfe. In diesem Seminar erweitern Sie Ihre Coachingkompetenz, um in der Begegnung mit Ihren KlientInnen Ihre gesundheitsfördernde Wirkung zu erhöhen.

### **Indem Sie**

- ▶ Ihre Kontaktfähigkeit optimieren und tragfähige Beziehungen aufbauen
- ▶ Ihre Wahrnehmung für Empathie weiter steigern
- ▶ Ihr kommunikatives Repertoire durch Fragestrategien erweitern
- ▶ Vom Problemfokus zur Lösungsorientierung führen
- ▶ KlientInnen zu realisierbaren Teilschritten für eine Zielerreichung anleiten
- ▶ In schwierigen Gesprächssituationen aus Ihrer inneren Mitte agieren
- ▶ Widerstände, Kritik und Vorwände nützen
- ▶ Humor und Provokation als Mittel der Veränderung verwenden

### **Methoden:**

Humor, Methodenvielfalt, Lösungsorientierung, Vortrag, Übungen in Kleingruppen, Reflexion von Fallbeispielen sowie Anschauungsmaterial auf Video.

Referent/Trainer: **Mag. Dr. Bardia Monshi**

Termin: **Do 29. - Fr 30. November 2007, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **MAIN\_Medienarbeit Integrativ, Marchettigasse 7/Top 1, 1060 Wien**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

Anmeldung bis **8. November 2007**

# Seminare

## Wie PRAXISSEMINAR: GESUNDE ARBEIT – EIN WIDERSPRUCH? > 07954

*Erfolgreiche Einführung und Umsetzung von Programmen zur Gestaltung persönlichkeits- und gesundheitsförderlicher Arbeit*

Die Bedeutung der Arbeit für die Gesundheit ist unumstritten und durch zahlreiche Untersuchungen nachgewiesen. In der Arbeitswelt findet man eine Reihe von gesundheitlichen Risiken die von psychomentalen Belastungen bis hin zu gefährlichen Arbeitstoffen reichen. Die Arbeit bietet jedoch (idealerweise) auch Möglichkeiten der Selbstentfaltung, der Persönlichkeitsentwicklung und des Wohlbefindens.

Betriebliche Gesundheitsförderung möchte Belastungen der Arbeit verringern und die gesundheitsförderlichen Ressourcen ausbauen, indem die Beschäftigten befähigt werden, ihre Gesundheitspotentiale selbst zu verwirklichen. Dabei stehen neben den körperlichen die psychosozialen Aspekte der Gesundheit im Mittelpunkt. Außerdem sollen positive Merkmale der Arbeit, die das Wohlbefinden und die Handlungsfähigkeit der Beschäftigten erhöhen, identifiziert und ausgebaut werden.

### In dem Seminar wird der Frage nachgegangen:

- ▶ Wodurch sich gesundheitsförderliche Arbeit und Organisationsstrukturen auszeichnen
- ▶ Wie die Mitarbeiter befähigt werden können, Arbeit unter dem Gesichtspunkt der Gesundheitsförderlichkeit näher zu betrachten (Gesundheitszirkel, MitarbeiterInnenbefragung)
- ▶ Wie die Ergebnisse aus der Analyse in Maßnahmen umgesetzt werden können
- ▶ Wie die Maßnahmen evaluiert werden können

### Ziel:

Die Voraussetzung zur erfolgreichen Umsetzung von Maßnahmen im psychosozialen Bereich und der Gestaltung gesundheitsförderlicher Arbeit in Unternehmen zu schaffen.

Referent/Trainer: **Mag. Alexander Haggag**

Termin: **Di 4. – Mi 5. Dezember 2007, jeweils 9.00 – 17.00 Uhr**

Ort: **MAIN\_Medienarbeit Integrativ, Marchettigasse 7/Top 1, 1060 Wien**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 13. November 2007**

## ATTRAKTIVITÄT VON SELBSTEVALUATION – WOZU DIE GANZE MÜHE? > 07955

Selbstevaluation stellt eine attraktive Möglichkeit dar, bestimmte Ausschnitte des eigenen beruflichen Handelns systematisch zu beleuchten. Dabei werden Verbesserungsnotwendigkeiten und -möglichkeiten bei festgestellten Schwachstellen eruiert und die erfolgreiche Arbeit nach Innen und Außen dokumentiert. Dieser Zuwachs an Erkenntnisgewinn und Praxisverbesserung begründet die Mühe, die den Beteiligten von Projekten durch Selbstevaluation entsteht. Die Einbindung von Betroffenen, MitarbeiterInnen und Verantwortlichen in die Selbstevaluation erhöht die Eigenverantwortung und die Selbstbestimmung der Beteiligten.

### **Inhalte:**

- ▶ Verständnis für Selbstevaluation – Voraussetzungen und Chancen
- ▶ Überblick über Barrieren für die Durchführung von Selbstevaluation und Möglichkeiten sie zu umgehen, zu überwinden und zu schleifen
- ▶ Ein Praxisleitfaden zur Durchführung von Selbstevaluation in gesundheitsfördernden Projekten
- ▶ Selbstevaluation als Ansatz der Qualitätssicherung und als Bestandteil methodischen Arbeitens

In kurzen theoretischen Inputs werden die wesentlichen Inhalte interaktiv in Kleingruppen anhand von Praxisbeispielen erarbeitet. Sie haben die Möglichkeit, ihre persönlichen Erfahrungen zum Thema einzubringen. Bitte Projektunterlagen mitnehmen!

ReferentInnen/TrainerInnen: **Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer, Mag<sup>a</sup>. Monika Bauer**

Termin: **Di 12. - Mi 13. Februar 2008, jeweils 9.00 - 17.00 Uhr**

Ort: **MAIN\_Medienarbeit Integrativ, Marchettigasse 7/Top 1, 1060 Wien**

Teilnahmegebühr: **60 Euro**

**Anmeldung bis 22. Jänner 2008**

# ReferentInnen TrainerInnen

## Die ReferentInnen und TrainerInnen

### Dr. Ursula Barth

Ärztin für Allgemeinmedizin und Arbeitsmedizin, Psychotherapeutin (Bewegungsanalyse Methode Cary Rick), Gesundheitsmoderatorin, Trainerin; Mitentwicklung der Methode IBG-Gesundheitsmoderation. Früher ärztliche Leiterin worklab, jetzt freie Mitarbeiterin bei IBG Institut für humanökologische Unternehmensführung GmbH; Privatpraxis als Mayr-Ärztin und Psychotherapeutin in Lunz am See. Seit 1996 im Seminarbereich tätig. Schwerpunkte liegen im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention sowie Vortragstätigkeit.

### Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer

Psychologische Pädagogin, Unternehmerin Fa. LQ<sup>2</sup>, Unternehmensberaterin, tätig in der Projekt- und Organisationsentwicklung, Moderation von Teams und als Coach. Lektorin an der Universität Klagenfurt, Behandlungs- und Forschungstätigkeit im Bereich energetischer Heilweisen, Trainerin für Moderation, Kommunikation, Genderkompetenzen, Gesundheitsbewusstsein und betriebliche Gesundheitsförderung.

### Mag<sup>a</sup>. Monika M. Bauer

Gesundheitssoziologin, Tanzpädagogin, Tanztherapeutin (in Ausbildung) und Ausdruckstänzerin; Beratungs- und Forschungstätigkeit im Bereich Evaluation, Genderkompetenzen, Frauengesundheit, Gesundheitsbewusstsein, Gesundheitsförderung und partizipativer Kulturarbeit; Trainerin für kreative Körperarbeit und freie Tanz- und Bewegungskentwicklung.

### Markus Ehrensberger

20 Jahre Management-Erfahrung, davon 7 Jahre im Orient. Dozent an der Fachhochschule für Tourismus. Ausbildung nach den Richtlinien der Sinn- und Wert-orientierten Persönlichkeitsbildung nach Viktor E. Frankl. Zertifizierter Veränderungs-Manager und Insights-Berater. Befähigungsnachweis für qualifiziertes Personal- und Projektmanagement. Internationale Ausbildung in Österreich, Deutschland, USA, Tschechien, Libanon.

### Mag. Dr. Günther Fisslthaler

Klinischer- und Gesundheitspsychologe, postgraduale Ausbildung in Supervision und Coaching. 15 Jahre Patientenanwalt an der Christian-Doppler-Klinik-Salzburg, 5 Jahre Vorsitzender des Berufsethischen Gremiums des Salzburger Landesverbandes für Psychotherapie. Eigene Praxis für Supervision & Coaching, Universitätslektor, Unterricht an Fortbildungsakademien und Fachschulen für Sozial- und Gesundheitsberufe. Inhaltliche Schwerpunkte dabei sind ethische Fragestellungen, Patientenrechte, Supervision, Coaching, Kommunikation und Konfliktberatung.



### **Mag. Dr. Theresia Gabriel**

Arbeitspsychologin, Gesundheitspsychologin, Klinische Psychologin, Systemische (Familien)Therapeutin, Supervisorin. Bereichsleitung Organisationspsychologie & Betriebliche Gesundheitsförderung bei IBG Institut für humanökologische Unternehmensführung GmbH; systemische (Familien)Therapeutin in freier Praxis



### **Dipl. Päd. Daniel Gajdusek-Schuster**

Selbständiger Pädagoge, Trainer, Magier und Performancekünstler. Akademischer Sozial- und Bildungsmanager (AGB). Trainer für Gestalt-, Spiel- und Erlebnispädagogik. Mitglied des AGB Trainernetzwerks, Lehrbeauftragter der FH des BFI-Wien für Persönlichkeitsentwicklung, des Gesundheitsforums NÖ sowie am PI des Bundes. Schwerpunkte: Präsentationstraining, Teamentwicklung, Leitungskompetenzen.



### **Mag. Alexander Haggag**

Psychologe mit den Schwerpunkten Gesundheitspsychologie, Arbeits- und Organisationspsychologie. Beratung und Prozessbegleitung im Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Konzeption und Durchführung betrieblicher Gesundheitsanalysen und Diagnose gesundheitsförderlicher Arbeit. Erstellung von Trainingskonzepten und Durchführung von Trainings in der Personalentwicklung. Psychologische Beratung und Coaching.



### **Prof. Wolfgang Haupt**

Ausbildung zum HS- und PTS-Lehrer mit 20-jähriger Berufserfahrung an diesem Schultyp. Ständige Fort- und Weiterbildungen. Seit 1993 an der Pädagogischen Akademie in der Lehrerausbildung (Pflichtschullehrer) tätig. Seit 1998 Informatik-Unterricht am SPZ-Wattens. Tätigkeiten in der Erwachsenenbildung und im Fort- und Weiterbildungsbereich (bfi, BSPA, TBF). Seit 1999 pädagogisch-didaktischer Berater für den Pflichtschulbereich beim avomed für die Zahnprophylaxe in Tirol.



### **Mag. Gerald Höller**

Lehre als Maschinenschlosser mit anschließender HTL-Ausbildung. Neben der Arbeit als Techniker Studium der Psychologie mit Abschluss 1990. Von 1995 – 1999 Leiter der psychologischen Abteilung in einer Rehabilitationsklinik. In eigener Praxis im Supervisions-, Seminar- und Managementbereich und in der Einzel- und Gruppenberatung tätig. Ausbildungen u.a. in den Bereichen Organisations- und Wirtschaftstraining sowie Organisations- und Familienaufstellung.



### **Mag. Walter Hörth**

Studium der Betriebswirtschaftslehre; drei Jahre als Revisionsassistent in der Wirtschaftsprüferbranche; anschließend Wechsel in den Bankenbereich. Abwicklung der Landesförderungen der niederösterreichischen Fachhochschulen sowie Betreuung des Rechnungswesens. Seit 2005 kaufmännischer Leiter des Fonds Gesundes Österreich.



### **Margot Kaltenböck**

Ausbildung zur Kindergartenpädagogin mit 15-jähriger Berufserfahrung. Ständige Fort- und Weiterbildungen. Tätig in Elternarbeit und Entwicklungsgesprächen im Rahmen des Kindergartens. Zusammenarbeit mit der Katholischen Bildungsanstalt für Kindergartenpädagogik zur Ausbildung von Kindergartenschülerinnen. Seit 2005 pädagogisch-didaktische Beraterin für den Kindergartenbereich bei avomed für die Zahnprophylaxe in Tirol.



### **Wolfgang Klingler**

Theaterpädagoge, Schauspieler und Trainer für Improvisationstheater. Ausbildung: Lehrgänge Spielleitung und Theaterpädagogik für politisches und soziales Theater Innsbruck. Intensive Fortbildungen im Bereich Improvisationstheater im In- und Ausland. Künstlerische Leitung des Vereins Szenario – zeitgenössisches Theater und Improvisation Tirol mit Sitz in Hall in Tirol, seit 7 Jahren hauptberuflich tätig als freischaffender Theaterpädagoge, Regisseur, Kurs- und Workshopleiter für Erwachsene, Jugendliche und Menschen mit geistiger Behinderung.



### **Dr. Irene Kloimüller, MBA**

Promovierte Medizinerin, Psychotherapeutin in Existenzanalyse & Logotherapie, Postgraduate-Ausbildung in Health Systems Management, MBA in Health Care Management; Unternehmensberaterin, Coach, Trainerin; 1995 Mitbegründerin von IBG, Gesellschafterin, Senior Consultant. Arbeitsschwerpunkte: Generationenbalance, fachliche Begleitung und Prozessberatung von Unternehmen, Change Management, Coaching im Führungsbereich.



### **Maga. Sandra Krabb**

Betriebswirtin mit den Schwerpunkten Personalmanagement und Marketing, Beraterin und Projektmanagerin in den Bereichen betriebliche Gesundheitsförderung und Generationenmanagement bei IBG Institut für humanökologische Unternehmensführung GmbH, mehrjährige Erfahrung in EU- wie FGÖ-geförderten Projekten.



### **Mag<sup>a</sup>. Andrea Krassnig**

Eigentümerin der Agentur PUBLIC AFFAIRS. Kommunikationsberaterin, Moderatorin, Trainerin und Coach in der Privatwirtschaft, öffentlichen Verwaltung und Regierung. Ausbildungsstationen: Studium Germanistik und Anglistik/Amerikanistik, Universitätslehrgang für Öffentlichkeitsarbeit, Ausbildungen zum diplomierten Wirtschaftscoach, zur diplomierten Kommunikationstrainerin und zum Change Management.



### **Dipl. Soz. Päd. Berndt Kühnel**

Diplomierter Sozialpädagoge, Psychotherapeut in freier Praxis, 10 Jahre Berufserfahrung in der Erwachsenenbildung, Schwerpunkte: Stress- und Burnoutprophylaxe, Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung. Seit 2006 Mitarbeiter der Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe.



### **Thomas Kühnel**

3-jährige Ausbildung zum Physiotherapeuten in Traunstein, derzeit als Physiotherapeut angestellt. 3-jährige Ausbildung zum Heilpraktiker an der Josef-Angerer-Schule in München. Diverse abgeschlossene und laufende Fortbildungen zum Rückenschullehrer und Nordic-Walking-Trainer. Erfahrungen im Personal-Training.



### **Dr. Ursula Lengauer**

Unternehmens- und Organisationsberaterin, Supervisorin (ÖVS), Trainerin und Coach v.a. für NGOs/NPOs. Karriereberatung, Team- und Projektcoaching. Konzepte für Projekte im gesellschaftspolitischen Bereich (v.a. Frauen, Gesundheit, Generationen, Arbeitswelt). Langjährige Erfahrung mit Teamarbeit als Teammitglied ebenso wie als Beraterin, Supervisorin und Trainerin.



### **Mag<sup>a</sup>. Brigitte Lube**

Studium der Psychologie, Pädagogik, Philosophie und Sportwissenschaften, Ausbildung zum diplomierten Mentalcoach und zur Mentaltrainerin, DV-NLP Master und „Re-Teaming“ Coach, Beratungsschwerpunkte: Mentale Stärke und soziale Kompetenz in Veränderungsprozessen von Menschen, Teams und Organisationen. Geschäftsführende Gesellschafterin der Firma Five Consult.



### **Mag. Dr. Bardia Monshi**

Studium der Psychologie in Wien und im Fürstentum Liechtenstein, Klinischer und Gesundheitspsychologe, zertifiziert Arbeitspsychologe, Trinergy®-NLP Coach und Trainer i. A. Seit 2000 selbständig tätig als Klinischer und Gesundheitspsychologe, Coach und Trainer im Sozial- und Gesundheitswesen, für Wirtschaftsunternehmen und Unternehmensberatungen. Lehrtätigkeit an der FH für Ergotherapie/Wien und in Universitätslehrgängen.



**Mag. Dr. Claudia Müller**

Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Lehramt für Volksschulen, ist seit 15 Jahren beim Vorarlberger Kinderdorf in der Arbeit mit Multiproblemfamilien tätig. Die Mutter zweier Töchter im Alter von 6 und 8 Jahren arbeitet derzeit im Qualitätsmanagement.



**Prof. Mag. Dr. iur. Rotraud A. Perner**

Juristin, Gesundheitspsychologin und Psychotherapeutin. Vielfältige Gastprofessuren an verschiedenen österr. Universitäten. Gründerin und Leiterin des Instituts für Stressprophylaxe & Salutogenese (ISS) in Matzen, NÖ in Kooperation mit der NÖ Landesakademie. Forschungsschwerpunkte: Gewaltprävention, Mediation und Mesoziation® Gendersichtweisen und Diversity Stress- und Burn Out-Prophylaxe, Salutogenese, insbesondere Gesunde Gemeinden.



**Mag. Eva Petermann Schnitzer**

Sportwissenschaftlerin, Systemischer Coach, Psycho-Neuro-Immunologische Therapeutin (PNI), Heilpraktikerin, Leitung von Projekten im Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement und Marketing, Symbolon Beraterin, Chronodiagnostin; Coaching und Training von Führungskräften, MitarbeiterInnen und Menschen, denen ihre Vitalität ein Anliegen ist. Gründerin und geschäftsführende Gesellschafterin des Instituts für Gesundheitsmanagement (IGM).



**Prof. Dr. Jürgen Polke**

Seit mehr als 20 Jahren als Unternehmensberater für Projektmanagement und Kundenorientierung tätig. Professor für Projektmanagement und Entrepreneurship. Studiengangsleiter des berufsbegleitenden Studiengangs „Internationale Unternehmensführung“ an der Fachhochschule Vorarlberg.



**Mag. Claudia Maria Posch**

Berufliche Erfahrungen als Leiterin der Kontaktstelle für Suchtprävention/ Sucht- und Drogenberatung, als Erziehungshelferin des Landes Steiermark, Betreuerin in einer therapeutischen Wohngemeinschaft für Menschen mit Suchterkrankungen. Mitarbeit beim Modellprojekt des FGÖ „Jugendgesundheitsförderung auf dem Lande“. Seit Jänner 2006 bei Styria vitalis Mitarbeit im Netzwerk Gesunde Gemeinde.



### **Mag. Viola Pöschl**

Studium der Publizistik- und Kommunikationswissenschaft, sowie Fächerkombination Psychologie und Spanisch in Wien, Absolventin des Journalistenkollegs, Kuratorium für Journalistenausbildung in Salzburg, Redakteurin und Reporterin im ORF-Landesstudio Salzburg, Aktueller Dienst, Radio und Fernsehen. Seit Herbst 1999 Moderatorin der Sendung „Salzburg Heute“.



### **Mag. Bernhard Prangl**

Organisator für Gesundheitsförderung und Public Health in der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse, zertifizierter Projektmanager nach IPMA und Projektleiter des StGKK-internen BGF-Projekts „Gesundes Älterwerden in der StGKK“. Seit 2006 Teilnahme am ULG Public Health an der Meduni in Graz mit dem Forschungsschwerpunkt Social Capital im Kontext der Betrieblichen Gesundheitsförderung.



### **Mag. Andreas Prenn**

Studium der Leibeseziehung/Englisch, staatl. geprüfter Handballtrainer und Trainer „Elementare Bewegungserziehung“, Diplomtrainer Lehrwart „Sport mit geistig und mehrfach Behinderten“. Bis 2006 Lehrer am Sportgymnasium Dornbirn. Seit 2006 Leiter der Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe. Langjährige Erfahrung als Erlebnis- und Motopädagoge und Trainer für Teamentwicklung.



### **Dr. Christian Scharinger**

Gesundheitssoziologe, Organisations-, Personalentwickler und Coach, Mitglied der Österreichischen Vereinigung für Supervision (ÖVS). Selbständige Tätigkeit als Berater und Coach, Supervisor in Profit und Non-Profit-Organisationen. Beschäftigt sich seit 10 Jahren in unterschiedlichen Feldern – Forschung, Verwaltung, Ausbildung, Vernetzung, Projektpraxis – mit dem Konzept der Gesundheitsförderung. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Betriebliche Gesundheitsförderung und Gesundheitsverhalten von Jugendlichen.



### **Mag. Gernot Scheucher**

Studium der Psychologie, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Mal- und Gestalttherapeut (MGT), Supervisor (ÖVS), akadem. Outdoortrainer (IOA). Seit vielen Jahren als Berater, Supervisor, Trainer und Kunsttherapeut tätig. Arbeitsschwerpunkte liegen unter anderem in der Begleitung und Beratung von Projekten im Sozial- und Gesundheitsbereich.



### **Werner Schuster**

Der 1962 geborene Journalist und Öffentlichkeitsarbeiter war Redakteur bei „Presse“ und „Kurier“ und ist seit 1995 freiberuflich tätig – als Öffentlichkeitsarbeiter etwa für den „steirischen herbst“, das „Niederösterreichische Donaufestival“, KulturKontakt Austria und PlanSinn sowie als Fach- und Publikumsjournalist. Seine Erfahrung in beiden Bereichen macht seine Pressearbeit-Workshops besonders praxisorientiert.



### **Bärbl Schwarz**

Matura in der Höheren Bundeslehranstalt für wirtschaftliche Frauenberufe, Ausbildung in Buchhaltung, Bilanzbuchhalterin, mehrjährige Buchhaltungstätigkeit in Dubai (in englischer und arabischer Sprache), Ausbildung als Pharmareferentin, seit 1990 bei Styria vitalis – Steirische Gesellschaft für Gesundheitsschutz in Graz als Buchhalterin tätig.



### **Gerhard Sexl**

Ursprünglich in der Wirtschaft tätig, wechselte in die Pädagogik und war viele Jahre als Pflichtschullehrer tätig. Gleichzeitig absolvierte er über einen langen Zeitraum Ausbildungen im Kommunikations- und Theaterbereich. Gegenwärtig unterrichtet er an der Pädagogischen Akademie Innsbruck und ist als Beratungslehrer für verhaltensschweringe Kinder tätig. In Tirol ist er ein bekannter Kabarettist.



### **Mag. Maria Sponring**

Sportwissenschaftlerin, Systemischer Coach, Symbolon Beraterin, Chronodiagnostin, Leitung von Projekten im Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement und Gesundheitsmarketing, Psycho-Neuro-Immunologische Therapeutin (i.A.), Coaching und Training von Führungskräften und MitarbeiterInnen.



### **Mag. Isabella Straub**

Seit 15 Jahren Journalistin (Kleine Zeitung) und Texterin (eigene Agentur „textbar“), seit fünf Jahren Focus auf Tourismus, Gesundheit und Prävention, derzeit Gründung einer Agentur für Gesundheits- und Präventionsmarketing. Schreibtrainerin, Lehrbeauftragte an der Universität Wien (Public Health), mehrere Journalisten- und Medienpreise, darunter: 1. ÖZIV-Medienpreis, Journalistenpreise des österreichischen Hilfswerks.



### **Mag. Daniela Trattnigg**

Studium der Psychologie und Gruppendynamik, Trainerin und Systemischer Coach, Schwerpunkt Persönlichkeitsentwicklung, soziale, kommunikative, kooperative und interkulturelle (Diversity-)Kompetenzen, Ressourcenorientierung, selbstbestimmte Lebens-Spielraum-gestaltung; Moderatorin, Theaterpädagogin i. A., Querdenkerin, Dissertation zum Einsatz von Theater in Organisationen.



### **Roland Urban**

Selbständiger Psychologe, Trainer und Coach, während der letzten Jahre schwerpunktmäßig international. 16 Jahre haupt- und ehrenamtliche Erfahrung in verschiedensten Bereichen der Sozial-, Gesundheits-, Kultur- und Gemeinwesenarbeit. Zahlreiche Weiterbildungen in Natur-, Alpin- und Wildnispädagogik, kreativ-rituelle Prozessgestaltung sowie Rhythmusarbeit.



### **DSA Nivaldo Vargas**

Mehrere Jahre Mitarbeiter der Drogenberatung in Salzburg (u.a. Aufgabengebiete Prävention, Sucht und Migration). Seit 2003 in Graz Mitarbeiter der Caritas – Kontaktladen für Drogenabhängige. 2005 Projektleiter von GENEM (Gesundheitsförderungsnetzwerk für MigrantInnen in Salzburg).



### **Mag. Dr. Andreas Wieland**

Wirtschaftsstudium Universität Klagenfurt: strategische Unternehmensführung/Controlling sowie Personal-, Management- und Organisationsentwicklung.: seit 1994 bei der Bausparkasse Wüstenrot in folgenden Bereichen tätig: Trainer Aus- und Weiterbildung (Themen Präsentation/Moderation, Teamentwicklung, Problemlösungstechniken, Zeitmanagement) 1997 – 2000 stellvertretender Leiter der Personalentwicklung (Schwerpunkte Führungskräfteentwicklung, Organisationsentwicklung). Systemische Beraterausbildung, seit 2001 Leiter der Abteilung Organisations-Entwicklung (Schwerpunkte Veränderungsmanagement, Führungskräfteentwicklung, Projektmanagement, interne Beratung).



### **Prof. Dr. Josef Wimmer**

Lehrer, Studium in Pädagogik, Psychologie und Philosophie, seit 1986 Professor an der Pädagogischen Akademie in Salzburg mit den Arbeitsschwerpunkten Humanwissenschaften, schulpraktische Ausbildung und Lehrverhaltenstraining; Universitätslektor, Kommunikationstrainer; Seminarleiter in der Lehrerfort- und Weiterbildung, Leiter von Seminaren für Führungskräfte in öffentlichen Institutionen und der freien Wirtschaft; AFQM-Assessorenausbildung.



### **Toni Wimmer, MSc**

Trainer für die Bereiche Animation und Freizeitpädagogik, Systemische Pädagogik, Gruppenselbsterfahrung im AGB –Ausbildungsinstitut für Gruppe und Bildung, Trainer für Jugendarbeit und kreative Methoden der Bildungsarbeit, Teamtrainer, Supervisor (ÖVS) & Lehrsupervisor; Coaching & Beratung, Selbsterfahrungs- und Persönlichkeitsentwicklungsseminare, Psychotherapie (systemische Familientherapie) und Mediation, Organisations- und Projektentwicklung, Großgruppenfacilitator.



### **Dr. Michael T. Wright, LICSW, MS**

ist Mitarbeiter in der Forschungsgruppe Public Health im Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung (WZB) und koordiniert dort die Forschungsbereiche HIV/Aids und partizipative Forschung. Er ist Psychotherapeut und Sozialwissenschaftler und verfügt über einen Abschluss in Public Health (Harvard University). Seit 1984 im Bereich der lebensweltorientierten Prävention in den USA und Europa tätig, darunter bis 1997 als Referent für Internationales in der Bundesgeschäftsstelle der Deutschen AIDS-Hilfe e.V. Partizipative Qualitätsentwicklung in der Gesundheitsförderung und Primärprävention ist derzeitiger Schwerpunkt seiner Arbeit.



### **Mag. Dieter Zand**

Studium an der Kunstuniversität Graz, Geschäftsführer der Agentur Zplus, Marketingberater mit Schwerpunkt Erlebniskommunikation, Lehrbeauftragter an der FH Gleichenberg Gesundheitsmanagement im Tourismus und an der FH Salzburg Akademischer Wellnessmanager. Seit 2007 geschäftsführender Gesellschafter der Eventery Veranstaltungs GmbH mit Sitz in Salzburg.

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Burgenland

An: Mag<sup>a</sup>. Sandra Krabb  
IBG Burgenland  
7000 Eisenstadt, Marktstraße 3  
Fax: 01/524 37 51-22  
E-Mail: s.krabb@ibg.co.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 0699/104 00 883

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Kärnten

An: Mag<sup>a</sup>. Margit G. Bauer & Mag<sup>a</sup>. Marisa Raggautz, DET

LQ<sup>2</sup> & diepartner.at

9020 Klagenfurt, Linsengasse 23/1

Fax: 0463/51 11 15

E-Mail: bildungsnetzwerk@diepartner.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 0463/51 11 15 bzw. 0699/11 01 28 29

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Niederösterreich

An: Mag<sup>a</sup>. Sabine Schuster  
IBG Niederösterreich  
2500 Baden/Wien, Vöslauerstraße 9/36  
Fax: 01/524 37 51-22  
E-Mail: s.schuster@ibg.co.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 0699/107 46 256

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Oberösterreich

An: Dr. Christian Scharinger  
4152 Sarleinsbach, Schmidtfeld 1  
Fax: 07283/80 43  
E-Mail: [scharinger@aon.at](mailto:scharinger@aon.at)

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 07283/80 13 oder 0664/16 13 964

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Salzburg

An: Mag. Dr. Thomas Diller

AVOS - Arbeitskreis für Vorsorgemedizin Salzburg

5020 Salzburg, Elisabethstraße 2

Fax: 0662/88 75 88-16

E-Mail: avos@avos.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 0662/88 75 88-0

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Steiermark

An: Mag<sup>a</sup>. Sigrid Schröpfer

Styria vitalis

8010 Graz, Marburger Kai 51/II

Fax: 0316/82 20 94-31

E-Mail: sigrid.schroepfer@styriavitalis.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 0316/82 20 94-19

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Tirol

An: Friedrich Lackner

avomed - Arbeitskreis für Vorsorgemedizin und Gesundheitsförderung in Tirol

6020 Innsbruck, Anichstraße 6

Fax: 0512/58 30 23

E-Mail: avomed@avomed.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 0512/58 60 63

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Vorarlberg

An: Pascal Keiser  
Stiftung Maria Ebene  
6840 Götzis, Hauptstraße 17  
Fax: 05523/54 941-15  
E-Mail: pascal.keiser@mariaebene.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 05523/54 941

# Anmeldung

BITTE KOPIEREN - AUSFÜLLEN - EINSENDEN

## Wien

An: Mag<sup>a</sup>. Marisa Raggautz, DET

diepartner.at Sozial- und Gesundheitsmanagement GmbH

1020 Wien, Praterstern 2/4/9

Fax: 01/21 97 333-30

E-Mail: bildungsnetzwerk-wien@diepartner.at

Ich melde mich für folgende Seminare an:

		Seminarnummer	
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	Termin	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Name

Funktion/Ausbildung

Organisation

Zustelladresse

Telefon/Fax

E-Mail

Datum/Unterschrift

Bitte schicken Sie mir ein Seminarprogramm auch an:

Telefonische Rückfragen unter: 01/21 97 333-24

## In aller Kürze: Der Fonds Gesundes Österreich

Der Fonds Gesundes Österreich ist eine österreichweite Institution 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 geförderte Projekte sind direkt in den Lebenswelten der Menschen verankert, in den Betrieben, auf Gemeindeebene, im schulischen und im außerschulischen Bereich etc. Von 2003 bis 2007 forciert der Fonds Gesundes Österreich sechs Schwerpunkte: Es gibt drei prioritäre Zielgruppen – ArbeitnehmerInnen in Klein- und Mittelbetrieben, Kinder und Jugendliche im außerschulischen Bereich sowie ältere Menschen in der Stadt und Gemeinde. Und es gibt drei prioritäre Themen – Bewegung, seelische Gesundheit und Ernährung, die der Fonds in den Mittelpunkt seiner jährlichen Informationskampagne stellt, um die österreichische Bevölkerung zu einem gesunden Lebensstil zu motivieren.

Seit 1.8.2006 ist der Fonds Gesundes Österreich gemäß Bundesgesetz über die Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) Teil dieser Gesellschaft. Das Gesetz bestimmt die Gesamtrechtsnachfolge der GÖG gegenüber dem FGÖ und dem Österreichischen Bundesinstitut für Gesundheitswesen (ÖBIG). Somit wurden alle Vereinbarungen und Verträge unverändert übernommen und die Tätigkeit des FGÖ wird auch unverändert fortgesetzt.

Der Fonds Gesundes Österreich unterstützt innovative Konzepte und kofinanziert praxisorientierte und wissenschaftliche Gesundheitsförderungsprojekte sowie Initiativen, die zu Strukturaufbau, Informationsaustausch und Weiterbildung im Bereich Gesundheitsförderung in Österreich beitragen. Mit dem vorliegenden Bildungsnetzwerk-Seminarprogramm sowie bei der jährlichen Gesundheitsförderungskonferenz und Präventionstagung wird in der Gesundheitsförderung tätigen Personen Gelegenheit zu qualitativem Dialog und Transfer von Know-how geboten. Informationen über den Fonds Gesundes Österreich finden Sie im Internet unter <http://www.fgoe.org>. Über Ziele und Förderrichtlinien informiert das aktuelle Arbeitsprogramm des Fonds Gesundes Österreich, zu bestellen per E-Mail: [gesundnes.oesterreich@fgoe.org](mailto:gesundnes.oesterreich@fgoe.org).

**Notizen:**

# THEMENVERZEICHNIS DER SEMINARE SEPTEMBER 2007 - FEBRUAR 2008

## THEMEN

### Burnout

NÖ/S. 23, V/S. 52

### Eventorganisation

Stmk./S. 40

### Fonds-/Förderanträge, Budgetierung

Stmk./S. 38

### Frauen

W/S. 54

### Führungskonzepte, Teamentwicklung

B/S. 16, S/S. 34, Stmk./S. 41,  
T/S. 44, V/S. 49

### Konfliktmanagement

S/S. 35, Stmk./S. 39

### Non-verbale Kommunikation

T/S. 47

### Öffentlichkeitsarbeit, Medien, Texte

K/S. 19, K/S. 22, S/S. 33, V/S. 53

### Projektmanagement/Projektmarketing

K/S. 20, NÖ/S. 24, NÖ/S. 25,  
OÖ/S. 31, T/S. 46, V/S. 48

### Präsentation, Rhetorik, Moderation

B/S. 17, NÖ/S. 27, OÖ/S. 32,  
S/S. 37, T/S. 45, V/S. 51

### Salutogenese

OÖ/S. 29

### Selbstevaluation

W/S. 57

### Selbstwert stärken

V/S. 50

### Soziale Gesundheit durch Rituale

Stmk./S. 42

## GESUNDHEITSFÖRDERUNGSSPEZIFISCHE THEMEN

### Betriebliche Gesundheitsförderung

K/S. 21, W/S. 56

### Betriebliches Gesundheits- management

NÖ/S. 26

### Coachingkompetenz in der Gesund- heitsförderung

W/S. 55

### Gesundheitsförderung für MigrantInnen

S/S. 36

### Gesundheitsförderung im Setting Kindergarten/Schule

T/S. 43

### Kreative Methode in der Gesundheits- förderung

OÖ/S. 30

### Qualitätsentwicklung in der Gesund- heitsförderung

OÖ/S. 28

### Systemische Ansätze in der Gesund- heitsförderung

B/S. 18





KEINEN ALKOHOL AN JUGENDLICHE UNTER **16**  
KEINE HARTEN GETRÄNKE UNTER **18**