



Bildungsnetzwerk Burgenland

Seminarprogramm 2022

Rechtlicher Rahmen für Gesundheitsprojekte im Bewegungs- und Freizeitbereich



Sie möchten in Ihrem Umfeld gesundheitsfördernde Aktivitäten forcieren und sind dabei voller Ideen? Damit Sie im Eifer der Begeisterung nicht über juristische Wurzeln stolpern, gilt es einige Rechtsfragen vorweg abzuklären. Beispiele wären: Wer haftet wie? Bestehen besondere Vorschriften für Kinder? Was muss ich bei der Organisation eines Radwandertages beachten?

Das Seminar vermittelt den allgemein rechtlichen Rahmen für Gesundheitsprojekte im Bewegungs- und Freizeitbereich. Es schärft Ihren Blick dafür, rechtlich Relevantes von Irrelevantem zu unterscheiden und gibt Ihnen die Möglichkeit, Rechtsfragen anhand von Beispielen aus der Praxis zu bearbeiten.

Trainer: Dr. Wolfgang Stock

Termin: Do 15. – Fr 16. September 2022, jeweils von 9.00 - 17.00 Uhr

Ort: Hotel telegraph Oberwart, Schulgasse 23, 7400 Oberwart

Preis: EUR 100,--

[>> mehr Infos hier!](#)

ONLINE E-Partizipation - Beteiligung in der digitalen Welt, Konzepte und praktische Umsetzung

Das Internet, welches sich seit mittlerweile mehr als 30 Jahren sehr dynamisch entwickelt, hat viele Utopien hervorgebracht und zu tatsächlichen Veränderungen geführt. Nicht alle Innovationen hatten positive gesellschaftliche Auswirkungen. Im Bereich der Partizipation wurden viele Ideen erprobt und verworfen. Viele partizipative Konzepte sind aber mittlerweile fixer Bestandteil unseres (Online-)Lebens.



Einige davon, wie zum Beispiel Social Media, sind so mit unserem Alltag verwoben, dass wir sie kaum noch bewusst wahrnehmen. Der zweitägige Kurs beschäftigt sich mit E-Partizipation in Theorie und Praxis. Letztendlich zählt der praktische persönliche Nutzen für das Arbeitsleben und die Gesellschaft.

Trainer: Mag. David Röhler

Termin: Di 21. -Mi 22. September 2022, jeweils von 9.00 - 13.00 Uhr

Ort: ONLINE

Preis: EUR 100,--

[>> mehr Infos hier!](#)

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



Der Wunsch nach einem ständigen „Mehr“ und ein verschwenderischer Umgang mit Ressourcen bedrohen Umwelt, Klima und damit auch unser aller Gesundheit. Wer Alternativen zur Wegwerfgesellschaft sucht, trägt zu einer lebenswerten Zukunft für uns und kommende Generationen bei. Wie können wir mit einem nachhaltigen Lebensstil unsere eigene Gesundheit fördern und in unserem Umfeld, in

Arbeitskreisen (zB. Gesundes Dorf) oder auf Gemeindeebene aktiv zu einem größeren Bewusstsein beitragen? Im Seminar werden verschiedene Themen wie, nachhaltiger Konsum, Plastikvermeidung im Alltag und ein sorgsamer Umgang mit Lebensmitteln theoretisch und praktisch aufgearbeitet. Gewohnheitsänderungen in diesen Bereichen sind die Grundvoraussetzung dafür, dass wir auch weiterhin ein gesundes und zufriedenes Leben führen können.

Trainerinnen: Sarah Schöllner und Evelyn Rath

Termin: Fr 23. – Sa 24. September 2022, jeweils von 9.00 - 17.00 Uhr

Ort: Hotel telegraph Oberwart, Schulgasse 23, 7400 Oberwart

Preis: EUR 100,--

[>> mehr Infos hier!](#)

Achtsamkeit mit sich und in der digitalen Welt - Gebrauchsanleitung für ein menschliches Gehirn in Zeiten der Digitalisierung.

Unser Gehirn ist für die Verarbeitung eines Bruchteils der immer neuen Reize und Informationen der heutigen Welt ausgerichtet. Vor allem ältere Menschen haben große Mühe, mit den Anforderungen der heutigen Arbeitswelt fertig zu werden. Wir kämpfen ständig und gleichzeitig gegen Störungen, Ablenkungen, übervolle Kalender und sich stapelnde Arbeitsberge. Seit Corona explodiert das digitale Arbeiten geradezu.



Wir haben gelernt, im Homeoffice – remote - zu arbeiten. Wir kommunizieren über Videoportale, sind vernetzt und trotzdem alleine. Wie können wir achtsamer mit der digitalen Welt umgehen? Welche Grundbedürfnisse gibt es in diesem Bereich? Wie hilft es die eigene Achtsamkeit bzw. wie verbessere ich diese?

Trainerin: Mag. Ulrike Gmachi-Fischer

Termin: Do 29. – Fr 30. September 2022, jeweils von 9.00 - 17.00 Uhr

Ort: Kultur und Kongress Zentrum Eisenstadt, Franz Schubert-Platz 6, 7000 Eisenstadt

Preis: EUR 100,--

[>> mehr Infos hier!](#)

Virtuell erfolgreich & professionell kommunizieren – der Erfolgsfaktor im Homeoffice und in der neuen Arbeitswelt

Spätestens seit der COVID-19 Pandemie ist Home Office für viele Menschen ein fixer Bestandteil ihrer Arbeitswelt (manchmal auch ihres Privatlebens) geworden. Im Seminar geht es um „gesunde und erfolgreiche Kommunikation“ im Home Office und in der neuen Arbeitswelt. Ergonomische Aspekte bei Bildschirmarbeit und Telefonaten, Zeitmanagement, Pausen-Qualität und kommunikatives Fingerspitzengefühl bei Online-Tools sind wichtige Erfolgsfaktoren.



Die Kommunikation im Home Office und in der jetzigen Zeit, auch bei direkten Kontakten, hat spezielle Chancen und Risiken und verdient besondere Aufmerksamkeit. Auch das Thema Körpersprache kommt nicht zu kurz. Wie wirkt sich meine Körpersprache im virtuellen Raum aus?

Trainer: Mag. Helmut Buzzi

Termin: Do 13. – Fr 14. Oktober 2022, jeweils von 9.00 - 17.00 Uhr

Ort: Hotel telegraph Oberwart, Schulgasse 23, 7400 Oberwart

Kosten: EUR 100,--

[>> mehr Infos hier!](#)

Sagen Sie endlich „NEIN“! Wie auch Sie als notorischer „Ja-Sager“ lernen können, Grenzen zu setzen



Wir alle kennen diese Situation: Wir sagen „Ja“, obwohl wir „Nein“ sagen wollen. Wir wollen Konflikten aus dem Weg gehen, beliebt sein und nicht egoistisch wirken. Um dieser Stressfalle zu entkommen und ein selbstbestimmtes zufriedenes Leben zu führen, lernen wir in diesem Seminar ein freundliches, aber bestimmtes „Nein“ über die Lippen zu bringen und dabei kein schlechtes Gewissen zu haben.

Trainerin: Denise Kloska

Termin: Mi 19. Oktober 2022 und Mi 09. November 2022, jeweils von 9.00 - 17.00 Uhr

Ort: Kultur und Kongress Zentrum Eisenstadt, Franz Schubert-Platz 6, 7000 Eisenstadt

Preis: EUR 100,--

[>> mehr Infos hier!](#)

Digital Storytelling – Authentisch mit Video, Foto & Co neue Zielgruppen erreichen

Die digitale Welt bringt vielfältige Möglichkeiten mit sich, eine enge Verbindung mit der Zielgruppe aufzubauen. Die Interaktion und das miteinander kommunizieren stehen im Vordergrund. Es können Communitys mit hoher Bindung zur eigenen Marke entstehen. Jeder hat eigene Geschichten zu erzählen. Lernen Sie, wie Sie diese Geschichten in authentische Häppchen verpacken und damit zielgruppenrelevant in den Dialog mit ihrer (neuen) Zielgruppe starten.



Ziel ist es, nach dem Workshop einen Fahrplan mitzunehmen, was zu tun ist, um die eigene Geschichte authentisch online zu vermitteln.

Trainerin: Mag. Susanne Shouman

Termin: Do 01. – Fr 02. Dezember 2022, jeweils von 9.00 - 17.00 Uhr

Ort: Hotel telegraph Oberwart, Schulgasse 23, 7400 Oberwart

Preis: EUR 100,--

>> mehr Infos hier!

Weitere Informationen zur Anmeldung und Ablauf unter andrea.roth@proges.at oder unter 0699 13 77 77 60.

Mehr Seminare unter <https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>