

Herbstprogramm 2023

Seien Sie dabei und erweitern Sie Ihr Wissen!



[Gesundheitlich gestärkt durch Krisenzeiten](#)

Neue Herausforderungen brauchen neue Strategien zur Krisenbewältigung. Je höher die eigene Resilienz, desto leichter gehen wir neue Wege. Doch wie Blockaden und Konflikte lösen? Hier erfahren Sie Lösungsansätze zur Wiederherstellung des inneren Gleichgewichts. Termin: **12.-13. September 2023**, von 9-17 Uhr, Hotel & Restaurant Martinihof, 7201 Neudörfel



[Achtsamkeit in der Praxis der Gesundheitsförderung](#)

Schnellegeit, Komplexität und die zunehmende Digitalisierung wirken sich auf unsere psychische Gesundheit aus. Wie täglich 5 Minuten Achtsamkeitstraining unser Gehirn beeinflussen erfahren Sie hier! Termin: **28.-29. September 2023**, von 9-17 Uhr, Hotel & Restaurant Martinihof, 7201 Neudörfel



[Gesundheitsthemen digital kommunizieren: authentisch Zielgruppen erreichen](#)

Es ist viel los am regen Marktplatz der sozialen Medien. Doch wie kann ich meine Botschaft trotzdem so platzieren, dass meine Zielgruppe davon profitiert? Termin: **05.-06. Oktober 2023**, von 9-17 Uhr, Hotel Telegraph Oberwart



[Für ein besseres Teamwork: Gruppen kreativ moderieren](#)

Moderierte Gruppengespräche fördern maßgeblich die Zusammenarbeit in Gruppen und Teams. Doch wie kreative Methoden umsetzen? Hier erfahren Sie, wie das am besten gelingt. Termin: **17.-18. Oktober 2023**, von 9-17 Uhr, Hotel Telegraph Oberwart



[ONLINE: Online-Zusammenarbeit gesundheitsförderlich gestalten](#)

Als Gastgeber*in im digitalen Raum erfahren Sie hier auf lustvolle und abwechslungsreiche Art und Weise, wie Sie Ihre Meetings gesundheitsförderlich gestalten können. Termin: **30.11. -01.12.2023**, von 9-13 Uhr, ONLINE

Weitere Informationen zur Anmeldung und Ablauf unter andrea.roth@proges.at oder unter 0699 1377 7760.

Die vom FGÖ geförderten zweitägigen Seminare bieten spannenden Einblick und fachliche Weiterbildung zu unterschiedlichsten Themengebieten mit österreichweiten Top-TrainerInnen, zu einem Preis von nur 100,-- Euro (inkl. Vormittags- und Nachmittagsverpflegung) an.

Diskussion und viele Beispiele im Seminar bringen Abwechslung in den Seminartag.