

Kostenloses Fortbildungsangebot für Expert:innen
 aus dem Gesundheits- und Sozialbereich:

Gemeinsam an dasselbe Ziel! Förderung der Gesundheitskompetenz!

„Gesundheitskompetenz“ ist ein Schlagwort, das in aller Munde ist. Dennoch ist schwer greifbar, was es genau bedeutet und vor allem, wie man es mit Leben befüllen kann. Gesundheitskompetenz ist mehr als Wissen über Gesundheit und auch mehr als ein gesunder Lebensstil. Die Förderung der Gesundheitskompetenz ist Hilfe zur Selbsthilfe. Wir wollen Menschen darin unterstützen, selbst alles Nötige finden, beurteilen und umsetzen zu können, was sie brauchen, um ihre Gesundheit so gut wie möglich und mit dem Blick auf ihr eigenes Leben verbessern zu können. Es bedeutet aber auch, Umgebungen zu schaffen und zu optimieren, die dies möglich machen.

Das Institut für Frauen- und Männergesundheit bietet kostenlose Fortbildungen zu diesem Thema an. Ziel ist es, dass auch Sie in Ihrem Arbeitsumfeld gesundheitskompetente Umgebungen schaffen und den Menschen bei der Verbesserung Ihrer Gesundheitskompetenz helfen können.

Das Training bietet neben einer soliden theoretischen Basis und Begriffsklärung auch viele praktische Übungen zur Umsetzung. Eine gute Möglichkeit, den persönlichen „Werkzeugkoffer“ zu erweitern.

Inhalte könnten - mit Schwerpunktsetzung - sein:

- Gesundheitskompetenz – Definition & Begriffsklärung & Chancen für den Berufsalltag
- Kommunikation – Stolpersteine & Tipps für schwierige Gesprächssituationen und gelingende Verständigung
- Wissens- und Erfahrungstransfer in den eigenen Berufsalltag
- Vulnerable Zielgruppe & deren Gesundheit – Herausforderungen, Besonderheiten & Ansatzpunkte
- Kritische Gesundheitskompetenz
- Psychische Gesundheit
- Gesundheitskompetente Institution



Methoden:

- Inputs & Informationen, Erfahrungsaustausch & Diskussionen,
- Selbstreflexion & praktische Übungen,
- Unterlagen & Informationsmaterial

Zielgruppe:

- Professionist:innen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich
- Für Gruppen ab 8 Personen buchbar!

Dauer und Kosten:

- ca. 3 Stunden, kostenlos

Kontakt:

Mag.a Eva Trettler

Klinische und Gesundheitspsychologin
Frauengesundheitszentrum FEM Süd
Klinik Favoriten

Tel: 01 60191 7 5201

eva.trettler@extern.gesundheitsverbund.at

Mag.a Gabi Gundacker

Klinische und Gesundheitspsychologin
Frauengesundheitszentrum FEM
Klinik Floridsdorf

Tel: 0699 17 48 17 96

gabi.gundacker@extern.gesundheitsverbund.at

