

# Bürgermeister/innen

Seminare 2014



Österreichischer  
Gemeindebund



Fonds Gesundes  
Österreich



# RATHAUS

Bürgermeister und Bürgermeisterinnen nehmen in ihren Gemeinden/Städten eine besondere Rolle ein. Sie stehen in einem Spannungsfeld der Politik, den Bedürfnissen der Bevölkerung und ihren eigenen Bedürfnissen. Viele Lebenswelten, die wesentlichen Einfluss auf die Gesundheit haben, sind auf kommunaler Ebene angesiedelt. Bei der Entscheidung über die Umsetzung von regionalen Gesundheitsförderungsprojekten haben Bürgermeister und Bürgermeisterinnen eine Schlüsselposition inne.

Um die eigenen Ressourcen zu stärken und um gesundheitsförderliche Strukturen in der Gemeinde/Stadt zu unterstützen, gestaltet der Fonds Gesundes Österreich gemeinsam mit dem Gemeindebund ein Seminarprogramm, das den Bedürfnissen der Bürgermeister/innen in klarer und kompakter Form entspricht. Es bildet eine wesentliche Grundlage für die Umsetzung der Gesundheitsförderung in der Gemeinde/Stadt und ermöglicht den Teilnehmer/innen auch einen kritischen Blick auf ihre eigene Gesundheit.



### **BÜRGERMEISTER HELMUT MÖDLHAMMER**

Präsident des Österreichischen Gemeindebundes

An der Spitze einer Gemeinde zu stehen, ist ein Stressberuf. Bürgermeister und Bürgermeisterinnen nehmen oft zu wenig Rücksicht auf die eigene Gesundheit, sie arbeiten nicht selten 70 und 80 Stunden pro Woche und hatten seit Jahren keinen Urlaub. Die Seminare sind eine gute Gelegenheit, abseits des Alltagstrubels mehr Augenmerk auf die eigene Gesundheit zu lenken. Wer dafür sensibilisiert ist, wird sich auch vermehrt der Gesundheit der Gemeinde annehmen. Ich habe sehr vom Seminar profitiert und kann daher allen Kolleginnen und Kollegen eine Teilnahme ans Herz legen.



### **MAG. CHRISTA PEINHAUPT, MBA**

LEITERIN DES FONDS GESUNDES ÖSTERREICH

Bürgermeister und Bürgermeisterinnen sind Schlüsselpersonen, um Gesundheitsförderungsprojekte zu initiieren, da diese an den Strukturen in den Gemeinden ansetzen. Idealerweise werden die Menschen der Gemeinde eingebunden, denn sie sind die „Fachleute“, die ihr unmittelbares Lebensumfeld am besten kennen und oft Ideen haben, wie es gesünder gestaltet werden kann. In den hier vorgestellten Seminaren erfahren Sie mehr darüber, wie Gesundheitsförderung in Ihrer Gemeinde umgesetzt, finanziert und nachhaltig verankert werden kann. Die Seminare bieten auch Gelegenheit, Ihre eigene gesundheitliche Situation zu reflektieren. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und Freude bei den Seminaren.

# ÜBERSICHT 2014

Seminar	April	Mai	Oktober	November
Teil 1	Oberösterreich			Tirol
Teil 2			Burgenland	
Gesundes Führen		Steiermark		

## Teil 1

Projektentwicklung  
Persönlicher Checkup

03. – 05.04.2014  
Hotel Post, Traiskirchen (OÖ)

06. – 08.11.2014  
Hotel Kronthaler, Achenkirch (T)

## Gesundes Führen

21. – 23.05.2014  
Hotel Retter,  
Pöllauberg (ST)

## Teil 2

Vertiefende Projektent-  
wicklung  
Persönliche Weiterent-  
wicklung

09. – 11.10.2014  
Hotel Falkensteiner,  
Stegersbach (B)

# BÜRGERMEISTER/INNEN-SEMINAR TEIL 1

## Zielgruppe:

- Bürgermeister/innen
- Vizebürgermeister/innen
- Ortsvorsteher/innen
- Amtsleiter/innen

## Gruppengröße:

6-20 Personen

## Seminardauer:

3 Tage

## SEMINAR:

- Grundlagen der Gesundheitsförderung
- Gesundheitsförderung in der Gemeinde lebbar machen
- Projektmanagement, Fördermanagement
- Lebensqualität und Gemeindeentwicklung
- Ressourcenfindung
- Ernährung
- Bewegung
- Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit

## ZIEL:

Dieses Seminar soll Grundlagen der kommunalen Gesundheitsförderung in Theorie und Praxis vermitteln und die Möglichkeit zu einer kritischen Reflexion des eigenen Umgangs mit Gesundheit und dem eigenen Gesundheitszustand ermöglichen.

BÜRGERMEISTER/INNEN-SEMINAR TEIL 1		
Termin	Veranstaltungsort	Anmeldeschluss
03. – 05.04. 2014 > 14100108	OÖ, Traunkirchen, Hotel Post	13. März 2014
06. – 08.11. 2014 > 14310104	Tirol, Achenkirch, Hotel Das Kronthaler	14. Oktober 2014

## Referentinnen/Trainerinnen / Referenten/Trainer:

Alexandra Benn-Ibler; Petra Gajar; Richard Hailzl; Gerald Koller; Angelika Stöckler

# BÜRGERMEISTER/INNEN-SEMINAR TEIL 2

## Zielgruppe:

- Bürgermeister/innen
  - Vizebürgermeister/innen
  - Ortsvorsteher/innen
  - Amtsleiter/innen
- die bereits an Teil 1 teilgenommen haben

## Gruppengröße:

6-20 Personen

## Seminardauer:

3 Tage

## SEMINAR:

- Vertiefende Arbeit im Projektmanagement
- Vorstellung von erfolgreichen Gesundheitsförderungsthemen
- Kennenlernen der regionalen Projektmanager/innen
- Gesundheitsförderung in der Gemeinde lebbar machen
- Möglichkeiten zur Reflexion des eigenen Umgangs mit Gesundheit

## ZIEL:

Dieses Seminar soll vertiefend an der Fortsetzung des ersten Teils anschließen und kommunale Gesundheitsförderung vor allem in der Praxis vermitteln. Ebenso besteht die Möglichkeit zu einer Reflexion des eigenen Umgangs mit Gesundheit und dem eigenen Gesundheitszustand.

BÜRGERMEISTER/INNEN-SEMINAR TEIL 2		
Termin	Veranstaltungsort	Anmeldeschluss
09. – 11.10. 2014 > 14910104	Burgenland, Stegersbach, Hotel Falkensteiner	19. September 2014

## Referentinnen/Trainerinnen / Referenten/Trainer:

Petra Gajar; Richard Hailzl; Gernot Scheucher

# GESUNDES FÜHREN

## Zielgruppe:

- Bürgermeister/innen
  - Vizebürgermeister/innen
  - Ortsvorsteher/innen
  - Amtsleiter/innen
- mit Führungsverantwortung in Gemeinden und gemeindeeigenen Betrieben, die bereits an Teil 1 teilgenommen haben.

## Gruppengröße:

6-20 Personen

## Seminardauer:

3 Tage

## SEMINAR:

Gesundheitsfördernde und gesundheitsgefährdende Potenziale der Führungsrolle

- Die Aufgaben und Kernkompetenzen der Führungsrolle und deren Auswirkungen auf die eigene Gesundheit
- Daten über die Belastung von Führungskräften – Ankerpunkt psychische Belastbarkeit
- Theoriehintergründe von Salutogenese und Resilienz

Wertschätzung, Partizipation und soziale Unterstützung als Kernelemente „gesunder Führung“

- Einschätzung des eigenen Führungsstils

- Vor- und Nachteile der einzelnen Stile
- Wertschätzung und Partizipation als Kernelemente eines kooperativen Stils
- Zentraler Faktor „sozialer Rückhalt“ und Sozialkapital
- Wertschätzungsinstrumente im Führungsalltag

Gesundheitsrelevante Management-Instrumente (Teambesprechungen, Mitarbeitergespräche, ...)

- Vorhandene und zu entwickelnde Management-Tools einer „gesunden Führung“

Diversity, innerbetriebliche Zielgruppen und soziale Gesundheitschancen

- Unterschiede, die einen Unterschied machen
- Gesundheitliche Chancengerechtigkeit im Betrieb
- Zielgruppenspezifische Zugänge, relevante Zielgruppen im Betrieb (u.a. Gender, Lebensphasen, Berufsgruppen, ...)

Vom Tool zum System

- Gesund Führen als Managementansatz

## ZIEL:

Sie lernen gesundheitsrelevante Entwicklungen in Unternehmen (v.a. im Unternehmen Gemeinde) kennen, erfahren mehr zu gesundheitsfördernden Managementansätzen und wissen über Wertschätzung, Partizipation und „Sozialkapital“ als Kernelemente guter gesunder Führung Bescheid. Die Möglichkeiten einer praxisnahen Umsetzung werden erarbeitet.

## GESUNDES FÜHREN

Termin	Veranstaltungsort	Anmeldeschluss
21. – 23. 05.2014 > 14700107	Steiermark, Pöllauberg, Hotel Retter	30. April 2014

## Referentinnen/Trainerinnen / Referenten/Trainer:

Petra Gajar; Peter Mörwald; Gernot Scheucher

# SEMINARLEITUNG/ TRAINERINNEN/TRAINER



**ING. PETRA GAJAR, SEMINARLEITUNG UND TRAINERIN**, HTL für technische Chemie; seit 1997 in der Gesundheitsförderung tätig, berufs begleitende, Trainer/innen- und Coaching-Ausbildung, Aufstellungsleiterin i.A., zertifizierte Weiterbildungsmanagerin. Gesundheitsreferentin im FGÖ für den Fort- und Weiterbildungsbereich, Seminarentwicklung, Lehrgangsbegleitung.



**MAG. ALEXANDRA BENN-IBLER**, Projektplanung und Projektmanagement im Gesundheitsbereich, insbesondere der Gesundheitsförderung. Lehrtätigkeit in den Bereichen Gesundheitsförderung, Trainingslehre, Leistungsdiagnostik, Psychomotorik.



**MAG. DR. RICHARD HAILZL**, Sportwissenschaftler, Leistungsdiagnostiker, Trainer, Lehrbeauftragter und Masseur. Er arbeitet seit 1989 in der Leistungsdiagnostik mit eigener Praxis (seit 2007) und seit 1997 im Bereich der Gesundheitsförderung in Institutionen, Gemeinden, Schulen und Unternehmen.



**GERALD KOLLER**, Pädagoge, Geschäftsführer von Büro VITAL; national und international als Fachberater, Projektentwickler, Referent, Trainer, Coach und Autor im Bereich „Kommunikation und Gesundheit“ tätig; Entwickler und focal point von „risflecting: Rausch- und Risikopädagogik“; Kurator des Forum Lebensqualität Österreich.



**PETER MÖRWALD**, Diplomierter Mentaltrainer und Arbeit im Spitzensport, Einzel- und Teamcoach (ACC-Zertifizierung), Zertifizierter PCM®-Trainer, Trainer für Führungskräfte und Vertrieb, öffentliche Körperschaften sowie Non-profit-Organisationen, Einzel- und Teamcoach für Entwicklung, Change-Management sowie Teambuilding.



**MAG. GERNOT SCHEUCHER**, Studium der Psychologie, Klinischer- und Gesundheitspsychologe, Mal- und Gestaltungstherapeut (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 der Gesundheitsförderung.



**MAG. ANGELIKA STÖCKLER, MPH**, Studium der Ernährungswissenschaften, Master of Public Health, Selbständige ernährungswissenschaftliche Beraterin und Referentin, Leiterin der Ernährungsfachstelle bei der aks Gesundheitsvorsorge GmbH, Referentin an der Pädagogischen Hochschule Vorarlberg, an der Universität St. Gallen, der Universität Graz.

# ANMELDUNG

**ACHTUNG: Ausschließlich per Online-Registrierung unter:**  
<https://weiterbildungsdatenbank.fgoe.org>

Erstmalige Nutzer/innen registrieren sich bitte zuerst in der FGÖ-Kontaktdatenbank unter <https://kontaktdatenbank.fgoe.org> und geben dort ihre persönlichen sowie ggf. die Daten ihrer Organisation bzw. Firma an. Über das persönliche Benutzerkonto kann nun die Anmeldung zur Veranstaltung in der Weiterbildungsdatenbank erfolgen. Nach Erhalt der Zusage wird Ihnen umgehend die Rechnung für die Seminargebühr samt Zahlschein zugeschickt. Die Teilnehmer/innenanzahl ist beschränkt.

## KOSTEN

300 € pro Person

Die Seminare werden aus Mitteln des Geschäftsbereichs Fonds Gesundes Österreich der Gesundheit Österreich GmbH und des österreichischen Gemeindebundes finanziell gefördert. Im Seminarpreis enthalten sind Seminarteilnahme, Seminarunterlagen, Nächtigung und Vollverpflegung. Nicht enthalten und direkt an das Seminarhotel zu bezahlen sind alle Getränke.

## Teilnahmebedingungen:

Wir bitten Sie, die im Seminar kalender angegebenen Anmeldefristen von 3 Wochen vor dem jeweiligen Termin einzuhalten. Bei Rücktritt bis vier Wochen vor Seminarbeginn wird keine Stornogebühr verrechnet; bis zwei Wochen vorher werden 50% der Seminarkosten verrechnet. Bei später eingehenden Absagen und bei Nichtteilnahme ohne vorherige Absage kann keine Rückerstattung erfolgen. Es besteht die Möglichkeit, Ersatzteilnehmer/innen zu nennen.

## Veranstaltungsorganisation:

Fonds Gesundes Österreich  
Ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH  
Ing. Petra Gajar  
Email: [petra.gajar@goeg.at](mailto:petra.gajar@goeg.at)  
Tel.: 01/ 895 04 00-12, Fax: 895 04 00-20



Das Fort- und Weiterbildungsprogramm wird vom Fonds Gesundes Österreich in Kooperation mit dem Österreichischen Gemeindebund angeboten. Für die Inhalte verantwortlich: Ing. Petra Gajar