



Impulse für Verantwortung

■ **Susanne Wagner**
Redakteurin, klein und gesund!® Trainerin, Graz

Mit einem heranwachsenden Kind bin ich oft auf der Suche nach neuen Impulsen. Doch was ist das Beste für mein Kind und die gesamte Familie? Klein und gesund!® schafft diesen Spagat. Bei der Ausbildung war mein damals Vierjähriger von Anfang an

involviert. Ins Zubereiten gesunder Speisen, ins „Grenzen Kennenlernen“ bei der Bewegung, ins Hineinspüren für seelische Gesundheit, bei der Meditation oder beim Malen. Weil man nicht früh genug beginnen kann, Verantwortung fürs eigene Leben zu übernehmen.



Ganzheitlich Leben

■ **Angelika Senitza**
Apothekerin, klein und gesund!® Trainerin, Feldkirchen in Kärnten

Als Mutter von fünf Kindern begleitet mich das Thema „klein und g'sund“ schon fast 20 Jahre. Die Ausbildung sprach mich durch die Ganzheitlichkeit sofort an. Fundiertes Wissen in einer Wohlfühl-Atmosphäre vermittelt zu bekommen,

macht die Ausbildung besonders wertvoll. Unsere Kinder miteinzubinden ist sehr bereichernd. Ganzheitlich Leben in einem respektvollen Miteinander bringt Lebensfreude für die „Kleinen“ und die „Großen“.



Anmeldung

Ihre Ansprechpartnerin für die klein und gesund!® Akademie:
Dipl. Päd Carola Smith

- ggf Büro Wien
- Haydngasse 6/31, A-1060 Wien
- Telefon/Fax +43 (0)1 967 66 50
- E-Mail carola.smith@gesundheitsfoerderung.at

- Bankverbindung**
- Raiffeisen-Bezirksbank Spittal/Drau
 - IBAN AT29 3926 7000 0025 5778
 - BIC RZKT AT2K 267
 - Kennwort: klein und gesund-Lehrgang

Zahlungs- und Stornobedingungen: Im Preis enthalten sind jeweils die Lehrgangskosten, Unterlagen und Exkursionen. Unterbringungs- und Verpflegungskosten sind direkt vor Ort zu begleichen. Die Stornokosten betragen bis 4 Wochen vor Lehrgangsbeginn 10%, innerhalb von 4 Wochen vor Lehrgangs-/Modulbeginn 30%. Bei Nennung einer Ersatzperson ist kein Storno zu bezahlen.



Die Plattform zum kl.u.gen GROSS werden
www.kleinundgesund.at

Zertifizierte ggf klein und gesund!® Partnerhotels:

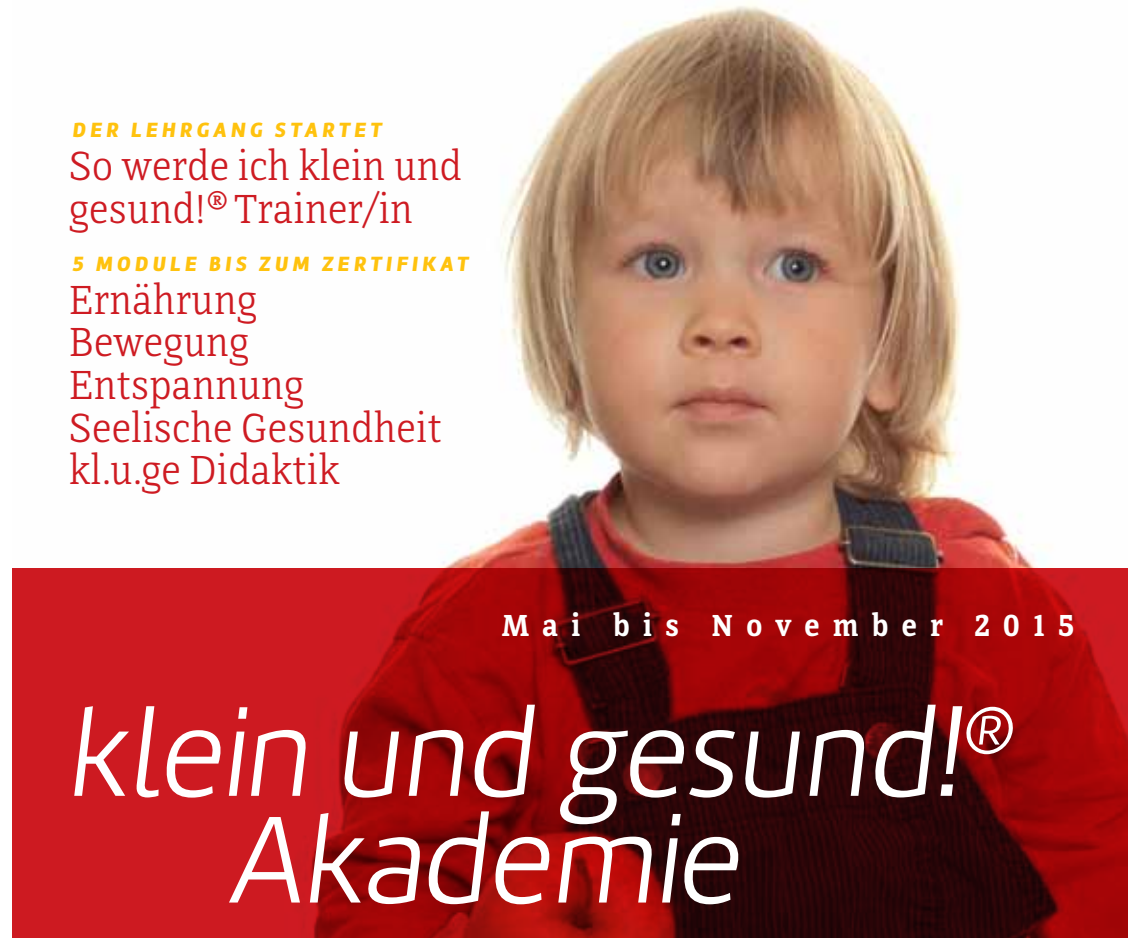


Mit freundlicher Unterstützung von



ggf ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Impressum
Medieninhaber und Herausgeber | ggf – Österreichische Gesellschaft für Gesundheitsförderung | Haydngasse 6/31, 1060 Wien | Telefon/Fax | 01 967 66 50 | Email | office@gesundheitsfoerderung.at | Websites | www.gesundheitsfoerderung.at, www.kleinundgesund.at | Redaktion | Carola Smith | Gestaltung | Jürgen Brües/altanoite.com | Fotos | Christian Scharl/scharl.co.at | Druck | gugler* | Änderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten



Mai bis November 2015

klein und gesund!® Akademie

DER LEHRGANG STARTET
So werde ich klein und gesund!® Trainer/in

5 MODULE BIS ZUM ZERTIFIKAT
Ernährung
Bewegung
Entspannung
Seelische Gesundheit
kl.u.ge Didaktik



NETZWERK
Unser Wissen für Ihre Neugeburt

AUSBILDUNGEN
Trainer/in für Fasten und Kindergesundheit

HOTELS
Fasten für Genießer® klein und gesund!®

www.gesundheitsfoerderung.at

Wir fördern Gesundheit

ggf ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG

ggf ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG

ggf ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Ulrike Borovnyak, Geschäftsführerin ggf

Porto
zahlt
Empfänger

Hiermit melde ich mich für den Lehrgang zum/zur **klein und gesund!® Trainer/in** an.

- für den gesamten Lehrgang
- für Modul 1
- für Modul 2
- für Modul 3

Ich bringe folgende Begleitpersonen mit

..... Erwachsene (50% Ermäßigung auf den Seminarbeitrag)

..... Kinder - kostenlose Kinderbetreuung in *klein und gesund!® Philosophie*

Titel/Vorname/Name

Adresse

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Bitte schicken, faxen oder mailen Sie uns zu Ihrer Anmeldung einen kurzen Lebenslauf.

An die

ggf

Österreichische Gesellschaft für Gesundheitsförderung

z.H. Dipl.-Päd. Carola Smith

Haydngasse 6/31

1060 Wien

Gesundheit von Anfang an

Die ggf ist seit 1998 im Bereich Gesundheitsförderung für Erwachsene in ganz Österreich engagiert. Gemeinsam mit über 300 Trainer/inn/en und den zertifizierten Partnerhotels unterstützen wir Ihre Neugeburt von Körper, Geist und Seele.

Aber besonders **kl.u.g** ist, wer darauf schaut, dass groß und gesund wird, wer einmal **klein und gesund!** war. Dieses Wissen von Anfang an weitergeben – das wollen wir mit der neuen Initiative in der Gesundheitsförderung für Kinder. Dafür brauchen wir auch Ihr kl.u.ges Engagement!

Der Lehrgang

Gitti Köstlich, Gustav Cool und Felix Fit laden Sie deshalb ein: Werden Sie **klein und gesund!® Trainer/in** und helfen Sie bei der Vermittlung eines kl.u.gen Lebensstils von Anfang an! Und profitieren Sie selbst von Ihrem vitalen Wissen. Denn Kinder brauchen liebevolle Begleitung – Kindergesundheit braucht ein kl.u.ges Vorleben!

Die Ausbildung zur/zum **klein und gesund!® Trainer/in** setzt sich zum Ziel, die Kompetenzen der Teilnehmer/innen für die vier ganzheitlichen Bausteine – Ernährung, Bewegung, Entspannung, Seelische Gesundheit bei Kindern – nachhaltig zu fördern.

Der Lehrgang ist ein innovatives Aus- und Fortbildungsmodell zur Vermittlung von praxisrelevanten Grundlagen für Menschen, die alle Aspekte eines gesundheitsförderlichen Lebensstils genussvoll und spielerisch erleben möchten. Und dieses Wissen im privaten Umfeld der Familie bzw. in Settings des Berufsalltags an Kinder weitergeben möchten.

Das fundierte Wissen in Theorie und Praxis stellt darüberhinaus auch einen Vorteil für alle

Pädagog/inn/en am Arbeitsmarkt dar und ermöglicht es Ihnen, den Berufsalltag mit Kindern nicht nur sinnvoller und harmonischer, sondern auch erfolgreich zu gestalten.

Wir lernen von Kindern, über Kinder und mit Kindern. Daher sind **Kinder als Begleitpersonen** im Rahmen der Ausbildung erwünscht. Für ihre Betreuung nach wertschätzender **klein und gesund!® Philosophie** ist gesorgt.

Zielgruppe

Der Lehrgang wendet sich an

- Personen, die sich in ihrem Beruf Kindern widmen (Pädagog/inn/en, Kindergärtner/innen, Hort-Betreuer/innen, Tagesmütter, Mitarbeiter/innen in Kinderhotels, etc.)
- Eltern, Großeltern und alle Bezugspersonen, die das Aufwachsen ihrer Sprösslinge mit *kl.u.gen* Impulsen begleiten möchten
- Familien, die gemeinsam kl.u.gen Urlaub verbringen möchten
- Menschen, denen Kinder am Herzen liegen, die deren Entwicklung fördern und *kl.u.ges* Wissen darüber sammeln möchten

Voraussetzungen für das Zertifikat

- Freude am Umgang mit Kindern und Respekt vor deren Entwicklung
- Teilnahme an allen Lehrgangsmodulen
- Teilnahme an mind. zwei Exkursionen
- 16 Unterrichtseinheiten Hospitation in aktiven Kindergesundheitskursen
- Pflicht-Lektüre
- Abschlussarbeit
- bestandene mündliche Prüfung

Der Aufbau des Lehrgangs

MODUL 1 : Ernährung in Theorie und Praxis

23. bis 26. 5. 2015 im Aktivhotel Rohrmooserhof in Schladming, Steiermark

Grundlagen gesunder (Kinder-)Ernährung; Ernährungsbildung zwischen Anspruch und Widerspruch; Deklaration von (Kinder-)Lebensmitteln; Essen aktiv – Kochpraxis für und mit Kindern; „Vollwert-Ernährung“; „Vitale Wohlfühlküche, vegetarisch und vegan“ mit Einflüssen aus der TCM

MODUL 2 : Bewegung und Entspannung – Gesundes Lebensumfeld

24. bis 27. 8. 2015 im Bildungshaus Stift St. Georgen am Längsee, Kärnten

Entwicklung des Kindes aus medizinischer Sicht; Kinderkrankheiten natürlich behandeln; Körperbewusstseinstaining mit EuGong; Familien-Yoga; Entspannung für und mit Kindern; Outdoortraining und Naturerlebnis

MODUL 3 : Seelische Gesundheit und kl.u.ge Didaktik

15. bis 18. 10. 2015 in der Almwellness Tonnerhütte am Zirbitzkogel, Steiermark

Entwicklungspsychologie und Würde des Kindes; Die Bedeutung von Spiel und Ritualen; Umgang mit neuen Medien; Ganzheitliche Kunsttherapie in Theorie und Praxis

MODUL 4 : Prüfung und Zertifikatsverleihung

14. bis 16. 11. 2015 im Bildungshaus Stift St. Georgen am Längsee, Kärnten

MODUL 5 : Hospitation, Reflexion und Supervision

frei wählbar

16 UE in aktiven Kindergesundheitskursen

Alle Module finden in zertifizierten *klein und gesund!® Hotels* statt:

www.kleinundgesund.at

Ihr Nutzen als Absolvent/in

- fundiertes Theorie- und Praxis-Wissen im Bereich Gesundheitsförderung bei Kindern
- Sicherheit in der Argumentation
- Zusatzqualifikation für die berufliche Arbeit mit Kindern
- bereichernde Impulse für den persönlichen Lebensstil, sowie den der eigenen Familie
- Professionelle Referent/innen
- Wissensvermittlung in angenehmen Ambiente: Miniconferences, Exkursionen und Einbeziehung der Natur
- eigenständiges Veranstalten von *klein und gesund!® Urlaubsseminaren, Workshops* und *Vorträgen* ist sofort möglich
- Unterstützung durch die Einbindung in das *klein und gesund!® Netzwerk*
- Vertretung aller *klein und gesund!® Trainer/innen* durch die ggf
- Vermarktung der eigenen Veranstaltungen durch die *klein und gesund!® Plattform*
- Austausch und Vernetzung im Netzwerk

Unsere Lektor/inn/en

- Dr. med. Mario Mayrhofer
Praktischer Arzt, ÖAK Diplom, Anthroposophische und Palliativ-Medizin
- Mag. Dr. Ulrike Borovnyak
Pädagogin, Studium der Entwicklungspsychologie, Buchautorin, Lehrgangsleitung
- Dipl. Päd. Carola Smith
Pädagogin Ernährungswirtschaft, Lehrgangsmanagement
- Jutta Aringer
Kleinkindpädagogin, Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin

- Klaus Bierbaumer
Körperbewusstseins-Trainer, Energie-Therapeut und EuGong-Trainer
- Marianna Crosina
Sprossen-Vitalküche
- Marcelo Gerevini
Staatl. Gepr. Trainer, Dipl. Fitness- und Gesundheitstrainer, akademisch geprüfter Outdoor Trainer
- Hanna Pessl
Pädagogin und Yoga-Lehrerin
- Mag. Elisabeth Pullmann
Ganzheitliche Kunsttherapeutin
- Sieglinde Salbrechter
Kräuterpädagogin, FNL Bundesleiterin, Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin
- Anna Szegi
Volksschulpädagogin, Waldorfpädagogik
- Martin Taubert-Witz
Leiter Lehrgang Ernährungsvorsorge-Coach

Die Kosten

Alle Module sind auch einzeln buchbar. Der **gesamte Lehrgang** kostet 1.700,- €. Dadurch ergibt sich ein Kostenvorteil von 150,- € gegenüber Einzelbuchung.

Die Kosten für die **einzelnen Module** betragen

- **Modul 1** 485,- €
- **Modul 2** 485,- €
- **Modul 3** 485,- €
- **Modul 4** 260,- €*
- **Modul 5** 135,- € **inkl. Prüfungsgebühr*

In allen Preisen sind die Lehrgangskosten, Lehrgangsunterlagen, externe Übungseinheiten bei Hospitationen, Exkursionen und Kinderbetreuung (exkl. Materialkosten) enthalten.