



Umfassend und entspannt

Mag. Julia Keindl

klein und gesund!® Trainerin, EUKIKOWA Trainerin, Sonderschullehrerin, Lehrerin für Bewegtes Lernen und Gesundheitsförderung, Wien

Die Ganzheit aus Ernährung, Bewegung/Entspannung und seelischer Gesundheit entspricht meiner Vorstellung von umfassender Gesundheitsförderung. Man lernt in diesem Lehrgang sowohl theoretisch als auch praktisch, wie man

die Kinder entspannt an das Thema heranzuführt. Gleichzeitig die eigenen Kinder mitnehmen zu können, welche entweder mit uns „mitarbeiten“ oder nach kl.u.ger Philosophie betreut und begleitet werden, ist ein riesiger Vorteil.



Nicht besser sein (wollen)

Corinna Guggenberger-Holl

Sozialpädagogin, Kinderyogalehrerin, klein und gesund!® Trainerin, Kindererentensionstrainerin, Klagenfurt, Kärnten

Das Modul seelische Gesundheit hat mich in der Ausbildung am nachhaltigsten beeinflusst, was meine eigene Arbeit mit Kindern betrifft. Das Minimieren von Bewertungen, welche das eigentliche Tun und die Freude daran in den Hintergrund drängen, trägt massgeblich

zu seelisch gesunden Kindern bei. Ich möchte mit meiner Tätigkeit als klein und gesund!® Trainerin vermitteln, dass es nicht darum geht, schneller oder besser zu sein als die anderen, sondern dass es wichtig ist, sich in dem, was man tut, wohlzufühlen.



Anmeldung

Ihre Ansprechpartnerin für die klein und gesund!® Akademie:

Janine Hofer

- ggf Büro Wien
- Haydngasse 6/31, A-1060 Wien
- Telefon +43 (0)699 190 851 25
- E-Mail janine.hofer@gesundheitsfoerderung.at

Bankverbindung

- Raiffeisen-Bezirksbank Spittal/Drau
- IBAN AT29 3926 7000 0025 5778
- BIC RZKTAT2K267
- 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.



Gustav Cool



Gitti Köstlich



Felix Fit

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

Zertifizierte ggf klein und gesund!® Partnerhotels:



www.rohrmooserhof.at



www.tonnerhuette.at

Mit freundlicher Unterstützung von



Medienpartner

ggf ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG



Impressum

Medieninhaber und Herausgeber | ggf – Österreichische Gesellschaft für Gesundheitsförderung | Haydngasse 6/31, 1060 Wien Telefon 0699 190 851 25
Email | office@gesundheitsfoerderung.at Websites | www.gesundheitsfoerderung.at | www.fastenfuergeniesser.com Redaktion | Ulrike Borovnyak
Gestaltung | Jürgen Brües/altanoite.com Coverfoto | Anna Lehner Druck | gugler* print, Melk Änderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten

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

Mai bis Oktober 2020

klein und gesund!® Akademie

NETZWERK
Unser Wissen für Ihre Neugeburt

AUSBILDUNGEN
Trainer/in für Fasten und Kindergesundheit

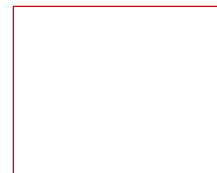
HOTELS
Fasten für Genießer®
klein und gesund!®

www.gesundheitsfoerderung.at

Wir fördern Gesundheit

ggf ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG

ggf ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG



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

- für den **gesamten Lehrgang**
- in **Wien**
- Klagenfurt**
- für **Modul 1**
- für **Modul 2**
- für **Modul 3**

Ich bringe folgende Begleitpersonen mit

..... 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.

Bitte beachten Sie auch unsere Stornobedingungen.

An die
ggf
 Österreichische Gesellschaft
 für Gesundheitsförderung
 z.Hd. Janine Hofer
 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 330 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.ges 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

Wien: 22./23. 5. und 29./30. 5. 2020 | Klagenfurt: 8./9. 5. und 15./16. 5. 2020

Grundlagen gesunder (Kinder-)Ernährung; Ernährungsbildung zwischen Anspruch und Widerspruch; Deklaration von (Kinder-)Lebensmitteln; Essen aktiv – Kochpraxis für und mit Kindern; „Vollwert-Ernährung“

MODUL 2 : Bewegung und Entspannung – Gesundes Lebensumfeld

Wien: 20./21. 6. und 28./29. 8. 2020 | Klagenfurt: 5./6. 6. und 12./13. 6. 2020

Kinderfitness-kreative Bewegungsförderung, Entwicklung des Kindes aus medizinischer Sicht; Kinderkrankheiten natürlich behandeln; Körperbewusstseinstaining mit EuGong, Multisportive Bewegungseinheiten mit Kids, Kleine Kräuterkunde

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

Wien: 4./5. 9. und 18./19. 9. 2020 | Klagenfurt: 25./26. 9. und 2./3. 10. 2020

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

MODUL 4 : Prüfung, Zertifikatsverleihung und Abschlussevent

8. bis 9. 11. 2020 Kloster Wernberg bei Villach und Europahaus, Klagenfurt, Kärnten

MODUL 5 : Hospitation, Reflexion und Supervision

16 UE in aktiven Kindergesundheitskursen (frei wählbar)

Institut Horizont, 1130 Wien

Don Bosco Schülerheim, 9020 Klagenfurt

NEU AB 2020
 Lehrgänge berufs-
 begleitend in Wien
 und Klagenfurt
 Detailinfos im
 ggf Büro

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 angenehmem 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
- Dr. med. Martin David
Kinderfacharzt
- Mag. Dr. Ulrike Borovnyak
Pädagogin, Studium der Entwicklungspsychologie, Buchautorin, Lehrgangsleitung
- Klaus Bierbaumer
Körperbewusstseins-Trainer,
Energie-Therapeut und EuGong-Trainer

- Corinna Guggenberger-Holl
Kinderyoga-Lehrerin
- Dagmar Petry
Iss dich Gesund – Ernährungscoach
- Mag. Elisabeth Pullmann
Ganzheitliche Kunsttherapeutin
- Sieglinde Salbrechter
Kräuterpädagogin, FNL Bundesleiterin,
Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin
- Andreas Schmidt
Dipl. Fitness- und Rückenschullehrer,
Volksschulpädagoge
- Anna Szegi
Volksschulpädagogin, Waldorfpädagogik
- Martin Taubert-Witz
Leiter Lehrgang Ernährungsvorsorge-Coach

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN.

Die Kosten

Alle Module sind auch einzeln buchbar. Der **gesamte Lehrgang** kostet 1.950,- €. Dadurch ergibt sich ein Kostenvorteil von 200,- € gegenüber Einzelbuchung.

Die Kosten für die **einzelnen Module** betragen

- **Modul 1** 485,- €
 - **Modul 2** 485,- €
 - **Modul 3** 485,- €
 - **Modul 4** 460,- €*
 - **Modul 5** 235,- €
- *inkl. Prüfungsgebühr, CD-Rom

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