



# Brush up your tools für Trainer\*innen (8): Förderung der Gesundheitskompetenz im Arbeitsalltag

## Zielgruppen:

Berater\*innen und Trainer\*innen die Methoden der Gesundheitsförderung anwenden und dabei auch ihre eigene Gesundheit stärken wollen.

## Lernziele:

Onlinetools, Methoden und Übungen zur Gesundheitsförderung kennen und einsetzen lernen.

## Inhalt:

Dieses Webseminar gibt einen Einblick in die Themenbereiche der Gesundheitsförderung und baut eine Brücke zwischen On- und Offlinemethoden zur Stärkung der seelischen Gesundheit.

- Gesundheitsförderliche Gestaltung von Onlinekursen und Meetings
- Onlinetools mit Themen der Gesundheitsförderung verknüpfen
- Stimmhygiene und praktische Übungen für den Alltag
- Methodenauswahl für den Arbeitsalltag mit Gruppen und Einzelpersonen

Dieses Webseminar beinhaltet neben Vortrag und Präsentation auch interaktive Mitarbeit, Kleingruppenarbeiten, Documentsharing sowie Plenumsdiskussionen.

**Max. Gruppengröße:** 14 TN

Um sich anzumelden, klicken Sie bitte hier: [www.abif.at/seminare](http://www.abif.at/seminare)

Der Seminarbeitrag ist 1 Woche nach Rechnungserhalt fällig. Der Seminarplatz verfällt 2 Wochen nach Rechnungserhalt. Kontodaten entnehmen Sie bitte der Rechnung.

**Wir freuen uns auf Ihr Kommen!**

Termin  
09.12.2026

Uhrzeit  
09:00-12:30 &  
13:30-15:00

Kosten  
€ 198,- (inkl. 10% Ust.)  
(vöbb Mitglieder: 10% Skonto)

Umfang  
6 UE

**Mag. a Nora Korecky**  
ist Burnoutprophylaxe  
Trainerin mit jahrelanger  
Erfahrung. Ihre Schwerpunkte  
sind Gesundheitsförderung  
und Empowerment nach dem  
Prinzip der Salutogenese. Sie  
arbeitet digital und analog im  
Einzelsetting und mit  
Gruppen.

**Voraussetzungen**  
Internetzugang, PC/Laptop,  
Webcam, Micro /Headset,  
Smartphone, Bereitschaft mit  
der (kostenfreien) Zoom-  
Vollversion zu arbeiten.

**Veranstalter**  
ABIF - analyse, beratung und  
interdisziplinäre forschung

**vöbb** - Vereinigung Österr.  
Bildungs- und  
Berufsberater\*innen