


# Bildungsprogramm



 Weiterbildung  
in Südtirol

AUTONOME  
PROVINZ  
BOZEN  
SÜDTIROL



PROVINCIA  
AUTONOMA  
DI BOLZANO  
ALTO ADIGE

Deutsche Kultur

## Berufliche Weiterbildung

für Sanitätspersonal 2019  
um ECM-Punkte wird angesucht



Kardinal  
**Nikolaus  
Cusanus**  
Akademie · seit 1962

# „Eine/r für alle - alle für Eine/n“ Leitspruch oder Trugschluss?

Führungskräfte, Teamleiter/innen, Koordinator/innen,  
Personen mit Mitarbeiterführung

## HAUS ST. GEORG, SARNS

Wie wichtig ist Mitarbeiteridentifikation, Loyalität und gegenseitige Unterstützung im Unternehmen? Alle an einem Strang oder individuell und kreativ den eigenen Initiativen entlang?

Die Aufgabe der Führung richtet sich darauf, die Stärke, Resilienz und Kohärenz des Ganzen zu entwickeln, sei es des ganzen Teams, der Abteilung, des Projekts oder der Organisation. Dies kann nur gelingen, wenn die Interessen des Ganzen und des einzelnen Menschen ausbalanciert werden und (notwendigerweise) immer wieder auftauchende Spannungen und Konflikte vernünftig und frühzeitig gelöst werden.

Jede Führungskraft hat dabei ihren eigenen Stil und ihre eigene, einzigartige Art und Weise, wie sie diese Aufgabe angeht. Grundsätzlich gilt: Vielfalt ist produktiver als Einfachheit!

Die Entwicklung eines kohärenten, starken, robusten Teams gelingt besser, wenn die Aufmerksamkeit auf die Beantwortung einiger Fragen gelegt wird:

- Wie werden neue Teammitglieder gut aufgenommen und wie Abschiede gestaltet?
- Wie lassen sich Bewährtes und Neues verbinden?
- Wie kann man Selbstorganisation fördern?
- Wie gelingt eine gute Aufgabenverteilung?
- Wie kann Leistung anerkannt werden?
- Wie lässt sich die Energie aus Konflikten lösen?

### Referentin

**Ilse Egger, Bozen.**

Organisations- und Personalentwicklung, Supervisorin und Coach

### Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

### Termin

**Teil 1 Di. 05.02.2019**

**Teil 2 Di. 12.02.2019**

jeweils 9 bis 17 Uhr



# Resilience-Coaching für Sanitätspersonal

HAUS ST. GEORG SARNIS

Nicht jeder Stress wird als unangenehm empfunden und ein voller Tag kann durchaus als erfüllt erlebt werden. Aber es ist dennoch eine Kunst, am Ende eines Arbeitstages aufrecht in den Feierabend zu gehen, statt sich erschöpft oder übertourt von einem Tag in den anderen zu schleppen.

Ziel dieses Seminars ist es, einerseits die Stressoren des Arbeitsalltags rechtzeitig genug als solche zu erkennen und sich andererseits der persönlichen Ressourcen und Bewältigungs-Strategien bewusst zu werden. Wenn diese gezielt und zeitnah eingesetzt werden, können Sie nach anstrengenden Tagen in relativ kurzer Zeit wieder ins Lot kommen.

Es werden gezielte Erdungs- und Resetting-Methoden vorgestellt und eingeübt, sowie individuell unterschiedliche Grundbedürfnisse zur Selbst-Stabilisierung erarbeitet.

## Bitte mitbringen

Bequeme Kleidung,  
Schreibmappe, Stifte

## Referentin

**Dipl.-Psych. Gerlinde Peterek,  
Fürth (D).**

Auftritts- und Präsentation-  
Coach, Psychologin,  
Psychotherapeutin in  
Deutschland

## Kursbeitrag

90 Euro + MwSt.

## Termin

Do. 14.02.2019, 9 bis 17 Uhr



# Rhetorik: Souverän auftreten und (fair) handeln

## HAUS ST. GEORG, SARNS

Ob in Präsentationen, Vorstellungsgesprächen oder Konfliktsituationen – rhetorisch sicheres Auftreten und Handeln wird heute zunehmend von Ihnen verlangt. Erfolgreiche Persönlichkeiten verfügen in der Regel über umfassende kommunikative Fähigkeiten und Überzeugungskraft – kurz: über Souveränität.

In drei aufeinander aufbauenden, themenzentrierten Modulen lernen Sie rhetorisches Handwerkszeug und Gesprächstechniken kennen und bewusst einzusetzen.

- Wie begeistern und motivieren Sie ihre Zuhörer?
- Wie treten Sie selbstsicher auf?
- Wie können Sie den Verlauf von Gesprächen positiv beeinflussen?
- Wie begegnen Sie unfairen Angriffen?

### **Modul I** **Rhetorische Basics – souverän auftreten und sicher präsentieren**

Entdecken Sie Ihre rhetorische Power, lernen Sie mit Lampenfieber umzugehen und es positiv zu nutzen, trainieren Sie Ihre (körper-)sprachliche Ausdruckskraft und entwickeln Sie Ihren eigenen Vortragsstil. Und vor allem: Entdecken Sie den Spaß an der freien Rede – denn Begeisterung wirkt ansteckend.

### **Modul II** **Vom Monolog zum Dialog – Dialektik und professionelle Gesprächsführung**

Erkennen und vermeiden Sie Kommunikationsstörungen, lernen Sie klar und verbindlich zu kommunizieren. Treten Sie in Gesprächssituationen selbstbewusst auf und bleiben Sie auch in schwierigen (Gesprächs-)Situationen gelassen und souverän.



### **Modul III**

#### **Angewandte Dialektik & Rhetorik – Überzeugungstechniken und Argumentation**

Lernen Sie aus verschiedenen Blickwinkeln zu argumentieren und Ihr Gegenüber von sich und Ihrem Anliegen zu überzeugen. Lernen Sie die Mechanismen von Überzeugungsprozessen für Alltag und Beruf kennen. Die Modulreihe schließt mit einer Königsdisziplin ab: Der Stegreifrede. Sie lernen unter Stress zu argumentieren und Ihr Sprechenden zu trainieren.

### **Referentin**

#### **Pia Bussinger, Bamberg.**

Professionelle (Rhetorik-) Trainerausbildung (Institut Michael Ehlers GmbH, Bamberg), Masterstudium „Allgemeine Rhetorik“ (Eberhard Karls Universität, Tübingen), Bachelor of Arts „Journalismus und Public Relations“ (Westfälische Hochschule, Gelsenkirchen) u.a.

### **Kursbeitrag**

600 Euro + MwSt.

### **Termin**

**Teil 1** Sa. 09.03. bis  
So. 10.03.2019

**Teil 2** Fr. 12.04. bis  
Sa. 13.04.2019

**Teil 3** Fr. 03.05. bis  
Sa. 04.05.2019  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# TrophoTraining® - Blitzentspannung

HAUS ST. GEORG, SARNS

Das von Dr. med. J. Derbolowsky entwickelte Konzentrationstraining zur Selbsthilfe ist ein Weg aus sieben kleinen Übungsschritten mit den Zielen: Stärkung von Innen heraus für konzentrierte Gelassenheit und Entspannung sowie Stressabbau und Nervenstärke.

Eine Minute dreimal täglich üben – die Blitzentspannung erhöht die Widerstandsfähigkeit gegen Alltagsprobleme und stetig wachsenden Leistungsdruck und wird erfolgreich zur individuellen Gesundheitsförderung im Beruf als auch im täglichen Leben angewandt.

## Ziele

- erfrischt und entspannt blitzartig
- erhöht die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit
- stärkt die Nerven
- hilft Stress abzubauen und die Gesundheit zu fördern
- schafft Selbstbewusstsein

## Referentin

**Mag.a Annemarie Gumpold, Innsbruck.**

TrophoTrainerin®-  
Entspannungspädagogin und  
Psychopädin nach Dr.  
Derbolowsky®, Kinesiologin  
und Lernberaterin

## Kursbeitrag

90 Euro + MwSt. pro Termin

### Termin 1

Fr. 22.02.2019, 9 bis 17 Uhr

### Termin 2

Fr. 25.10.2019, 9 bis 17 Uhr



# GestaltSystemisch beraten - begleiten - trainieren: Selbstkompetenz - Soziale Kompetenz - Methodenkompetenz

HAUS ST. GEORG, SARNS

Dieser Lehrgang vermittelt in neun Modulen Elemente aus der Gestaltpädagogik und der Systemischen Theorie. Der Fokus liegt auf der Einzigartigkeit jedes Menschen sowie auf der Erweiterung der systemischen Blickwinkel.

Unser Angebot richtet sich an Personen, die begleiten, beraten, pflegen, lehren oder in einer Führungsposition tätig sind und an alle Interessierten, die an ihrer eigenen Persönlichkeit und Professionalität arbeiten: Vertiefen Sie die Beziehungskompetenz zu sich und anderen und entfalten Sie Ihre Lebenskunst!

## **Diese Elemente sind uns besonders wichtig:**

- einen guten Kontakt zu sich und anderen entwickeln
- prozessorientiertes Arbeiten und das Erproben „Kreativer Medien“ wie z.B. der Einsatz verschiedener Materialien, Rollenspiele und Aufstellungen
- Erkennen Sie die Ganzheitlichkeit der Systeme – Beziehungs- und Wirkungszusammenhänge – und verstehen Sie den Menschen in seinem Kontext!

- Mit Ressourcenarbeit und Methoden zur Ziel- und Lösungsorientierung gehen wir auf individuelle Themen ein.

## **Im Lehrgang arbeiten Sie an folgenden Kompetenzen:**

### **Selbstkompetenz:**

Lernen Sie innere Signale zu beachten! Nehmen Sie Ihre Bedürfnisse und Grenzen ernst und treffen Sie Entscheidungen, die Ihre Lebendigkeit und Gesundheit unterstützen. Nur wer auf sich selbst achtet und seinen eigenen Wert kennt, ist sich selbst ein guter Coach!

### **Soziale Kompetenz:**

In der Auseinandersetzung mit sozialen Kompetenzen finden Sie den Zugang zu sich und erkennen unterschiedliche Sichtweisen und Wirkungszusammenhänge. Sie lernen, Beziehungen bewusst zu gestalten und Sie entdecken Möglichkeiten, Ihre Handlungsspielräume zu erweitern. Sie entwickeln innere Sicherheit zum kraftvollen und kreativen Tun, Handeln und Sein.



# GestaltSystemisch beraten - begleiten - trainieren:

Selbstkompetenz - Soziale Kompetenz - Methodenkompetenz

## Methodenkompetenz:

Schöpfen Sie aus der Vielzahl an ganzheitlichen und lösungsorientierten Methoden! Entwickeln Sie die Kompetenz, Werkzeuge richtig einzusetzen und Situationen und Prozesse richtig zu erfassen. Es geht um Reflexion und Begleitung sowie um das Wahrnehmen unterschiedlicher Wirklichkeiten.

## Ihr beruflicher Gewinn

- Sie stärken Ihre Persönlichkeit
- verbessern Ihre Selbstreflexion
- erweitern Ihre Methodenkompetenz und lernen, situationsbezogen zu handeln
- Sie vertiefen Ihre Beratungs- und Trainingskompetenz
- erwerben pädagogisches Handwerkszeug für die Begleitung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- erfassen Situationen und Prozesse im „Hier und Jetzt“ und
- erfinden und erproben individuelle Lösungswege, die über festgefahrene Muster und Überzeugungen hinausgehen.

## Arbeitsweise

Die Referenten verbinden Selbsterfahrung mit Erwerb von theoretischem Wissen und erlebnisorientierten Methoden- und Prozesskompetenz. Übungen und Reflexionen erfolgen in Einzel-, Paar und Gruppensettings. Dabei werden Beispiele aus der Praxis der Teilnehmenden berücksichtigt.

## Lehrgangsaufbau

Das Einführungsseminar „Die fünf Stützen meiner Identität“ ermöglicht einen Einblick zum Thema „GestaltSystemisches Arbeiten“. Im Zentrum stehen anregende, erlebnisorientierte Übungen.

## Termin

### Einführungsseminar „Die fünf Stützen meiner Identität“

Di. 22.01. bis Mi. 23.01.2019

Erster Seminartag

10 bis 18 Uhr, folgender

Seminartag 9 bis 17 Uhr





## Abschlussmöglichkeiten

### Teilnahmebestätigung:

für jene Teilnehmer, die an allen neun Lehrgangseinheiten teilnehmen

### Zertifikat „GestaltSystemisches Arbeiten mit Menschen“:

für jene Teilnehmer, die eine Anwesenheit von mind. 80% bei allen Einheiten erreichen, ein kleines Projekt unter gestaltpädagogischen und systemischen Gesichtspunkten durchführen und in einem Bericht beschreiben und fünf Einzel-Projektcoaching-Stunden absolviert haben.

### Zusätzliche Kosten

150,00 Euro für das Zertifikat, die direkt an die Akademie für GestaltSystemisches Arbeiten zu entrichten sind.

Die fünf Einzel-Projektcoaching-Stunden werden direkt an den Coach bezahlt.

### Referent/in

#### Mag.a Margit Kühne-Eisendle, Rankweil.

Gestaltpädagogin, Lehrtrainerin der AGB für GestaltSystemisch beraten, begleiten, trainieren und Systemisches leiten & entwickeln, Supervisorin, Coach, Organisationsentwicklerin, Stress- und Gesundheitscoach.  
[www.gestaltSystemisch.at](http://www.gestaltSystemisch.at)

### Jimmy Gut, Göfis.

Psychotherapeut (Systemische Familientherapie), Supervisor, Coach, Lebens- und Sozialberater, Sozialpädagoge, Lehrtrainer der AGB für GestaltSystemisch beraten, begleiten, trainieren

### Kursbeitrag

2.350 Euro + MwSt.

### Termin

**Teil 1** Sa. 02.03. bis  
So. 03.03.2019

**Teil 2** Di. 30.04. bis  
Mi. 01.05.2019

**Teil 3** Di. 18.06. bis  
Mi. 19.06.2019

**Teil 4** Mo. 16.09. bis  
Di. 17.09.2019

**Teil 5** Do. 14.11. bis  
Sa. 16.11.2019

**Teil 6** Di. 21.01. bis  
Mi. 22.01.2020

**Teil 7** Do. 26.03. bis  
Sa. 28.03.2020

**Teil 8** Di. 21.04. bis  
Mi. 22.04.2020

**Teil 9** Di. 02.06. bis  
Mi. 03.06.2020

erster Seminartag pro Einheit  
jeweils 10 bis 18 Uhr,  
folgende Tage pro Einheit  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Dem Fachkräftemangel strategisch begegnen

Führungskräfte in Pflegeeinrichtungen

HAUS ST. GEORG, SARNS

Dem drohenden Fachkräftemangel im Pflegebereich kann abgeholfen werden. Zwar ist es bereits fünf vor zwölf, aber Führungskräfte mit Weitblick, Mut und Kreativität lernen in diesem Seminar die Herausforderungen der Zukunft zu meistern.

Nicht jede Organisation sieht die Notwendigkeit langfristig und konsequent Personalentwicklung zu planen, aber diejenigen, die dies tun, werden den Vorteil auf ihrer Seite haben.

Eine Empfehlung für verantwortungsbewusste und vorausschauende Personalverantwortliche und Einrichtungsleitungen in Krankenhäusern und Pflegestrukturen, die langfristig und erfolgreich Personalentwicklung planen und umsetzen wollen.

## Inhalte

- Wandelerscheinungen in unserer Gesellschaft und wie diese den Gesundheits- und Pflegebereich beeinflussen
- Instrumentarien der Personalgewinnung und Personalentwicklung
- Nicht nur die richtigen, sondern die besten MitarbeiterInnen: Analyse meines Teams
- Fokus Führung: Wie das Menschenbild der Führungskraft die Personalentwicklung beeinflusst
- M-M-M: Die Ebenen der Personalentwicklung
- Employer Branding: Wie mache ich mich zum attraktiven Arbeitgeber?

## Referentin

**Mag. Dr. Margit Schäfer, Aldrans.**

Erziehungswissenschaftlerin, Lektorin an Fachhochschulen und Lehrerin in Pflegeausbildungen, Systemische Unternehmensberaterin & Coach i.A.

## Kursbeitrag

90 Euro + MwSt.

## Termin

Di. 12.03.2019, 9 bis 17 Uhr



# Liebevolle Fürsorge und sinnvolle Abgrenzung

## Kranken Menschen helfen ohne selbst krank zu werden

HAUS ST. GEORG, SARNS

Andere Menschen zu pflegen ist eine zutiefst erfüllende und wichtige Aufgabe. Der Versuch, das Leid und den Schmerz zu lindern, gibt uns das Gefühl, eine sinnvolle Arbeit zu leisten. Doch diese ist oft sehr belastend und kräftezehrend, sodass der anfängliche Idealismus manchmal auf der Strecke bleiben kann.

In diesem Seminar werden Wege aufgezeigt, wie man sich vor einer möglichen Überbelastung schützen kann. Sie erfahren unter anderem, wie Sie in schwierigen Situationen reagieren sollten.

Es werden Methoden vorgestellt, die Sie unterstützen Ihre Fähigkeiten versiert auf eine nutzbringende Art einzusetzen. Somit können Sie die eigenen Ressourcen schonen und sogar Ihren Energiehaushalt auffüllen. Mit dem vermittelten Wissen meistern Sie die Herausforderungen eines anspruchsvollen Arbeitsalltags mit Tatkraft und bleiben ausgeglichen und freundlich.

### Referentin

**Stefanie Lepiorz Borghini, Stuttgart /Follonica.**

Lizenzierte Fünf >>Tibeter<<®Trainerin, dipl. Lebensberaterin, dipl. Yogalehrerin, Musik- und Sprachlehrerin

### Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

### Termin

**Mi. 13.03 bis Do. 14.03.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Japanisches Heilströmen: „Akupunktur ohne Nadeln“

HAUS ST. GEORG, SARNS

In pflegenden und betreuenden Berufen steht oft das Geben im Vordergrund, was anstrengend und kräftezehrend sein kann. Um das Energie-Reservoir wieder aufzufüllen, sind die bei sich selbst angewandten heilenden Berührungen des Japanischen Heilströmens (der „Akupunktur ohne Nadeln“) hilfreich. Aber auch die Patient/innen und Klient/innen profitieren von der Anwendung, die an diesen beiden Tagen gelernt wird.

Einerseits bringt das Japanische Heilströmen den Menschen, die betreut werden, Unterstützung, so dass tiefe Entspannung, Regeneration, Stressabbau, besserer Schlaf und mehr Lebensfreude möglich wird. Andererseits können kurze und hilfreiche Techniken zur Selbstbehandlung mitgegeben werden. Das Seminar ist praxisorientiert.

## Referent

**Michael Hentschel,  
Berchtesgarden.**

Heilpraktiker und  
Humanenergetiker,  
[www.human-energetiker-hp-hentschel.de](http://www.human-energetiker-hp-hentschel.de)

## Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

## Termin

**Fr. 15.03. bis Sa. 16.03.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Messie - ein Versuch zu verstehen

Krankenpfleger/innen, Sanitätsassistent/innen,  
Personen in der Hauskrankenpflege, Interessierte

**HAUS ST. GEORG, SARNS**

Das Messie- und Vermüllungs-  
syndrom betrifft in Deutschland  
laut Schätzungen ca. 2,5 Mil-  
lionen Menschen. Ausgehend  
davon, dass auch in Trentino-  
Südtirol circa 3 % aller Haushal-  
te betroffen sind, kann von einer  
Zahl von circa 16.000 ausgegan-  
gen werden. Das Seminar be-  
ginnt mit einer Einführung über  
die verschiedenen Formen des  
Messie- und des Vermüllungs-  
syndroms.

Im Anschluss findet eine Vertie-  
fung in Form von Fallbeispielen  
aus der Arbeit des Messie-Hilfe-  
Teams statt. Durch anonyme  
Texte von Betroffenen werden  
praktische Handlungsmöglich-  
keiten erarbeitet und Tipps für  
die verbale und non-verbale  
Kommunikation mit Messies  
gegeben. Abschließend werden  
in einer gemeinsamen Diskus-  
sions- und Fragerunde die Er-  
gebnisse des Tages diskutiert  
und zusammengefasst.

Da das Messiesyndrom im-  
mer mehr zunimmt, kommen  
auch immer mehr Personen  
mit diesem Thema in Kon-  
takt. Das Seminar richtet sich  
hauptsächlich an Menschen,  
die beruflich mit Messies zu  
tun haben, Angehörige und  
Interessierte, die tiefer in die-  
ses Thema einsteigen möch-  
ten.

Das Seminar richtet sich  
hauptsächlich an Menschen,  
die beruflich mit Messies zu  
tun haben, Angehörige und In-  
teressierte, die tiefer in dieses  
Thema einsteigen möchten.

## Referent

**Michael Schröter,  
Gauting bei München.**

Gründer der Ersten  
deutschen Messie-Akademie,  
[www.messie-akademie.de](http://www.messie-akademie.de),  
Autor des Buches: „Messies -  
ein Versuch zu verstehen“

## Kursbeitrag

90 Euro + MwSt.

## Termin

Fr. 15.03.2019, 9 bis 16 Uhr



# Ätherische Öle im Einsatz: Kinder und Jugendliche

## HAUS ST. GEORG, SARNS

Sie erfahren Grundlegendes über die Besonderheiten von Geruchssinn und Berührungssinn im Kindesalter und darauf aufbauend Anwendungs- und Einsatzmöglichkeiten von fetten und ätherischen Ölen, Hydrolaten und anderen Naturprodukten in der Pflege vom Neugeborenen bis hin zum Jugendlichen.

Jedes Entwicklungsalter hat seine ganz eigenen Themen in der Aromapflege: beim Neugeborenen und Säugling steht die natürliche Hautpflege und die Linderung von „Babyproblemen“ wie Bauchweh, Koliken und Unruhezuständen im Vordergrund; beim Kleinkind sind es zum Beispiel „Duftspiel-Ideen“ oder Hilfestellungen beim Eintritt in den Kindergarten; beim Schulkind eröffnet die Aromapflege diverse Möglichkeiten zur Unterstützung von Konzentration und Ausdauer; beim Jugendlichen schließlich, kann die Hautpflege wieder ein großes Thema sein und die Linderung anderer pubertätsbedingter Stolpersteine.

Dieses Seminar nimmt die Teilnehmer/innen auf eine Reise in die „Sinneswelt“ der Kinder mit.

Neben theoretischem Input stehen viele praktische Übungen, die Sie dieses Thema spielerisch erleben lassen, auf dem Programm.

### **Bitte unbedingt mitbringen**

Buntstifte, Zeichenblock, Puppe, Handtuch

### **Referentin**

**Isabel Tampe,  
St. Andrä - Österreich.**

Dipl. Kinderkrankenschwester,  
Babymassagekursleiterin,  
Aromaexpertin

### **Kursbeitrag**

180 Euro + MwSt.

### **Termin**

**Mo. 18.03. bis Di. 19.03.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Engagiert und kompetent - Kinderkrankenpfleger/innen informieren sich

Kinderkrankenpfleger/innen

## PRIESTERSEMINAR

In Zeiten, in denen allorten - auch in der Krankenpflege - Flexibilität und rasche Aneignung von Kompetenzen gefragt sind, ist es für die Fachkräfte in der Pflege unerlässlich, sich mit neuen Entwicklungen in der Therapie und Pflege auseinanderzusetzen und den sich ändernden Lebens- und Essgewohnheiten der Kinder Rechnung zu tragen. Im Einzelnen werden die Referent/innen in diesem Seminar folgende Themen darbieten.

### Programm

#### Donnerstag, 21. März 2019

9 bis 12 Uhr

#### **Akupunktur/Akupressur bei Säuglingen und Kindern – Möglichkeiten und Grenzen**

Die TCM ist inzwischen auch im Westen integrierender Bestandteil der therapeutischen Praxis.

14 bis 17.30 Uhr

#### **Anästhesie – neuere Entwicklungen**

Pflegerische Vorbereitung und Nachsorge

#### Freitag, 22. März 2019

9 bis 12 Uhr

#### **Anorexia und Bulimie**

Ursachen, Symptome und Möglichkeiten der Behandlung

14 bis 17.30 Uhr

#### **Kinder mit motorischer oder/und kognitiver Behinderung**

Was ist im Umgang und in der Pflege zu beachten?

#### Referent/innen

Dr. med. Elisabeth  
Fulterer-Kluge, Brixen.

Dr. med. Anton Huber,  
Bozen.

Dr. med. Michael Zöbl,  
Brixen.

Dr. med. Michela Saladin,  
Bozen.

#### Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

#### Termin

Do. 21.03. bis Fr. 22.03.2019  
jeweils 9 bis 17.30 Uhr



# R.E.S.E.T. - Entspannung für das Kiefergelenk

HAUS ST. GEORG, SARNS

Stress und Verspannungen sind (fast) allen bekannt. Das Kiefergelenk spielt dabei eine große Rolle. Wird zu viel an Stress im Kiefergelenk gespeichert, ziehen die Verspannungen durch den ganzen Körper. R.E.S.E.T. ist eine effektive Methode das Kiefergelenk, den Hauptstress-Speicher in unserem Körper, sanft zu entlasten.

Im Kurs R.E.S.E.T wird eine einfach anzuwendende Methode zur Kieferentspannung erlernt. Mit verschiedenen Handpositionen, die im Kopfbereich gehalten werden, wird das Kiefergelenk wieder auf „Werkseinstellung“ gebracht. Diese Methode ist sowohl im beruflichen als auch im privaten Kontext anwendbar.

## Anwendungsbereiche

- Verspannungen in der Kiefer-, Nacken- und Schultermuskulatur
- Kopfschmerzen, Migräne
- Zähneknirschen, Zähnepressen, Kieferknacken
- Schwindel
- Schmerzen im unteren Rücken
- für eine persönliche Auszeit

## Mitzubringen

Schreibzeug, 1 dicke Decke, bequeme Kleidung

## Referentin

**Alexandra Gander,  
Nusdorf.**

Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin, Diplomausbildung Kinesiologie, Brain Gym® Instruktorin, R.E.S.E.T. I+II Instructor

## Kursbeitrag

120 Euro + MwSt.

## Termin

Mo. 25.03.2019, 9 bis 17 Uhr





# Lehrgang Aromapflege

HAUS ST. GEORG, SARNS

Nach Abschluss des Lehrgangs können Sie mit nur wenigen Mehrstunden (2 Seminare + Destillationstage) und einer Prüfung in Österreich die Ausbildung zum/zur Aromatologen/ in abschließen. Inhalte und Stundenausmaß orientieren sich am europäischen Standard.

Der Lehrgang findet in Zusammenarbeit mit dem aromaFORUM Österreich statt.

## **Inhalte** **Basiswissen Aromapflege** **und „Riechen“**

**Di. 26.03. bis Mi. 27.03.2019**  
**mit Julian Tizhar**

Erlangen von Grundkenntnissen über ätherische Öle und Aromapflege. Kenntnis der Anatomie und Physiologie des Riechsystems, „richtiges“ Riechen erlernen

## **Botanik der Ätherisch** **Öl-Pflanzen**

**Do. 28.03.2019**  
**mit Karin Raffener**

Kennen lernen der Pflanzennamen und ihrer Familien, einfache Bestimmungsübungen.

## **Biochemische Grundlagen** **der Aromapflege**

**Di. 07.05. bis Mi. 08.05.2019**  
**mit Margret Demleitner**

Verantwortungsvoller Gebrauch von ätherischen Ölen aufgrund Kenntnis der Inhaltsstoffe, Wissen über Indikation und Kontraindikation im Zusammenhang mit den biochemischen Wirkstoffgruppen

## **Anwendung ätherischer** **Öle im Pflegealltag: von** **Duftlampe bis Streichungen,** **über Ölmischungen, Creme,** **Balsam oder Puder**

**Di. 04.06. bis Mi. 05.06.2019**  
**mit Claudia Arbeithuber**

Erlernen von und sicherer Umgang mit den verschiedenen Anwendungsformen. Kennenlernen der unterschiedlichsten Rohstoffe und deren Eigenschaften auf der Haut, Erarbeiten und Berechnen von Rezepturen für den Pflegealltag – im Sinne eines grundlegenden Verständnisses ähnlich der Pharmakokinese. Hier sind Partner/innenübungen und gegenseitiger Körperkontakt Teil des Seminars. Nicht-Ziel ist es, die Massage im Sinne des eingeschränkten Gewerbes der Massage zu lehren.



# Lehrgang Aromapflege

## **Ätherische Öle in der Pflege: Haut - Hautprobleme - Allergien**

**Do. 26.09. bis Fr. 27.09.2019  
mit Lisa Marenitz**

Kennen von Physiologie und Pathophysiologie der Haut und erlangen von Wissen über fette Öle, Hydrolate und deren Einsatz in der Hautpflege

## **Praxis Aromapflege, ätherische Öle im Einsatz**

**Di. 22.10. bis Mi. 23.10.2019  
mit Magret Demleitner**

Umsetzung des erworbenen Wissens in den Pflegealltag und Pflegeprozess

## **Ätherische Öle in der Pflege: psychiatrische und gerontologische Patienten und Zubereitungen mit ätherischen Ölen**

**Mi. 27.11. bis Do. 28.11.2019  
mit Claudia Arbeithuber**

Sorgfältiger und differenzierter Umgang mit ätherischen Ölen in der psychiatrischen Pflege, Anwendungsformen ätherischer Öle in Pflege, Kosmetik und Haushalt.

Nicht-Ziel ist es, die Herstellung von Waren im Sinne des AMG zu vermitteln – (vgl. GuKG idF der Novelle 2009, S. 92, Anm. §14)

## **Workshop: Implementierung der Aromapflege - HAUSARBEIT**

Integration der Aromapflege in den beruflichen Alltag.

Für Teilnehmer/innen aus dem Nicht-Pflegerischen Umfeld wird diese Hausarbeit äquivalent umgestaltet.

## **Rechtliche Aspekte der Aromapflege und -therapie - HAUSARBEIT**

Sorgfältiger und fachkompetenter Umgang mit ätherischen Ölen im Konsens mit dem jeweils geltenden Recht der eigenen Berufsgruppe.

Für Teilnehmer/innen aus dem Nicht-Pflegerischen Umfeld wird diese Hausarbeit äquivalent umgestaltet.

Zudem sind zwei Hausarbeiten aus dem Bereich der konkreten Anwendung zu erarbeiten und ein Herbarium zu gestalten. Die Hausarbeiten werden im Basisseminar erläutert, die Themen ausgegeben und sind jeweils bei den Seminaren mit Claudia Eder abzugeben/abzuhalten.

Bei allen Veranstaltungen ist eine durchgehende Anwesenheit erforderlich.



Die Prüfung entsprechend §64 GuKG WV „Komplementäre Pflege – Aromapflege“ kann ebenfalls an der Cusanus Akademie Brixen absolviert werden, die genauen Bedingungen dazu erfahren Sie gerne bei Mag.a Christine Wagner.

**Nächster Prüfungstermin:**  
**29.11.2019.**

**Bitte fordern Sie den detaillierten Programmfolder an!**

### **Referent/innen**

**Claudia Arbeithuber, Steyr.**

Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Aromaexpertin, Vorstandsmitglied vom aromaFORUM Österreich

**Margret Demleitner, Ruppolding.**

Ergotherapeutin, Aromaexpertin

**Julian Tizhar, Terlan.**

Altenpfleger und Familienhelfer, Aromatologe nach Aromaforum Österreich

**Lisa Marenitz, Mauerbach.**

Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin, (Komplementäre Pflege - Aromapflege)

**Karin Raffener, Laas.**

Dipl. Krankenpflegerin, Kräutereexpertin

### **Kursbeitrag**

1.150 Euro + MwSt. / inkl. Materialspesen

### **Termin**

**Teil 1** Di. 26.03. bis  
Do. 28.03.2019

**Teil 2** Di. 07.05. bis  
Mi. 08.05.2019

**Teil 3** Di. 04.06. bis  
Mi. 05.06.2019

**Teil 4** Do. 26.09. bis  
Fr. 27.09.2019

**Teil 5** Di. 22.10. bis  
Mi. 23.10.2019

**Teil 6** Mi. 27.11. bis  
Do. 28.11.2019

jeweils 9 bis 17 Uhr



# Konfliktberater/in und Coach (ATCC) - Diversitätsorientierte Beratung und Begleitung

Der Lehrgang richtet sich an Personen, die leiten und beraten oder dies zu ihrer Arbeit machen wollen.

## HAUS ST. GEORG, SARNS

ATCC (l'approche et transformation constructives des conflits) stützt sich auf mehr als 30 Jahre Erfahrung in der interkulturellen Konfliktbearbeitung. Übersetzt bedeutet ATCC: Konflikte wahrnehmen und konstruktiv bearbeiten. Wir sehen die personalen, strukturellen und kulturellen Ebenen eines Konfliktes in einem Zusammenhang. Diese systemische Herangehensweise ermöglicht die unterschiedlichsten Zugänge und Bearbeitungsformen.

Unsere Arbeitsweise setzt auf kreative, effektive und nachhaltige Bearbeitungswerkzeuge und -schritte. Sie sollen auf den Bedarf der Klientin/des Klienten und der Beraterin/des Beraters sowie auf das zu bearbeitende Problem abgestimmt sein.

### Inhalte der Ausbildung

- Grundlagen des ATCC-Ansatzes (z.B. Bedürfnis-Ängste-Modell, Verhaltensmuster, PSK-System, Kulturdiamant und transkulturelles Werte-modell)
- Beratungsansätze aus der humanistischen Psychologie (Elemente aus: Transaktionsanalyse, Gestaltpsychologie, systemischer Ansatz)

- Kulturelle Skripts
- Sinn und Werte
- Kontakt und Widerstand als Potential
- Funktion von psychologischen Spielen
- Körperausdruck und Gestalt

### Methodische Beratungswerkzeuge

- Biografiearbeit in der Beratung
- Systemische Analyse von Strukturen
- Systemische Konfliktanalyse - Rollenanalyse
- Ressourcenorientierte Beratungstechniken
- Konfrontationstechniken
- Paradoxe Intentionen
- Kreative Visualisierungstechniken, z.B. Bilder, Material und Skulpturen
- Kongruente Kommunikations- und Fragetechniken
- Intervention als „DritteR“, Mediation
- Statuentheater, Forumtheater in der Gruppenberatung

### Die Teilnehmenden können am Ende der Ausbildung

- Einzelpersonen wie Organisationen bei der konstruktiven Bearbeitung ihrer Krisen und Konflikte professionell unterstützen,
- professionelle Begleitung in Lebensphasen Einzelner und Veränderungsprozessen in Organisationen anbieten,



- in Leitung und Koordination rechtzeitig Konfliktebenen erkennen und bearbeiten.

### Zertifizierung

Die Ausbildung wird durch den Bundesverband ATCC-Konfliktbearbeitung e.V. zertifiziert.

**Bitte fordern Sie den detaillierten Programmfolder an!**

### Referenten/innen

**Karl Heinz Bittl, Oberasbach (D).**

Dipl. Sozialpädagoge, Lehrbeauftragter an der Nürnberger Fachhochschule für Sozialpädagogik, Leiter des Conflict Culture Cooperation (Europäischen Institutes für Konfliktmanagement), Lehrtrainer (ATCC) u.a.

### Integrativer Supervision

**Hermann Barbieri, Brixen (I).**

Ausbildungen als Konfliktberater und Trainer in ziviler und gewaltfreier Konfliktarbeit und Mediation

### Zum Gruppenseminar 2020:

**Barbara Peschke, Millau (F).**

Gelernte Historikerin, Taketina-Teacherin, arbeitet als Musikpädagogin mit Kindern und Erwachsenen

**Karen Johne, Berlin.**

MA Politikwissenschaften, Supervisorin, Lehrtrainerin ATCC,

### Kursbeitrag

3.600 Euro + MwSt.

### Termin

**Teil 1** Fr. 29.03. bis  
Sa. 30.03.2019

**Teil 2** Fr. 17.05. bis  
Sa. 18.05.2019

**Teil 3** Fr. 28.06. bis  
Sa. 29.06.2019

**Teil 4** Fr. 13.09. bis  
Sa. 14.09.2019

**Teil 5** Do. 10.10. bis  
Sa. 12.10.2019

**Teil 6** Fr. 08.11. bis  
Sa. 09.11.2019

**Teil 7** Fr. 06.12. bis  
Sa. 07.12.2019

**Teil 8** Fr. 10.01. bis  
Sa. 11.01.2020

**Teil 9** Fr. 20.03. bis  
Sa. 21.03.2020

**Teil 10** Di. 28.04. bis  
Sa. 02.05.2020

**Teil 11** Fr. 26.06. bis  
Sa. 27.06.2020

**Teil 12** Fr. 18.09. bis  
Sa. 19.09.2020

**Teil 13** Fr. 23.10. bis  
Sa. 24.10.2020

**Teil 14** Fr. 20.11. bis  
Sa. 21.11.2020.

Bei den 2-Tagesseminaren:

Tag 1: 9 bis 18.30 Uhr

Tag 2: 9 bis 17 Uhr

Bei dem 5-Tage- Seminar:

Tag 1: Beginn 17 Uhr,

Tag 2,3,4 jeweils 9 bis 18:30 Uhr

Tag 5: Ende 12 Uhr.

Die Teilnehmer/innen sollten bei diesen Blöcken im Bildungshaus übernachten, da auch Abendeinheiten möglich sind.



# Kinaesthetics für pflegende Angehörige

## HAUS ST. GEORG, SARNS

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die Angehörige betreuen und pflegen und die sowohl die eigene wie auch die Lebensqualität der pflegebedürftigen Person erhöhen wollen. Mit Hilfe von MH Kinaesthetics lernen Sie, die zu pflegende Person mit geringerer körperlicher Anstrengung zu bewegen und die noch vorhandenen Fähigkeiten Ihres zu Pflegenden/Betreuenden gezielt mit einzubeziehen und zu erhalten.

Im Zentrum stehen die täglichen schwierigen Alltagsaktivitäten, die Sie zu Hause mit der zu pflegenden Person durchführen (Hilfe beim Aufstehen oder zu Bett gehen, waschen, kleiden, essen, gehen mit und ohne Hilfsmittel, Treppen, Auto usw.)

Weil pflegebedürftige Menschen in ihren Bewegungsmöglichkeiten, in ihrer Eigenaktivität und Selbstwirksamkeit mittels Kinaesthetics unterstützt werden, wirkt dies entwicklungs- und gesundheitsfördernd. Gleichzeitig lernen die Teilnehmer/innen, die täglichen körperlichen Überlastungen zu reduzieren und entwickeln ein Bewusstsein für gesunde Bewegungen im Alltag.

Diese Bewegungssensibilität und -qualität wirkt sich positiv und nachhaltig auf die Gesundheitsentwicklung und Lebensqualität aus.

### Referentin

**Birgit Mair, Barbian.**

Altenpflegerin,  
MH Kinaesthetics-Referentin

### Kursbeitrag

100 Euro + MwSt.

### Termine

**Sa. 30.03.2019**

**Sa. 13.04.2019**

**Sa. 27.04.2019**

**Sa. 11.05.2019**

**Sa. 25.05.2019**

jeweils 14 bis 18 Uhr



# Das nervige Seminar - in Grenzsituationen ruhig und gelassen bleiben

HAUS ST. GEORG, SARNS

Jeder kennt es und erlebt es immer wieder. Es gibt Tage und Momente, an denen einem gleich von Beginn an alles auf die Nerven geht. Und diese Unruhe setzt sich dann am Arbeitsplatz fort. Das Team, die Kollegen/innen, die Angehörigen, die Patienten/innen sind anstrengend und kaum aushaltbar. Wie kann man am besten damit umgehen?

## Inhalt

- was spielt sich bei nervigen Situationen im Körper und in der Psyche ab
- Möglichkeiten entwickeln, gelassen zu bleiben
- mehrere Lösungsmöglichkeiten lernen, die bei vielen nervigen Situationen anwendbar sind

## Ziele

- Frühzeitiges Erkennen von nervigen Situationen
- Anwenden der passenden Copingstrategien

## Referenten

**Roland Wegscheider, MSc.  
Pfaffenhofen.**

Diplomierter Gesundheits- und Krankenpfleger, Lehrer für Gesundheitsberufe, Intensivpfleger - Dialysepfleger

**Alfred Mühl, Telfs.**

Diplomierter Burnout-Prophylaxe-Trainer

## Kursbeitrag

90 Euro + MwSt.

## Termin

Do. 04.04.2019, 9 bis 17 Uhr



# Keine Angst vor trauernden Kindern!

HAUS ST. GEORG, SARNS

Auch Kinder trauern – nur anders als wir Erwachsene. Sie haben einen spontanen und natürlichen Umgang, der auf Außenstehende oft missverständlich wirkt.

Je nach Alter und bereits erlebten Erfahrungen im Umgang mit Verlusten haben die Kinder einen unterschiedlichen und sehr natürlichen Zugang zum Tod und zum Leben. Diesen gilt es zu erkennen, zuzulassen und den Kindern beizustehen, damit sie sich in der veränderten Lebenssituation neu finden und für sich Ordnung und Struktur wiederherstellen können.

Wir müssen der Ohnmacht des Todes und der Trauer nicht hilflos begegnen. Eine frühzeitige Auseinandersetzung damit kann uns etwas Angst nehmen und uns den Umgang erleichtern.

Für die Trauerbewältigung sind ein Verständnis des Umfelds für die kindliche Trauer, eine Offenheit und Unbefangenheit in der Kommunikation sowie ein Miteinbezug der Kinder im gesamten Abschiedsprozess enorm wichtig!

## Inhalt

- Kinder trauern!
- Was brauchen trauernde Kinder?
- Umgang mit Tod und Trauer in der jeweiligen Altersstufe
- Wie spreche ich mit Kindern über das Sterben und den Tod?
- Miteinbezug der Kinder im Abschiedsprozess

## Referentin

### **Gabriela Mair am Tinkhof, Brixen.**

Zertifizierte Trauer-Sterbegleiterin für Kinder und Erwachsene, zertifizierte Krisenbegleiterin, Begleitung von Kindern und Familien, Beratungen des sozialen Umfelds.

## Unkostenbeitrag

10 Euro

## Termin

Do. 04.04.2019, 20 Uhr





# Das Wesentliche sagen und hören - GfK Grundlagenseminar

HAUS ST. GEORG, SARNS

Die gewaltfreie Kommunikation (GfK) ist ein Konzept, das von Marshall B. Rosenberg entwickelt wurde. Es soll Menschen ermöglichen, so miteinander umzugehen, dass der Kommunikationsfluss langfristig zu mehr Vertrauen und Freude am Leben führt.

GfK kann in diesem Sinne sowohl bei der Alltags-Kommunikation, als auch bei der friedlichen Konfliktlösung im persönlichen, beruflichen oder politischen Bereich hilfreich sein. Im Vordergrund steht nicht, andere Menschen zu einem bestimmten Handeln zu bewegen, sondern eine wertschätzende Beziehung zu entwickeln, die langfristig mehr Kooperation und gemeinsame Kreativität im Zusammenleben ermöglicht.

## Grundlagenseminar

Immer wieder erleben wir, wie schwierig es ist, miteinander zu reden, zwischenmenschliche Probleme zu lösen und Konflikte auszutragen, ohne sich gegenseitig zu beeinträchtigen und zu verletzen. Wenn wir miteinander sprechen, sind wir uns meistens nicht bewusst, welche Wirkungen unsere Wörter auf

andere Personen haben können, denn Menschen verletzen Menschen durch Worte. Diese hinterlassen Narben, belasten und beenden Beziehungen, können trennen oder verbinden. Mit Worten errichten wir Mauern oder öffnen Fenster.

## Inhalte

- Definition für: Problem, Konflikt, Gewalt
- Die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation
- Beobachten und Bewerten - Gefühle erkennen und ausdrücken
- Der Kern von Konflikten: Bedürfnisse
- Erkennen, hören und ernst nehmen der eigenen Bedürfnisse
- Kriterien für aussichtsreiche Bitten
- Die 4 Formen des Zuhörens

## Referentin

**Dr. Paula Maria Ladstätter, Barbian.**

Kinder- und Jugendanwältin

## Kursbeitrag

120 Euro + MwSt. pro Termin

### Termin 1

**Fr. 05.04. bis Sa. 06.04.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr

### Termin 2

**Fr. 11.10. bis Sa. 12.10.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Führungskraft stärken - Unterstützung für Menschen in verantwortungsvollen Positionen

HAUS ST. GEORG, SARNS

Führungskräfte sind zunehmendem Druck ausgesetzt: Kosten, Mitbewerber, Stress und Schnelligkeit in der digitalen Welt fordern heraus. Das menschliche Maß geht verloren. Doch wir führen effizienter, wenn wir persönlich führen, wenn wir unsere innere Stärke fördern, wenn wir mit Werten und Vertrauen eine Zusammengehörigkeit erzielen, die die Produktivität, Motivation und Begeisterung steigen lässt.

## Wie arbeiten wir

### Individueller und

#### körperorientierter Ansatz:

Kraftvolle und vitale Personen führen und gestalten zukunftsorientiert. Sie treffen Entscheidungen flexibel und situationsgerecht.

#### Praxisorientierter Ansatz:

Erfahrung, Wissen und Fingerspitzengefühl führen zu guten Entscheidungen und diese ermöglichen effizientes Handeln.

#### Werteorientierter Ansatz:

Anerkennung, Wertschätzung und soziale Verbundenheit aktivieren das Motivationssystem im Gehirn und damit die Leistungsbereitschaft.

## Module

### Teil 1 Führungskraft

Wie verhält sich Führungspersönlichkeit und Kraftentwicklung? Welche unterschiedlichen Formen von Energie sind in der Führungsarbeit am Werk? Welches persönliche Entwicklungsprojekt möchten Sie gerne umsetzen?

### Teil 2 Macht und Kontrolle

Zentrale Elemente der Führung sind Produktivität und Ertrag, Kontrolle und Macht, Vertrauen und Veränderung. Wie gestalten sich diese Elemente in der Praxis und wie wirkt Ihre Persönlichkeit in der Führungsarbeit?

### Teil 3 Zeit gestalten – Kraft halten – Gesund führen

In turbulenten Zeiten den eigenen Körper managen und die MitarbeiterInnen gesund führen. Energie aufbauen, Engagement zeigen und Gelassenheit an den Tag legen: Führen bedarf auch körperlicher Kraftentwicklung und konstruktiver Gedanken.



#### **Teil 4 Auftreten – Kommunizieren – Intervenieren**

Die persönliche Wirkung und die Möglichkeiten in Kontakt zu sein, miteinander zu reden und zusammen zu arbeiten. Niemand kommt alleine zum Erfolg und um gemeinsam erfolgreich zu sein, braucht es bestimmte Formen persönlicher, schriftlicher, verbaler und nonverbaler Kommunikation.

#### **Teil 5 Unterschiede ansprechen und entscheiden**

Führung ist auch Konfliktregelung. Unterschiedliche Vorstellungen und Interessen sind natürlich und alltäglich, führen diese zu konflikthaften Situationen, dann benötigen Sie Zeit und Energie für eine Klärung. Konstruktive Gespräche und klare Entscheidung sind Elemente gesunder Führung.

#### **Teil 6 Unternehmenskultur – Werte schaffen – Werte schätzen**

Welche Werte unterstützen die Produktivität und wie leben Sie diese in der Zusammenarbeit? Wie nützen Sie die Kraft der Werte und warum reden so viele Menschen von einem Werteverlust? Wie entwickelt sich Arbeitskultur im Unternehmen und welchen Profit ziehen Sie daraus?

#### **Ziele**

- Zentrale Elemente der Führungsfunktion kennen und umsetzen
- Selbstbewusstsein, Eigenverantwortung und Reflexionsfähigkeit stärken
- Mentale, emotionale und körperliche Stärke entwickeln
- Unternehmenskultur und Werte als Produktivitätsfaktor entwickeln und im Unternehmen einsetzen
- Praxisorientiertes Wissen, Lernbereitschaft und Innovationsgeist vermitteln und fördern

Es besteht die Möglichkeit, zwei Coachingseinheiten gegen einen geringen Aufpreis dazuzubuchen.

#### **Referenten/in**

##### **Albert Nöbauer, Salzburg.**

Arbeitet mit Führungskräften an der Entwicklung der Leitungsfunktion und Firmenkultur, unterstützt persönliche Entwicklung und Selbstverantwortung, Energieaufbau und Vitalisierung (Bioenergetik).  
[www.lin-noebauer.com](http://www.lin-noebauer.com)



# Führungskraft stärken - Unterstützung für Menschen in verantwortungsvollen Positionen

## **Gabriele Seidl-Pass, Wien.**

Arbeitet als Projektmanagerin,  
vermittelt professionelle Ge-  
sprächsführung. Spezialthemen:  
Konflikt und Kritik, Selbst- und  
Energiemanagement.  
[www.shiatsucoaching.at](http://www.shiatsucoaching.at)

## **Wei Tsung Lin, Salzburg.**

Vermittelt die Welten des Tai Chi,  
des Chi Gong und des Yoga.  
Übersetzt Prinzipien asiatischer  
Bewegungskunst für Führungs-  
kräfte: Kontakt und Konzentra-  
tion, innere Haltung und Acht-  
samkeit. [www.lin-noebauer.com](http://www.lin-noebauer.com)

## **Kursbeitrag**

1.550 Euro + MwSt.  
zuzüglich 30 Euro + MwSt.  
pro Coachingeinheit (optinal)

## **Termin**

**Teil 1** Di. 09.04. bis  
Mi. 10.04.2019

**Teil 2** Di. 21.05. bis  
Mi. 22.05.2019

**Teil 3** Di. 25.06. bis  
Mi. 26.06.2019

**Teil 4** Mi. 18.09. bis  
Do. 19.09.2019

**Teil 5** Di. 22.10. bis  
Mi. 23.10.2019

**Teil 6** Di. 12.11. bis  
Mi. 13.11.2019

jeweils 9 bis 17 Uhr



# Palliativpflege... was wir sonst noch tun können

HAUS ST. GEORG, SARNS

Wir werden gemeinsam palliativ pflegerische Maßnahmen erarbeiten, um die uns anvertrauten Patient/innen in der letzten Lebensphase kompetent und ganzheitlich betreuen und begleiten zu können. Nach einer allgemeinen Einführung zu Palliative Care, auch aus palliativ medizinischer Sicht, wenden wir uns den klassischen Symptomen in der Palliativversorgung zu.

Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der palliativ pflegerischen Symptomkontrolle. Durch komplementäre pflegerische Anwendungen und unter Einbeziehung der Angehörigen können Leiden gelindert werden. So können wir für unsere Patient/innen Sorge tragen. Zu den komplementärpflegerischen Interventionen zählen die Anwendungen von Wickeln, Umschlägen, Auflagen und Tees.

Wir werden anhand exemplarischer Krankheitsbilder folgende Symptome fokussieren:

- Übelkeit und Erbrechen
- Obstipation
- Schmerzen
- Dyspnoe
- Rasselatmung
- Palliative Wundversorgung
- Flüssigkeits- und Nahrungszufuhr

## Referentinnen

### **Evelin Tollenaere, Meran.**

MSc Palliative Care, Akadem. Palliativexpertin, Dozentin für Palliative Care (DGP), DKGP

### **Elisabeth Unterhofer, Bozen.**

Krankenpflegerin, Sanitätsassistentin, Fachkraft für „Komplementäre Pflege“, Phythopraktikerin (Phytotherapie = Lehre der Verwendung von Heilpflanzen)

## Kursbeitrag

200 Euro + MwSt.

## Termin

**Mi. 10.04. bis Do. 11.04.2019**

jeweils 9 bis 17 Uhr



# Train your brain - Wie fit ist Ihr Gehirn?

HAUS ST. GEORG, SARNS

Daten, Zahlen, Fakten, Fachwissen, Sprachen, Namen, Gesichter, freie Rede... Wir alle sind gefordert immer mehr Informationen und Wissen aufzunehmen, zu verarbeiten, zu vermitteln und wollen es bei Bedarf abrufen können. Aber auch in ganz alltäglichen Situationen gibt es Vieles, das man nicht vergessen sollte. Steigern Sie mit kreativen und gehirngerechten Techniken und Methoden Ihre Gehirn- und Gedächtnisleistung, Ihre mentale Leistungs- und Merkfähigkeit.

## Inhalte

- Die Leistungsfähigkeit des menschlichen Gehirns
- Das Zusammenspiel von linker und rechter Gehirnhälfte
- Warum vergessen wir?
- Techniken und Tipps zur Steigerung der Gedächtnis- und Konzentrationsleistung
- Memotechniken
- Notizen, die das Gedächtnis unterstützen
- Tricks für Alltagssituationen
- Namen und Zahlen merken
- Praktische Übungen zur Umsetzung

## Referentin

**Karin Leimgruber, Girlan.**

NLP Resonanz® Trainerin und Coach, Mentaltraining, Work-Health-Balance und Business Coach, Wing-wave® Coach, akad. Supervisorin, Lu-Jong-Yoga und Meditationslehrerin

## Kursbeitrag

90 Euro + MwSt.

## Termin

Do. 11.04.2019, 9 bis 17 Uhr



# „Gesalbt, gesegnet, begraben....Und dann?“

Betroffene und interessierte Eltern, die Informationen im Umgang mit dem Thema Tod und Trauer mit ihren Kindern suchen sowie Personen, die sich berufsbedingt mit diesem Thema auseinandersetzen.

## HAUS ST. GEORG, SARNS

**Auch Kinder trauern – nur anders als wir Erwachsene. Sie haben einen spontanen und natürlichen Umgang, der auf Außenstehende oft missverständlich wirkt.**

Im Workshop werde ich diese Themen mit theoretischen Informationen sowie kreativen und praxisbezogenen Einzel- und Gruppenübungen erarbeiten. Dadurch ist es für die Teilnehmer/innen leichter, sich in die Gefühlslage der trauernden Kinder hineinzusetzen. Sie spüren und erfahren es sozusagen an sich selber. Das kann auch ein persönlich heilsamer Prozess sein.

„Ich habe mich versteckt, weil ich nicht gefunden werden wollte. Und war traurig, weil mich niemand suchte.“ (ein trauerndes Kind)

### Inhalt

- Was ist Trauer?
- Die Trauer der Kinder und Jugendlichen
- Umgang mit Tod und Trauer in der jeweiligen Altersstufe
- Was brauchen trauernde Kinder?
- Wie spreche ich mit Kindern über das Sterben und den Tod?
- Miteinbezug der Kinder im Abschiedsprozess

### Referentin

**Gabriela Mair am Tinkhof, Neustift.**

Zertifizierte Trauer- und Sterbebegleiterin für Kinder und Erwachsene, zertifizierte Krisenbegleiterin, Begleitung von Kindern und Familien, Beratungen des sozialen Umfelds

### Kursbeitrag

150 Euro + MwSt.

### Termin

**Fr. 17.05. bis So. 19.05.2019**

Fr. 15 bis 18 Uhr,

Sa. 9 bis 17.30 Uhr und

So. 9 bis 12.30 Uhr



# Strategien für eine hilfreiche Psychohygiene

HAUS ST. GEORG, SARNS

Die Arbeit mit Menschen in allen Altersgruppen erfordert, sich gut abgrenzen und loslassen zu können. Deshalb sind alle gefordert, Selbstfürsorge und Psychohygiene anzuwenden.

In diesem Seminar werden kreative Beratungswerkzeuge vorgestellt und ausprobiert, die der eigenen Psychohygiene dienen. Sie lernen ein Stressmodell kennen und identifizieren Ihre Stressoren. Gemeinsam erarbeiten wir Strategien und Handlungsspielräume, die Sie für sich persönlich nützen können.

Alle im Seminar gelehrt und erprobten Techniken eignen sich gut als praktische Selbstfürsorge-Werkzeuge im (Arbeits)Alltag. Die im Seminar angewendeten Methoden können auch in der Beratung und Begleitung mit Menschen eingesetzt werden.

## Inhalt

- Überblick und Begriffsbestimmung von „Psychohygiene“, „Selbstfürsorge“ und „Stress“
- Möglichkeiten zur Förderung der eigenen Psychohygiene erkennen
- innere Einstellungen und Haltungen reflektieren und deren Veränderung einleiten können
- Übungen und kreative Werkzeuge zur Selbstfürsorge

## Referentin

**Margit Kühne-Eisendle, Rankweil.**

Gestaltpädagogin, Lehrtrainerin der AGB für Gestalt-Systemisch beraten, begleiten, trainieren und Systemisches leiten & entwickeln, Supervisorin, Coach, Organisationsentwicklerin, Stress- und Gesundheitscoach.

[www.gestaltssystemisch.at](http://www.gestaltssystemisch.at)

## Kursbeitrag

200 Euro + MwSt.

## Termin

**Do. 19.09. bis Fr. 20.09.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr





# Palliative Praxis:

## Zertifizierter Lehrgang durch die Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin DGP

HAUS ST. GEORG, SARNS

Palliative Betreuung ermöglicht Schwerstkranken eine autonome Gestaltung ihrer letzten Lebensphase und ein Sterben in Würde. In diesem Lehrgang geht es um die Erlangung von Basiskenntnissen der Palliativen Praxis im geriatrischen Bereich und berücksichtigt die im Versorgungskonzept notwendige Zusammenarbeit verschiedener Berufsgruppen.

### Nutzen

Basiskenntnisse zur Palliativen Praxis unterstützen Ihren täglichen pflegerischen Alltag. Sie erlangen die Kompetenz, sowohl an Ihrem Arbeitsplatz als auch in Ihrem persönlichen Leben die Entwicklung einer palliativen Haltung und Kultur zu unterstützen und zu sensibilisieren.

### Ziel

Sie erhalten neben Grundlagenwissen auch Informationen aus der Palliativen Praxis. Insbesondere beschäftigen wir uns mit der Kommunikation mit demenzkranken Bewohnern, Schmerzmanagement, Linderung von quälenden Beschwerden durch eine adäquate Symptomkontrolle, Lebensqualität in der Sterbephase und um die Verbesserung der palliativen Versorgung in der täglichen Arbeit.

### Inhalte

- Was ist Palliative Geriatrie?
- Ziele der palliativen Pflege
- Angehörige als Adressaten von Palliative Care
- Kontakt und Kommunikation mit demenziell erkrankten Menschen
- Lebensqualität im Alter
- Schmerzmanagement: Schmerzen erkennen und behandeln
- Verhaltensänderungen
- Therapie, Pflege und Begleitung am Lebensende
- Patientenverfügung
- Selbstpflege, Burn-out-Vermeidung  
Methodik|Didaktik
- Eigenaktivität
- Verbindung von kognitiven und emotionalen Lernzielen



# Palliative Praxis:

Zertifizierter Lehrgang durch  
die Deutsche Gesellschaft für  
Palliativmedizin DGP

- Berücksichtigung verschiedener Lernkanäle
- Visualisierung (z.B. Fotoprotokoll)
- TN-Orientierung
- Methodenmix  
Feedbackkultur
- Zukunftsorientierung
- Umfassendes Persönlichkeitsverständnis

## Kursbeitrag

520 Euro + MwSt.

## Termin

**Teil 1** Mi. 25.09. bis

Fr. 27.09.2019

**Teil 2** Di. 08.10. bis

Mi. 09.10.2019

jeweils 9 bis 17 Uhr

## Hinweis

Dieser 40 Stunden Lehrgang ist anrechenbar für den aufbauenden Lehrgang Palliative Care (von 120 Std. nach DGP in Deutschland)

## Referentinnen

### **Evelin Tollenaere, Meran.**

MSc Palliative Care, Akadem. Palliativexpertin, Dozentin für Palliative Care (DGP), DKGP

### **Viktoria Wezsäcker,**

### **Rüsselheim.**

Dipl. Krankenschwester, Palliativexpertin, Dozentin für Palliative Care (DGP), DKGP, Beraterin für klinische Ethik, Entspannungspädagogin, Qualitätsmanagerin im Gesundheits- und Sozialwesen



# „Jeder das Ihre und jedem das Seine“: Teamarbeit in verschiedenen Kontexten

Führungskräfte, Teamleiter/innen, Koordinator/innen, Personen mit Mitarbeiterführung

**HAUS ST. GEORG, SARNS**

Die Intelligenz eines Teams hat das Potenzial, die Intelligenz des Einzelnen weit zu übertreffen. Ein soziales System hat die Kraft, Neues hervorzubringen. Ein Team kann Fähigkeiten zum koordinierten Handeln entwickeln. Doch dafür müssen die Mitglieder im Team die Grenzen der eigenen Perspektive überwinden und sich auf ein echtes gemeinsames Denken einlassen.

Aufgabe der Führung ist es, dafür den Rahmen zu gestalten. Damit sich die Fähigkeiten und Kompetenzen der Einzelnen in der Zusammenarbeit produktiv entfalten.

- Führung von unterschiedlichen Mitarbeitenden setzt Kenntnis über die Unterschiede voraus: Mitarbeitende sind anders – Führungskräfte auch?!
- Unterschiedliche Menschen benötigen unterschiedliche Führungsstile, damit deren Fähigkeiten in der Zusammenarbeit zum großen Ganzen beitragen.

- Was ist dabei wichtig und nötig?
- Das GRPI Modell zum Teambuilding und zur Teamentwicklung nutzen.
- Dynamiken in Gruppen mit Hilfe einer systemischen Analyse verstehen.

## Referentin

**Ilse Egger, Bozen.**

Organisations- und Personalentwicklung, Supervisorin und Coach

## Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

## Termin

**Teil 1 Do. 03.10.2019**

**Teil 2 Do. 10.10.2019**

jeweils 9 bis 17 Uhr



# Ausbildung zum/r Mentaltrainer/in Diplom Lehrgang

HAUS ST. GEORG, SARNS

Bei gleicher Ausbildung und gleichen Voraussetzungen führt der bessere Zugang zur mentalen Stärke zum Erfolg. Mentale Stärke ist daher nicht das Resultat, sondern die Voraussetzung für den Erfolg.

## Was ist Mentaltraining?

Mentaltraining ist die Summe aller Maßnahmen, die zur planmäßigen und kontinuierlichen Steigerung der mentalen Leistungsfähigkeit führen.

Ziel des Mentaltrainings ist es, negative Glaubenssätze und Einstellungen, die dem persönlichen Erfolg im Weg stehen, zu überwinden und durch erfolgreiche Strategien zu ersetzen. Jede Handlung wird von mentalen Prozessen begleitet. Damit ist es entscheidend, diese möglichst effektiv zu beeinflussen.

Das Mentaltraining schult die Selbstwahrnehmung, das Selbstbewusstsein und trägt so positiv zu Lebensfreude, Stressresistenz und kreativen Lösungsfindungen bei.

## Anwendungs- bereiche

Optimale Leistung dann erbringen, wenn es wichtig ist. Ressourcen dort aktivieren, wo man sie braucht und mentale Stärken nützen, um Ziele zu erreichen.

## Inhalte

Wie funktioniert das Gehirn, die Macht der Gedanken und des Unbewussten, die geistigen Gesetze, Resonanzgesetz, Visualisierung und Stärkung der Intuition, Eigenverantwortung, Selbstmanagement und Selbstbewusstsein, Lebensplanung und Zielsetzungen, Erfolg beginnt im Kopf, Auflösung von Ängsten und Blockaden, Tiefenentspannung und Mentaltechniken in Trance, hypnotische Sprachmuster, Salutogenese.

Bitte fordern Sie den detaillierten Programmfolder an!



## Die Ausbildung richtet sich an

- Menschen in Situationen hoher Leistungsanforderungen, die ihre mentalen Stärken entwickeln wollen
- Coachs, Trainer/innen, Psychologen/innen, Lehrer/innen
- Berater/innen von Führungskräften, Sportler/innen, Künstler/innen und anderen Performern
- Personen, die ihre Potentiale aktivieren, das Vertrauen in den Körper stärken und kreative Formen des Selbstcoachings und Selbstmanagements erlernen möchten

## Referenten/in

### **Bernadette Wuelz (Lehrgangsführung), Innsbruck.**

Psychologin, Unternehmensberaterin, Kommunikations- und Diplom-Mentaltrainerin, Lehrbeauftragte der Universität Innsbruck und der UNIT-Innsbruck, systemischer Coach, zertifizierte Lehrtrainerin für NLP (INLPTA und DVNLP)

### **Mario Stenyk, Innsbruck.**

NLP-Trainer nach DVNLP, Wifi-Master Trainer, Systemischer Coach

### **Norbert Waldnig, Innsbruck.**

systemischer Coach, zertifizierter Lehrtrainer für NLP (DVNLP), Zertifizierter Persolog – DISG Trainer

### **Martin Wuelz, Innsbruck.**

Rechtsanwalt und Mediator, NLP-Practitioner und Masterausbildung nach DVNLP, systemischer Coach

## Kursbeitrag

1.900 Euro + MwSt.

## Termin

**Teil 1** Fr. 04.10. bis  
Sa. 05.10.2019

**Teil 2** Fr. 08.11. bis  
Sa. 09.11.2019

**Teil 3** Fr. 06.12. bis  
Sa. 07.12.2019

**Teil 4** Fr. 10.01. bis  
Sa. 11.01.2020

**Teil 5** Fr. 14.02. bis  
Sa. 15.02.2020

**Teil 6** Fr. 20.03. bis  
Sa. 21.03.2020

**Teil 7** Fr. 24.04. bis  
Sa. 25.04.2020

**Teil 8** Fr. 05.06. bis  
Sa. 06.06.2020

jeweils 9 bis 17 Uhr

## 7 Supervisionsabende

jeweils montags: 14.10.2019,  
18.11.2019, 16.12.2019,  
20.01.2020, 24.02.2020,  
30.03.2020, 04.05.2020

jeweils von 18 bis 21 Uhr



# Dorn Breuss - die sanfte Wirbel- und Gelenksregulation



Krankenpfleger/innen, Sanitätsassistent/innen, Physiotherapeut/innen, Hebammen, Logopäd/innen, Ergotherapeut/innen, Pflegehelfer/innen, Interessierte mit medizinischen Vorkenntnissen

**HAUS ST. GEORG, SARNS**

Die DORN`sche Methode erfordert ein gewisses Umdenken bezüglich der Vorstellung über die Entstehungsgeschichte vieler Erkrankungen. Das Rückenmark, das nicht nur Muskeln, Sehnen und Haut nervlich versorgt, sondern auch ganz wesentlich an der Regulierung der inneren Organe beteiligt ist, kann durch Fehlstellungen der Wirbelkörper dermaßen beengt werden, dass Krankheiten der betroffenen Gebiete entstehen können. Diese Fehlstellungen werden ertastet und mit der DORN`schen Methode behoben. Zur Vorbereitung dient eine spezielle Massage, die der bekannte Vorarlberger Naturheiler Rudolf BREUSS zur „Wiederbelebung“ von Bandscheiben entwickelte.

## **Aufbau theoretisch**

- Säure/Basenhaushalt
- Beinlängentechnik
- Gelenksbehandlungen
- Breuss-Massagetechnik
- Wirbelregulation nach Dorn
- Selbsthilfeübungen

## **Aufbau praktisch**

- Es wird gegenseitig an den KursteilnehmerInnen gearbeitet.

## **Referent**

**Christian Waidhofer,  
Neunkirchen.**

Gewerblicher Masseur und autorisierter Dorn-Breuss Ausbilder

## **Kursbeitrag**

200 Euro + Mwst.

## **Termin**

**Mo. 07.10. bis Di. 08.10.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Die heilsame Beziehung zu sich selbst - Focusing für alle

Menschen in psychosozialen, therapeutischen, beratenden, pädagogischen und pflegenden Berufen, Interessierte

**HAUS ST. GEORG, SARNS**

Focusing ist eine klinisch erprobte effektive Methode, um aus sich heraus stimmige Entscheidungen und kreative Lösungen zu finden und schöpferische Prozesse anzuregen. Wie kann man Stress verwandeln und sich mehr inneren Freiraum (ver)schaffen?

Focusing zeigt einerseits Möglichkeiten, das aufleben zu lassen, was aus einem heraus leben will und wie man andererseits eine sichere und achtsame Beziehung zu sich selbst und zu anderen entwickeln kann. Dabei werden körperliche, sprachliche und emotionale Prozesse miteinander verbunden.

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die Focusing nutzen möchten:

- als Selbsthilfe-Methode mit sich alleine und mit anderen
- als kreatives Handwerkszeug in psychosozialen, therapeutischen, beratenden, pädagogischen und pflegenden Berufen

Dieses Seminar dient dem Kennenlernen von Focusing. Bei dieser Einführung werden Sie mit den Grundlagen vertraut gemacht.

## Referent

**Guido Moser, Bozen.**

Zertifizierter Focusing-Therapeut & Seminarleiter  
DAF, Heilpraktiker für Psychotherapie, Feldenkraislehrer,  
[www.guidomoser.info](http://www.guidomoser.info)

## Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

## Termin

**Fr. 18.10. bis Sa. 19.10.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Werkzeug für Führungskräfte

HAUS ST. GEORG, SARNS

Wann haben Sie das letzte Mal Ihre Führungstechniken kritisch hinterfragt bzw. upgedatet?

Wie laufen Ihre Meetings?

Wie meistern Sie schwierige Gespräche mit MitarbeiterInnen?

Wie gut ist Ihr Selbstmanagement?

Im Führungsalltag erleben wir derzeit einen Paradigmenwechsel. Führungskräfte müssen in Zukunft ihren MitarbeiterInnen Räume geben und weniger Räume vorgeben, nur dann bringen sich MitarbeiterInnen wirklich mit ihren vollen Kräften ein.

Führungskompetenz verlangt von Führungskräften viele Techniken zur Verfügung zu haben und diese einsetzen zu können.

Führungstechniken sind wie ein Werkzeugkoffer, da sind Grundelemente wichtig und hilfreich, wenn sie vorhanden und einsatzfähig sind. Die wichtigsten Werkzeuge sollen in diesem Seminar aufgefrischt und verfeinert werden.

## Inhalte des Seminars

- Selbstmanagement (Priorisieren, Delegieren, Übersicht und Grenzen)
- Meetingkultur (Agenda, Arbeits-, Informations- oder Entscheidungspunkte vorbereiten)
- Mitarbeitergespräch (Anerkennung, Rückblick und Ausblick - Dialog statt Monolog)
- Teamkultur (Standortanalyse, offene Gesprächskultur fördern statt Vermeidung)
- Führungsstile (Analyse - wie gelingt situatives Führen gut) und Selbstführung von MitarbeiterInnen
- Unterschiedlichkeit im Team fördern (Generationenthema, usw...) und Auswege aus verfahrenen Teamsituationen
- Fallbeispiele

## Referentin

**Mag. Monika Putz Hill, Ohlsdorf.**

Wirtschaftspsychologin und Coach, Supervisorin, Klin. und Gesundheitspsychologin

## Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

## Termin

**Do. 24.10. bis Fr. 25.10.2019**  
jeweils 9 bis 16.30 Uhr





# Konflikt - Eskalation - Schuldgefühle

## Hypnosystemische Zugänge zu einem kompetenzorientierten Umgang

Psycholog/innen, Ärzt/innen und Psychotherapeut/innen. Das Seminar ist so konzipiert, dass auch Kolleg/innen ohne hypnotherapeutische Ausbildung von den Inhalten profitieren können.

**HAUS ST. GEORG, SARNS**

Unsere bewegte und schnelllebige Zeit führt vielfach dazu, dass private und berufliche Lebenswelten im Umbruch sind und stabile Orientierungen fehlen. Konflikte und Schuldgefühle sind eine Auswirkung dieser Entwicklungen, die auch in beratenden und psychotherapeutischen Kontexten ihre Abbildung finden.

Im Seminar werden hypnosystemische Strategien vermittelt, mit denen der entwicklungsförderliche Umgang mit Widersprüchlichkeiten, Konflikten, Überforderungen und Schuldgefühlen so erfolgreich gestalten werden kann, dass kompetenzerhaltende Bewusstseinsformen unterstützt und Deeskalation und konstruktive Verantwortungsbe-reitschaft gefördert wird.

In dem Seminar werden hypnosystemische Konzepte, Haltungen und Methoden vorgestellt und erprobt, die sich symptom-spezifisch als besonders hilfreich zum Aufbau von Kompetenzerleben und der Entwicklung lösungsförderlichen Verhaltens erweisen.

Insbesondere wird dabei dargestellt, wie einzelne Therapieschritte in Abhängigkeit vom erlebtem Leid (Stichwort: Störungsspezifisches Wissen) sinnvoll aufeinander aufgebaut und in stimmige Entwicklungsschritte gebracht werden können.

### Referent

**Dr. Reinhold Bartl,  
Innsbruck.**

Psychologe, Supervisor,  
Coach, Psychotherapeut,  
Leiter des Milton Erickson  
Institut Innsbruck  
([www.mei-innsbruck.at](http://www.mei-innsbruck.at))

### Kursbeitrag

200 Euro + MwSt.

### Termin

**Mo. 04.11. bis Di. 05.11.2019**  
jeweils 9 bis 17 Uhr



# Zertifikatslehrgang: Touch for Health - Gesund durch Berührung. Fit und gesund mit Kinesiologie

HAUS ST. GEORG, SARNS

## Was bedeutet Kinesiologie?

Der Begriff Kinesiologie kommt aus der chinesischen Energielehre. In der Medizin steht der Name für die Lehre der Bewegung und ist eine sanfte, ganzheitliche Methode, die sich mit den Energiekreisläufen im menschlichen Körper befasst.

Die Muskeln des Menschen werden gleichsam als Messinstrument (eines der wichtigsten Werkzeuge ist der Muskeltest) benutzt, um Ungleichgewichte, Blockaden und Stress im menschlichen Körper auszuspielen und mit geeigneten Maßnahmen zu korrigieren.

Ziel ist, die Selbstheilungskräfte des Körpers zu aktivieren.

## Was bedeutet Touch for Health?

Touch For Health ist aus der Applied Kinesiology Ende der 60er Jahre von dem Chiropraktiker Dr. John Thie entwickelt worden, um dem Laien eine Methode zur Gesundheitsvorsorge

und Selbsthilfe in die Hand zu geben; dem Therapeuten vermittelt Touch For Health das Basiswissen der Kinesiologie.

Viele - später entwickelte - kinesiologische Methoden haben ihren Ursprung im Touch For Health. Es ist das inzwischen bewährteste und weltweit am meisten verbreitete System der Kinesiologie.

## Inhalte der TFH- Ausbildung

- Die Kunst des Muskeltestens
- Die 14 Meridianmuskeln und ihre Untermuskeln
- Das Meridiansystem – Wandlungsphasen der Fünf Elemente
- Ausgleichstechniken auf lymphatischer, neurovaskulärer und Meridian-Ebene
- Ausgleich von emotionalem Stress
- Nahrungsmittel testen



## Ziel

Die Kursteilnehmer/innen lernen den kinesiologischen Muskeltest, der als Biofeedback des Körpers dazu dient, Energieblockaden festzustellen.

Mit dem Muskeltest wird der Energiefluss im Muskel getestet bzw. gemessen und falls notwendig mit den verschiedensten Stärkungsmethoden bzw. Stresslösetechniken wieder zum Fließen gebracht. Man nennt diesen Vorgang Balance oder Energieausgleich.

Touch for Health Kinesiologie hilft, im menschlichen Körper die Homöostase (Gleichgewicht) aufrechtzuerhalten. Sie können das Erlernte bei sich und im Familienkreis anwenden und die Inhalt von Touch for Health als Grundlage für die Ausbildung zur/zum Kinesolog/in nutzen.

Das Zertifikat wird ausgestellt vom International Kinesiology College  
[www.ikc-info.org](http://www.ikc-info.org)

## Referentin

**Petra Springer-Langthaler,  
Wels.**

Gehirnintegration-Kinesiologin,  
zertifizierte Energetikerin OÖ,  
Touch for Health-Instructor

## Kursbeitrag

675 Euro + MwSt. /

**Achtung Frühbucherbonus**

bei eingegangener Anzahlung  
bis 20.09.2019: 600 Euro +  
MwSt.

## Termin

**Teil 1 Fr. 08.11. bis**

**Sa. 09.11.2019**

Fr. 8.30 bis 18 Uhr und

Sa. 8.30 bis 16 Uhr

**Teil 2 Fr. 13.12. bis**

**Sa. 14.12.2019**

Fr. 8.30 bis 18 Uhr und

Sa. 8.30 bis 16 Uhr

**Teil 3 Fr. 17.01. bis**

**So. 19.01.2020**

Fr. und Sa. jeweils

8.30 bis 18 Uhr,

So. 8.30 bis 13 Uhr



# Refresh: Manuelle chinesische Medizin

HAUS ST. GEORG, SARNS

Diese zwei Tage dienen der Wiederholung und Vertiefung der Abläufe von Tai yang, Shao yang und yang ming-massage sowie Moxa und Schaben.

Zusätzlich werden erweiterte Möglichkeiten der Behandlung durch dazu passende Mobilisationen von Wirbelsäule und Becken gezeigt, das Wissen über einzelne Akupunkturpunkte bzw. Punktkombinationen wird vertieft und die Pulsdiagnostik geübt.

Am zweiten Tag genießt jede/r Teilnehmer/in eine individuell abgestimmte Behandlung. Natürlich ist auch reichlich Zeit für Fragen und Austausch.

## Referent

**Michael Geyerhofer, Wien.**

Heilmasseur; Ausbildung in TCM in Wien, Frankreich, Colombo, China und Sri Lanka; Ausbildung in Tuina Therapie, Taiji und Qi Gong; war tätig im Kunming Hospital for TCM in China; an der Kalubowilaklinik in Sri Lanka; Mitglied der Akupunkturfoundation Sri Lanka; tätig in freier Praxis

## Kursbeitrag

180 Euro + MwSt.

## Termin

Di. 26.11. bis Mi. 27.11.2019

jeweils 9 bis 17 Uhr



# 3. Lehrgang für manuelle chinesische Medizin

HAUS ST. GEORG, SARNS

Laut chinesischer Medizin ist das freie Fließen von Qi, Blut und Emotionen Grundvoraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Qi und Blut bewegt sich entlang der Meridiane, die mit den inneren Organen und deren Emotionen gekoppelt sind. Stagnation entlang dieser Leitbahnen kann zu Spannung, Schmerz, Funktionsstörung innerer Organe und emotionalen Dysbalancen führen.

## Ziel

In den 9 Tagen lernen die Kursteilnehmer/innen die 12 Organmeridiane (mit ausgewählten Punkten und deren Indikationen) kennen und behandeln, um so eine energetische Balance zu erreichen.

Ziel der Massage ist es, das Qi in den Meridianen zum Fließen zu bringen. Blockaden können gelöst und Energie und Lebensfreude können aktiviert werden. Diese Art der Behandlung bietet die Möglichkeit sowohl auf einer körperlichen als auch auf einer psycho/mentalenen Ebene Ausgeglichenheit zu erlangen.

Durch das Erlernen der Pulsdiagnostik kann ein möglichst individueller Behandlungsplan erstellt werden.

## Inhalte

- Die Lehre vom Qi und seine Bewegung entlang der 12 Organmeridiane
- Die Interaktion der 5 Elemente und ihre Bedeutung in Bezug auf die inneren Organe und unsere Emotionen (chinesische Psychosomatik)
- Grundzüge der chinesischen Diagnostik (einschließlich Pulsdiagnostik)
- Aktivierung und Balancierung der 12 Meridiane
- Prozessunterstützung durch Atmung, bewegte und stille Meditationen, Tanz

## Teil 1

Behandlung der Meridiane Dünndarm-Blase-Niere-Perikard mit den Themen: Entspannung, Regeneration, Rückenschmerzen, Störungen des Urogenitaltraktes, Stress, Erschöpfung, etc.

## Teil 2

Behandlung von San Jiao-Gallenblase-Leber-Lunge fördert Durchsetzungskraft und Dynamik. Gut einsetzbar bei: Schläfenkopfschmerz, Migräne, Augenleiden, etc.



# 3. Lehrgang für manuelle chinesische Medizin

## Teil 3

Behandlung von Dickdarm Magen-Milz-Herz erdet, beruhigt, fördert das Selbstvertrauen.

Gut einsetzbar bei: Verdauungsbeschwerden, mangelndem Realitätssinn, nach Traumen (psychisch und physisch) etc.

## Ablauf

Der Kurs ist sehr praktisch orientiert. Wir arbeiten und lernen durch gegenseitiges Behandeln. Eine gewisse physische und psychische Belastbarkeit ist erforderlich.

Als Vorbereitung und zum besseren Verständnis wird folgendes Buch empfohlen (besonders für Neueinsteiger): „Das heilende Tao“ von A. Eckert 978-3-87569-201-3 (ISBN)

Bei allen Veranstaltungen ist eine durchgehende Anwesenheit erforderlich!

## Referent

**Michael Geyerhofer, Wien.**

Heilmasseur; Ausbildung in TCM in Wien, Frankreich, Colombo, China und Sri Lanka; Ausbildung in Tuina Therapie, Taiji und Qi Gong; war tätig im Kunming Hospital for TCM in China; an der Kalubowilaklinik in Sri Lanka; Mitglied der Akupunkturfoundation Sri Lanka; tätig in freier Praxis

## Kursbeitrag

650 Euro + MwSt.

## Termin

**Teil 1** Do. 28.11. bis  
Sa. 30.11.2019

**Teil 2** Do. 23.01. bis  
Sa. 25.01.2020

**Teil 3** Do. 12.03. bis  
Sa. 14.03.2020

Do und Fr jeweils 9 bis 18 Uhr,  
Sa jeweils 9 bis 17 Uhr



# Aromaherbst: Pflanzenöle – von der Erzeugung bis zur Anwendung

Interessierte

HAUS ST. GEORG, SARNS

Diesmal haben wir unseren Themenschwerpunkt auf fette Pflanzenöle gelegt. Sie sind ein wichtiger Bestandteil der täglichen Aromaanwendungen und dienen uns als Emulgator ebenso wie als Geschmacksträger. Gerne vergessen wir aber dabei, dass auch unsere Pflanzenöle über wertvolle und nutzbare Inhaltsstoffe verfügen, nicht bloß als Mittel zum Zwecke dienen.

So sind wir in der Lage Synergieeffekte zu nutzen, die Wirkung ätherischer Öle in Kombination mit fetten Pflanzenölen essentiell zu verstärken. Dabei spielt natürlich die Qualität eine herausragende Rolle.

## Referentin

**Claudia Arbeithuber, Steyr.**

Dipl. Gesundheits- und Krankenschwester, Aromaexpertin, Vorstandsmitglied vom aromaFORUM Österreich und andere AromatologInnen

## Kursbeitrag

15 Euro

## Termin

Fr. 29.11.2019, 15 bis 19 Uhr



# Organisatorische Hinweise

## Auskünfte und Anmeldungen

Für weitere Informationen zu unseren Angeboten stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Die Anmeldung kann persönlich, telefonisch, per Fax oder E-Mail erfolgen. Eine Anmeldung zu den Seminaren ist bis eine Woche vor Seminarbeginn möglich.

## Abmeldung/Stornogebühren

Bis 6 Tage vor Beginn der Veranstaltung fällt keine Stornogebühr an. Bei einer Abmeldung innerhalb einer Woche vor Beginn der Veranstaltung wird eine Stornogebühr von 50 % berechnet. Bei Nichterscheinen bzw. Abmeldung 2 Tage vor Kursbeginn muss die gesamte Gebühr bezahlt werden, sofern nicht ein Ersatzteilnehmer gefunden wird. In jedem Fall wird eine Bearbeitungsgebühr von 10,00 Euro verrechnet. Falls ein Teilnehmer einen Kurs abbricht, hat er kein Recht auf Rückzahlung der Kursgebühr.

## Mindestbeteiligung

Die Seminare finden nur mit einer Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen statt, ansonsten wird das Seminar verschoben oder abgesagt. Sichern Sie sich deshalb baldmöglichst eine Platz.

## Kursort

Die Seminare finden entweder in der Kardinal Nikolaus Cusanus Akademie

in Brixen oder im Haus St. Georg in Sarns statt. Bitte beachten Sie die Angaben in den Programmbeschreibungen.

## Bürozeiten

Montag bis Freitag, 8 bis 18 Uhr

## Unterkunft und Verpflegung

Vollpension	55,00 Euro
Halbpension	45,00 Euro
Zimmer mit Frühstück	35,00 Euro

zuzüglich Ortstaxe

## Einzelmahlzeiten

Mittagessen	14,00 Euro
Abendessen	13,00 Euro

## Parkplatz

Der hauseigene Parkplatz steht den Kursteilnehmer/innen kostenlos zur Verfügung.

## Zusätzliche Bildungsangebote

Neben den Seminaren für Sanitätspersonal gibt es in der Kardinal Nikolaus Cusanus Akademie ein umfangreiches Angebot an Bildungsveranstaltungen in den Bereichen Glaube und Religion, Gesellschaftspolitik, lebensbegleitende und berufliche Bildung. Fragen Sie nach den detaillierten Programmen oder informieren Sie sich unter [www.cusanus.bz.it](http://www.cusanus.bz.it)



Kardinal

**Nikolaus  
Cusanus**

Akademie · seit 1962

Seminarplatz 2  
I-39042 Brixen/Südtirol  
Tel. 0039 0472 832 204  
info@cusanus.bz.it

Fraktion Sarns 10  
I-39042 Brixen/Südtirol  
Tel. 0039 0472 201 263  
stgeorg@cusanus.bz.it



Abonnieren Sie unseren Newsletter unter [www.cusanus.bz.it](http://www.cusanus.bz.it)  
Interessantes finden Sie auch auf unserer facebook-Seite!