

## Level Up-Webinar: Förderung von Gesundheitskompetenz in der Basisbildung

Gemeinsam an dasselbe Ziel!

**Referierende:** Referierenden-Team

**Koordination:** Karl Hochradl,  
Friederike Schlumm, Ingrid Kemper

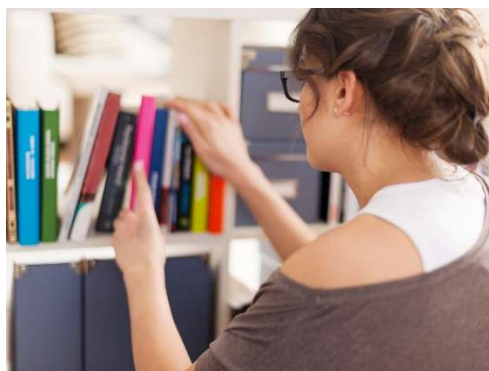
**Veranstalter:** Bundesinstitut für  
Erwachsenenbildung (bifeb),  
Geschäftsstelle Level Up -  
Erwachsenenbildung

**Kursumfang:** 3 Unterrichtseinheiten

**ECTS:** 0 ECTS (wba)

**Teilnahmegebühr:** kostenlos

**ONLINE**



© freepik

### DETAILS ZUM PROGRAMM

„Gesundheitskompetenz“ ist ein Schlagwort, das in aller Munde ist. Dennoch ist schwer greifbar, was es genau bedeutet und vor allem, wie man es mit Leben befüllen kann. Gesundheitskompetenz ist mehr als Wissen über Gesundheit und auch mehr als ein gesunder Lebensstil. Die Förderung der Gesundheitskompetenz ist Hilfe zur Selbsthilfe. Menschen sollen darin unterstützt werden, selbst alles Nötige finden, beurteilen und umsetzen zu können, was sie brauchen, um ihre Gesundheit so gut wie möglich und mit dem Blick auf ihr eigenes Leben verbessern zu können. Es bedeutet aber auch, Umgebungen zu schaffen und zu optimieren, die dies möglich machen.

Ziel ist es, dass auch Sie in Ihrem Arbeitsumfeld gesundheitskompetente Umgebungen schaffen und kultursensibel den Menschen bei der Verbesserung Ihrer Gesundheitskompetenz helfen können. Das Training bietet neben einer soliden theoretischen Basis und Begriffsklärung auch viele praktische Übungen zur Umsetzung. Eine gute Möglichkeit, den persönlichen „Werkzeugkoffer“ zu erweitern.

### ORGANISATORISCHE HINWEISE

**Dauer:** 10. Juni 2026, 10:00 – 13:00 Uhr

**Anmeldung bis:** 10.6.2025

**Termine & Arbeitszeiten:**

Mittwoch, 10.06. 2026: 10:00 – 13:00 Uhr

### INHALTE

- Gesundheitskompetenz – Definition & Begriffsklärung & Chancen für den Berufsalltag
- Kommunikation – Stolpersteine & Tipps für schwierige Gesprächssituationen und gelingende Verständigung



- Wissens- und Erfahrungstransfer in den eigenen Berufsalltag
- Vulnerable Zielgruppen
- Diversität
- Kritische Gesundheitskompetenz
- Psychische Gesundheit
- Gesundheitskompetente Institution

## METHODIK

---

- Inputs & Informationen, Erfahrungsaustausch & Diskussionen,
- Selbstreflexion & praktische Übungen, Unterlagen & Informationsmaterial

## LERNERGEBNISSE

---

- Klärung des Begriffs und der Relevanz von Gesundheitskompetenz
- Sensibilisierung für eine gesundheitskompetente Umgebung im eigenen Arbeitsumfeld
- Reflexion von Strategien und möglichen Ansätzen zur Förderung von Gesundheitskompetenz

## ZIELGRUPPE

---

Zielgruppe der Webinare sind Basisbildnerinnen und Basisbildner.

## REFERIERENDE

---

- Eva Trettler, Klinische und Gesundheitspsychologin, FEM Süd Frauengesundheitszentrum
- Veronika Schlögl-Reitter, Sozialarbeiterin und Trainerin in der Erwachsenenbildung, FEM Süd Frauengesundheitszentrum

## KONTAKT

---

Regina Schusterbauer +43 (0)6137 6621 – 502 | [regina.schusterbauer@bifeb.at](mailto:regina.schusterbauer@bifeb.at)

