

EINLADUNG

ERWACHSENENPÄDAGOGISCHE QUALIFIZIERUNG GESUNDHEIT

Veranstaltungs-Nr. 40 05 24

online: Perspektiven der Gesundheitsbildung: Was lässt Menschen gesund bleiben?

*Für Kursleiter*innen im Bereich Gesundheitsbildung*

Ein wesentliches Merkmal der Gesundheitsförderung ist heute die Orientierung an den persönlichen, sozialen und strukturellen Ressourcen. Es geht um die Frage, wie Menschen individuell gestärkt und befähigt werden können, Herausforderungen und Krisen zu bewältigen und welche Rahmenbedingungen gesundheitsförderndes Verhalten begünstigen. Erkenntnisse aus Resilienz- und Hirnforschung bestätigen, dass persönliche Gesundheitsressourcen und Selbstwirksamkeitserleben nachhaltigen Einfluss auf die Gesundheit haben. Beide können bis ins hohe Alter gestärkt werden.

Was bedeutet diese Entwicklung für die Gesundheitsbildung und Kurspraxis an Volkshochschulen?

Die Kursteilnehmer*innen beschäftigen sich mit aktuellen Konzepten der Gesundheitsförderung, Gesundheitskompetenz und Gesundheitsbildung. In Praxiseinheiten lernen sie Methoden kennen, die eine lösungs- und ressourcenorientierte Sichtweise erleichtern und gesundheitskompetentes, resilientes Verhalten unterstützen.

Achtung: Im Rahmen der Erwachsenenpädagogischen Qualifizierung I Gesundheit ist diese Fortbildung ein Pflichtseminar!

- Termin:** Samstag, 16. November 2024, 10 – 17 Uhr
- Ort:** online
- Referentin:** Eva Kracke, Dipl. Oecotrophologin, ZRM®-Trainerin und Naturtrainerin Resilienz®
- Kostenbeitrag:** ohne (50 € für externe Teilnehmer*innen)
- Anmeldeschluss:** 3. November 2024