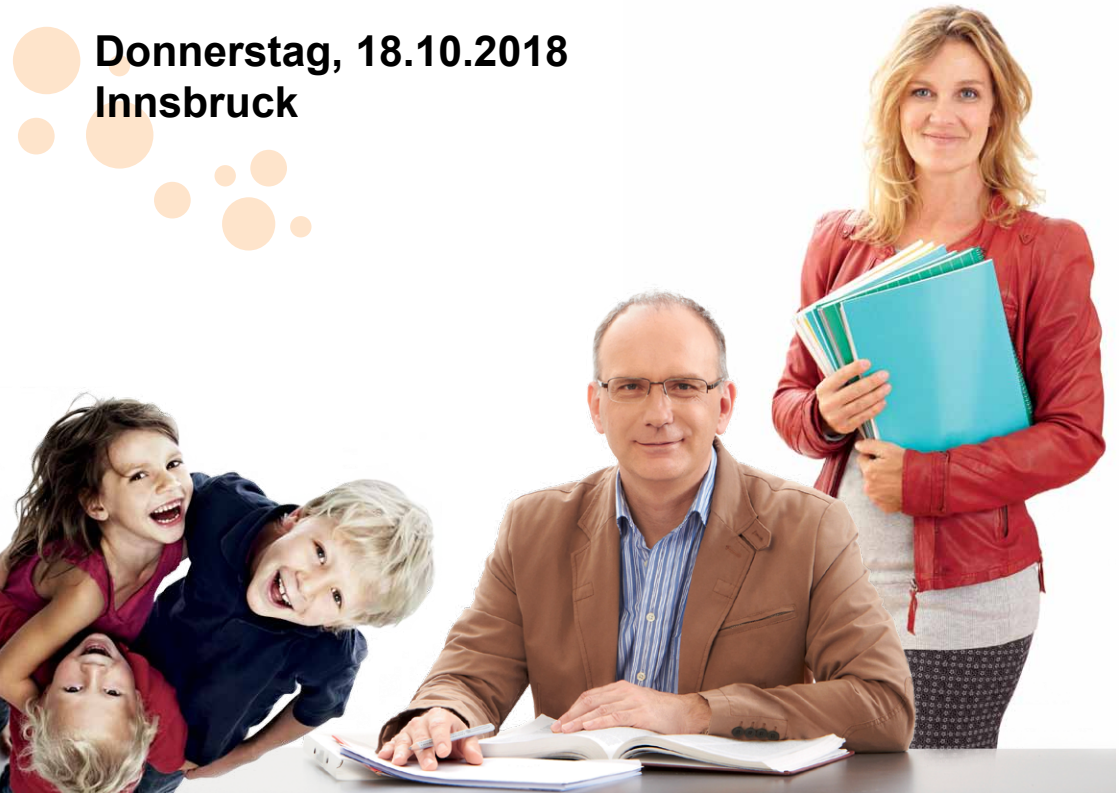
Versicherungsanstalt
öffentlich Bediensteter

EINLADUNG
ZUM SYMPOSIUM

**„Arbeitsplatz Schule:
Gesund lehren, gesund führen, gesund leben“**

**Donnerstag, 18.10.2018
Innsbruck**



ReferentInnen

Dr. Christian Scharinger, MSc

Gesundheitssoziologe, Organisations-, Personalentwickler und Coach, Mitglied der Österreichischen Vereinigung für Supervision, selbstständiger Berater und Coach

Beschäftigt sich seit 15 Jahren in den Feldern Forschung, Ausbildung, Vernetzung und Projektpraxis mit dem Konzept der Gesundheitsförderung. Arbeits- und Forschungsschwerpunkte: Betriebliche Gesundheitsförderung, Gesundheitsverhalten von Jugendlichen, PädagogInnengesundheit

Ingrid Amon

Trainerin für Stimm- und Sprechtechnik, Gründerin des Instituts für Sprechtechnik in Wien, Mitglied des Austrian Voice Institute und Präsidentin des Europäischen Netzwerkes www.stimme.at, Autorin des Buches „Die Macht der Stimme“

Zwanzig Jahre Erfahrung als Sprecherin und Moderatorin beim ORF und fast dreißig Jahre als Trainerin für Sprechtechnik, Rhetorik und Präsentation

Daniel Morelli

„Artistisches Xsundheits Kabarett“ zum Thema LehrerInnengesundheit: Mittels kabarettistischer Jonglier-, Zauber- und Textnummern stellt Daniel Morelli die Komplexität der Xunden LehrerInnen-(Arbeits)welt in ihrer Vielschichtigkeit humorvoll dar.

Programm

13:00 Uhr ***Registrierung***
Come together mit gesunder Jause

13:30 Uhr ***Begrüßung***

13:40 Uhr ***Kurzreferat***
Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Schule
Dr. Christian Scharinger, MSc

14:00 Uhr ***Impulsvortrag mit praktischen Übungen***
Gut bei Stimme:
Stimm- und Sprechtechnik im Unterricht
Ingrid Amon

- Wie Stimme wirkt:
  Das Neueste aus der Sprechwirkungsforschung
- Stimme macht Stimmung:
  Die Lehrerstimme als Vorbild und Motivation

14:45 Uhr ***Bewegte Pause mit Mag. Dr. Hannes Pratscher***

15:15 Uhr ***Workshoprunde***
(Bitte wählen Sie einen Workshop aus)

16:45 Uhr ***Kaffeepause***

17:00 Uhr ***Gesundheitskabarett***
Daniel Morelli

18:00 Uhr ***Ende der Veranstaltung***

Moderation: ***Dr. Christian Scharinger, MSc***

Workshops

Workshop 1: ***Gut bei Stimme:***
Stimm- und Sprechtechnik im Unterricht
Ingrid Amon

- Das sprechtechnische Handwerkszeug in Theorie und Praxis: Was Sie von Atemtechnik über Artikulation, Stimmbandpflege, Körperresonanz bis hin zum Zwerchfelleinsatz (Stütze) unbedingt wissen müssen
- Stimmhygiene und Stimmpflege im schulischen Alltag
- Basisübungen und ihre unmittelbare Wirkung auf die Stimmqualität

Workshop 2: ***Starkes ICH – Starkes WIR:***
Mit Begeisterung und Wertschätzung führen
Mag. Ingrid Partl

- Führung bedeutet Verantwortung und Herausforderung meistern
- Führung bedeutet eigene Potenziale entfalten und gemeinsam integrieren
- Werfen Sie einen persönlichen und praxisnahen Blick auf die vielen Facetten „Gesunder Führung“

Workshop 3: ***Den inneren Kritiker überlisten und***
motiviert im Schulalltag durchstarten
Dr. Thomas Wörz

- Wie lerne ich, mit meinem „inneren Kritiker und Perfektionisten“ konstruktiv umzugehen?
- Wie schaffe ich es, belastende Situationen als attraktive Herausforderung zu bewerten?
- Wie finde ich meine optimale Energiebalance und wie kann ich diese „optimistische“ Einstellung auf mein Umfeld übertragen?

Workshop 4: ***Fit in 1 Minute – noch fitter in 5 Minuten***
Mag. Dr. Hannes Pratscher

- Grundlagen eines gesundheitsorientierten Bewegens
- Kurze Bewegungsprogramme für den täglichen Gebrauch
- Bewegung und Verhaltensänderungen zur Stärkung des Rückens
- „Entspannt in 1 Minute – noch entspannter in 5 Minuten“

Anmeldung

Wir bitten Sie, die Anmeldung in zwei Schritten durchzuführen:

1. Schritt: Anmeldung über ph-online

- Das Symposium wird von der PH Tirol als Fortbildung für Lehrkräfte und Schulleitungen anerkannt
- Die Anmeldung zur Veranstaltung mit der LV Nr. 7F8.TGU5A00 ist über ph-online von 16.3.2018 bis 18.9.2018 möglich. Als Ansprechpartner bei der PH Tirol steht Frau Brunner Monika (monika.brunner@ph-tirol.ac.at) zur Verfügung
- Teilnahmebestätigungen können über ph-online ausgedruckt werden

2. Schritt: Anmeldung zu den Workshops

Per E-Mail: symposium.tirol@bva.at

- Nennen Sie bitte bei der Anmeldung Ihren Namen sowie Ihre Schule oder Institution
- Sie können sich für einen Workshop anmelden, bitte führen Sie in Ihrem Mail Ihren Wunschworkshop an
- Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie ein E-Mail zur Bestätigung

Kontakt

Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter (BVA)
Gesundheitsförderung
E-Mail: symposium.tirol@bva.at
Telefon: 050405-28170 oder 28500
Meinhardstraße 1, 6020 Innsbruck

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!
Das Gesundheitsförderungsteam der BVA

pht PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE TIROL

Gefördert aus den Mitteln des Tiroler Gesundheitsfonds

LANDES SCHULRAT LSR FÜR TIROL

bva

Wir fördern Gesundheit!
SERVICE STELLE SCHULE

Anfahrtsplan

Veranstaltungsort:
Haus der Begegnung
Rennweg 12
6020 Innsbruck

Parkmöglichkeit:
Beachten Sie bitte, dass der Parkplatz beim Haus der Begegnung nur für 17 Autos ausgerichtet und keine Reservierung möglich ist. Ausweichmöglichkeit in unmittelbarer Nähe sind die Tiefgaragen in der Tschurtschenthalerstraße oder im Congress Innsbruck.

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln vom Hauptbahnhof:
Linie B – Richtung Wohnheim Saggen
Linie 502 – Richtung Eichat Föhrenwald
Linie 503 – Richtung Eichat Föhrenwald

Es wird darauf hingewiesen, dass am Veranstaltungsort Fotos angefertigt werden und zu Zwecken der Dokumentation der Veranstaltung veröffentlicht werden können.