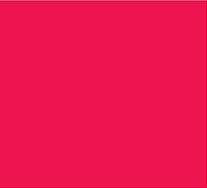




Gewaltprävention & Demenz  
Schwerpunkte 2020

BILDUNGSINFORMATION 2020  
&  
BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG





Vorwort

Allgemeine Informationen

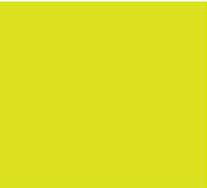
Inhaltsverzeichnis



Fachliche Kompetenz



Betriebliche Gesundheitsförderung



Persönliche und soziale Kompetenz



Sprachkurse und EDV-Kurse



Vortragende



Veranstaltungsorte

# Vorwort

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

wir haben auch dieses Jahr unseren Katalog an Vorträgen, Seminaren, Workshops und Kursen für Sie zusammengestellt, der Ihnen fachliche Impulse, soziale Kompetenzen sowie persönlichen Ausgleich im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung bringen sollen.

Das speziell auf die Bedürfnisse von Mitarbeiter/innen im Medizin- und Pflegebereich zugeschnittene Programm soll Sie dabei unterstützen, den Anforderungen im Alltag gerecht zu werden. Unsere fachlichen Schwerpunkte liegen deshalb im heurigen Jahr im Bereich der Gewaltprävention, Eigensicherung und Demenz.

Bei der Auswahl unserer Referent/innen wurde wie bisher streng darauf geachtet, dass die Einstellungen zu angewandten didaktischen Methoden, Offenheit und Grundeinstellungen mit unserem Haus geteilt werden und in fachlichen Bereichen Evidence-based Medicine als Grundlage gilt.

Wir laden Sie herzlich ein, unser breites Fortbildungsangebot zu nutzen.

Ihr Team der Abteilung Betriebe

# Allgemeine Informationen & Rahmenbedingungen

## **Anmeldung zu den Veranstaltungen:**

Die Anmeldungen sind über die Abteilung Betriebe des LKH Villach per Mail an [andrea.petutschnigg@kabeg.at](mailto:andrea.petutschnigg@kabeg.at) möglich.

## **Kostenbeitrag:**

Die Seminarkosten werden externen Teilnehmer/innen nach Seminarende in Rechnung gestellt. Den Kostenbeitrag entnehmen Sie bitte der jeweiligen Veranstaltung unter dem Punkt Kosten. Den internen Teilnehmer/innen wird der Kostenbeitrag nach Seminarende vom Gehaltskonto abgezogen.

## **Abmeldefrist:**

Sollten Sie an der gewünschten Veranstaltung nicht teilnehmen können, bitten wir Sie um ehestmögliche Bekanntgabe, spätestens jedoch bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn. Falls keine Absage bzw. kein Ersatz mitgeteilt oder die Abmeldefrist nicht eingehalten wird, muss eine Stornogebühr verrechnet werden. Diese entspricht dem jeweiligen Kostenbeitrag. Bei Veranstaltungen die kostenfrei angeboten werden, wird aus organisatorischen Gründen - bei Nichterscheinen ohne gültiger Abmeldung - ein Beitrag in Höhe von EUR 10,00 verrechnet.

## **Freies Kontingent:**

Externe Teilnehmer/innen können sich jederzeit telefonisch oder über unsere Website [www.kabeg.at](http://www.kabeg.at) über das freie Kontingent informieren.

## **Absage von Veranstaltungen:**

Wir behalten uns vor, Veranstaltungen bei zu geringer Teilnehmer/innenanzahl bzw. bei unvorhergesehenen Ereignissen abzusagen. In diesem Fall werden wir Sie ehestmöglich informieren.

## **Kontaktaufnahme und Anmeldungen:**

Andrea Petutschnigg  
LKH Villach, Abteilung Betriebe  
Telefon: +43(0)4242 208-63980  
E-Mail: [andrea.petutschnigg@kabeg.at](mailto:andrea.petutschnigg@kabeg.at)

# Teamentwicklung und Betriebliche Gesundheitsförderung

Es ist uns ein Anliegen unsere Führungskräfte im Bereich der Personal- und Teamentwicklung zu unterstützen. Aus diesem Grund weisen wir darauf hin, dass - je nach Bedarf und Wunsch - Team- und Führungstrainings, Coachings, Supervisionen und Moderationen angeboten werden. Zusätzlich werden Just-in-Time Veranstaltungen während des Jahres auf der Internet- und Intranetseite des LKH Villach veröffentlicht.

## Kontaktaufnahme

Mag. Manuela Tiffner  
LKH Villach, Abteilung Betriebe  
Telefon: +43(0)4242 208-63986  
E-Mail: manuela.tiffner@kabeg.at

## Bildungsförderung

Seit Mai 2013 sind wir Bildungspartner des Landes Kärnten. Dies ermöglicht Ihnen für ausgewählte berufsbezogene Weiterbildungen eine Bildungsförderung des Landes Kärnten zu beantragen. Weitere Informationen erhalten Sie gerne in der Abteilung Betriebe

## Erläuterung der Symbole



Diese Veranstaltung haben wir neu in unser Angebot aufgenommen.



Für diese Veranstaltung werden bei der Ärztekammer DFP-Punkte beantragt. Die Punkte werden automatisch angerechnet.



Dieses Symbol kennzeichnet anrechenbare GuKG-Stunden. Die genaue Anzahl der Stunden finden Sie bei der jeweiligen Veranstaltung.

# Inhaltsverzeichnis

## Fachliche Kompetenz

Abfall- und Umweltmanagement im Krankenhaus - EMAS III (Vortrag).....	7
Aromapflege - Basisschulung.....	8
<b>NEU!</b> Aromapflege - Im Zeichen der Demenz: „Düfte gegen das Vergessen“ (Workshop).....	9
<b>NEU!</b> Die drei „D's“ im Alter - Demenz - Delir - Depression (Workshop).....	10
Ebola, Pest und sonstige lebensbedrohliche Erkrankungen (Vortrag).....	11
<b>NEU!</b> Eigensicherung im Krankenhausalltag.....	12
Ethische Grundhaltungen (Vortrag).....	13
Gesetzliche Grundlagen für Medizinisch-Technische-Dienste (Workshop).....	14
<b>NEU!</b> Gewalt im Gesundheitsberuf - Aggression (Vortrag).....	15
<b>NEU!</b> Gewalt im Gesundheitsberuf - Formen (Vortrag).....	16
<b>NEU!</b> Gewaltprävention (Workshop).....	17
<b>NEU!</b> Harnkatheter und sonstige Harnableitungssysteme (Workshop).....	18
<b>NEU!</b> Hygiene für mich, für dich, für alle (Vortrag).....	19
<b>NEU!</b> Hygiene ist nicht alles, aber ohne Hygiene ist alles nichts (Vortrag).....	20
<b>NEU!</b> Interkulturelle Kompetenz am Arbeitsplatz (Workshop).....	21
Kann denn Fasten Sünde sein? (Vortrag).....	22
Kontinenz- und Stomaworkshop.....	23
Krisenintervention und Notfallpsychologie im Krankenhaus (Workshop).....	24
<b>NEU!</b> Sexualität als Thema im Pflege- und Behandlungskontext (Workshop).....	25
Umgang mit peripheren und zentralvenösen Gefäßkathetern und Infusionstherapie (Vortrag).....	26
Umgang mit Sterben und Tod.....	27
<b>NEU!</b> Validation nach Naomi Feil - Basiskurs.....	28
<b>NEU!</b> Validation nach Naomi Feil - Reflexionstag.....	29
<b>NEU!</b> Wundmanagement - Basics.....	30
<b>NEU!</b> Zeitreise ins Alter - Alterserscheinungen selbst erfahren (Simulationstraining).....	31

## Betriebliche Gesundheitsförderung

<b>NEU!</b> Achtsamkeit (Workshop).....	33
<b>NEU!</b> Augentraining (Workshop).....	34

NEU! Bewegung und psychosoziale Gesundheit (Vortrag) .....	35
NEU! Bewegung und psychosoziale Gesundheit (Workshop) .....	36
NEU! Brainfood - durch richtige Ernährung geistig fit und leistungsfähig bleiben (Vortrag) .....	37
NEU! Burnout-Prävention (Vortrag) .....	38
NEU! Check your snack - ausgewogene Ernährung im Arbeitsalltag (Vortrag) .....	39
NEU! Das seelische Immunsystem stärken - Resilienz (Workshop) .....	40
NEU! Digitales Detoxing: bewusster Umgang mit sozialen Medien und die Notwendigkeit von Offline-Zeiten (Workshop) .....	41
NEU! Energie tanken - Ressourcen nutzen (Workshop) .....	42
NEU! Entspannung (Workshop) .....	43
NEU! Ernährungsmythen unter der Lupe: Kaffee und Schokolade (Vortrag) .....	44
NEU! Faszientraining (Workshop) .....	45
Feldenkrais-Methode - Schwerpunkt: Schultern und Nacken .....	46
Feldenkrais-Methode - Schwerpunkt: Becken und Hüftgelenke .....	47
NEU! Gesund abnehmen (Vortrag) .....	48
NEU! Gesunder Rücken (Workshop) .....	49
NEU! Kommunikationsmanagement (Workshop) .....	50
NEU! Meine Stimme (Vortrag) .....	51
Mentale Kraft 1 - Mentale Kraft für Beruf und Alltag .....	52
Mentale Kraft 3 - Teil 1 - Achtsamkeit für sich selbst Strategien zur Steigerung des Selbstwerts .....	53
NEU! Mit Köpfchen durch den Supermarkt - Schau auf's Etikett (Vortrag) .....	54
Pilates - Ganzheitliches Körpertraining .....	55
NEU! Positive Denkmuster finden - Selbstmotivation „Raus aus der Negativ-Schleife“ (Workshop) .....	56
NEU! Prinzipienorientiertes Zeitmanagement (Workshop) .....	57
NEU! Resilienz (Vortrag) .....	58
NEU! Smovey-Training (Workshop) .....	59
NEU! Stimmfit im Alltag (Workshop) .....	60
NEU! Stressmanagement (Workshop) .....	61
Yoga - Level 1 - Ganzkörperstabilisation mit gezielten Körperübungen .....	62
Yoga - Level 2 - Ganzkörperstabilisation mit gezielten Körperübungen .....	63
Yoga-Workshops .....	64

**Persönliche und soziale Kompetenz**  
**NEU!** Das Mitarbeiter/innengespräch - ein professioneller Standard 2020 (Workshop) ..... 65  
Process Communication Model® - Mit tyggerechter Kommunikation zu noch mehr Erfolg - Modul 1 ..... 66  
Process Communication Model® - Mit tyggerechter Kommunikation zu noch mehr Erfolg - Modul 2 ..... 67  
**NEU!** Umgang mit schwierigen Personen (Workshop) ..... 68  
Wie Veränderung gelingen kann ..... 69

**Sprachkurse und EDV-Kurse ..... 70**

**Vortragende ..... 71**

**Veranstaltungsorte..... 80**



dfp

ANRECHENBAR  
NACH GUKG



# Abfall- und Umweltmanagement im Krankenhaus - EMAS III (Vortrag)

**Daniela Rak**

**Zielgruppe:** Verpflichtende Veranstaltung für Mitarbeiter/innen aus Medizin, Pflege und Verwaltung (alle 3 Jahre) und Reinigungsdienst (alle 2 Jahre)

**Inhalt:**

- Betriebliche Kennzahlen
- Umweltmanagement EMAS
- Beispiele
- Umweltleistung
- Abfall- und Abwasserwirtschaft
- Energiesparen

**Frühjahr:** 20001 - Montag, 03.02.2020  
20002 - Mittwoch, 29.04.2020  
20003 - Montag, 08.06.2020

**Herbst:** 20004 - Montag, 28.09.2020  
20005 - Montag, 09.11.2020  
20006 - Mittwoch, 09.12.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.00 Uhr

**Dauer:** 1 Stunde

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

Fachliche Kompetenz



ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Aromapflege - Basisschulung

**DGKP Patricia Ventre**  
**DGKP Christiane Schlintl**

**Zielgruppe:** Mitarbeiter/innen aus der Pflege des LKH Villach

**Inhalt:** - Basiswissen Aromapflege  
- Handbuch Aromapflege

**Frühjahr:** 2007 - Donnerstag, 27.02.2020  
2008 - Mittwoch, 24.06.2020

**Herbst:** 2009 - Mittwoch, 14.10.2020

**Zeit:** 08.00 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des  
Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

Fachliche Kompetenz



# Aromapflege - Workshop

## Im Zeichen der Demenz - „Düfte gegen das Vergessen“

**DGKP Patricia Ventre**  
**DGKP Christiane Schlintl**

**Zielgruppe:** Mitarbeiter/innen aus der Pflege des LKH Villach

**Inhalt:**

- Ätherische Öle bei Demenz
- Pflegerische Praxisbeispiele
- Dufttraining

**Frühjahr:** 2010 - Donnerstag, 26.03.2020

**Herbst:** 2011 - Mittwoch, 30.09.2020

**Zeit:** 13.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

NEUE  
VERANSTALTUNG

dfp DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

GuKG ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Die drei „D's“ im Alter - Demenz - Delir - Depression (Workshop)

Mag.<sup>a</sup> Christine Leyroutz

Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Margit Cerny

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- Einführung in das Thema der psychischen Störungen im Alter unter besonderer Berücksichtigung von Demenz und Delir
- Abgrenzung normaler und pathologischer Alterungsprozesse
- Differentialdiagnostik
- Interventionen beim Delir

**Ziele:** Unterschiede erkennen zwischen Demenz, Delir und Depression, sowie Erarbeitung von Präventionsmöglichkeiten und Interventionen zum Delir

**Frühjahr:** 2012 - Donnerstag, 19.03.2020

**Herbst:** 2013 - Donnerstag, 05.11.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

Fachliche Kompetenz

# Ebola, Pest und sonstige lebensbedrohliche Erkrankungen (Vortrag)

**HFK DGKP Johannes Engl**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:** Aktueller Lagebericht von Krankheitserregern mit hohem Ausbruchspotenzial und hoher Todesrate. Welche Vorgehensweisen sind für das Auftreten eines/r Patienten/in mit Verdachtssymptomatik einer derartigen Erkrankung im LKH Villach erforderlich?

**Datum:** 20014 - Dienstag, 26.05.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.00 Uhr

**Dauer:** 1 Stunde

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

NEUE  
VERANSTALTUNG

dfp  
DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

GuKG  
ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Eigensicherung im Krankenhausalltag (Workshop)

**Marc Kuttnigg**  
**Wolfgang Kuschmann**  
**Manuel Neuwirth**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Bewusstseinsbildung und Mentaltraining
- Auftreten und taktische Verhaltensregeln
- Notwehr- und Nothilfe in der rechtlichen Beurteilung
- Praktische Übungen

**Frühjahr:** 2015 - Donnerstag, 12.03.2020

**Herbst:** 2016 - Mittwoch, 07.10.2020

**Zeit:** 08.30 - 16.30 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Bequeme Kleidung

Fachliche Kompetenz

# Ethische Grundhaltungen (Vortrag)

**Prim. Dr. Ernst Trampitsch**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- Respekt vor der Autonomie der Patient/innen
- Patient/innen-Nutzen (Nichtschaden)
- Gleichheit und Gerechtigkeit
- Auseinandersetzung mit Therapiezieländerungen

**Frühjahr:** 2017 - Montag, 09.03.2020

**Herbst:** 2018 - Dienstag, 20.10.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten



dfp

GuKG

# Gesetzliche Grundlagen für Medizinisch-Technische Dienste (Workshop)

DGKP Mag.<sup>a</sup> Sonja Haubitzer M.Ed.

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus der Berufsgruppe  
Medizinisch Technische Dienste aus dem LKH Villach

**Inhalt:**

- Haftung (Verschulden - Vorsatz vs. Fahrlässigkeit)
- Haftungsbegünstigung nach dem  
Dienstnehmerhaftpflichtgesetz
- Berufsregister: Vor- und Nachteile, Berufsausweis
- Berufsbild und Berufsberechtigung
- Voraussetzungen für die Ausbildung -  
FH-MTD-Ausbildungsverordnung
- Einwilligung in die medizinische Behandlung -  
Vorsorgedialog
- Verschwiegenheit und Datenschutz (DSGVO)

**Datum:** 2019 - Mittwoch, 05.02.2020

**Zeit:** 08.00 - 15.30 Uhr

**Dauer:** 6 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**Kosten:** keine Kosten

# Gewalt im Gesundheitsberuf Aggression (Vortrag)

**Mag.<sup>a</sup> Barbara Schabata**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Früherkennung
- Zielgerichtete Maßnahmen zum Schutz vor Aggression und Gewalt
- Aggressions- und Sicherheitsmanagement

**Datum:** 2020 - Montag, 04.05.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

NEUE  
VERANSTALTUNG

dfp  
DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

GuKG  
ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Gewalt im Gesundheitsberuf Formen (Vortrag)

**Mag.<sup>a</sup> Barbara Schabata**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Früherkennung
- Arten der Gewalt
- Melde- und Dokumentationssystem im LKH Villach
- Selbstschutz vor Fremdschutz

**Datum:** 2021 - Dienstag, 09.06.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

Fachliche Kompetenz

# Gewaltprävention (Workshop)

NEUE  
VERANSTALTUNG

DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

ANRECHENBAR  
NACH GUKG



## IWKA Kung Fu Akademie Villach

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Früherkennung von Gefahrensituationen
- Erkennung und Analyse der Körpersprache
- Verhalten vor einem Angriff
- Schutz bei einem gegenwärtigen Angriff
- Verhalten nach einer erfolgreichen Verteidigung
- Rechtliche Hinweise

**Frühjahr:** 2022 - Donnerstag, 05.03.2020

**Herbst:** 2023 - Donnerstag, 01.10.2020

**Zeit:** 08.00 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Bequeme Kleidung

Fachliche Kompetenz

NEUE  
VERANSTALTUNG

dfp DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

GuKG ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Harnkatheter und sonstige Harnableitungssysteme (Workshop)

DGKP Andrea Hirschberg  
HFK DGKP Johannes Engl

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:** Patienten mit Harnableitungen haben ein erhöhtes Risiko für nosokomiale Infektionen – Harnwegsinfektionen. Die Indikationsstellung für die Anlage einer Harnableitung muss immer hinterfragt werden, die Liegedauer sollte so kurz wie möglich sein und die Hygienevorschriften bei der Pflege des Katheters eingehalten werden. Neben den aktuellen theoretischen Vorgaben werden einzelne Maßnahmen praktisch geübt.

**Frühjahr:** 2024 - Dienstag, 10.03.2020

**Herbst:** 2025 - Montag, 12.10.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

Fachliche Kompetenz

# Hygiene für mich, für dich, für alle (Vortrag)

**HFK DGKP Bettina Irlinger-Leitner**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- Basishygiene
- Verhalten bei multiresistenten Keimen
- Allfälliges

**Datum:** 2026 - Donnerstag, 14.05.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.00 Uhr

**Dauer:** 1 Stunde

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

NEUE  
VERANSTALTUNG

dfp  
DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

GuKG  
ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Hygiene ist nicht alles, aber ohne Hygiene ist alles nichts (Vortrag)

**HFK DGKP Bettina Irlinger-Leitner**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- persönliche Hygiene
- Händehygiene
- Reinigung und Desinfektion
- Allfälliges

**Datum:** 2027 - Mittwoch, 11.11.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.00 Uhr

**Dauer:** 1 Stunde

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des  
Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

# Interkulturelle Kompetenz am Arbeitsplatz (Workshop)

**Mag.<sup>a</sup> (FH) Gerlinde Werginz, MAS**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- Kulturelle Hintergründe kennenlernen und verstehen
- Umgang mit Personen unterschiedlicher Herkunft, Religion, Kultur
- Kommunikationsanforderungen im Umgang mit anderen Kulturen
- Umgang mit traumatisierten Patient/innen
- Reflexion der persönlichen kulturellen Prägung

**Datum:** 20028 - Dienstag, 28.04.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen



ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Kann denn Fasten Sünde sein? (Vortrag)

**Michael Vilanek**  
**Mag. Marian Schuster**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Fasten ist einerseits ein Ritual der Gläubigen, andererseits ein ernährungstherapeutisches Verzicht auf Lebensmittel. Ist dies ein Widerspruch oder eine Symbiose?

- Seit wann fasten Gläubige und was steckt dahinter?
- Wie und wann fasten andere Religionen?
- Wer soll/darf nicht fasten?
- Wie unterstützt die Kirche die Fastenden?
- Warum sind es 40 Fastentage?
- Wie reagiert unser Körper auf Nahrungsverzicht?
- Autophagie heißt die Zauberformel, was ist damit gemeint?
- Was ist die Mayrkur, Fasten nach Dr. Otto Buchinger oder Fasten mit Wein nach Dr. Martin Schroth?
- Onkologie: Kann man den Tumor durch Fasten aushungern, geht das?
- Wann ist Fasten positiv, wann negativ?
- Krank durch Fasten, gibt es das auch?

**Datum:** 20029 - Mittwoch, 26.02.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

# Kontinenz- und Stomaworkshop

**DGKP Andrea Hirschberg**  
**DGKP Karin Pichler**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- Formen der Blasenentleerungsstörungen
- Abklärung inkl. Blasentagebuch
- Therapie inkl. Kontinenztraining
- Inkontinenzhilfsmittel - Handhabung und adäquate Versorgung
- Katheterismus
- Stomaarten
- Fistelversorgung

**Frühjahr:** 20030 - Mittwoch, 18.03.2020  
20031 - Mittwoch, 27.05.2020

**Herbst:** 20032 - Montag, 05.10.2020

**Zeit:** 13.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 75,00 für externe Teilnehmer/innen



dfp DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

GuKG ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Krisenintervention und Notfallpsychologie im Krankenhaus (Workshop)

**Mag. Dr. Elmar Dobernig**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und  
Verwaltung

**Inhalt:** Neben der alltäglichen Betreuungsarbeit können jederzeit Akutsituationen auftreten. Diese erfordern eine deutlich aktive und strukturierte Vorgehensweise durch das Betreuungsteam. In diesem Seminar werden Konzepte der Notfallpsychologie und der Krisenintervention vorgestellt. Thematisch geht es dabei um suizidale und traumatische Krisen und v.a. um deren kurz- und mittelfristige Bewältigbarkeit. Neben diesem theoretischen Werkzeug liegt das Hauptaugenmerk auf der praktischen Übertragbarkeit in den Krankenhausalltag sowie an der Arbeit mit bisherigen Erfahrungen der anwesenden Kollegen/innen.

**Frühjahr:** 20033 - Dienstag, 24.03.2020

**Herbst:** 20034 - Mittwoch, 21.10.2020

**Zeit:** 08.30 - 16.30 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des  
Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

Fachliche Kompetenz

# Sexualität als Thema im Pflege- und Behandlungskontext (Workshop)

**Mag.<sup>a</sup> (FH) Christiane Hintermann**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- ganzheitliches Modell sexueller Gesundheit
- Kenntnisse zur menschlichen Sexualentwicklung
- Nähe-Distanz-Regulierung
- Prävention sexueller Grenzverletzungen im Pflegekontext
- Umgang mit unterschiedlichen Ausdrucksformen menschlicher Sexualität
- Beeinträchtigung durch ausgewählte Krankheitsbilder (Demenz, kognitive Beeinträchtigung etc.) auf Verhaltens- und Wahrnehmungsebene
- Sexualität und sexuelle Gesundheit als Themen in der Angehörigenarbeit
- Förderung gesunder Rahmenbedingungen für die sexuelle Gesundheit in der Pflege und Behandlung

**Frühjahr:** 20035 - Mittwoch, 01.04.2020

**Herbst:** 20036 - Dienstag, 10.11.2020

**Zeit:** 13.00 - 16.30 Uhr

**Dauer:** 3,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 75,00 für externe Teilnehmer/innen



dfp DIPLOM-  
FORTBILDUNGSPUNKTE

GuKG ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Umgang mit peripheren und zentralvenösen Gefäßkathetern und Infusionstherapie (Vortrag)

**HFK DGKP Johannes Engl**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:** Gefäßkatheter sind ein häufiger Bestandteil medizinischer Behandlungen. Mit ihrer Anwendung sind auch Risiken für die Sicherheit der Patient/innen verbunden. Hierzu gehören vor allem lokale und systemische Infektionen, insbesondere Blutstrominfektionen. Die Umsetzung der empfohlenen Maßnahmen der Kommission für Krankenhaushygiene und Infektionsprävention (KRINKO) beim Robert-Koch-Institut können wesentlich zur Senkung von Infektionsraten und damit zur Patient/innensicherheit beitragen.

**Frühjahr:** 20037 - Dienstag, 21.04.2020

**Herbst:** 20038 - Dienstag, 06.10.2020

**Zeit:** 13.00 - 14.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum A, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

Fachliche Kompetenz

# Umgang mit Sterben und Tod

**Mag. Marian Schuster**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Dieses Seminar richtet sich an Personen, die - nicht nur beruflich bedingt - mit Kranken, Sterbenden und deren Angehörigen zu tun haben und durch diese Begegnungen mit persönlichen Grenzerfahrungen konfrontiert sind. Wir möchten versuchen, persönliche Erfahrungen in konkreten beruflichen Situationen anzusprechen, um bewusster damit umgehen zu können.

**Frühjahr:** 20039 - Montag, 09.03.2020 und  
Dienstag, 10.03.2020  
20040 - Montag, 11.05.2020 und  
Dienstag, 12.05.2020  
**Herbst:** 20041 - Montag, 12.10.2020 und  
Dienstag, 13.10.2020

**Zeit:** 08.30 - 17.00 Uhr  
**Dauer:** 14 Stunden  
**Ort:** 9241 Wernberg bei Villach  
**Hotel:** Kloster Wernberg Schlosspension

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen

# Validation nach Naomi Feil - Basiskurs

**DGKP Gerhard Spreitzer**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:**

- Definition und Ziele der Validation
- Empathie und Wertschätzung leben, um Vertrauen zu schaffen
- Bedürfnisse und Verhaltensweisen von mangelhaft orientierten älteren Menschen verstehen
- Phasen der Aufarbeitung
- Symbolsprachen
- Aufrechterhaltung bzw. Verbesserung der Kommunikation sowie des Wohlbefindens
- Reduktion von Stress

**Frühjahr:** 20042 - Montag, 18.05.2020 und  
Dienstag, 19.05.2020

**Herbst:** 20043 - Donnerstag, 15.10.2020 und  
Freitag, 16.10.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 13 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des  
Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen

# Validation nach Naomi Feil - Reflexionstag

## DGKP Gerhard Spreitzer

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Voraussetzung:** Validation nach Naomi Feil - Basiskurs

**Inhalt:**

- Auffrischen der wesentlichen Ziele der Validation
- Wiederholen der vier Phasen
- Bearbeiten von Praxisbeispielen
- Vertiefung von Validationstechniken
- Beantwortung offener Fragen
- Tipps zur Korrektur von bemerkten „Fehlern“

**Datum:** 20044 - Mittwoch, 02.12.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

# Wundmanagement - Basics (Workshop)

Dr.<sup>in</sup> Andrea Schwarz-Adelbrecht  
DGKP Simon Wurzer

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege aus dem LKH Villach, jedoch verpflichtend für DGKP, PFA und PA

**Inhalt:**

- Grundlagen
- Wundbeurteilung
- (Foto)-Dokumentation
- Wundarten
- Wundtherapie
- Verbandstoffe
- Fallbeispiele

**Frühjahr:** 20045 - Mittwoch, 04.03.2020  
20046 - Mittwoch, 29.04.2020  
20047 - Mittwoch, 20.05.2020  
20048 - Mittwoch, 03.06.2020

**Herbst:** 20049 - Mittwoch, 09.09.2020  
20050 - Mittwoch, 07.10.2020  
20051 - Mittwoch, 04.11.2020  
20052 - Mittwoch, 18.11.2020  
20053 - Mittwoch, 02.12.2020

**Zeit:** 13.00 - 16.30 Uhr

**Dauer:** 3,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

# „Zeitreise ins Alter“ - Alters- erscheinungen selbst er- fahren (Simulationstraining)

**Franz Schweidler**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin und Pflege

**Inhalt:** Mit dem Alterssimulationsanzug GERT können die Teilnehmer/innen einen authentischen Perspektivenwechsel machen und somit typische Einschränkungen älterer Menschen erleben. Beispielsweise die Einengung des Gesichtsfeldes, Gelenkversteifung (Arthrose), Kraftverlust, Einschränkung des Greifvermögens, Einschränkung des Koordinationsvermögens. Fachlicher Input (wie Wertschätzende Kommunikation, Aspekte der Barrierefreiheit und des individuellen Gesundheitsmanagements) rundet die Fortbildung ab und unterstützt den Wissenstransfer in den Alltag.

- Selbsterfahrung mit dem Alterssimulationsanzug aktiv und passiv
- Alterseffekte (physisch, psychologisch und sozial)
- Aspekte des individuellen Gesundheitsmanagements
- Erhöhung der Achtsamkeit für die eigenen Bedürfnisse
- Aspekte der Barrierefreiheit als Sturz- und Fallprävention
- Wertschätzender Umgang mit Alter und Behinderung

**Termin:** 20054 - Donnerstag, 24.09.2020

**Zeit:** 08.30 - 16.30 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

# Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)

Es ist uns ein Anliegen mit unseren gesundheitsfördernden Angeboten/Veranstaltungen Ihre Gesundheit präventiv zu stärken. Die Betriebliche Gesundheitsförderung hilft dabei, arbeitsbedingte Belastungen zu reduzieren und das Wohlbefinden an Ihrem Arbeitsplatz zu verbessern.

Im Rahmen der Ergebnispräsentation zur Mitarbeiter/innenbefragung auf Teamebene, wurde in Abstimmung mit den Mitarbeiter/innen ein zusätzliches bedarfs- und bedürfnisorientiertes BGF-Angebot erarbeitet. Um dieses umzusetzen, wurde im Oktober seitens LKH Villach eine Kooperationsvereinbarung mit der BVAEB und der ÖGK unterzeichnet. Diese Kooperation ermöglicht es uns, ein breites BGF-Angebot für die Mitarbeiter/innen zusammenzustellen.

Neben unseren Angeboten zu Bewegung, Ernährung und Seelischer Gesundheit, werden im Jahr 2020 zusätzliche Projekte initiiert, um den Schwerpunkt Bewegung und Mitarbeiter/innengesundheit in den täglichen Arbeitsalltag, aber auch in den privaten Lebensbereich miteinfließen zu lassen.

Ebenso nimmt das LKH Villach an der Aktion "Gesunde Küche" teil, ein Gemeinschaftsprojekt mit dem Land Kärnten, um einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit unserer Mitarbeiter/innen zu leisten.

Die Betriebliche Gesundheitsförderung soll in unserer Unternehmenskultur verankert werden und bedarf der aktiven Beteiligung aller Mitarbeiter. Dazu möchten wir Sie herzlich einladen.

Das Team der Betrieblichen Gesundheitsförderung



Mit Unterstützung  
der **bvaeb**



# Achtsamkeit (Workshop)

Mag.<sup>a</sup> Jasmin Thamer

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Das Üben von Achtsamkeit eignet sich aus gesundheitspsychologischer Sicht besonders gut für Ihr persönliches Stressmanagement, da es auf allen drei Ebenen der Stressbewältigung – Wahrnehmung, Verarbeitung und Erholung – ansetzt. Im Sinne eines aktiven Wahrnehmungstrainings werden hierbei alltagsnahe Übungen für einen gesunden Perspektivenwechsel und mehr Bewusstseinsstabilität vermittelt. Inhalt sind mitunter praktische Übungen wie Sinnesaktivierung und Perspektivenwechsel sowie Achtsames Genießen. Des Weiteren werden Atemanalyse und Atemübungen sowie geführte Atemmeditationen durchgeführt. Ebenfalls werden weitere Schwerpunkte, wie die Verbesserung der Körper selbstwahrnehmung, Achtsamkeit als innere Haltungsarbeit, Stille als gesunde Unterbrechung und Kraftquelle, persönliche Ressourcen der Unmittelbarkeit und Achtsamkeit als aktives Wahrnehmungstraining, in diesem Workshop gesetzt.

**Datum:** 20055 - Dienstag, 20.10.2020

**Zeit:** 08.00 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

# Augentraining (Workshop)

**Dr.<sup>in</sup> Ursula Reiter**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Gutes Sehen kann man lernen - Sehtraining gegen nachlassende Sehkraft, zur Vermeidung der Lesebrille, zum Ausgleich der Augen-Belastung am Computer, zur Vorbeugung gegen altersbedingte Augenerkrankungen, zur Verbesserung der Wahrnehmung. Die Übungen sind leicht erlernbar und sofort in den Alltag integrierbar.

- Kurze Einführung in die Ziele des Augentrainings
- Übungen zur Augenentspannung - Tipps für den Alltag

**Datum:** 20056 - Mittwoch, 10.06.2020 und  
Mittwoch, 17.06.2020

**Zeit:** 16.00 - 18.00 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

# Bewegung und psychosoziale Gesundheit (Vortrag)

**Bettina Kriegl**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** In diesem Vortrag geht es um das Grundlagenverständnis der Zusammenhänge von Psyche und Körper und welche ungeahnten Einflussfaktoren unser körperliches Wohlbefinden beeinträchtigen können. Schneller-höher-weiter. Die Anforderungen des Alltages stellen unser psychisches Wohlbefinden immer wieder auf die Probe. Bewegung ist ein wichtiger Schlüssel für unsere psychosoziale Gesundheit. Warum profitiert unsere Psyche von körperlicher Bewegung? Wie kann ich Bewegung in meinen Alltag integrieren? Welche Bewegungsformen fördern mein psychisches Wohlbefinden?

**Datum:** 20057 - Donnerstag, 27.02.2020

**Zeit:** 13.30 - 14.30 Uhr

**Dauer:** 1 Stunde

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

# Bewegung und psychosoziale Gesundheit (Workshop)

**Bettina Kriegl**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** In dem Workshop geht es darum körperliches Empfinden mit verschiedenen Techniken erfahrbar zu machen. Schneller-höher-weiter. Die Anforderungen des Alltages stellen unser psychisches Wohlbefinden immer wieder auf die Probe. Bewegung ist ein wichtiger Schlüssel für unsere psychosoziale Gesundheit. Warum profitiert unsere Psyche von körperlicher Bewegung? Wie kann ich Bewegung in meinen Alltag integrieren? Welche Bewegungsformen fördern mein psychisches Wohlbefinden? Dies und vieles mehr werden anhand von Theorie und Praxis erarbeitet.

**Datum:** 20058 - Donnerstag, 14.05.2020

**Zeit:** 13.30 - 17.30 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

**Mitzubringen:** Rutschfeste Matte und bequeme Kleidung

# Brainfood - durch richtige Ernährung geistig fit und leistungsfähig bleiben (Vortrag)

Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Jutta Hafner-Sorger

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Im Vordergrund des Vortrags stehen das menschliche Gehirn und die Nahrung, die es benötigt, um geistige Höchstleistungen zu erbringen.

- Gehirnstoffwechsel
- Lebensmittel, die Substanzen für die Synthese von Hormonen und Enzymen bringen
- Brainfood – welche Lebensmittel sind das?

**Datum:** 20059 - Mittwoch, 22.04.2020

**Zeit:** 13.30 - 15.30 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

# Burnout-Prävention (Vortrag)

Mag.<sup>a</sup> Jasmin Thamer

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Dieser Vortrag vermittelt Gesundheitswissen zur Prävention von Burnout. Mitunter werden Inhalte wie der Begriff Burnout, Symptome, Ursachen, Verläufe, Einflussmomente, Früherkennung der Symptomatik, günstige und ungünstige Formen der Stressbewältigung, Psychosoziale Belastungsformen am Arbeitsplatz und Burnout im Vergleich zu verwandten Belastungsbildern, thematisiert. Geeignete Maßnahmen zur Burnout-Behandlung sind ebenfalls Gegenstand dieses Vortrags.

**Datum:** 20060 - Dienstag, 03.03.2020

**Zeit:** 13.00 - 15.30 Uhr

**Dauer:** 2,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten



# Check your snack - ausgewogene Ernährung im Arbeitsalltag (Vortrag)

**Mag.<sup>a</sup> Christine Kleindienst**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Der Vortrag zeigt, wie sich Lebens- und Verhaltensweisen verändert haben und deren Auswirkungen auf unsere Ernährungsgewohnheiten.

- Essen im Wandel der Zeit
- Welche Nährstoffe braucht unser Gehirn?
- Spezielle Informationen zum Thema „Brainfood“

**Datum:** 20061 - Mittwoch, 15.04.2020

**Zeit:** 14.00 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

# Das seelische Immunsystem stärken - Resilienz (Workshop)

Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Eva Zwitter

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Dieser Workshop liefert Ihnen Impulse für einen bewussten Umgang mit den eigenen Ressourcen und soll die eigene Widerstandsfähigkeit stärken. Durch die regelmäßige Umsetzung dieser Anregungen im beruflichen Alltag kann ein wichtiger Beitrag zur Erhaltung der eigenen Gesundheit geleistet werden, denn der nachhaltige Umgang mit den eigenen Energien sorgt für Wohlbefinden. Folgenden Themen wird nachgegangen

- Was Resilienz ist und welche Bedeutung diese für Ihr Leben hat
- Welche Kraftquellen stehen einem persönlich zur Verfügung und wie können sie angezapft werden
- Erhöhung der individuellen Stresskompetenz

Des Weiteren liegt der Fokus auf den sieben Säulen der Resilienz und der Grundhaltung und Widerstandsfähigkeit im Alltag. Sie bekommen in diesem Workshop einen „Werkzeugkoffer“, voller Übungen und Beispiele zur Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit, an die Hand.

**Datum:** 20062 - Donnerstag, 25.06.2020

**Zeit:** 13.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten



# Digitales Detoxing - Bewusster Umgang mit sozialen Medien und die Notwendigkeit von Offline- Zeiten (Workshop)

Mag.<sup>a</sup> Katja Russinova, MSc, MSc

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Die Nutzung elektronischer Geräte bzw. das Internet kann durchaus Suchtcharakter haben. So selbstgesteuert, wie wir uns gerne wähnen, sind wir oft nicht. Hinter dem unaufhörlichen Blick aufs Handy, Tablet und Co. stehen ähnliche Mechanismen wie bei einer Sucht. Diese ständige Erreichbarkeit und Interaktion können uns auslaugen.

- Wie wichtig ist die digitale Enthaltbarkeit?
- Digitales Detoxing – eine Möglichkeit Stress zu reduzieren?

Diese Fragen sind Inhalt dieses Workshops. Darüber hinaus bekommen Sie Tipps und Tricks für neue Motivation und höhere Konzentrationsfähigkeit zur Hand.

**Datum:** 20063 - Mittwoch, 18.11.2020

**Zeit:** 13.30 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 2,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

# Energie tanken - Ressourcen nutzen (Workshop)

Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Sylvia Roth

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Die Arbeit mit Menschen, für Menschen ist sinnvoll und schön, aber auch sehr herausfordernd und anspruchsvoll - vor allem dann, wenn die Hilfesuchenden alt, krank, verunsichert oder gebrechlich sind. Unter diesen oft belastenden Rahmenbedingungen ist es für Sie als Mitarbeiter/in enorm wichtig, die eigenen Kraftreserven kontinuierlich aufzufüllen und gut für Ihre eigene Gesundheit zu sorgen.

- Sensibilisierung für eigenverantwortliches, ressourcenorientiertes Verhalten
- Vorstellung und Übung von Techniken zur Vermeidung und Abbau von Stress
- Methode zur körperlichen Abgrenzung durch Atemtherapie
- Ernährungstipps für mehr Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit

**Datum:** 20064 - Dienstag, 17.03.2020

**Zeit:** 08.00 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

**Mitzubringen:** Matte oder Decke und bequeme Kleidung



# Entspannung (Workshop)

**Klaudia Brandstätter, MSc**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Dieser Workshop dient zum Erlernen von Entspannungstechniken. Durch systematische Entspannungstechniken werden körperliche und psychische Anspannungen und Erregungszustände verringert, die Empfindlichkeit für Belastungssituationen reduziert und ein Zustand des Wohlbefindens herbeigeführt. Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit einer Schwerpunktsetzung zu einer bestimmten Entspannungstechnik.

**Datum:** 20065 - Dienstag, 01.12.2020

**Zeit:** 13.30 - 17.30 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

**Mitzubringen:** Bequeme Kleidung



# Ernährungsmythen unter der Lupe: Kaffee und Schokolade (Vortrag)

**Mag.<sup>a</sup> Christine Kleindienst**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und  
Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Kann Schokolade tatsächlich schlank machen und  
schützt Kaffee vor Krankheiten? Der Vortrag nimmt sich Lebens-  
mittelmymen an und klärt diese auf.

- Geschichte von Kakao und Kaffee
- Anbau- und Röstverfahren
- Schokoladenerzeugung
- Inhaltsstoffe und deren Wirkung auf den  
Organismus
- Schokoladenverkostung

**Datum:** 20066 - Mittwoch, 28.10.2020

**Zeit:** 13.00 - 15.00 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten



# Faszientraining (Workshop)

**Sarah Arbeiter, BSc**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Sämtliche Bewegungen werden von der Funktionalität und dem Leistungsvermögen des Bindegewebes des menschlichen Körpers positiv oder negativ beeinflusst. Ein reibungsloses Funktionieren der Faszien ist daher Voraussetzung für ein effektives, ökonomisches und beschwerdefreies Training. Da sich die Faszienstrukturen an Belastungen anpassen und auf Reize reagieren, kann mit zielgerichteten Übungen deren Auf- bzw. Umbau positiv beeinflusst werden. Das Faszientraining zeichnet sich nicht zuletzt durch seine Ganzheitlichkeit aus und erweitert die Aspekte der ganzheitlichen Bewegung.

**Datum:** 20067 - Mittwoch, 25.03.2020

**Zeit:** 15.30 - 17.30 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

**Mitzubringen:** Matte und bequeme Kleidung



ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Feldenkrais® -Methode

## Bewusstheit durch Bewegung

### Schwerpunkt: Schultern und Nacken

**Ulli Jaksch**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Achtsamkeit entwickeln
- Beweglichkeit genießen
- Koordination schulen
- Spannungsmuster lösen und Stress abbauen
- Schmerz überwinden
- Frei atmen
- Anstrengungen verringern
- Gelassenheit und gute Laune gewinnen
- Neue Denk- und Bewegungsmöglichkeiten erforschen
- Gewohnheiten auf zwanglose Art verändern

**Datum:** 20068 - Dienstag, 05.05.2020 und  
Mittwoch, 06.05.2020

**Zeit:** Dienstag, 05.05.2020 13.00 - 18.00 Uhr  
Mittwoch, 06.05.2020 08.30 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 10 Stunden

**Ort:** 9241 Wernberg bei Villach

**Hotel:** Kloster Wernberg Schlosspension

**GuKG Stunden:** 5 Stunden anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Gymnastikmatte, Decke/großes Badehandtuch



dfp

ANRECHENBAR  
NACH GUKG



# Feldenkrais®-Methode

## Bewusstheit durch Bewegung

### Schwerpunkt: Becken und Hüftgelenke

**Ulli Jaksch**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Achtsamkeit entwickeln
- Beweglichkeit genießen
- Koordination schulen
- Spannungsmuster lösen und Stress abbauen
- Schmerz überwinden
- Frei atmen
- Anstrengungen verringern
- Gelassenheit und gute Laune gewinnen
- Neue Denk- und Bewegungsmöglichkeiten erforschen
- Gewohnheiten auf zwanglose Art verändern

**Datum:** 20069 - Dienstag, 20.10.2020 und  
Mittwoch, 21.10.2020

**Zeit:** Dienstag, 20.10.2020 13.00 - 18.00 Uhr  
Mittwoch, 21.10.2020 08.30 - 16.00 Uhr

**Dauer:** 10 Stunden

**Ort:** 9582 Oberaichwald/ Latschach

**Hotel:** Naturel Hoteldorf Schönleitn

**GuKG Stunden:** 5 Stunden anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Gymnastikmatte, Decke/großes Badehandtuch

Betriebliche Gesundheitsförderung

# Gesund abnehmen (Vortrag)

Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Jutta Hafner-Sorger

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Nachhaltige Gewichtsreduktion durch die Kombination von gesunder Ernährung und regelmäßiger Bewegung steht bei diesem Vortrag im Vordergrund.

- Motivation zur Gewichtsreduktion
- Persönliche Ziele und Teilziele festlegen
- Energiebedarfsberechnung
- Ernährungstagebuch
- Auswahl richtiger Lebensmittel
- Einkaufsverhalten
- Umgang mit Essen im Restaurant sowie in Stress-Situationen
- Gewichtsstabilisierung
- Umgang mit Rückschlägen

**Datum:** 20070 - Mittwoch, 14.10.2020

**Zeit:** 13.30 - 15.30 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten



# Gesunder Rücken (Workshop)

**Stefanie Broschwitz, BSc**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Erarbeitung einer Basis an psychosozialen Zusammenhängen sowie anatomischen Wissens, um selbstwirksam auf die Bedürfnisse seines Körpers reagieren zu können. Das Ziel ist es die inneren und äußeren Einflussfaktoren unserer Haltung besser begreifen zu können. Die Grundlage dafür bildet vorab das Kennenlernen seiner eigenen Haltungs- und Denkmuster. Mit bewusster Atmung und Wahrnehmungsschulung soll es gelingen den gesamten Körper/ Rücken wieder erfahrbar zu machen, um so mit gezielten Übungen auf seine Befindlichkeiten reagieren zu können. Dadurch wird es möglich, ihn eigenverantwortlich und dauerhaft für die alltäglichen Anforderungen zu stärken und für den Erhalt des Wohlbefindens zu sorgen.

**Frühjahr:** 20071 - Montag, 02.03.2020

**Herbst:** 20072 - Dienstag, 29.09.2020

**Zeit:** 16.00 - 17.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

**Mitzubringen:** Matte und bequeme Kleidung

# Kommunikations- management (Workshop)

**Gabriele Schreilechner, MA**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Kommunikation läuft über verschiedene Ebenen ab und birgt daher die Möglichkeit vieler Blockaden. Umso wichtiger ist es, sich diverser Stile und Methoden zu bedienen. In diesem Workshop liegt der Fokus auf den Kommunikationsebenen, den 4 Aspekten der zwischenmenschlichen Kommunikation, den 8 Stilen der Kommunikation, Störungen in der Kommunikation, Ich- und Du-Botschaften, Feedback sowie der Metakommunikation.

**Datum:** 20073 - Donnerstag, 18.06.2020

**Zeit:** 13.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten



# Meine Stimme (Vortrag)

**Mag.<sup>a</sup> Martina Schellander-Kurath**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Immer einsatzbereit und als selbstverständlich angesehen – unserer Stimme wird meist erst dann Beachtung geschenkt, wenn wir selbst oder andere Personen Veränderungen wahrnehmen: Räuspern, Heiserkeit, belegte, ermüdete oder brüchige Stimme. Der Vortrag gibt Auskunft über die Funktion und Wirkung sowie den Einsatz der Stimme. Ziel ist die Bewusstmachung der Bedeutung unseres Stimmapparates und der achtsame Umgang damit.

**Datum:** 20074 - Montag, 20.04.2020

**Zeit:** 14.00 - 15.30 Uhr

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten





ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Mentale Kraft 1 - Mentale Kraft für Beruf und Alltag

**Mag.<sup>a</sup> Edith Steiner**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Mentales Training bewirkt mentale und emotionale Stärke. Dadurch erlebt man eine solide positive Einstellung, einen gesunden Umgang mit Gefühlen, Gedankenhygiene und eine klarere Einschätzung von Situationen.

- Mentale Übungen für Beruf und Alltag, die sofort umsetzbar sind
- Mit Alphatraining Ruhe und Gelassenheit erlangen
- Erkenntnis der eigenen Stärken

**Datum:** 20075 - Donnerstag, 26.03.2020 und  
Freitag, 27.03.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 13 Stunden

**Ort:** 9580 Drobollach am Faaker See

**Hotel:** Hotel Pension Melcher

**GuKG Stunden:** 7 Stunden anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen



dfp

ANRECHENBAR  
NACH GUKG



# Mentale Kraft 3 - Teil 1

## Achtsamkeit für sich selbst - Strategien zur Steigerung des Selbstwerts

**Mag.<sup>a</sup> Edith Steiner**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Was ist Selbstwert
- Wie entsteht der Selbstwert
- Wodurch kommt es zum Mangel
- Wie verbessert man den Selbstwert
- Mentale Techniken
- Selbstreflexion

**Datum:** 20076 - Mittwoch, 28.10.2020 und  
Donnerstag, 29.10.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 13 Stunden

**Ort:** 9580 Drobollach am Faaker See

**Hotel:** Hotel Pension Melcher

**GuKG Stunden:** 7 Stunden anrechenbar gemäß §63 und §104c  
des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen

# Mit Köpfchen durch den Supermarkt - Schau aufs Etikett (Vortrag)

**Mag.<sup>a</sup> Christine Kleindienst**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Im Supermarkt kann man mehr Dinge falsch machen als bisher angenommen. Der Vortrag eröffnet Ihnen eine neue Perspektive eines Ortes, den scheinbar jede/jeder von uns zur Gänze kennt.

- Motivation zur Gewichtsreduktion
- Auf was sollten Sie beim Einkaufen achten
- Produktinfos verstehenlernen
- Lebensmittel- und Nährwertkennzeichnung
- Allergene
- Zusatzstoffe

**Datum:** 20077 - Donnerstag, 17.09.2020

**Zeit:** 13.00 - 15.00 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

# Pilates - Ganzheitliches Körpertraining

**Barbara Oberherzog**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Pilates als Ganzheitliches Körpertraining; Stabilisation der Wirbelsäule - korrekte und gesunde Körperhaltung; Gezielte Kräftigung der tiefer liegenden Bauch-, Rücken- und Beckenmuskulatur; Verbesserung von Kondition und Bewegungskoordination; Anregung des Kreislaufs und erhöhte Körperwahrnehmung

**Datum:** jeweils Montag

20078 - 16.15 - 17.15 Uhr
13.01.2020 24.02.2020
20.01.2020 09.03.2020
27.01.2020 16.03.2020
03.02.2020 23.03.2020
17.02.2020 30.03.2020

20079 - 16.15 - 17.15 Uhr
28.09.2020 16.11.2020
05.10.2020 23.11.2020
12.10.2020 30.11.2020
19.10.2020 07.12.2020
09.11.2020 14.12.2020

**Dauer:** 10 Stunden

**Ort:** Schule für Gesundheit und Krankenpflege  
Europaplatz 3, 9500 Villach

**Raum:** Turnsaal

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Rutschfeste Matte und bequeme Kleidung



# Positive Denkmuster finden Selbstmotivation „Raus aus der Negativ-Schleife“ (Workshop)

Mag.<sup>a</sup> Elke Waldner

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Wie kann ich meinen Kopf auf neue, stressmindernde und damit stärkende Gedanken bringen? Wie kann ich mich in belastenden Situationen selbst aufbauen? Inhalt dieses Workshops ist unter anderem der Zusammenhang zwischen Gedanken und Stress. Ebenfalls setzen Sie sich mit Ihren eigenen stressverschärfenden Denkmustern auseinander, formulieren neue Denkmuster und verankern diese in Ihrem Alltag.

**Datum:** 20080 - Dienstag, 06.10.2020

**Zeit:** 08.30 - 16.30 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** keine Kosten

# Prinzipienorientiertes Zeitmanagement (Workshop)

Mag.<sup>a</sup> Katja Russinova, Msc, MSc

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Im Zentrum des prinzipienorientierten Zeitmanagements steht, ob wir das Wesentliche im Fokus haben und das Wichtige zuerst in Angriff nehmen. Es ist nicht ausschließlich eine Frage der sinnvollen Verteilung von zur Verfügung stehender Zeit auf bestimmte Aufgaben, sondern auch von der Orientierung an eigenen Werten, grundlegenden Bedürfnissen und unverrückbaren Prinzipien. Der bewusste Umgang mit dem Kapital „Zeit“ bedeutet also eine Auseinandersetzung mit der Aufgabe und mit sich selbst.

In diesem Workshop wird ein persönliches Leitbild für Zeitplanung entworfen sowie proaktive Grundhaltungen reflektiert. Ebenfalls lernen Sie bewährte Methoden des Zeitmanagements kennen und bekommen Anregungen zur praktischen Umsetzung.

**Datum:** 20081 - Mittwoch, 04.03.2020

**Zeit:** 13.30 - 17.15 Uhr

**Dauer:** 3,75 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

# Resilienz (Vortrag)

Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Eva Zwitter

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Dieser Vortrag vermittelt Gesundheitswissen zum Thema Resilienz als lösungsorientierte Möglichkeit zur Erhaltung der Gesundheit.

- Was ist Resilienz eigentlich?
- Die sieben Säulen der Resilienz
- Grundhaltung der Widerstandsfähigkeit im Alltag
- praktische Methoden zur Stärkung von Resilienz

**Datum:** 20082 - Donnerstag, 07.05.2020

**Zeit:** 13.30 - 15.30 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

# Smovey-Training

**Patricia Santo-Passo**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Das schwingvolle Training mit smoveys ist eine Kombination aus bekannten und spezifischen Übungen zur Stärkung der Koordination, der Balance und der Kondition. Diese Vielseitigkeit begründet die Effektivität und den Nutzen eines überdauernden smovey-Trainings. Der Workshop zeigt die unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten auf und soll die Teilnehmer/innen zu einer Fortführung der erlernten Übungen befähigen.

**Datum:** 20083 - Montag, 23.03.2020

**Zeit:** 16.00 - 18.00 Uhr

**Dauer:** 2 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

**Mitzubringen:** Sportkleidung, Sportschuhe, Handtuch und Trinkflasche



# Stimmfit im Alltag (Workshop)

**Mag.<sup>a</sup> Martina Schellander-Kurath**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Der Workshop stellt den Praxisbezug in den Vordergrund und zeigt konkrete Übungen auf, um Ihren Stimmapparat gesund zu erhalten. Darüber hinaus werden den Teilnehmer/innen und Teilnehmern Methoden für einen ressourcenschonenden Umgang mit der Stimme aufgezeigt sowie die verschiedensten Auswirkungen von Sprechtechniken auf Ihr Gegenüber vermittelt.

**Datum:** 20084 - Dienstag, 27.10.2020

**Zeit:** 14.00 - 17.30 Uhr

**Dauer:** 3,5 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

# Stressmanagement (Workshop)

**Kludia Brandstätter, MSc**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung aus dem LKH Villach

**Inhalt:** Dieser Workshop liefert einen praxisnahen Überblick zum individuellen Stressmanagement. Dabei werden die 3 Ebenen der Stressbewältigung, Problemlösung, Verarbeitung und Regeneration ganzheitlich behandelt. Ebenfalls werden den Teilnehmer/innen praktische Übungen wie Selbstmanagement im Akutstress sowie Entspannungstechniken näher gebracht.

**Datum:** 20085 - Mittwoch, 13.05.2020

**Zeit:** 13.30 - 17.30 Uhr

**Dauer:** 4 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** werden beantragt

**Kosten:** keine Kosten

**Mitzubringen:** Bequeme Kleidung



# Yoga - Level 1

## Ganzkörperstabilisation mit gezielten Körperübungen

**Barbara Oberherzog**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** In diesen Hatha-Yoga-Einheiten üben wir mit Achtsamkeit Yoga-Positionen und bringen dadurch unseren Körper und Geist in Einklang, stärken unseren Bewegungsapparat und kommen langsam zur Ruhe und Ausgeglichenheit. Durch einfache Atemübungen und Meditationen verbessern wir die Sauerstoffversorgung unseres Körpers und verbinden uns mit unserem Inneren.

**Datum:** jeweils Montag

20086 - 17.30 - 18.45 Uhr	
13.01.2020	24.02.2020
20.01.2020	09.03.2020
27.01.2020	16.03.2020
03.02.2020	23.03.2020
17.02.2020	30.03.2020

20087 - 19.00 - 20.15 Uhr	
28.09.2020	16.11.2020
05.10.2020	23.11.2020
12.10.2020	30.11.2020
19.10.2020	07.12.2020
09.11.2020	14.12.2020

**Dauer:** 12,5 Stunden

**Ort:** Schule für Gesundheit und Krankenpflege  
Europaplatz 3, 9500 Villach

**Raum:** Turnsaal

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Rutschfeste Matte, bequeme Kleidung, Decke und warme Socken

# Yoga - Level 2

## Ganzkörperstabilisation mit gezielten Körperübungen

**Barbara Oberherzog**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Voraussetzung:** Yoga - Level 1

**Inhalt:** Diese Yogaeinheiten sind für Fortgeschrittene geeignet. Mit besonderem Augenmerk auf die Ausrichtung üben wir Yoga-Positionen, die unseren Körper stärken, uns beweglich halten, Spannungen lösen und unsere körperliche und geistige Gesundheit fördern. Die Atemübungen und Meditationen wirken reinigend und entspannend auf den gesamten Körper.

**Datum:** jeweils Montag

20088 - 19.00 - 20.15 Uhr	
13.01.2020	24.02.2020
20.01.2020	09.03.2020
27.01.2020	16.03.2020
03.02.2020	23.03.2020
17.02.2020	30.03.2020

20089 - 17.30 - 18.45 Uhr	
28.09.2020	16.11.2020
05.10.2020	23.11.2020
12.10.2020	30.11.2020
19.10.2020	07.12.2020
09.11.2020	14.12.2020

**Dauer:** 12,5 Stunden

**Ort:** Schule für Gesundheit und Krankenpflege  
Europaplatz 3, 9500 Villach

**Raum:** Turnsaal

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Rutschfeste Matte, bequeme Kleidung, Decke und warme Socken





dfp

GuKG

# Yoga - Workshops

## Sabine Markut

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Durch das gezielte Arbeiten in den einzelnen Themenschwerpunkten wird das Körperbewusstsein gesteigert, die Körperphysiologie erarbeitet, Dysbalancen entgegengewirkt und es werden Bewegungsideen und kleine Übungen vermittelt, die auch im Alltag problemlos eingesetzt werden können. Dabei stehen Freude an Bewegung und das sich Wohlfühlen im eigenen Körper an oberster Stelle. Die Workshops sind so aufgebaut, dass Anfänger und Fortgeschrittene teilnehmen und davon profitieren können.

**Datum:** 20090 - Mittwoch, 18.03.2020

### Jeder kann Yoga

20091 - Mittwoch, 03.06.2020

### Bewusst ICH

20092 - Mittwoch, 04.11.2020

### Raus aus der Komfortzone

**Zeit:** 16.30 - 19.30 Uhr

**Dauer:** 3 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** keine Anrechnung

### Kosten/Termin:

EUR 5,00 für Mitarbeiter/nnen des LKH Villach

EUR 35,00 für externe Teilnehmer/innen

**Mitzubringen:** Yogamatte, Handtuch, Decke, Trinkflasche, evt. Schreibzeug

# Das Mitarbeiter/innen- gespräch - Ein professioneller Standard 2020

**Mag.<sup>a</sup> Michaela Erkl-Zoffmann**

**Zielgruppe:** Interessierte Führungskräfte

**Inhalt:** Durch das Mitarbeiter/innengespräch lernen Sie den/die Mitarbeiter/in besser kennen, und können daher wirkungsvoll auf Stärken und Schwächen eingehen. Andererseits kann der/die Mitarbeiter/in wertvolle Hinweise geben und die Strategien, Aufgaben und Ziele der Station/ Abteilung durch gemeinsam getroffene Vereinbarungen besser mittragen.

- Potenziale dieser Gespräche
  - Auswirkungen auf die Eigeninitiative der Mitarbeiter/innen
  - Kennenlernen der Problemlösungskompetenz der Mitarbeiter/innen
- Auswirkungen auf die Zusammenarbeit
  - Gesamtüberblick über das Team
  - Evaluierung gemeinsamer Ziele und deren Erfüllung
  - Wohlbefinden/Bindung der Mitarbeiter/innen zum Unternehmen

**Frühjahr:** 20093 - Dienstag, 25.02.2020 - 08.30 - 16.30 Uhr  
Donnerstag, 28.05.2020 - 13.00 - 17.00 Uhr

**Herbst:** 20094 - Donnerstag, 01.10.2020 - 08.30 - 16.30 Uhr  
Mittwoch, 09.12.2020 - 13.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 10 Stunden

**Ort:** LKH Villach

**Raum:** Seminarraum, Neurologie, EG

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** keine Kosten

Persönliche und  
soziale Kompetenz



ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Process Communication Model<sup>®</sup> - Mit typgerechter Kommunikation zu noch mehr Erfolg - Modul 1

**Marco Amminger**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:**

- Erkennen, Verstehen und bestmögliches Nutzen der eigenen und anderen Persönlichkeitsstrukturen
- Entwicklung effektiver Zusammenarbeit
- Grundlagen für die gezielte Führung und Motivation von Mitarbeiter/innen
- Grundlagen für gezielte Patient/innensprache
- Sensibilisierung für Verhalten unter Stress - bei sich selbst und anderen
- Konfliktvorbeugung und Konfliktbewältigung
- Die sechs Persönlichkeitstypen
- Die psychischen Bedürfnisse der einzelnen Typen
- Die Misserfolgsmuster, das Distressverhalten der einzelnen Typen

**Datum:** 20095 - Montag, 02.03.2020 und  
Dienstag, 03.03.2020  
20096 - Montag, 19.10.2020 und  
Dienstag, 20.10.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 13 Stunden

**Ort:** 9585 Gödersdorf, Finkensteiner Str. 14

**Hotel:** Seminarhotel Zollner

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen



Persönliche und  
soziale Kompetenz



dfp

ANRECHENBAR  
NACH GUKG

# Process Communication Model<sup>®</sup> - Mit typgerechter Kommunikation zu noch mehr Erfolg - Modul 2

**Marco Amminger**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Voraussetzung:** Process Communication Model<sup>®</sup> - Modul 1

**Inhalt:**

- Wiederholung des Gelernten
- Erfahrungsaustausch der Teilnehmer/innen
- Vertiefung des PCM Wissens
- Schwierige Gesprächssituationen präventiv verhindern
- Erlernen von Werkzeugen, um mit herausfordernden Gesprächspartner/innen umgehen zu können

**Datum:** 20097 - Montag, 25.05.2020 und  
Dienstag, 26.05.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 13 Stunden

**Ort:** 9504 Warmbad-Villach

**Hotel:** Thermenhotel Karawankenhof

**GuKG Stunden:** anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen

Persönliche und  
soziale Kompetenz

# Umgang mit herausfordernden Personen

**Mag.<sup>a</sup> (FH) Gerlinde Werginz, MAS**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Das Ziel des Seminars ist es, schwierige Verhaltensweisen zu reflektieren und die Komplexität der Patient/Innen-Helfer/Innen-Begegnung sowie die problematischen Spannungsfelder zwischen Kollegen/Innen anhand von Selbstreflexion und Fallbeispielen aus dem Praxisalltag der Teilnehmer/Innen besser zu verstehen.

- Was verbirgt sich hinter dem Begriff „schwierige/r Patient/in“?
- Systemische Sichtweise der Interaktion mit schwierigen Patient/Innen/ Angehörige/ Kolleg/Innen
- Das Resonanzgesetz: Spiegelbilder erkennen
- Selbstreflexion
- Bewusstes Erkennen ihrer eigenen Interaktionsmuster
- Selbstverantwortung

**Datum:** 20098 - Mittwoch, 11.11.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 6,5 Stunden

**Ort:** 9504 Warmbad Villach

**Hotel:** Thermenhotel Karawankenhof

**GuKG Stunden:** 3 Stunden anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 15,00 für Mitarbeiter/Innen des LKH Villach  
EUR 110,00 für externe Teilnehmer/Innen

# Wie Veränderung gelingen kann

**Univ. Doz. Mag. Dr. Werner Mussnig**

**Zielgruppe:** Interessierte Personen aus Medizin, Pflege und Verwaltung

**Inhalt:** Wie kann ich immer wiederkehrende Problemsituationen auflösen? Das Seminar zeigt einen möglichen Weg und bezieht Folgendes mit ein:

- Praktisches Modell zur Veränderung belastender Situationen
- Anwendbar für organisatorische und private Problemsituationen
- Theoretisch fundiert und zugleich pragmatisch umsetzbar
- In Entwicklungs- und Begleitprozessen erprobt
- Einfach anwendbar und wirksamer als absehbar
- Workshop mit fachlichen Inputs und konkreten Umsetzungsübungen

**Datum:** 20099 - Dienstag, 16.06.2020 und  
Mittwoch, 17.06.2020

**Zeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Dauer:** 13 Stunden

**Ort:** 9504 Warmbad Villach

**Hotel:** Thermenhotel Karawankenhof

**GuKG Stunden:** 6,5 Stunden anrechenbar gemäß §63 und §104c des Bundesgesetzes BGBl. I Nr. 75/2016 GuKG

**Kosten:** EUR 30,00 für Mitarbeiter/innen des LKH Villach  
EUR 160,00 für externe Teilnehmer/innen

Persönliche und  
soziale Kompetenz

## EDV-Kurse

Computerbezogene Kurse werden je nach Bedarf und Schwerpunkt angeboten. Sie können hierzu in der Abteilung Betriebe unter der Telefonnummer +43 (0) 4242 208-63980 ihr Interesse bzw. ihren Bedarf melden.

## Krankenhausspezifische Sprachkurse

Kurse werden je nach Anzahl und Kenntnissen der sprachbegeisterten Personen organisiert. Sie können sich hierzu in der Abteilung Betriebe unter der Telefonnummer +43 (0) 4242 208-63980 melden.

# Vortragende

## Marco Amminger

Marco Amminger arbeitet seit mehr als 16 Jahren als selbständiger Trainer in Österreich und Deutschland. Seine Schwerpunkte sind Persönlichkeits- und Teamentwicklung. Er hat Ausbildungen in England, Deutschland und Österreich zu PCM®, hypnosystemischem Coaching und Mentaltraining absolviert. Er leitet seit Jahren Seminare zum Thema „Mit typgerechter Kommunikation zu noch mehr Erfolg“ sowie „Mit mentaler Kraft zu Höchstleistungen“.

## Sarah Arbeiter

Sarah Arbeiter ist selbstständige Physiotherapeutin in Klagenfurt. Ihre Ausbildung hat sie 2013 an der FH Kärnten abgeschlossen. Ihre Schwerpunkte liegen im Bereich der Orthopädie, Unfallchirurgie, Betrieblichen Gesundheitsförderung und Prävention. Sie ist seit 2008 im Gesundheitsbereich tätig und leitet seitdem Workshops und Kurse.

## Kludia Brandstätter, MSc

Durch ihre klinisch psychologischen Tätigkeiten in einer psychosomatischen Klinik und einer berufsrehabilitierenden Maßnahme sowie als selbstständige Arbeitspsychologin hat sich Frau Brandstätter im Besonderen auf (arbeits-)psychologische Abklärungen und Beratungen sowie auf die betriebliche Gesundheitsförderung spezialisiert, und darf sich unter anderem zur langjährigen Vertragspartnerin der BVA-Gesundheitsförderung zählen.

## Stefanie Broschwitz, BSc

Stefanie Broschwitz ist selbstständige Physiotherapeutin. Neben ihren Schwerpunkten Traumatologie und Orthopädie studiert sie an der Donauuniversität Krems die chinesische Medizin. Zusätzlich gibt Frau Broschwitz Workshops im Rahmen des Gesundheitsförderprogrammes der BVA, um durch gezielte Bewegungsförderung am Arbeitsplatz, das Wohlbefinden und die Gesundheit der Mitarbeiter/innen zu erhöhen.

## Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Margit Cerny

Margit Cerny hat nach ihrem Doktoratsstudium der Biologie an der Karl-Franzens-Universität in Graz ein Psychologiestudium an der Alpen Adria Universität in Klagenfurt absolviert und ist als Biologin, Klinische- und Gesundheitspsychologin auch in der Fort- und Weiterbildung tätig.

### Mag. Dr. Elmar Dobernig

Elmar Dobernig ist Psychotherapeut, Klinischer Psychologe, Gesundheits- und Notfallpsychologe. Er ist Lehrtherapeut der AVM für Aus-, Fort- und Weiterbildung in Verhaltenstherapie sowie Supervisor für Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie. Des Weiteren ist er fachlicher Leiter der Krisenintervention des Roten Kreuzes in Kärnten.

### HFK DGKP Johannes Engl

Johannes Engl begann seine Tätigkeit im Gesundheitsbereich nach der Ausbildung zum Pflegehelfer 1992. Nach Fort- und Weiterbildungen zum Operationsgehilfen, diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger, Palliativpfleger schloss er im Jahr 2011 die Sonderausbildung in der Krankenhaushygiene ab. Er war in unterschiedlichen Arbeitsbereichen im Klinikum Klagenfurt tätig (Geriatric, Neurochirurgie OP, Palliativstation, Zentrale Notfallaufnahme, Hygieneteam). Seit Jänner 2017 ist Herr Engl im Hygieneteam des LKH Villach tätig.

### Mag.<sup>a</sup> Michaela Erkl-Zoffmann

Michaela Erkl-Zoffmann hat an der Wirtschaftsuniversität Wien ihr Studium der Betriebswirtschaft absolviert. Zusätzlich ist sie Mediatorin und Dialogprozessbegleiterin. In ihrer langjährigen Tätigkeit als Personalberaterin liegt ihr Schwerpunkt seit 2000 vor allem in der Arbeitsfähigkeit und dem Generationenmanagement altersgerechtes Arbeiten.

### Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Jutta Hafner-Sorger

Jutta Hafner-Sorger arbeitet freiberuflich als Diätologin für die BVA Landesstelle Kärnten und bietet mehrere Workshops im Bereich „Ernährung“ an. Ihr Studium im Bereich Pädagogik und Psychologie absolvierte sie berufsbegleitend an der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt.

### DGKP Mag.<sup>a</sup> Sonja Haubitzer M.Ed.

Sonja Haubitzer ist diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin. Sie hat ihr Diplomstudium der Rechtswissenschaften in Innsbruck, ihr Masterstudium an der FH Feldkirchen absolviert. Sie ist seit vielen Jahren Referentin für Pflege und Recht. Seit 2006 Sachwalterin bzw. gerichtliche Erwachsenenvertreterin.

### Mag.<sup>a</sup> (FH) Christiane Hintermann

Christiane Hintermann ist Sexualberaterin und Sexualpädagogin in freier Praxis. Nach dem Studium für Gesundheits- und Pflegemanagement war sie fachliche Mitarbeiterin im Frauengesundheitszentrum Kärnten und dort für den

Kompetenzbereich Sexuelle Gesundheit zuständig, absolvierte Lehrgänge am Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapien in Wien zur zertifizierten Sexualpädagogin und klinischen Sexologin, sowie eine Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin mit Schwerpunkt Sexualberatung. Im Seminarbereich liegen Ihre Schwerpunkte im Bereich Sexualität und Behinderung, interkulturelle Sexualpädagogik, Sexualität und Pflege, kindliche Sexualentwicklung und -erziehung und Jugendsexualität. Ebenso lehrt sie sexuelle Bildung an der Alpen-Adria-Universität Klagenfurt.

#### DGKP Andrea Hirschberg

Andrea Hirschberg ist diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin am LKH Villach an der Gynäkologie Ambulanz mit Schwerpunkt Urogynäkologie. Derzeit arbeitet sie dort am Aufbau der Inkontinenzambulanz, um fachliche Beratung, Hilfestellung und adäquate Versorgung zum tabuisierten Thema Inkontinenz, stationärer und ambulanter Betroffener, zu gewährleisten.

#### HFK DGKP Bettina Irlinger-Leitner

Bettina Irlinger-Leitner ist diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin mit Spezialisierung auf Kinder- und Jugendlichenpflege. Sie absolvierte die Sonderausbildung zur Intensivkrankenpflegerin und Ausbildungen für Führungsaufgaben im basalen und mittleren Management. Als ausgebildete Hygienefachkraft ist sie seit 2014 im Hygienekernteam am LKH Villach tätig.

#### Ulli Jaksch

Ulli Jaksch betreibt eine Praxis für Feldenkrais®-Unterricht in Wien. Nach mehr als zehn Jahren Physiotherapie wandte sie sich gänzlich der Feldenkrais-Methode zu. Ihre Tätigkeit als Seminarleiterin erstreckt sich über ganz Österreich. Ihre besondere Liebe gilt der Arbeit mit Sänger/innen und Instrumentalist/innen. Sie ist Assistenz-Trainerin und arbeitet in Feldenkrais-Ausbildungen. Sie leitet Tutorien für Feldenkrais-Kolleg/innen. Als Autorin und Sprecherin hat sie bisher vier Feldenkrais-CDs veröffentlicht.

#### Mag.<sup>a</sup> Christine Kleindienst

Christine Kleindienst ist Ernährungswissenschaftlerin. Sie hat an der Universität Wien Ernährungswissenschaften studiert und ist als Vortragende, Kochkursleiterin und in der präventiven Ernährungsberatung tätig.

#### Bettina Kriegl

Bettina Kriegl ist Mutter, Sozialpädagogin und Physiotherapeutin.

Seit mehreren Jahren arbeitet sie neben ihrer freiberuflichen Tätigkeit als Physiotherapeutin in Klagenfurt vor allem als Referentin im Bereich der Gesundheitsförderung. Das Spezialgebiet dabei liegt vor allem im Zusammenhang der psychosozialen Gesundheit und der Auswirkungen auf unseren Bewegungsapparat. Zudem arbeitet sie seit 2016 als Lektorin an der FH- Klagenfurt mit dem Schwerpunkt Frauenheilkunde.

### Wolfgang Kuschmann

Wolfgang Kuschmann ist seit über 15 Jahren in der Sicherheitsbranche tätig. In seiner Position beschäftigt er sich intensiv mit Selbstverteidigung, Taktik, Personen- und Objektschutz, sowie speziell auch mit Aus- und Fortbildung dazu.

### Marc Kuttnigg

Marc Kuttnigg ist seit 1999 bei der Polizei. Seit 2003 ist er auch als Ausbilder tätig. Zusätzlich bildet er im Privatbereich Mitarbeiter/innen von Sicherheitsfirmen aus und beschäftigt sich mit Event-, Unternehmenssicherheitsangelegenheiten und Personenschutz.

### Mag.<sup>a</sup> Christine Leyroutz

Christine Leyroutz ist Klinische- und Gesundheitspsychologin. Sie arbeitet als Gerontopsychologin selbstständig und in Pflegeheimen der Diakonie De la Tour. Frau Leyroutz ist im Fortbildungsbereich verschiedenster Institutionen zu den Themen "Alter und Demenz" tätig wobei ihr persönlicher Schwerpunkt am Thema "Ethik und Demenz" liegt.

### Sabine Markut

Sabine Markut ist Yogalehrerin und Inhaberin des Yogastudios YOGAlicious in Klagenfurt. Seit 2012 unterrichtet sie einen pragmatischen und für jeden zugänglichen Hatha-Vinyasa Yogastil und hat auf diesem Gebiet zahlreiche Aus- und Fortbildungen absolviert.

### Univ. Doz. Mag. Dr. Werner Mussnig

Werner Mussnig war von 2000 bis 2010 Professor für Betriebswirtschaftslehre an der Alpen Adria Universität Klagenfurt und als wissenschaftlicher Leiter verschiedener Lehrgänge in der Erwachsenenbildung im gesamten Bundesgebiet tätig. Außerdem hält er Geschäftsführerpositionen in verschiedenen Unternehmen unterschiedlicher Branchen inne, ist Unternehmensberater und Vortragender sowie Vorstand der Fachhochschulen Kärntens. Werner Mussnig ist Familienvater und Autor zahlreicher Bücher und Publikationen.

### Manuel Neuwirth

Manuel Neuwirth hat nach seiner Lehre zum Fitnesstrainer seinen Fokus auf den Sicherheitsbereich gerichtet. Seine bisherige berufliche Laufbahn hat ihn nach der Sondereinheit beim Bundesheer, zu Auslandseinsätzen in Krisengebiete, zur Aus- und Weiterbildung in den Bereichen Worst-Case-Szenarien, sowie zum Schutz von Personen und der Risikoanalyse gebracht. Auch als Assistent des Sicherheitsmanagers der Casinos Austria Kette und als leitender Angestellter des Sicherheitsmanagement einer Privatstiftung konnte Herr Neuwirth Erfahrung im Bereich der Eigensicherung sammeln.

### DGKP Barbara Oberherzog

Barbara Oberherzog ist diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und an der Abteilung für Anästhesiologie und Intensivmedizin im LKH Villach tätig. Sie ist interne Trainerin für ganzheitliches Körpertraining.

### DGKP Karin Pichler

Karin Pichler ist seit 1990 am LKH Villach als diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin tätig. 2009 absolvierte sie eine Ausbildung zur Kontinenz- und Stomaberaterin. Seit 2010 ist sie in der chirurgischen Ambulanz mit Stomaambulanz beschäftigt.

### Michael Rainer

Sifu Michael Rainer kann auf 25 Jahre Kampfkunsterfahrung und auf 15 Jahre im Sicherheitsgewerbe in Wien zurückblicken. Er war beim Bundesministerium für Justiz beim Oberlandesgericht Wien tätig und ist für die IWKA, deren Sitz in Hongkong ist, Landestrainer für Österreich und Deutschland.

### Daniela Rak

Daniela Rak ist Abfallbeauftragte und Umwelt-Auditorin im Klinikum Klagenfurt. Sie hat ihre Ausbildung mit dem Schwerpunkt Umwelt „EMAS III“ im Umweltbundesamt absolviert. Sie hält Vorträge in den Häusern des KABEG-Verbundes und an den Kärntner Schulen für Gesundheit und Krankenpflege.

### Dr.<sup>in</sup> Ursula Reiter

Ursula Reiter hat ihre Ausbildung zur ganzheitlichen diplomierten Seh-Trainerin in Oberursel/Deutschland abgeschlossen. Sie hält auch Seminare für Ismakogie und für Ernährung nach den 5 Elementen. Außerdem hat sie die Ausbildung für Traditionelle Chinesische Medizin und Homöopathie absolviert.

### Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Sylvia Roth

Sylvia Roth hat Psychologie und Pädagogik studiert und arbeitet als Trainerin, Coach und Mediatorin, sowie in der psychologischen Beratung. Sie leitet seit Jahren Seminare zu vielen psychosozialen Themen, aber auch im Bereich Kommunikation und gesunde Ernährung.

### Mag.<sup>a</sup> Katja Russinova, MSc, BSc

Katja Russinova ist Psychotherapeutin und Psychologin in freier Praxis sowie in der forensischen Ambulanz in Klagenfurt tätig. Ihr psychotherapeutisches Fachspezifikum hat sie in Kärnten absolviert und sich für einen existenzanalytischen und ressourcenorientierten Ansatz entschieden. Seit Jahren ist sie als Referentin im Gesundheitsbereich tätig, wobei sie sich auf die Themen seelische Gesundheit und Gesundheitsprävention spezialisiert hat.

### Patricia Santo-Passo

Patricia Santo-Passo ist seit 2015 als smovey Coach tätig und hat durch mehrere Weiterbildungen in den verschiedenen Anwendungssparten (smovey Kids-Senioren; smoveyFASTIC; RelaxWellness; smoveyRebalance) den Status „smoveyTrainerin“ erworben. Im Rahmen der BVAEB Gesundheitsförderung stellt sie die Möglichkeiten mit smovey in einem beschwingten Workshop vor.

### Mag.<sup>a</sup> Barbara Schabata

Barbara Schabata ist Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin und Sexualtherapeutin. Seit 2015 hat sie die organisatorische Leitung der Opferschutzgruppe im LKH Villach inne und hat bereits zahlreiche Fortbildungen zum Thema Gewalt und Aggression abgehalten.

### Mag.<sup>a</sup> Martina Schellander-Kurath

Martina Schellander-Kurath hat neben dem Studium der Soziologie auch ein Studium der Instrumental- und Gesangspädagogik absolviert. Zusätzlich zu ihrer langjährigen Berufserfahrung als Atem- und Stimmtrainerin ist sie auch als Vortragende bei Sozialversicherungsträgern, Gesundheitseinrichtungen, Beratungsstellen und in der Lehrer/innenfortbildung tätig.

### DGKP Christiane Schlintl

Christiane Schlintl ist Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin (Kinderkrankenpflegerin). Sie hat neben dem Universitätslehrgang für leitende Fachkräfte im Gesundheitswesen, die

Weiterbildungen „Pflege und Erziehung in der Kinder- und Jugendpsychiatrie“ und „komplementäre Pflege – Aromapflege“ sowie den Lehrgang „Grüne Kosmetik Pädagogik“ absolviert. Sie leitet Seminare zum Thema Aromapflege im LKH Villach.

#### Gabriele Schreilechner, MA

Gabriele Schreilechner ist Geschäftsführerin der Sandless®-Consulting KG mit eigener Praxis in Klagenfurt. Sie ist Expertin in den Bereichen Kommunikationstraining und Konfliktmanagement. Neben Psychologischer Beratung, ROMPC®-Coaching, Burn-out Prävention, und Führungskräfte-Management, hat sie an der PH-Kärnten das Hochschulstudium Supervision, Coaching und Organisationsentwicklung absolviert. Weiteres hat sie an der Fachhochschule Kärnten das Studium Mediation und Konfliktmanagement abgeschlossen. Frau Schreilechner leitet an der FH Kärnten sowie in vielen Organisationen und Unternehmen Workshops und Seminare zum Thema Kommunikationsmanagement.

#### Mag. Marian Schuster

Marian Schuster ist Krankenhauspfarrer am LKH Villach. Er hat seine Klinische Seelsorgeausbildung mit Schwerpunkt Psychiatrie und Intensivmedizin in Heidelberg, Stuttgart und Bielefeld abgeschlossen und eine Ausbildung in Themenzentrierter Interaktion und Gestalttherapie absolviert. Er leitet seit Jahren Seminare zum Thema „Sterben und Tod“.

#### Dr.<sup>in</sup> Andrea Schwarz-Adelbrecht

Andrea Schwarz-Adelbrecht ist Assistenzärztin an der Gefäßchirurgie des LKH Villach. Als Zertifizierte Wundmanagerin (ZWM) hält sie seit Jahren Vorträge zum Thema Wundmanagement.

#### Franz Schweidler

Franz Schweidler ist Unternehmensberater für Barrierefreiheit und Experte für aktives Altern. Mit seinem Unternehmen Schweidler&Comfort4all berät er Privatpersonen und Unternehmen.

#### DGKP Gerhard Spreitzer

Gerhard Spreitzer hat mehr als 30 Jahre Erfahrung in der Betreuung und Pflege von an Demenz erkrankten Menschen, sowie in der Beratung von deren Angehörigen. Er ist gerichtlich zertifizierter Sachverständiger in der Gesundheits- und Krankenpflege, absolvierte eine Coachingausbildung und ist Validationslehrer nach Naomi Feil.

### Mag.<sup>a</sup> Edith Steiner

Edith Steiner war während ihres Studiums der Sozial- und Wirtschaftswissenschaften Studienassistentin an der Universität Graz. Nach einigen Jahren in der Wirtschaft und als Journalistin und Redakteurin beim ORF (Schwerpunkte: Medizin, Psychologie, Soziales, Menschenportraits), nahm sie an Ausbildungen im In- und Ausland (u.a. Motivationstraining / Brian Tracy, Mind Control / Maria Sorel de Neufchateau, Erfolgsoptimierung / Brian Tracy, Alphatraining durch Tonfrequenzen / Cheryl Williams) teil. Seit 1993 ist sie selbständige Mentaltrainerin und Coach. Ihre Seminare basieren auf dem erlernten Wissen und den im Alltag erlebten Erfahrungen mit Mentaltraining.

### Mag.<sup>a</sup> Jasmin Thamer

Jasmin Thamer ist Klinische- und Gesundheitspsychologin, Mediatorin (Ziv.Mediat.G) und selbstständige Unternehmensberaterin mit den Schwerpunkten Gruppendynamik und Organisationsentwicklung. Sie hat ihre klinische Praxisausbildung auf der Station für Psychosomatik und der Psychiatrie absolviert und als Projektmitarbeiterin die ambulante Nachbetreuung begleitet.

### Prim. Dr. Ernst Trampitsch

Ernst Trampitsch ist Abteilungsleiter an der Abteilung für Anästhesiologie und Intensivmedizin am LKH Villach. Er hat sein Studium in Graz und seine weitere Ausbildung in Klagenfurt, Wien und London absolviert. Er beschäftigt sich unter anderem mit ethischen Fragestellungen im Bereich der Intensivmedizin und ist seit mehreren Jahren Mitglied der Ethikkommission des Landes Kärnten.

### DGKP Patricia Ventre

Patricia Ventre ist seit 1994 als diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin an der Kinderabteilung am LKH Villach tätig. Nach Abschluss der Weiterbildung für basales und mittleres Management 2007 in Klagenfurt erfolgte 2013 der Abschluss des Weiterbildungslehrganges zum Akademischen Gesundheits- und Pflegemanager in Feldkirchen. 2016 absolvierte sie die Weiterbildung Komplementäre Pflege – Aromapflege gem. § 64 GuKG. Seit 2009 ist sie in der Funktion der Abteilungsleitung Pflege tätig, leitet die Arbeitsgruppe Aromapflege im LKH Villach und begleitet die Umsetzung der Aromapflege im LKH Villach.

### Michael Vilanek

Michael Vilanek ist seit 1995 als Diätologe im Landeskrankenhaus Villach tätig.

### Mag.<sup>a</sup> Elke Waldner

Elke Waldner ist Psychologin und als Lebensberaterin mit den Schwerpunkten Supervision & Coaching seit 18 Jahren selbständig in eigener Praxis tätig. Nach dem Diplomstudium der Psychologie in Graz absolvierte sie eine 3-jährige Ausbildung zum Dipl. Mental-Coach. Lebenslanges Lernen und Begleitung von Menschen bei ihrer persönlichen Entwicklung zu verschiedensten Themenfeldern ist nicht nur ein Schwerpunkt ihrer Arbeit, sondern auch eine Herzensangelegenheit.

### DGKP Mag.<sup>a</sup> (FH) Gerlinde Werginz, MAS

Gerlinde Werginz ist selbstständige Unternehmensberaterin, Trainerin und Coach. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Kommunikation und Konfliktlösung, Teamentwicklung und -begleitung sowie Betriebliche Gesundheitsförderung.

### DGKP Simon Wurzer

Simon Wurzer ist seit 14 Jahren als DGKP – und Stations- bzw. Abteilungsleitung - im LKH Villach tätig. Er hat zahlreiche Weiterbildungen absolviert, unter anderem Wundmanagement (WM), Palliative Care, Basales und Mittleres Management, Sonderausbildung Intensivpflege. In seiner Funktion als Koordinator der Wundgruppe im LKH Villach hält er seit Jahren Vorträge zum Thema Wundmanagement.

### Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Eva Zwitter

Eva Zwitter ist seit 20 Jahren als Psychologin tätig. Ihre Ausbildung umfasst u.a. Zertifizierungen als Klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin, Arbeitspsychologin und Organisationspsychologin. Ihre fachlichen Schwerpunkte liegen in der Betrieblichen Gesundheitsförderung, im Stress- und Selbstmanagement, im Stärken- und Ressourcetraining und in der Persönlichkeits-, Führungskräfte- und Teamentwicklung sowie im Business- und Personal Coaching. Sie ist Expertin für Prävention und Gesundheitsförderung.

# Veranstaltungsorte

## Hotel-Pension Melcher

Greutherweg 31  
9580 Drobollach am Faaker See  
Telefon: +43 (0) 4254 2321  
E-Mail: [office@hotel-melcher.at](mailto:office@hotel-melcher.at)  
[www.hotel-melcher.at](http://www.hotel-melcher.at)

## Kloster Wernberg Bildungshaus

Klosterweg 2  
9241 Wernberg bei Villach  
Telefon: +43 (0) 4252 2216  
E-Mail: [gaeste-bildungshaus@klosterwernberg.at](mailto:gaeste-bildungshaus@klosterwernberg.at)  
[www.klosterwernberg.at](http://www.klosterwernberg.at)

## Schule für Gesundheit und Krankenpflege

Europaplatz 3  
9500 Villach  
Telefon: +43 (0) 4242 22292

## Seminarhotel Zollner

Finkensteinerstraße 14  
9585 Gödersdorf bei Villach  
Telefon: +43 (0) 4257 28560  
E-Mail: [office@hotel-zollner.at](mailto:office@hotel-zollner.at)  
[www.hotel-zollner.at](http://www.hotel-zollner.at)

## Seminarräume LKH Villach

Landeskrankenhaus Villach  
Nikolaigasse 43  
9500 Villach  
Telefon: +43 (0) 4242 208-63980  
E-Mail: [andrea.petutschnigg@kabeg.at](mailto:andrea.petutschnigg@kabeg.at)

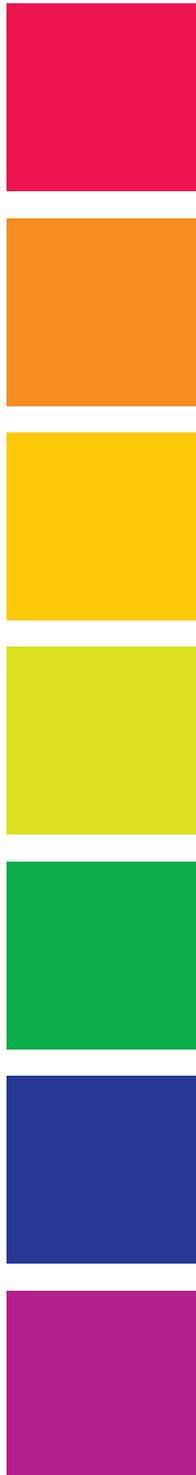
## Thermenhotel Karawankenhof

Kadischenallee 27  
9504 Warmbad-Villach  
Telefon: +43 (0) 4242 3001 2099  
E-Mail: [karawankenhof@warmbad.at](mailto:karawankenhof@warmbad.at)  
[www.karawankenhof.com](http://www.karawankenhof.com)

# Unsere Auszeichnungen und Zertifizierungen



# Unsere Bildungskooperationen





## IMPRESSUM & KONTAKT

KABEG LKH Villach  
Abteilung Betriebe  
Nikolaigasse 43, 9500 Villach

T: +43 (0)4242 208-63980

F: +43 (0)4242 208-61980

