

Für wen ist die Weiterbildung interessant?

Für Menschen,

- die sich als kompetenter Ansprechpartner im Bereich Gesundheitsberatung selbständig machen möchten und den Wiedereinstieg in das Berufsleben planen
- die im Betrieb ein betriebliches Gesundheitsmanagement entwickeln wollen
- die Gesundheitscoach bei ihrem Arbeitgeber werden möchten
- die im Betriebs-/Personalrat mitarbeiten
- die sich im Rahmen ihrer Tätigkeit für Gesundheitsthemen interessieren und ihre Gesundheitskompetenz erweitern möchten
- die ein zusätzliches berufliches Standbein haben möchten

Für Unternehmen und Arbeitgeber, die sich Gesundheitskompetenz über qualifizierte Mitarbeiter in den Betrieb holen möchten.

Teilnahmevoraussetzungen:

Eine Berufsausbildung oder ein abgeschlossenes Studium (vorzugsweise im medizinischen, pharmazeutischen, sozialen, pädagogischen oder sportlichen Bereich).

Ein grundsätzliches Interesse an Gesundheitsthemen wird ebenso vorausgesetzt wie die Bereitschaft, gerne mit Menschen zu arbeiten.

Kosten:

Die Weiterbildung kostet 990 €. Es kann eine Förderung von 50 % beantragt werden.



Informationen:

VHS Höxter-Marienmünster

Möllinger Str. 9

37671 Höxter

Dr. Claudia Gehle

Telefon 05271 963 4301
c.gehle@vhs-hoexter.de

Organisation:

- Berufsbegleitende Weiterbildung
- Ein fester Abend (i.d.R. Donnerstag) pro Woche 18 Uhr bis 21.15 Uhr
- Unterricht sowohl in Präsenz, als auch im Blended-Learning Format
- Umfang 130 Unterrichtsstunden
- Ende im Juni 2022
- Digitale Kursbegleitung im Web (vhs-cloud)
- Qualifizierte Dozenten



WEITERBILDUNG Geprüfter Gesundheitscoach (VHS)



Start: 30. Sept. 2021
Anmeldung und Informationen in der VHS

„Gesundheit ist der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens ... sich des bestmöglichen Gesundheitszustandes zu erfreuen, ist eines der Grundrechte jedes Menschen ...“ (WHO).

Die von außen einwirkenden Belastungen des (Berufs-) Alltags schlagen die Gesundheit enorm an. Stress, Überforderung, falsche Bewegungsabläufe, ungünstige Ernährung und ein die Gesundheit vernachlässigender Lebensstil können das persönliche Wohlbefinden und die Arbeitsleistung sehr beeinträchtigen.

Gesundheit ist nicht nur für das Individuum ein Thema sondern auch ein gesellschaftlicher und wirtschaftlich relevanter Faktor. Gesundheit ist eine Ressource für die wirtschaftliche Stabilität eines Unternehmens. Betriebliche Gesundheitsförderung trägt zur Sicherung des Fachkräftebedarfs und durch Prävention zur Gesunderhaltung und Zufriedenheit von Mitarbeitern bei.

Die Gesundheitskompetenz in Deutschland ist nach neuesten Erkenntnissen schlecht. Viele Menschen sehen sich im Umgang mit gesundheitsrelevanten Informationen vor erhebliche Schwierigkeiten gestellt.

Der Gesundheitscoach ist eine willkommene Anlaufstelle: Er fungiert als kompetenter Ratgeber und Lotse zu Hilfsangeboten, Kursen, Fachdiensten, Experten und Ärzten. Der Gesundheitscoach kennt vertrauenswürdige Informationsquellen und unterstützt beim Umgang mit gesundheitsfördernden Maßnahmen, mit dem Ziel die Gesundheit und Zufriedenheit des Klienten zu fördern.

Arbeitgeber sichern sich mit qualifizierten Gesundheitscoaches kompetente Beratung und Unterstützung bei Fragen des betrieblichen Gesundheitsmanagements für ihren Betrieb.

Der Gesundheitscoach kann als selbständiger Berater tätig werden oder er setzt sein Know-How als Mitarbeiter im betrieblichen Umfeld ein.

Modul 1 Grundlagen	Gesundheitsbegriff, Gesundheitskompetenz Gesundheit als Coachingthema Aufgabenspektrum eines Gesundheitscoaches
	Resilienz, Psyche und Gesundheit, Stressmanagement
Modul 2 Methoden und Instrumente - ihr Beitrag zur Gesundheit und Prävention	Ausgewählte Entspannungsmethoden: Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung (PME), Bodyscan, Waldbaden
	Fitness Grundlagen Ausgewählte Bewegungsangebote: Nordic Walking, Yoga, Aquasport, „Bewegte Pause“, Laufen
	Gesundheitsfördernde Ernährung
<i>Praktische Übung und Vertiefung aller Themen!</i>	
Modul 3 Kommunikation	Grundlagen, Gesprächsführung, Gesprächskultur, Beratung, Praktische Übungen
	Beratungs- und Coachingsituationen, Moderationstechniken Praktische Übungen
Modul 4 Bezug zur Arbeitswelt	Handlungsfelder im betrieblichen Gesundheitsmanagement, Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Typische (Skelett-)Erkrankungen am Arbeitsplatz
Modul 5 „Dies und das“	Grundwissen Suchtkrankheiten Regionale gesundheitsrelevante Akteure (Digitale) Recherchemethoden, Indikatoren für Glaubwürdigkeit Rechtliche u. kaufm. Grundlagen Finanzielle Fördermöglichkeiten E-Health Präsentation

Umfang: 130 Unterrichtsstunden

zzgl. Selbstlernzeiten

Prüfung

Schriftliche Hausarbeit mit Anwendungsbezug, individuelle Betreuung und Begleitung durch einen Dozenten. Abschlussgespräch.

Abschluss:

Zertifikat Geprüfter Gesundheitscoach (VHS)



Kosten und Förderung:

Diese Qualifizierung kostet 990 €. Bei Vorliegen der Voraussetzungen kann eine Förderung in Höhe von 50 % über Bildungsscheck NRW oder Bildungsprämie Bund erfolgen. Die Förderung kann sowohl von Betrieben als auch von Einzelpersonen in Anspruch genommen werden.

Weitere Informationen dazu erhalten Sie bei der VHS oder Gesellschaft für Wirtschaftsförderung im Kreis Höxter.



Vom Land NRW anerkannter
Träger der Weiterbildung