

**NEU**  
exklusiv für  
Gesundheits-  
berufe

# Gesundheitswoche Fit & G'sund im Gesundheitsberuf

GUTE GESPRÄCHE BRINGEN ALLEN WAS!



# Fit & G'sund im Gesundheitsberuf

## Inhalte

- 16 h Kommunikationstraining für Gesundheitsberufe (nach ÖPGK-tEACH-Standard)
  - Gesundheitsinformationen leicht verständlich vermitteln
  - Mit starken Emotionen zielführend umgehen
  - Motivieren und mit Widerstand umgehen
  - Training mit Schauspielpatienten
- Strategien zur Psychohygiene
- Vermittlung und Erarbeitung von Lösungsstrategien im Umgang mit Stress, belastenden Lebens- und Arbeitssituationen
- Entspannungseinheiten
- Körper-Check: Messung der Körperzusammensetzung (BIA = Bioelektrische Impedanz-Analyse)
- Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining für den seelischen Ausgleich

## Zielgruppe

Angehörige von Gesundheitsberufen mit direktem Patientenkontakt.

## Dauer und Kosten

Dieses Gesundheitsangebot dauert insgesamt 10 Tage und besteht aus einer Grundwoche und einem verpflichtenden 3-tägigen Auffrischer nach ca. sechs Monaten.

Die Kosten übernimmt die SVS. Eine einkommensabhängige Zuzahlung ist zu leisten.

**Das Projekt wird zum Teil aus Mitteln der Landesgesundheitsförderungsfonds Wien, Burgenland, Oberösterreich, Steiermark und Tirol finanziert.**

Nähere Informationen über den Aufenthalt, Termine und Antragsformulare erhalten Sie im Internet unter [svs.at/gesundheitsangebote](https://svs.at/gesundheitsangebote) oder im Dienstleistungszentrum (DLZ) Sicherheit & Gesundheit:

E-Mail: [dlz.sg@svs.at](mailto:dlz.sg@svs.at), Tel.: 050 808 808

**Impressum:** Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen, 1051 Wien, Wiedner Hauptstraße 84–86, Tel. 050 808 808, Hersteller: Druck - SVD-Büromanagement GmbH, Wien

Foto: shutterstock (Cover)

Damit die Texte leichter lesbar bleiben, verzichten wir auf eine Unterscheidung des Geschlechts. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung geschlechtsneutral.

SG-130a, Stand: 2025