

Fango? Ich mach mir  
nicht so viel aus Tanzen.

**Wir bringen  
Sie auf Kurs!**

# 9

## Gesundheit Wellness

Für das Produktmanagement  
verantwortlich:



**Monika Giselbrecht, Betr.oec.**  
05572/3894-466  
giselbrecht.monika@vlbg.wifi.at



**Mag. Barbara Zraunig, MAS**  
05572/3894-460  
zraunig.barbara@vlbg.wifi.at

Ihre Ansprechpartner für persönliche Beratung,  
allgemeine Informationen, Buchungen und Förderungen  
entnehmen Sie der jeweiligen Kursbeschreibung.

# Inhalt

## Gesundheit / Wellness

Ordinationsassistenz .....	338
Praxismanagement .....	338
Massage .....	338
Diätküche .....	339
Bäderpersonal .....	338
Cranio Sacrale Körperarbeit .....	340
Kinesiologie .....	340
Meditations- und Achtsamkeitslehrer .....	341

## Vorträge

Mentaltraining für (Hobby-)Sportler .....	342
Mensch ärgere Dich nicht .....	342

## Stichwortverzeichnis

Seite .....	345
-------------	-----

## Anmeldeformulare

Seite .....	349
-------------	-----



Die Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft – kurz SVA – betreut als gesetzliches Versicherungsinstitut der Selbständigen allein in Vorarlberg über 35.000 UnternehmerInnen und deren Angehörige in den Bereichen Kranken- und Pensionsversicherung.

### Unser Service:

- ✓ Persönliche und kompetente Beratung
- ✓ Effektive und rasche Leistungserbringung
- ✓ Innovative Angebote bei Gesundheitsförderung und -prävention



Für die Versicherten erbringt die SVA-Landesstelle in Vorarlberg jährlich Geld- und Sachleistungen von rund 200 Millionen Euro.



### Noch Fragen? – Wir sind für Sie da!

Schlossgraben 14, 6800 Feldkirch

**[www.svagw.at](http://www.svagw.at)**

Kundenzone:  
Mo-Do 07:30 – 14:30 Uhr  
Fr 07:30 – 13:30 Uhr

Versicherungsservice	☎ 05 08 08 – 2029	✉ <a href="mailto:VS.VBG@svagw.at">VS.VBG@svagw.at</a>
Pensions- und Pflegegeldservice	☎ 05 08 08 – 2039	✉ <a href="mailto:PPS.VBG@svagw.at">PPS.VBG@svagw.at</a>
Gesundheitsservice	☎ 05 08 08 – 2049	✉ <a href="mailto:GS.VBG@svagw.at">GS.VBG@svagw.at</a>


### Symbol-Legende:

- .....
- Kostenlose Info-Veranstaltung
- Abschluss / Anerkennung
- Förderung
- Neues Kursangebot
- Wichtiger Hinweis
- Ergänzende Kurse
- Akademische Ausbildungen



## Gesundheit/Wellness

### Lehrgänge mit anerkannten Abschlüssen

Lehrgang	Starttermin	Semester	TE	S.
Ordinationsassistenten	H / 2016 F / 2017	■ ■	650	338
Praxismanagement	F / 2017	■	82	338
Diätetisch geschulter Koch	F / 2017	■	110	339
Diplom Diätkoch	auf Anfrage	■	80	339
Cranio Sacrale Körperarbeit		auf Anfrage		340
Kinesiologie		auf Anfrage		340
Mediations- und Achtsamkeitslehrer	F / 2017	■	152 	341

F/H = Frühling/Herbst, TE = Trainingseinheiten,  = Kostenlose Info-Veranstaltung, S. = Seite



#### Kostenlose Info-Veranstaltung

Gehen Sie auf Nummer sicher und gewinnen Sie einen persönlichen Eindruck von der Ausbildung, die für Sie in Frage kommt.



#### Förderung

Viele Kurse und Ausbildungen werden finanziell gefördert. Einen Überblick über alle Ihre Vorteile erhalten Sie auf den Seiten 10 bis 13.



## Ordinationsassistentenz

Das Bundesgesetz „Medizinische Assistenzberufes-Gesetz“ (MABG) vom 25. September 2012 und die entsprechende Ausbildungsverordnung vom 30. September 2013 regeln u.a. die Ausbildung und Berufsbezeichnung der Ordinationsassistentenz. Die Ordinationsassistentin umfasst die Assistenz bei medizinischen Maßnahmen in ärztlichen Ordinationen, ärztlichen Gruppenpraxen, selbstständigen Ambulatorien und Sanitätsbehörden nach ärztlicher Anordnung und Aufsicht nach Maßgabe der ärztlichen Anordnung.

### Inhalt

Der Lehrplan richtet sich nach der gesetzlichen Ausbildungsverordnung. Der Gesamtumfang der Ausbildung beträgt 650 Stunden, wobei ca. die Hälfte als Praktikum zu absolvieren ist.

### Prüfung

Die Ausbildung endet mit einer kommissionellen Abschlussprüfung. Um zur Abschlussprüfung zugelassen zu werden, müssen die Anwesenheitspflicht erfüllt sowie die Einzelprüfungen und das Praktikum positiv abgeschlossen sein.

Personen, die zur Ausübung der Ordinationsassistentenz berechtigt sind, dürfen die Berufsbezeichnung „Ordinationsassistent“ / „Ordinationsassistentin“ führen.



### Zeugnis

**Trainingseinheiten:** 650 (inkl. ca. 50 % Praktikum)  
**Beitrag:** € 3.490,-  
**Ort:** WIFI Dornbirn

### Termine

**14.10.2016 - Nov. 2017**

Fr 14:15 - 21:45 Uhr  
fallweise samstags  
**Kursnummer:** 43070.01

**5.4.2017 - Nov. 2017**

Mi + Fr 18:30 - 21:45 Uhr  
Sa 8:15 - 15:45 Uhr  
**Kursnummer:** 43150.01

### Persönliche Beratung

Sandra Geißinger  
05572/3894-467  
geissinger.sandra@vlbg.wifi.at



Weitere Infos anfordern



## Praxismanagement

Die Aufgaben des Praxismanagements reichen weit über die Praxisverwaltung hinaus. Die Praxismanagerin leistet einen wichtigen Beitrag zum nachhaltigen Erfolg der Arztpraxis und der Patientenzufriedenheit.

Zu den Aufgabengebieten gehört eine reibungslose Organisation des Praxisalltags, den sie dementsprechend ziel- und ergebnisorientiert mit Unterstützung eines entsprechenden Teams leitet. Die Praxismanagerin identifiziert sich mit den Zielen und den Aufgaben ihres Arbeitgebers, sie agiert eigenständig und arbeitet verantwortungsbewusst.

Durch eine enge Zusammenarbeit mit den führungsverantwortlichen Ärzten unterstützt die Praxismanagerin die Qualitätssicherung, die Wirtschaftlichkeit der Praxis und sorgt für eine optimale Weiterentwicklung und Förderung der Mitarbeiterinnen in ihrem Team.

### Teilnehmer

Praxismitarbeiter mit 2-3 Jahre einschlägiger Berufserfahrung.

### Inhalt

- Management und Führung
- Gesprächsführung
- Marketing und Öffentlichkeitsarbeit
- Betriebssoziologie und -psychologie
- Case-Management
- Qualitätssicherung
- Betriebswirtschaftslehre

### Abschluss

Projektarbeit

### Abschlussdiplom

Alle Teilnehmer mit positivem Abschluss erhalten das WIFI-Diplom „Praxismanagement“.



WIFI-Diplom

**Trainingseinheiten:** 82

**Beitrag:** € 1.750,-

### Termin

**13.1.2017 - Juni 2017**

Termine berufsbegleitend  
lt. Stundenplan  
WIFI Dornbirn

**Kursnummer:** 43160.01

### Persönliche Beratung

Sandra Geißinger  
05572/3894-467  
geissinger.sandra@vlbg.wifi.at



Weitere Infos anfordern



## Massage-Ausbildungen

Bitte fordern Sie unser ausführliches Detailprogramm zur Berufsausbildung Massage an.

### Persönliche Beratung

Susanne Koller  
05572/3894-689  
koller.susanne@vlbg.wifi.at



Weitere Infos anfordern



## Ausbildungen für Bäderpersonal

Ausbildungen für Bäderpersonal (Ausbildung zum Saunawart, Badewart für Grossanlagen, Aufschulung zum Bademeister) werden bei entsprechender Nachfrage im Frühjahr 2017 durchgeführt.

**Interessierte können sich bis 1.12.2016 vormerken lassen.**

### Persönliche Beratung

Susanne Koller  
05572/3894-689  
koller.susanne@vlbg.wifi.at



## Diätetisch geschulter Koch

### Teilnehmer

Köche aus der Gastronomie, Hotellerie und Gemeinschaftsverpflegung (Wellnesshotels, Kuranstalten, Krankenhäuser, Seniorenheime etc.)

### Voraussetzungen

Lehrabschluss Koch + mindestens 2-jährige nachfolgende Berufspraxis oder eine 5-jährige einschlägige Praxis ohne Lehrabschluss.

### Ziel

Sie erhalten eine hochstehende Fachausbildung in den Bereichen Ernährung und Diätetik.

### Inhalt

- Diätetik
- Ernährungslehre + Lebensmittelkunde
- Anatomie & Physiologie
- Nährstoffberechnung
- Lebensmittelchemie
- Hygiene

- Küchentechnisches Praktikum
- Exkursion

### Prüfung

lt. Infomappe

### Lehrgangsleitung

Petra Szlama, Diätologin

### Trainingseinheiten: 110

**Beitrag:** € 1.900,- inkl. Materialkosten

### Termin

**16.1. - 20.3.2017**

Mo + Di 8:00 - 17:00 Uhr  
WIFI Hohenems

**Kursnummer:** 77130.01

### Persönliche Beratung

Susanne Koller  
05572/3894-689  
koller.susanne@vlbg.wifi.at



**Weitere Infos anfordern**



## Diplom Diätkoch

Zukunftsorientierte Ausbildung für Köche mit Verantwortung

### Voraussetzungen

Köche, welche die Ausbildung zum „Diätetisch geschulter Koch“ positiv absolviert haben.

### Hinweis

Die „Ausbildung zum Diätetisch geschulter Koch“ startet im Frühjahr 2017.

### Inhalt

- Diätetik
- Speiseplangestaltung
- Nährstoffberechnung
- Lebensmittelkunde
- Küchentechnisches Praktikum & Workshop
- Lebensmittelrecht
- Kräuterkunde

### Lehrgangsleitung

Petra Szlama, Diätologin

### Trainingseinheiten: 80

**Beitrag:** € 1.650,- inkl. Prüfungsgebühr

**Ort:** WIFI Hohenems

### Termin auf Anfrage

Bitte lassen Sie sich auf die Interessentenliste setzen

### Persönliche Beratung

Susanne Koller  
05572/3894-689  
koller.susanne@vlbg.wifi.at



**Weitere Infos anfordern**



## Info Allergene Stoffe

Informationen über Zutaten, die Allergien hervorrufen können

Ab 13.12.2014 müssen auch Betriebe, die „offene Speisen und Getränke“ anbieten, aufgrund einer EU-Verordnung die 14 Hauptallergene und Süßstoffe (mit Aspartam bzw. Acesulfamsalz) in Speise- und Getränkekarten anführen. Für Österreich wurde in Verhandlungen mit dem Ministerium erreicht, dass auch eine mündliche Information durch einen geschulten Mitarbeiter ausreicht. Die Veranstaltung informiert über die grundsätzliche Regelung, die allergenen Stoffe sowie über mögliche Umsetzungen im täglichen Betriebsablauf.

Da gerade im Alltag eine wesentliche Verantwortung bei Ihren Mitarbeitern liegt, empfehlen wir auch die Teilnahme Ihrer Führungskräfte aus Küche und Service.

### Trainingseinheiten: 2

**Beitrag:** € 36,-

### Termine laufend

### Persönliche Beratung

Susanne Koller  
05572/3894-689  
koller.susanne@vlbg.wifi.at



**Weitere Infos anfordern**

# WIFI-Sporthilfe-Akademie

Bereits vor meinem ersten Start im Weltcup wurde ich von der Österreichischen Sporthilfe gefördert. Kurz danach wurde die WIFI-Sporthilfe-Akademie ins Leben gerufen. Sehr hilfreich empfand ich die Potenzialanalyse, in Kombination mit dem Personal Coaching. Beides bietet eine gute Orientierungshilfe und kann richtungsweisend für die Berufswahl sein.

Später habe ich fachspezifische und persönlichkeitsentwickelnde Kurse belegt, welche ich allesamt als interessant und lehrreich empfunden habe.

### Vita Marion Kreiner,

- aktuell Führende im Gesamt- und Parallelriesenslalomweltcup (PGS) 2014/15
- Gewinnerin PGS-Weltcup 2012/13, Zweite im Gesamtweltcup 2012/13
- Bronze WM 2015, Kreischberg, AUT (PSL - Parallelschlalom)
- Weltmeisterin 2009, Gangwon, KOR (PGS)
- Bronze Olympische Spiele 2010, Vancouver, CAN (PGS)



Foto: © Mit freundlicher Genehmigung von Orthomol GmbH Österreich

Aktuell führt die sympathische Steirerin sowohl den Gesamts als auch den Parallelriesenslalomweltcup an. Seit ihrer Premiere im Weltcup (2002) bestritt sie 134 Rennen auf höchster Ebene, von denen sie 24 am Podest beendete und fünf davon gewann. Bei Olympischen Spielen vertrat sie rot-weiß-rot bereits zwei Mal und gewann 2010 in Vancouver Bronze im Parallelschlalom.

Als Weltmeisterin kehrte sie 2009 aus Korea heim und konnte bei der Heimweltmeisterschaft im Lachtal eine Bronzemedaille zu ihrer Sammlung hinzufügen.

## Körper- und Energiearbeit

Verschiedene Wege, ein Ziel



Komplementäre Methoden sehen Gesundheit nicht als Fehlen von Krankheit, sondern als ausdrückliches Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele. Das WIFI Vorarlberg bietet in diesem Bereich zwei neue Ausbildungen an.

**Cranio Sacrale Körperarbeit** baut auf eine zarte, rhythmische Pulsation, den - neben Herzschlag und Atmung

- dritten Lebenspuls auf. Gearbeitet wird am ganzen Körper durch sanfte Berührung, mit Schwerpunkt SCHÄDEL (Cranium), Wirbelsäule und KREUZBEIN (Sacrum), daher die Bezeichnung Cranio Sacral. Wesentlich sind verschiedene Techniken und Herangehensweisen, ein anatomisches Grundverständnis vom Körper, ein Training in der Wahrnehmung der verschiedenen Gewebsschichten sowie Erfahrungen über die zahlreichen, dem Körper innewohnenden, Lebens- und Selbstheilungskräfte.

**Kinesiologie** lässt den Sinn von Symptomen oder Problemen erkennen. Sie sieht darin nützliche Signale, die den Menschen im Leben weiterbringen wollen und vermittelt so ein größeres Bild vom Ganzen. Sie ermöglicht die Sprache des Körpers zu deuten und Menschen bei ihrem Entwicklungsprozess zu unterstützen. Mit Hilfe des kinesiologischen Muskeltests werden Informationen aus tieferen Schichten des Bewusstseins gesammelt. Dies ermöglicht, ohne Umschweife zum Kern einer Sache vorzudringen und eine heilende Entwicklung zuzulassen. Symptome und Probleme beginnen sich zu lösen, sobald die Botschaften verstanden und die zugeordneten Selbstheilungskräfte aktiviert werden.



## Cranio Sacrale Körperarbeit

Die vermittelten Inhalte sind auf die Vielzahl jener Selbstheilungskräfte fokussiert, die zu Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensfreude verhelfen. Jegliche Symptomatik wird als Botschaft des Körpers gesehen, die dem Wachstum dient.

Der Cranio-Praktiker begegnet der Ganzheit des Menschen und „hört“ mit den Händen und dem Herzen auf den „inneren Arzt“ des hilfeschuchenden Menschen. Diese jedem Menschen innewohnende Weisheit steht dem Praktiker über Körpersignale und kinesiologische Symbolsprache zur Verfügung. Sie vermittelt die Geschichte hinter dem Symptom und führt ihn an Orte der Einschränkung, Blockierung und Stauung bzw. Veränderung und Gesundung. Dort entsteht mithilfe der Cranio Sacralen Berührung jener Entwicklungsspielraum, in dem Selbstheilung geschieht und das Wohlbefinden überraschend schnell und nachhaltig verbessert wird.

### Nutzen

- Sie können mit der Ausbildung selbstständig als Praktiker arbeiten.
- Sie lernen mit dem „inneren Arzt“ zu kommunizieren und den Selbstheilungsplan jeder Person freizulegen.
- Sie verwandeln problemzentriertes Denken und Handeln in lösungsorientierte, ganzheitliche Begleitung.
- Sie sind in der Lage mit Ihren Händen das Potenzial Ihrer Kunden zu wecken.
- Sie erwerben die Fähigkeit mit dem Herzen zu sehen und zu hören.
- Sie erfahren wie mühelos, spontan, aufregend und erfüllend Körperarbeit sein kann.
- Sie lernen sich von einem Lebensfluss tragen zu lassen, der Ihnen und Ihren Kunden zu persönlicher Freiheit, zu Gesundheit, Stärke und Erfolg verhilft.

### Abschluss

Bei erfolgreichem Abschluss erhalten Sie ein WIFI-Diplom.

### Praxiserfahrene Trainer

**Ort:** WIFI Dornbirn

**Termine und weitere Details auf Anfrage**

### Persönliche Beratung

Beate Amann  
05572/3894-473  
amann.beate@vlbg.wifi.at



*„Bei uns wird individuelle, persönliche Beratung großgeschrieben. Wir sind Ihnen sehr gerne bei Ihrer Kursauswahl behilflich. Kontaktieren Sie uns.“*



**Weitere Infos anfordern**



## Kinesiologie

Kinesiologie wird als die Lehre der Bewegung verstanden. Wir sehen darin weniger Bewegungsübungen als vielmehr das In-Bewegung-Kommen der eigenen Entwicklung, des eigenen Selbst.

Mithilfe des kinesiologischen Muskeltests legen wir, vorbei am Verstand, an Widerständen, an Vorstellungen und Konzepten, einen Zugang zu Informationen aus tiefen Schichten des Bewusstseins. Dort liegen die Antworten auf Probleme und Symptome. Hauptaufgabe des Kinesiologen ist es, die Kunden mit diesen Antworten in Kontakt zu bringen und zu halten. So können ganz unmittelbar seelische, geistige und körperliche Dynamiken ein Teil jedes Gesundungsprozesses und neue Ressourcen freigelegt werden. Das Austesten und Anwenden verschiedenster energetischer Techniken unterstützt diesen Entwicklungsprozess.





## Meditations- und Achtsamkeitslehrer

Persönlichkeitsentwicklung und berufliche Qualifikation in Einem

### Nutzen

- Befähigung, selbstständig als Kinesiologe arbeiten zu können
- Selbsterfahrung, Sinn- und Selbstfindung
- Persönliche Entwicklungsprozesse
- Entfaltung des eigenen Potenzials
- Ablegen von Masken
- Lebensfreude

### Abschluss

Bei erfolgreichem Abschluss erhalten Sie ein WIFI-Diplom.

### Praxiserfahrene Trainer

**Ort:** WIFI Dornbirn

### Termine und weitere Details auf Anfrage

### Persönliche Beratung

Beate Amann  
05572/3894-473  
amann.beate@vlbg.wifi.at



Wir Menschen der Moderne haben verlernt nichts zu tun. Ständig gibt es etwas zu erfahren, zu wissen, zu erreichen. Ein Großteil der Menschheit ist überlastet, hat sich selbst überfordert und sucht nach Ausgleich und Ruhe. Meditation ist ein bewährtes Mittel zurück zum Ursprung, zurück nach Hause zu uns selbst. Diese Ausbildung bietet Ihnen den Rahmen für jede Menge Meditations- und Übungspraxis. Sie lernen, sich bei der Anleitung von Meditationen zu vertrauen, ein Verständnis von Meditation weiterzugeben sowie Meditierende zu begleiten.

### Teilnehmer

Alle, die Meditation für sich entdecken möchten und vorhaben, als Meditationslehrer zu arbeiten sowie alle, die ihre vorhandene Tätigkeit mit Meditation ergänzen und bereichern möchten.

### Voraussetzungen

- Mindestalter 18 Jahre
- Bereitschaft, auch außerhalb des Unterrichts Meditation zu üben.
- Bereitschaft zur Durchführung häuslicher Übungen von einer Stunde pro Tag zwischen den Ausbildungsmodulen.

### Inhalt

- Eigenerfahrung und Selbstwahrnehmung: Sich selbst kennenlernen und annehmen; Zum stillen Beobachter werden; Tiefe Entspannung erfahren.
- Lern- und Übungspraxis: Anleitung von stillen, geführten und bewegten Meditationstechniken
- Theoretische Grundlagen: Was ist Meditation, was nicht? Entmystifizierung von Meditation; körperliche und psychische Wirkungen; Planung und Organisation von Stunden, Kursen und Stilletagen
- Rechtliche und wirtschaftliche Grundlagen: Definition des Tätigkeitsbereiches; Abgrenzung zu Heil- und Therapieberufen; Möglichkeiten und Grenzen der gewerblichen Tätigkeit; Selbstmarketing

### Abschluss

Bei erfolgreichem Abschluss erhalten Sie ein WIFI-Diplom.

### Trainerteam

Wolfgang Kaschel & Edeltraud Schneider  
Meditations- und Achtsamkeitslehrer, langjährige Dozenten und Ausbilder für Bewusstseinschulung

**Trainingseinheiten:** 152

**Beitrag:** € 2.350,-

**Ort:** WIFI Dornbirn

### Termine

#### Kostenloser Info-Abend:

**Mi 25.1.2017**

18:00 - 19:30 Uhr

**Kursnummer:** 11121.01

#### Start Lehrgang: 1.3.2017

Termine laut Stundenplan

**Kursnummer:** 11122.01

### Persönliche Beratung

Beate Amann  
05572/3894-473  
amann.beate@vlbg.wifi.at



### Trainerstatement

Wolfgang Kaschel & Edeltraud Schneider



*„Es braucht Menschen, die durch die Wiederentdeckung ihrer Vollkommenheit und Unerschütterlichkeit den Weg vorausgehen und dann ihren Nächsten helfen, ihren eigenen dahin finden zu können.“*



## Mentaltraining für (Hobby-)Sportler



Mentaltraining ist im Hochleistungsbereich nicht mehr weg zu denken. Kaum ein Athlet oder eine Mannschaft greifen nicht auf die Unterstützung aus dem Kopf zurück.

Auch jeder (Hobby-)Sportler kann von den mentalen Methoden profitieren, die heute benutzt und gelehrt werden. Egal ob Sie regelmäßig joggen oder sich auf einen Marathon vorbereiten, egal ob Sie in einer Hobby Mannschaft Fußball spielen oder den Aufstieg in die nächste Liga planen – mentale Faktoren können Ihnen entscheidende Hilfestellung geben.

### Inhalt

- Psyche und Kraft
- Psyche und Ausdauer
- Psyche und Beweglichkeit
- Arbeit mit inneren Bildern
- Der innere Dialog

Lassen Sie sich bei diesem Vortrag von Clemens Maria Mohr inspirieren! Schwungvoll, unterhaltsam, humorvoll bekommen Sie viele nützliche Tipps und Tricks vom Experten.

### Referent

Clemens Maria Mohr  
Diplom-Sportwissenschaftler  
und Persönlichkeitstrainer

### Trainingseinheiten: 2

**Beitrag:** € 25,-

### Termin

**22.9.2016**

Do 18:00 - 20:00 Uhr  
WIFI Dornbirn

**Kursnummer:** 11020.01

### Persönliche Beratung

Beate Amann  
05572/3894-473  
amann.beate@vlbg.wifi.at

## Mensch ärgere dich nicht!

Hintergründe und Strategien für mehr Freude im Leben

Ärgern Sie sich manchmal? Sicher. Jeder ärgert sich hin und wieder. Aber wieso gibt es Menschen, die ständig aus der Haut fahren und andere, die den gleichen Situationen eher gelassen gegenüber stehen? Wieso regen wir uns in den gleichen Situationen immer wieder auf, während uns andere kalt lassen? Kann man was dagegen tun? JA! Es gibt die Möglichkeit, uns weniger zu ärgern. Es gibt Methoden, mit denen wir uns (und unser Umfeld) weniger aufregen. Es gibt die „Anti-Ärger-Technik“.

Wie diese Methoden genau funktionieren und wie Sie sie ab sofort anwenden können, erfahren Sie in diesem Vortrag.

### Ziele

- Die Teilnehmer lernen ihre eigene Psyche in Bezug auf Ärger besser kennen.
- Sie lernen sich so zu beeinflussen, dass sie sich in Zukunft weniger ärgern und gelassener mit negativen Situationen umgehen.
- Sie gehen positiver und optimistischer mit den täglichen Ärgernissen um.

### Inhalt

- Anti-Ärger-Technik
- „Pro-bleme“
- Körpersprache
- Wahrnehmung
- Auf Knopfdruck gut drauf

### Referent

Clemens Maria Mohr  
Diplom-Sportwissenschaftler  
und Persönlichkeitstrainer

### Trainingseinheiten: 2

**Beitrag:** € 25,-

### Termin

**23.2.2017**

Do 18:00 - 20:00 Uhr  
WIFI Dornbirn

**Kursnummer:** 11120.01

### Persönliche Beratung

Beate Amann  
05572/3894-473  
amann.beate@vlbg.wifi.at





# Die WIFIs in Österreich

## WEITERBILDUNG – IMMER IN IHRER NÄHE

Seit 70 Jahren ist das WIFI kompetenter Partner der österreichischen Wirtschaft. Deshalb entwickelt sich das Angebot laufend weiter: WIFI bietet Ausbildungen, die auf den Märkten nachgefragt werden. Praxis steht dabei immer im Vordergrund. Gemäß unserem Lernmodell LENA: Weil Teilnehmer/innen ihre Kompetenzen aktiv erarbeiten, sind WIFI-Diplome in der Wirtschaft anerkannt – und besonders wertvoll.

## DAS WIFI IN ZAHLEN

9 Landes-WIFIs und mehr als 80 Geschäftsstellen

350.000 Kursteilnehmer/innen jährlich

Über 30.000 Kurse, Seminare und Lehrgänge österreichweit

1.800 Ausbildungsräume, davon 320 eigene Werkstätten

12.000 Top-Trainer/innen für praxisorientierten Wissenstransfer



### WIFI Burgenland

Robert-Graf-Platz 1, 7000 Eisenstadt  
T 05 90 90 7-2000, F 05 90 90 7-2015  
E info@bgld.wifi.at

### WIFI Kärnten GmbH

Europaplatz 1, 9021 Klagenfurt  
T 05 9434, F 05 9434-804  
E wifi@wifikaernten.at

### WIFI Niederösterreich

Mariazeller Straße 97, 3100 St. Pölten  
T 02742 890-2000, F 02742 890-2100  
E kundenservice@noe.wifi.at

### WIFI Oberösterreich GmbH

Wiener Straße 150, 4021 Linz  
T 05 7000-77, F 05 7000-7609  
E kundenservice@wifi-ooe.at

### WIFI Salzburg

Julius-Raab-Platz 2, 5027 Salzburg  
T 0662 8888-411, F 0662 8888-600  
E info@wifisalzburg.at

### WIFI Steiermark

Körblergasse 111-113, 8010 Graz  
T 0316 602-1234, F 0316 602-301  
E info@stmk.wifi.at

### WIFI Tirol

Egger-Lienz-Straße 116, 6020 Innsbruck  
T 05 90 90 5-7777, F 05 90 90 5-7448  
E info@wktirol.at

### WIFI Vorarlberg

Bahnhofstraße 24, 6850 Dornbirn  
T 05572 3894-425, F 05572 3894-171  
E info@vlbg.wifi.at

### WIFI Wien

Währinger Gürtel 97, 1180 Wien  
T 01 47 677-5555, F 01 47 677-5588  
www.wifiwien.at/kontakt

### WIFI Österreich

Wiedner Hauptstraße 63, 1045 Wien  
F 05 90 900-3156  
E wifi.info@wko.at

[www.wifi.at](http://www.wifi.at)

WIFI Österreich