

# Ausbildung zur interkulturellen Gesundheitstrainerin

Für Migrantinnen mit sehr guten Kenntnissen in Deutsch (B1 Niveau) und ihrer Muttersprache, die Interesse an Gesundheitsfragen und an der Arbeit mit Frauen haben.

Dauer: 27. März bis 9. Mai 2018  
jeweils (Mo), Di, Mi, Do von 17 - 20 Uhr

Kostenbeitrag: € 99 – Sozialtarif € 70

Die Teilnehmerinnen werden in bestehende Workshop-Module zu Gesundheitsthemen eingeschult. Ziel des Trainings ist, dass sie nach dem Kurs auf Honorarbasis grundlegendes Gesundheitswissen (Health Literacy) an Frauengruppen in Deutsch und in ihrer Muttersprache weitergeben können.

Begleitung durch das Expertinnenteam des Zentrums für Frauengesundheit und laufende Weiterbildungsmöglichkeiten werden geboten.

**Anmeldung ab sofort:  
Terminvereinbarung unter M: 0676 363 11 82**

**Verpflichtender Infoabend:  
am 19. März 2018 von 17 bis 19 Uhr**





Anmeldung zum Auswahlgespräch bis  
13. März 2018

Mail: [frauengesundheit@caritas-wien.at](mailto:frauengesundheit@caritas-wien.at)

Tel.: 0676 363 11 82



### Programm

<p>Modul I: Di 27.03. – Do 29.03.2018</p> <p><b>Die interkulturelle Gesundheitstrainerin</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatzmöglichkeiten, Methoden und Arbeitsweise</li> <li>• Arbeit mit Gruppen</li> <li>• Grundlagen einer gesunden Ernährung</li> </ul>	<p>Modul II: Di 03.04. – Do 05.04.2018</p> <p><b>Gesunder Lebensstil</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorbeugen von Übergewicht, gesunde Gewichtsabnahme</li> <li>• Darmgesundheit</li> <li>• Gesundes Herz/ gesunder Kreislauf</li> </ul>
	<p>Modul III: . Di 10.04. – Do.12.04.2018</p> <p><b>Das österreichische Gesundheitssystem</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitssystem in Österreich</li> <li>• Beim Arzt</li> <li>• Im Krankenhaus</li> </ul>
<p>Modul IV: Di 17.04. – Do 19.04.2018</p> <p><b>Gesundheitsvorsorge für Frauen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frau und Gesundheit in der Gesellschaft</li> <li>• Frauenrechte und Schutz vor Gewalt</li> <li>• Wechseljahre – Wandlungsjahre</li> </ul>	<p>Modul V: Di 24.04.– Do 26.04.2018</p> <p><b>Frauengesundheit und Reproduktion</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weibliche Anatomie und Physiologie</li> <li>• Der weibliche Zyklus und Familienplanung</li> <li>• Brustpflege und Krebsvorsorge</li> </ul>
<p>Modul VI: Mo 30.04., Mi 02.05. – Do 03.05.2018</p> <p><b>Psychische Gesundheit &amp; Wohlbefinden</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basiswissen zu psychischen Krankheiten</li> <li>• Stress, Trauma &amp; und posttraumatische Belastungsstörungen</li> <li>• Psychisches Wohlbefinden aus Sicht der Positiven Psychologie</li> </ul>	
<p>Modul VII: Di 08.05. – Mi 09.05.2018</p> <p><b>Weg in die Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Workshop Planung – Wiederholung</li> <li>• Schriftliche Prüfung</li> </ul>	<p><b>Abschlussfeier und Zertifikatsverleihung:</b> <b>Montag 14. Mai 2018</b> <b>17 – 20 Uhr</b></p> <p>Anmeldung bis 13. März 2018 Mail: <a href="mailto:frauengesundheit@caritas-wien.at">frauengesundheit@caritas-wien.at</a> Tel.: 0676 363 11 82; Mo-Fr: 9- 12 Uhr</p>