

frühjahr 2008

vorarlberg akademie

kompetent engagiert



Vorarlberg
unser Land

Die Vorarlberg Akademie spricht jede/-n an!



Die Vorarlberg Akademie geht in die zweite Runde. Drei Abteilungen des Landes Vorarlberg haben sich Anfang 2007 zusammengetan, um ihre Weiterbildungs- und Qualifizierungsangebote in einem Programm zu bündeln. Im Herbst 2007 erschien das Programm der Vorarlberg Akademie erstmals in den Sparten Bürgerschaftliches Engagement | Jugend | Familie | Sport. Neu dazugekommen ist im vorliegenden Programm die Sparte Frauen. An einer Erweiterung des Angebots in anderen Sparten und mit einem jährlich wechselnden Schwerpunktthema wird gearbeitet.

Die Kurse des Herbstprogramms waren größtenteils gut ausgelastet oder sogar überbucht. Eine bessere Rückmeldung als volle Wartelisten kann es für die Vorarlberg Akademie nicht geben. Ich werte das Interesse am Angebot der Vorarlberg Akademie als Zeichen dafür, dass es großen Bedarf an spezifischer Weiterbildung gibt. Bei der Zusammen-

stellung des aktuellen Programms wurde besonders darauf geachtet, dass sich das Angebot an der Nachfrage ausrichtet und auf die Bedürfnisse der jeweiligen Zielgruppen reagiert wird.

Vorarlberg profitiert vom Engagement und der aktiven Mitgestaltung seiner Bürgerinnen und Bürger. Dieses Bürgerschaftliche Engagement wird überall da wirksam, wo Menschen sich um ein besseres Miteinander bemühen. Die Vorarlberg Akademie ist eine von vielen Arten der Anerkennung, die das Land Vorarlberg seinen engagierten Bürgerinnen und Bürgern entgegenbringen möchte.

Landeshauptmann
Dr. Herbert Sausgruber

Inhalt

bürgerschaftliches engagement

Einstiegsangebote

Öffentlichkeitsarbeit – Erfolgreiche PR-Arbeit im Verein	6
Erfolgreich kommunizieren	7
Steuern und Recht	8

Vertiefung

Strategisches Freiwilligen-Management	9
---	---

Vernetzung

Landesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement	10
--	----

jugend und familie

Einstiegsangebote

Moderationsworkshop „redensArt“	12
Seminarreihe für Eltern mit Migrationshintergrund	12
... Vater sein dagegen sehr – für Väter von Kindern mit einer Behinderung	13
Elternabende für Kindergärten	14
Elternabende für Volksschulen	14
Meine Zeit. Meine Chance	15

Vernetzung

Familie. Zeit, die zählt	16
--------------------------------	----

frauen

Einstiegsangebot

Gender, ein Thema in unserem Arbeitsfeld	17
--	----

Vernetzung

betrifft:frau	18
---------------------	----

sport

Einstiegsangebot

BSO Sportmanager Basis	19
------------------------------	----

Vertiefung

Training auf und mit instabilen Unterlagen – Koordinatives Training	20
Richtig fit mit Entspannung nach Franklin	21
Sport Mentalcoach Ausbildung	22
Sport Mentalcoach – Auffrischungs- und Aufbauseminar	22
Richtig fit mit sanftem Krafttraining – Centrics	23
Richtig fit für Kinder	24

Öffentlichkeitsarbeit Erfolgreiche PR-Arbeit im Verein

Bürgerschaftliches Engagement | Einstiegsangebot



Zeit: 2 Abende à 3 Stunden (+ 30 Min. Pause);

Di, 8. April 2008: Printmedien

Di, 15. April 2008: Elektronische Medien, Radio, Fernsehen; jeweils 18.30–22.00 Uhr

Ort: Institut St. Josef, Feldkirch

Die Öffentlichkeitsarbeit gehört zu den wichtigen Bereichen der Vereinsarbeit. Man kann es sich nicht aussuchen, ob man sie macht oder nicht. Selbst wenn

man sie nicht machen würde, ist diese Entscheidung ein Kommunikationsakt gegenüber der Öffentlichkeit.

Die TeilnehmerInnen sollen einen Einblick in die Arbeitsfelder Öffentlichkeitsarbeit und Journalismus bekommen. Daneben werden die wichtigsten Instrumente der Öffentlichkeitsarbeit und deren Einsatzmöglichkeiten vorgestellt.

Inhalte:

- › Öffentlichkeitsarbeit als geplanter Prozess
- › Konzepte und Instrumente
- › Den Job der JournalistInnen verstehen
- › Presseaussendung
- › Pressekonferenz
- › Öffentlichkeitsarbeit in schwierigen Situationen, Krisen
- › Das Pressefoto
- › Umgang mit Mikrofon und Kamera
- › Die Homepage, Blogs und neue Tendenzen in der Öffentlichkeitsarbeit

Referent:

Prof.(FH) Ulrich Herburger, Dipl.-Päd. MA, unterrichtet an der Fachhochschule Vorarlberg Medienfächer und war langjährig Journalist im ORF.

Kursbeitrag: € 35.–

Anmeldung:

Mag. Stefan Fischnaller, VHS Götzis
Vorarlberger Wirtschaftspark, 6840 Götzis
Tel. 05523-55150-0, Fax 05523-55150-9
info@vhs-goetzis.at, www.vhs-goetzis.at



Erfolgreich kommunizieren

Bürgerschaftliches Engagement | Einstiegsangebot

7



Zeit: 3 Abende à 3 Stunden (+ 30 Min. Pause):
Di, 1., 15. und 29. April 2008, 18.30–22.00 Uhr

Ort: Institut St. Josef, Feldkirch

Ehrenamtlich Engagierte sind in ihrer Tätigkeit vielfältig gefordert. Die Kommunikation auf unterschiedlichen Ebenen ist eine stetige Herausforderung, weil die erfolgreiche Leitung eines Vereins vor allem Kommunikationsarbeit ist: Gespräche mit Mitarbeite-

rInnen, Leiten von Sitzungen, Erarbeiten und Halten von Reden vor großem Publikum, Lösungen von Konflikten, schnelles Erreichen von guten Resultaten mit Gruppen, schwierige Verhandlungen etc. wollen gelernt und geübt sein. Der Workshop „Erfolgreich kommunizieren“ trainiert diese Fähigkeiten gezielt.

Inhalte:

- › Grundlagen der Kommunikation
- › Selbstbild und Fremdbild
- › Rhetorik: Vertreten des eigenen Standpunkts, Redestruktur, Redeaufbau, Wirkung von Reden
- › Der Dialog: Gesprächsaufbau, Gesprächsziel, Gesprächssteuerung
- › Diskussion: Dialektik der Argumentation, Kampfsituationen, kompetitives Kommunikationsverhalten, Kooperationsstrategien, Win-Win-Situationen
- › Leitung von Gruppen
- › Moderationstechniken
- › Sitzungsleitung
- › Planung und Durchführung von Verhandlungen

Methodisch-didaktische Instrumente:

- › Kurzvortrag
- › Rollenspiel
- › Teilnehmer-Vortrag
- › Video-gestütztes Feedback

Referent:

Dr. Hans A. Rapp, Pastoralamt der Diözese Feldkirch

Kursbeitrag: € 50.–

Anmeldung:

Mag. Stefan Fischnaller, VHS Götzis, Vorarlberger Wirtschaftspark, 6840 Götzis
Tel. 05523-55150-0, Fax 05523-55150-9, info@vhs-goetzis.at, www.vhs-goetzis.at

Steuern und Recht

Bürgerschaftliches Engagement | Einstiegsangebot



Zeit: 1 Abend à 3 Stunden: Di, 8. April 2008, 18.30 Uhr
Ort: Institut St. Josef, Feldkirch

Teil 1:

**Grundzüge des Steuerrechts
 unter besonderer Berücksichtigung der Vereins-
 richtlinien**

Immer wieder stehen Vereinsfunktionäre vor steuerrechtlichen Fragen, die ohne Steuerberater im Vorstand zu vielen Unsicherheiten führen. Der Vortrag soll die TeilnehmerInnen in die Materie einführen und anhand von Beispielen die wichtigsten Fragen beantworten.

Inhalte:

- › Steuergrenzen und Steuererklärungen
- › Aufzeichnungspflichten
- › Fallbeispiele und praktische Tipps
- › Vereinssteuerrecht

Referent: Dr. Peter Bahl, Kanzlei Stemmer Bahl Fend, Steuerberatungsgesellschaft OEG, Rankweil, Schruns; diverse Fachvorträge u.a. für die Wirtschaftskammer, Fachhochschule, Vereine; Mitautor des „Vereinshandbuches für Vorarlberg“

Teil 2:

Grundzüge des Vereinsrechts

unter besonderer Berücksichtigung von haftungsrechtlichen Aspekten

Wer einen Verein gründen will oder als ehrenamtlicher Vorstand, als MitarbeiterIn bzw. als ArbeitnehmerIn eines Vereins tätig ist, muss sich mit einer Vielzahl rechtlicher Fragen und Probleme auseinandersetzen. Der Vortrag führt in das neue Vereinsrecht ein und vermittelt ein haftungsrechtliches Grundwissen.

Inhalte:

- › Organe und Haftung (Mitglied, Organ, Verein)
- › Streitigkeiten
- › Auflösung

Referent: Mag. Johannes Blum, Kanzlei Blum, Hagen & Partner, Rechtsanwälte GmbH, Feldkirch; diverse Vorträge für Vereine

Kursbeitrag: kostenlos

Anmeldung:

Mag. Stefan Fischnaller, VHS Götzis, Vorarlberger Wirtschaftspark, 6840 Götzis
 Tel. 05523-55150-0, Fax 05523-55150-9, info@vhs-goetzis.at, www.vhs-goetzis.at



Strategisches Freiwilligen-Management

Bürgerschaftliches Engagement | Vertiefung | mit Zertifikat

Vorankündigung Herbst 2008

9



Zeit: Mi, 24. bis Fr, 26. September 2008,
9.00 – 17.00 Uhr

Ort: Kolpinghaus Bregenz

Sie arbeiten mit Freiwilligen und haben dabei eine gute Praxis entwickelt. Jetzt ist es Ihre Aufgabe, die Freiwilligenarbeit in Ihrer Organisation fest zu verankern und eine nachhaltige Freiwilligen-Kultur zu entwickeln. Im Freiwilligen-Management werden

praktisches Managementwissen und vertiefende Themen zur strategischen, längerfristigen und nachhaltigen Förderung der Freiwilligenarbeit vermittelt. Der Ausbildungslehrgang bietet eine Chance für alle, die sich mit neuer Perspektive in einem aktuell neu entstehenden Berufsfeld weiter qualifizieren wollen.

Basismodul:

Die wichtigsten Grundfunktionen und wesentliche Rahmenbedingungen für entsprechende Einsatzmöglichkeiten, das Gewinnen und Begleiten von Freiwilligen in einem Verein bzw. Organisation werden in sehr praxisnahen Arbeitsmethoden gemeinsam erarbeitet. Der Austausch in der Gruppe bereichert zudem den eigenen Erfahrungsschatz und ermöglicht den Aufbau eines Netzes an Gleichgesinnten.

Zielgruppe: Offen sowohl für haupt- als auch ehrenamtliche KoordinatorInnen von Freiwilligen aus unterschiedlichen Aufgabenfeldern (Soziales, Bildung, Kultur, Sport, Umwelt usw.) oder solche, die es werden wollen.

Geplant sind drei Aufbaumodule im Frühjahr 2009.

ReferentInnen:

Carola Reifenhäuser, Dipl. Pädagogin, Volunteer consult

Thomas Kegel, Dipl. Pädagoge, Akademie für Ehrenamtlichkeit Deutschland

Oliver Reifenhäuser, Dipl. Ing., Framework Organisationsberatung + Training GbR

Zertifizierung: Titel „Freiwilligen-ManagerIn“

Lehrgangsleitung und Anmeldung:

Mag. Christine Sommerauer, Caritas Vorarlberg, Pfarrcaritas und Koordination Ehrenamt

Tel. 0522-200-1068

christine.sommerauer@caritas.at

www.caritas-vorarlberg.at

Landesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement

Bürgerschaftliches Engagement | Vernetzung



Das Landesnetzwerk „Bürgerschaftliches Engagement“ ist eine Veranstaltungsreihe, die aktuelle Themen und Herausforderungen aus dem Bereich „Bürgerschaftliches Engagement“ aufgreift, thematisiert und gleichzeitig die Vernetzung der Akteure in diesem Bereich vorantreibt. Pro Jahr finden drei „Stammtische“ und eine Exkursion statt. Bei den Stammtischen soll in gemütlicher Atmosphäre ein Erfahrungsaustausch

zum jeweiligen Thema stattfinden. Dazu werden vor allem gute und kreative Beispiele aus Vorarlberg vorgestellt, die für andere interessant und empfehlenswert sind. Bei der Exkursion steht das Lernen von anderen Regionen und Städten im Vordergrund.

Veranstaltungen

Engagement und Schule

Zeit: März 2008

Ort: Bregenz

Themen:

- › Wie stehen Schulen zum Bürgerschaftlichen Engagement ihrer SchülerInnen?
- › Engagement außerhalb der Schule und innerhalb der Schule – Zusammenhang oder Widerspruch?
- › Kooperation zwischen Schulen und Vereinen: Schule als „Markt“ für den Nachwuchs?

Exkursion nach Rettenbach Starke Bürgergemeinschaft rettet das Dorf!

Zeit: Juni 2008, ganztags

Ort: Rettenbach (Allgäu)

Vor 15 Jahren sah es in Rettenbach düster aus. Keine Arbeitsplätze, keine Zukunft für die Jugend. Doch die Rettenbacher setzten sich zusammen und bauten auf eigene Faust das Dorf wieder auf. Heute ist Rettenbach ein lebendiger Ort. Und die Rettenbacher arbeiten weiter an ihrer Autonomie.

- › Einkaufsmarkt in Eigenregie
- › Rapsöltankstelle



Engagement und Gemeinde

Zeit: September 2008

Ort: Gasthaus Rösslepark, Feldkirch

Themen:

- › Wie kann die Gemeinde Bürgerschaftliches Engagement stärken?
- › Zusammenarbeit der Gemeinde mit Vereinen
- › Klassisches Engagement in Gemeinden (Vereine, ...) und neue Formen (Mitgestaltung, Bürgerinitiativen). Eine Herausforderung für Gemeinden?

11

Engagement und Betrieb

Zeit: November 2008

Ort: Dornbirn

Themen:

- › Wie stehen Betriebe zum Bürgerschaftlichen Engagement ihrer MitarbeiterInnen?
- › Wie engagieren sich Vorarlbergs Unternehmen?
- › Welche Anreize bzw. Hindernisse gibt es im Betrieb?
- › Engagement im und für den Betrieb – Zusammenhang oder Widerspruch?

Anmeldung:

Sibylle Grabher, Amt der Vorarlberger Landesregierung

Büro für Zukunftsfragen, Tel. 05574-511-20605, sibylle.grabher@vorarlberg.at

Nähere Informationen ab Februar 2008 unter www.vorarlberg.at/zukunft

Moderationsworkshop „redensArt“

Jugend | Einstiegsangebot



Zeit: Sa, 23. Februar, 1., 8. und 29. März, 5., 12., 19. und 26. April 2008, 16.00 – 18.00 Uhr

Ort: DanceArtSchool Dornbirn oder Altes Kino Rankweil

„Eine gute Rede soll das Thema erschöpfen und nicht die Zuhörenden“ – die Moderationsworkshops „redensArt“ sollen bei den Jugendlichen die Lust am öffentlichen Reden wecken und fördern. Hier haben junge

Menschen die Möglichkeit, ihre Talente im Bereich Sprache, Gestik, Mimik und Körperhaltung zu entdecken und wirksam einzusetzen. Sie erhalten professionelles Feedback zur „Kunst des Redens“. Neben einer guten Vorbereitung zum Jugendredewettbewerb am 29. April 2008 ist „redensArt“ auch ein Talentepool von Jugendlichen, die bei zahlreichen Gelegenheiten als ModeratorIn einsetzbar sind.

Zielgruppe: Jugendliche

Kursbeitrag: kostenlos

Nähere Informationen und Anmeldung:

Gabriela Bohle-Faast, Amt der Vorarlberger Landesregierung

Jugend- und Familienreferat, Tel. 05574-511-24115, gabriela.bohle-faast@vorarlberg.at

Nähere Informationen ab Jänner 2008 unter www.vorarlberg.at/jugend

Seminarreihe für Eltern mit Migrationshintergrund

Familie | Vernetzung

Zeit: Februar bis Juni 2008, 1 Mal pro Monat, jeweils 3h

Ort: Montforthaus Feldkirch

Eltern mit Migrationshintergrund haben in der Begleitung ihrer Kinder besondere Aufgaben zu bewältigen. Mit dieser Seminarreihe soll das Selbstbewusstsein dieser Eltern gestärkt werden, um ihre Kinder gut in ihrem Aufwachsen in der neuen Gesellschaft begleiten zu können. Die Seminarinhalte werden von kompetenten Fachpersonen mit Migrationshintergrund vermittelt. Eine fix bestehende Gruppe von ca. zehn Elternpaaren trifft sich ein Mal im Monat, um sich mit Themen wie Kindererziehung, Kommunikation zwischen Eltern, Kindergesundheit und Familienberatung auseinanderzusetzen.

Die Seminarreihe findet im Rahmen des Programms Abenteuer Kind – Elternbildung für „neue“ Gruppen statt.



ReferentInnen: angefragt: Hüseyin Arslan (Familienberater), Efgan Yesildag (Psychologe), Münire Aydemir (Psychologin), Oguz Kara (Pädagoge), Serap Ünlü (Psychologin)

Weitere Informationen:

Mimosa Frauenverein für Bildung und Kultur,
Liechtensteinerstr. 6a, 6800 Feldkirch
Fatma Keskin (Obfrau), T 0699-10650963, fatma.k@gmx.at

13

... Vater sein dagegen sehr – für Väter von Kindern mit einer Behinderung

Familie | Vernetzung

Zeit: jeweils ein Freitag- oder Samstagnachmittag im Frühjahr 2008

Ort: in drei Gemeinden des Landes

Die Entwicklung eines Kindes mit Behinderung folgt einer eigenen Logik, für die es für die Eltern kein Vorbild gibt. Das Vertrauen der Eltern in ihre Erziehungskompetenz ist vielfach erschüttert. Besonders Väter, die in ihrer Erziehungsaufgabe stärker nach außen orientiert sind, ziehen sich bei Kindern mit Behinderung oft stark zurück.

An einem Nachmittag erfahren die Väter in einem Einführungsvortrag mehr über die Bedeutung der Eltern für eine kindgerechte Entwicklung. Im praktischen Teil wird das Gehörte umgesetzt in Erlebnisspiele, Auseinandersetzung mit den Sinnen u.v.m. Die Väter gelten als Experten in eigener Sache.

Die Veranstaltungen finden im Rahmen des Programms Abenteuer Kind – Elternbildung für „neue“ Gruppen statt.

Weitere Informationen:

Institut für Sozialdienste, Netzwerk Eltern Selbsthilfe
Marlies Vith, T 05523-52176, vith.marlies@ifs.at

Elternabende für Kindergärten

Familie | Vernetzung



Zeit: Frühjahr 2008

Ort: Kindergärten in ganz Vorarlberg

Elternabende in Kindergärten sind eine gute Möglichkeit, aktuelle Erziehungsthemen einem breiten Publikum zugänglich zu machen. Die Vorbereitung und Durchführung erfolgt in enger Zusammenarbeit zwischen Kindergarten, Katholischem Bildungswerk und Eltern.

Die Veranstaltungen finden im Rahmen des Programms Abenteuer Kind – Elternbildung für „neue“ Gruppen statt.

ReferentInnen: Diverse FachreferentInnen

Kursbeitrag: kostenlos

Weitere Informationen:

Katholisches Bildungswerk Vorarlberg,

Bahnhofstraße 13, 6800 Feldkirch

Mag. Wilma Loitz, T 05522-3485-7139, M 0664-2409215

wilma.loitz@kath-kirche-vorarlberg.at

Elternabende für Volksschulen

Familie | Vernetzung

Zeit: Februar bis Juni 2008

Ort: verschiedene Räumlichkeiten

Im Rahmen der in den Volksschulen stattfindenden Elternabende wird ein Teil der Veranstaltung auch dem Informations- und Erfahrungsaustausch zu aktuellen Erziehungsfragen gewidmet. Die Vorbereitung und Durchführung erfolgt in enger Zusammenarbeit zwischen Volksschule, ElternvertreterInnen und katholischem Bildungswerk.

Die Veranstaltungen finden im Rahmen des Programms Abenteuer Kind – Elternbildung für „neue“ Gruppen statt.

ReferentInnen: FachreferentInnen der Elternbildung

Kursbeitrag: kostenlos

Weitere Informationen:

Katholisches Bildungswerk Vorarlberg,

Bahnhofstraße 13, 6800 Feldkirch

Dr. Evelyn Pfanner, T 05522-3485-102 oder T 05522-3485-144

evelyn.pfanner@kath-kirche-vorarlberg.at



Meine Zeit. Meine Chance

Familie | Einstiegsangebot



Zeit: Frühjahr 2008, 4 Nachmittag-Workshops mit Kinderbetreuung, Impulstreffen und -frühstück, 2 Väterabende, Vortragsreihe

Ort: Hard und Nenzing, andere Gemeinden

Kinder, Familie, eine glückliche Partnerschaft sowie der richtige Zeitpunkt für den beruflichen (Wieder)Einstieg: Wie bekomme ich alles unter einen Hut? All das sind Fragen, die eine junge Familie herausfordern.

„Meine Zeit. Meine Chance“ ist eine Initiative – speziell für Eltern – mit einem Paket aus Workshops und Vorträgen, Exkursionen und Impulsabenden. Polarisierende Themen wie die Kindererziehung, das Familienleben, das Ich-Bewusstsein und die berufliche Zukunft stehen im Mittelpunkt.

Familienleben, Partnerschaft, Wiedereinstieg

Breit gefächerte Informationen bieten jungen Eltern jene Anregungen und Impulse, die sie in ihrer persönlichen Entwicklung mobilisieren und das Ausbalancieren von Partnerschaft und Persönlichkeit, von Familie und Beruf erleichtern.

Themen:

- › Familienkompetenzen, persönliches Zeitmanagement
- › Mein Kind und ich – Kindererziehung
- › Familie und Beruf: Mein Wiedereinstieg / Umstieg
- › Wie gestalten Betriebe das UND?
- › Persönliche Potentiale erkennen und nutzen
 - › Partnerschaft: Kommunikation und Konfliktlösung
 - › Arbeitsrecht und Elternteilzeit
 - › Lebensplanung: Visionen und Ziele
 - › Kennenlernen von weiteren unterstützenden Angeboten
 - › Kinder brauchen Väter
 - › Karenz für Eltern
 - › Selbstwertgefühl



ReferentInnen: Renate Fischer, MSc, Persönlichkeitstrainerin für Work-Life-Balance, Kommunikationsfachfrau; Mag. Wilma Loitz, Sozial- und Gestaltpädagogin; Jimmy Gut, Familientherapeut und Gestaltpädagoge; Dr. Markus Hofer, Leiter des Männerbüros d. Kath. Kirche Vlbg.; Mag. Monika Lutz, Unternehmensberaterin; Dr. Brigitte Hutterer, AK Vorarlberg; Mag. Sabine Rudigier, ÖGB Vlbg.; Dr. Boglarka Hadinger, Institut für Logotherapie und Existenzanalyse Tübingen / Wien GmbH

Zielgruppe: Eltern und Interessierte

Kursbeitrag: € 70,-, Ermäßigung bei Bedarf möglich; Impulstreffen und Vorträge kostenfrei

Nähere Informationen und Anmeldung:

Gabriela Bohle-Faast

Amt der Vorarlberger Landesregierung

Jugend- und Familienreferat, Tel. 05574-24115

gabriela.bohle-faast@vorarlberg.at

Genaue Termine und Orte ab Februar 2008 unter www.vorarlberg.at/meine-chance

Familie. Zeit, die zählt

Familie | Vernetzung



Die Aufgaben der Mütter, Väter und Großeltern in den Familien sind vielfältig; oft fühlen sie sich in ihrer Aufgabe als Erziehende unsicher und sind froh über Experten-Tipps und Erfahrungsaustausch mit anderen Familien. Die Vorarlberger Erwachsenenbildungsorganisationen bieten jeweils im Herbst und Frühjahr in der Reihe „Familie. Zeit, die zählt“ Veranstaltungen zu Familienthemen an.

Nähere Informationen:

Anita Kresser, Amt der Vorarlberger Landesregierung, Jugend- und Familienreferat Tel. 05574-511-24129, anita.kresser@vorarlberg.at

Ab Februar 2008 finden Sie die Veranstaltungen unter www.vorarlberg.at/familie und in der Broschüre „Familie. Zeit, die zählt“.



Gender, ein Thema in unserem Arbeitsfeld

Frauen | Einstiegsangebot

17



Zeit: 4 Stunden, 8.30 bis 12.30 Uhr oder 14.00 bis 18.00 Uhr, Termin und Ort nach Vereinbarung

In diesem Workshop werden Genderthemen zielgruppenorientiert aufbereitet und vermittelt sowie einzelne Übungen speziell auf das Arbeits- bzw. Handlungsfeld der TeilnehmerInnen abgestimmt. Die TeilnehmerInnen werden für Fragen zur Gleichstellung von Frauen und Männern sensibilisiert, erhalten all-

gemeine Grundlagen zu Genderthemen und erweitern ihre Genderkompetenz. Sie lernen Gender Mainstreaming als Strategie für Unternehmen, Institutionen oder Vereine kennen und erhalten Anregungen für eine gendersensible Gestaltung des eigenen Praxisfeldes.

Methoden:

- › Theorieinputs zu Begriffen und Themen wie Gender, Gender Mainstreaming, geschlechtergerechte Sprache, Equal Pay, ...
- › Übungen zur themenbezogenen Selbstreflexion und Beleuchtung eigener Handlungen unter genderspezifischem Blickwinkel
- › Übungen zur Wahrnehmung und Reflexion genderspezifischer Fragen und Themen im eigenen Praxisfeld
- › Anregungen für eine gendersensible Gestaltung des eigenen Arbeitsfeldes

Zielgruppe: Vereine und Fachbereiche von Institutionen / Organisationen, die sich mit dem Thema Geschlechtergerechtigkeit auseinandersetzen und in ihrem Arbeitsfeld genderspezifische Akzente setzen wollen.

Referentinnen: Dr.in Verena Gopp, Mag.a Sabine Kessler, FEMAIL FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Kosten: € 380,- Gesamtbeitrag

Nähere Informationen und Buchung:

FEMAIL FrauenInformationszentrum Vorarlberg

Mag.a Sabine Kessler, Tel. 05522-31002-13, sabine.kessler@femail.at

betrifft:frau

Frauen | Vernetzung

18



Das Frauennetzwerk Vorarlberg bringt den Frauen in Vorarlberg einen Informationsvorsprung sowie neue Kontakte und damit neue Chancen und Stärken in der Vernetzung.

Das Frauennetzwerk Vorarlberg veranstaltet gemeinsam mit dem Frauenreferat der Vorarlberger Landesregierung und dem Frauen-Informationszentrum FEMAIL, Vorträge zu den Themen Gesundheit, Beruf, Finanzen, Recht und Lebensplanung sowie Sprechtag in den Regionen Vorarlbergs.

Zielgruppe: Interessierte Frauen

ReferentInnen: ExpertInnen

Nähere Informationen und Folder:

Mag.a Monika Lindermayr,

Frauenreferat der Vorarlberger Landesregierung

Tel. 05574-511-24113, frauen@vorarlberg.at

Anmeldung ist keine erforderlich. Die jeweiligen Termine, Veranstaltungsorte und Vortragsinhalte erfahren Sie aktuell auf www.frauennetzwerk-vorarlberg.at sowie über die jeweilige Regionensprecherin des Frauennetzwerkes Vorarlberg.

BSO Sportmanager Basis

Sport | Einstiegsangebot | mit Diplom

19



Sportlicher Erfolg ist nur in einem professionellen Umfeld realisierbar und langfristig haltbar. Deshalb sollen neben gut ausgebildeten Trainern kompetente Funktionäre mit einem fundierten Wissen den Verein / Verband managen.

Mit der 3-stufigen Ausbildung zum BSO Sportmanager (Basis – Master – Profi), welche die Bundessportorganisation in Zusammenarbeit mit den Dachver-

bänden entwickelt hat, wollen wir diesem hohen Anspruch gerecht werden. Diese Ausbildung hat die Schulung von ehren- und hauptamtlich Tätigen in Vereinen und Verbänden und interessierte Personen, die ihr Wissen in der Vereins- bzw. Verbandstätigkeit vertiefen wollen, zum Ziel.

Die BSO Sportmanager Basis Lizenz besteht aus drei Modulen zu je 20 Unterrichtseinheiten und umfasst die Organisation des Sports, Recht und Finanzen sowie Marketing.

Modul 1: Organisation

Zeit: Fr, 22. und Sa, 23. Februar 2008

Ort: Sportservice Vorarlberg, Dornbirn

Inhalte:

- › Aufbau und Organisation des Sports
- › Administration und Vereinsführung
- › Veranstaltungsorganisation
- › Persönlichkeitsbildung und Kommunikation

Modul 2: Recht und Finanzen

Zeit: Fr, 7. und Sa, 8. März 2008

Ort: Sportservice Vorarlberg, Dornbirn

Inhalte:

- › Vereinsrecht
- › Vereinsrichtlinien
- › Vertragsrecht
- › Haftungsrecht
- › Der Verein als Arbeitgeber
- › Finanzwesen

Modul 3: Marketing

Zeit: Fr, 4. und Sa, 5. April 2008

Ort: Sportservice Vorarlberg, Dornbirn

Inhalte:

- › Marktanalyse, Ziele
- › Marketing Mix
- › Sportsponsoring
- › Kommunikation, PR, Medienarbeit

Zielgruppe: Ehren- und hauptamtlich Tätige aus Vereinen und Verbänden sowie interessierte Personen, die ihr Wissen in der Vereins- / Verbandstätigkeit vertiefen wollen.

Diplom: BSO Sportmanager Basis Lizenz

Kursbeitrag: € 222,- (pro Modul € 74,-)

Anmeldung:

Manuela Hagen, Sportservice Vorarlberg
Höchststraße 82, 6850 Dornbirn, Tel. 05572-24465-401
manuela.hagen@sportservice-v.at, www.sportservice-v.at

Training auf und mit instabilen Unterlagen Koordinatives Training

Sport | Vertiefung

Zeit: Sa, 2. Februar 2008, 9.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Landessportzentrum Vorarlberg, Höchststraße 82, Dornbirn

Inhalte:

- › Voraussetzungen für das Training mit IUL im Rumpf-, Beinachsen- und Ganzkörperstabilisationstraining
- › Trainingsmöglichkeiten / Methodik mit IUL im Rumpf-, Beinachsen- und Ganzkörperstabilisationstraining
- › Gemeinsame exemplarische Trainingseinheit

Zielgruppe: ÜbungsleiterInnen oder TrainerInnen, die regelmäßig Bewegungsprogramme in der Haltungsprävention und koordinative Trainingseinheiten im Leistungssport leiten.

Referenten: Mag. Julia und Mag. Hannes Wachter

Kursbeitrag: € 35,-

Anmeldung: Andreas Jakoubek, ASKÖ Landesverband Vorarlberg
Tel. 05574-78180, askoe.vlb@aon.at

Richtig fit mit Entspannung nach Franklin

Sport | Vertiefung | mit Zertifikat



Zeit: Sa, 22. bis So, 23. März 2008

Ort: Landessportzentrum Vorarlberg, Höchststraße 82, Dornbirn

Die Franklinmethode geht davon aus, dass mit Hilfe von Vorstellungsbildern im Nervensystem bleibende Veränderungen erzielt werden können. Es werden mit dieser Art von „Strukturhygiene“ uneffiziente Bewegungsmuster durch neue, bessere ersetzt. Die

Entspannungsfähigkeit von Körper und Geist wird zu gleichen Teilen verbessert und in den Alltag integriert.

Durch die Übungen im Stehen, Sitzen und Liegen wird die Körperwahrnehmung geschult. Der Körper gelangt so zu mehr Gelassenheit in der Aktivität und zu einer regenerativen Entspannung in den Ruhephasen.

Umfang:

17 Übungseinheiten mit Anleitung und Tipps für Entspannungsübungen (Organ-entspannung) und erholsames Bewegen (Imagination macht beweglich).

Zielgruppe: ÜbungsleiterInnen, Lehrwarte, TrainerInnen und KursleiterInnen (mit Vorkenntnissen im Leiten von Gruppenkursen, Grundlagen Anatomie, ...)

Referentin: Elisabeth Riegler-Madsen

Kursbeitrag: € 40,- für ASVÖ-Dachverbandsmitglieder, € 160,- für Nichtmitglieder

Zertifizierung: „Entspannung nach Franklin“

Anmeldung: Mag. Manfred Entner, Vorarlberger Sportverband ASVÖ

Tel. 05576-74992-2, Mobil 0664-2848408, m.entner@fitfueroesterreich.at

Sport Mentalcoach Ausbildung

Sport | Vertiefung



Zeit: Mo, 28. April, 9.00 Uhr, bis Fr, 2. Mai 2008, mittags

Ort: Hotel Fernblick, Bartholomäberg

Inhalte:

- › Sportliche Ziele erreichen
- › Stärkung der Eigenmotivation der Sportler
- › Einsatz aller Ressourcen
- › Selbststeuerung und Selbstkontrolle in schwierigsten Situationen
- › Teamfähigkeit und Motivation anderer
- › Die BetreuerInnen werden zum „Erfolgscoach“

Zielgruppe: Die Ausbildung richtet sich an jene BetreuerInnen, die zusätzlich zum normalen Training die mentale Stärke der ihnen anvertrauten SportlerInnen gezielt schulen und verbessern wollen.

Referent: Kurt Josef Fenkart

Kursbeitrag: € 790,-, inkludiert Ausbildung, Vollpension im ****Hotel, Seminar- getränke

Anmeldung: Christian Vetter, Vorarlberger Sportverband ASVÖ

Tel. 05576-74992, office@vsv.at

Sport Mentalcoach Auffrischungs- und Aufbauseminar

Sport | Vertiefung

Zeit: Fr, 2. Mai, 15.00 Uhr bis Sa, 3. Mai 2008, 17.00 Uhr

Ort: Hotel Fernblick, Bartholomäberg

Inhalte:

- › Stärkung Motivation
- › Einsatz der Ressourcen
- › Zum „Erfolgscoach“ werden

Zielgruppe: Die Ausbildung richtet sich an jene BetreuerInnen, die zusätzlich zum normalen Training die mentale Stärke der ihnen anvertrauten SportlerInnen gezielt schulen und verbessern wollen. Angesprochen sind in erster Linie AbsolventInnen der Sport Mentalcoach Ausbildung.

Referent: Kurt Josef Fenkart

Kursbeitrag: € 290,- , inkludiert Ausbildung, Vollpension im ****Hotel, Seminar- getränke

Anmeldung: Christian Vetter, Vorarlberger Sportverband ASVÖ

Tel. 05576-74992, office@vsv.at

Richtig fit mit sanftem Krafttraining Centrics

Sport | Vertiefung | mit Zertifikat



Zeit: Sa, 14. bis So 15. Juni 2008

Ort: Landessportzentrum Vorarlberg,
Höchststraße 82, Dornbirn

Methode:

Centrics ist ein umfassendes Fitnesskonzept aus der Sportwissenschaft, das primär für den Alltag und die Freizeit wichtige koordinative Muskelleistungen und den optimalen Muskelstoffwechsel in den Mittelpunkt

stellt. Damit können spezifische Ziele wie Fettreduktion, Hormonregulation, aber auch sportartspezifische Konditionierung effizienter angesteuert werden. Umgesetzt wird diese exakte Zielgruppenorientierung mit spezifischen Trainingsprogrammen für Gruppen und Heimtraining.

Theorie (3 Stunden):

- › Krafttraining versus Muskeltraining
- › neue Erkenntnisse aus der Sportwissenschaft
- › Rumpfstabilisation und -koordination
- › Grundlagen des Centrics Bewegungskonzeptes

Praxisunterricht (8 Stunden)

Workshop (1 Stunde):

- › Erarbeitung eines Lehrauftritts und Demonstration desselben

Zielgruppe: ÜbungsleiterInnen, TrainerInnen, KursleiterInnen, SportwissenschaftlerInnen, Lehrwarte, ...

ReferentInnen: Ausgebildete „Centrics Master TrainerInnen“

Kursbeitrag: € 40,- für ASVÖ-Dachverbandsmitglieder, € 120,- für Nichtmitglieder

Zertifizierung: „Richtig fit mit sanftem Krafttraining – Centrics“

Anmeldung: Mag. Manfred Entner, Vorarlberger Sportverband ASVÖ

Tel. 05576-74992-2, Mobil 0664-2848408, m.entner@fitfueroesterreich.at

Richtig fit für Kinder

Sport | Vertiefung | mit Zertifikat



Modul 1: Fr, 26. bis So 28. September 2008

Modul 2: Fr, 24. Oktober bis So 26. Oktober 2008

Praxistag: Sa, 29. November 2008

Ort: Landessportzentrum Vorarlberg, Höchsterstraße 82, Dornbirn

Inhalt:

Bereits im Kindesalter wird der Grundstock für die weitere „Bewegungskarriere“ eines Menschen gelegt. Sei es einen freudvollen Zugang zur Bewegung zu finden, der zu einem gesunden Lebensstil verhilft oder auch der Weg zum Leistungssport. Die Ausbildung hilft den ÜbungsleiterInnen, den Kin-

dern ein abwechslungsreiches und spannendes vielseitiges Bewegungstraining anzubieten. Neben theoretischem Hintergrundwissen wird eine große Auswahl an praktischem Übungsgut geboten.

Zielgruppe: Interessierte Übungsleiter/-innen

ReferentInnen: Dr. Sophia Steidl-Bolzano (Mut tut gut), Mag. Hanspeter Demetz, Mag. Robert Mader, Mag. Alexander Dubisar, Dr. Klaudia Kröll, ...

Kursbeitrag: € 120,- für ASVÖ-Dachverbandsmitglieder, € 360,- für Nichtmitglieder

Zertifizierung: „Richtig fit für Kinder“

Anmeldung: Mag. Manfred Entner, Vorarlberger Sportverband ASVÖ

Tel. 05576-74992-2, Mobil 0664-2848408, m.entner@fitfueroesterreich.at

Ihre AnsprechpartnerInnen:

Bürgerschaftliches Engagement

Mag.a Reingard Seyr-Leiler, Büro für Zukunftsfragen
Tel. 05574-511-20613
reingard.seyr-leiler@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/zukunft

Jugend und Familie

Roland Marent, Abteilung IVa Jugend und Familie
Tel. 05574-511-24125
roland.marent@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/jugend
www.vorarlberg.at/familie

Frauen

Mag.a Monika Lindermayr, Abteilung IVa Frauen
Tel. 05574-511-24133
monika.lindermayr@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/frauen

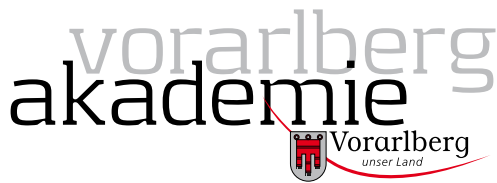
Sport

Martin Keßler, Abteilung IVb Sportreferat
Tel. 05574-511-24310
martin.kessler@vorarlberg.at
www.vorarlberg.at/sport



In Kooperation mit der ARGE
Vorarlberger Erwachsenenbildung





Für den Inhalt verantwortlich:

Büro für Zukunftsfragen

Amt der Vorarlberger Landesregierung

Jahnstraße 13-15, 6901 Bregenz

Tel. 05574-511-20605

zukunftsbuero@vorarlberg.at

www.vorarlberg.at/zukunft

Gesamtprojektleitung:

Manfred Hellrigl

Projektteam:

Roland Marent, Monika Lindermayr,

Martin Keßler, Manuela Hagen,

Manfred Hellrigl

Redaktion:

Manfred Hellrigl, Petra Zudrell

Identity Design:

Stecher id, Götzis

Roland Stecher, Thomas Matt

Druck:

Wenin, Dornbirn

© 2008 Büro für Zukunftsfragen



Büro für Zukunftsfragen