



AVOS bietet Webinar für jene, die für andere da sind

Mit handgeschriebenen Flipcharts um einen „digitalen Tisch“ herum zusammensitzen? So wird Lehrkräften kontaktlos vermittelt, wie sie selbst besser durch herausfordernde Zeiten kommen können.

Erstmals nicht vor Ort und an einem Tag sondern gleich mit drei Terminen und online findet heuer die durch AVOS organisierte Fortbildung für Pädagog*innen statt. Diese ist Teil der von AVOS und der bvaeb umgesetzten und vom Gesundheitsförderungsfonds Salzburg geförderten Initiative „Gesunde Volksschule“. „Gerade jetzt können wir damit auch jene direkt unterstützen, die immer für andere da sind: die Lehrer*innen und Direktor*innen an Salzburgs Schulen“, sagt AVOS-Gesundheitsreferentin Sophie Waldmann, BEd, MA, und ergänzt: „Doch wie schaffe ich es, wieder Kraft und Energie aufzubauen? Unsere Wahl ist hier auf das Thema ‚Herausfordernde Zeiten gut meistern – emotionale Stärkung und Selbstfürsorge‘ gefallen.“

Handgeschriebene Flipcharts trotz online

„Sehr wichtig ist aktuell vor allem der Austausch untereinander“, sagt Sandra Kaiser, die in ihrer Funktion als systemischer Coach das Webinar abhält. Nach ursprünglicher Skepsis ihrerseits, wie sich denn vor allem sensible, persönliche Themen online umsetzen lassen, scheint sie hier allerdings „ihr Medium“ gefunden zu haben: „Ich setze auch online auf handgeschriebene Mini-Flipcharts, habe meinen Stil etwas hineinbringen können und wenn im Feedback erwähnt wird, dass es sich wie ein Zusammensitzen um einen Tisch angefühlt hat, dann habe ich mein Ziel erreicht.“

Von Energieräubern bis hin zum direkten Austausch

Im Webinar selbst sind ganz klar die Pädagog*innen im Vordergrund gestanden. Neben Themen wie möglichen Energieräubern – von Ungewissheit über Handy und Krankheit bis zu fehlendem Kontakt und innerem Perfektionismus – hat es in zugeteilten Kleingruppen, so genannten „Breakout-Sessions“, auch ausreichend Zeit für den Austausch untereinander gegeben. Hier haben vor allem jüngere Lehrer*innen von älteren Kolleg*innen profitiert – und umgekehrt. „Man sieht, dass Bedarf vorhanden ist und ein stabiles Umfeld immer weiterhilft“, so Sandra Kaiser. Vorerst stehen noch zwei weitere Webinar-Termine auf dem Programm.

Regionale Expert*innen setzen für AVOS um

Generell setzt AVOS neben den fest angestellten Expert*innen bei Seminaren, Weiterbildungen und Angeboten in den Bildungseinrichtungen vor Ort auch stark auf (regionale) externe Expert*innen unseres Anbieter-Partner-Netzwerks. „Wir können hier auf einen umfangreichen Wissens-Pool aus den unterschiedlichsten Bereichen und quer durch ganz Salzburg zurückgreifen“, sagt Sophie Waldmann, BEd, MA. Und dass auch die Expert*innen selbst mit Eifer dabei sind, erzählt Sandra Kaiser: „Mit AVOS arbeite ich seit drei Jahren sehr gerne zusammen. Man merkt, dass die Leute extrem engagiert sind, dass sie etwas bewegen wollen und ihre Arbeit nicht bloß als Job sehen.“



Bilder und Bildtexte:

Webinar_1.jpg – Mit regem Austausch sind die Teilnehmer*innen von Sandra Kaiser durch das Thema „Herausfordernde Zeiten gut meistern“ gelotst worden. (Foto: Manuel Bukovics)

Webinar_2.jpg – Handgezeichnete Flipcharts haben dem Webinar eine persönliche Note verliehen. (Foto: Manuel Bukovics)

Sophie_Waldmann.jpg – Sophie Waldmann, BEd, MA, ist AVOS-Gesundheitsreferentin für die „Gesunde Volksschule“. (Foto: Markus Huber)

Sandra_Kaiser.jpg – Sandra Kaiser ist unter anderem als systemischer Coach tätig. Sie ist eine von zahlreichen externen AVOS-Expert*innen. (Foto: privat)

Kontakt für Rückfragen:

Manuel Bukovics, BA

Pressesprecher

AVOS – Gesellschaft für Vorsorgemedizin GmbH

Elisabethstraße 2 | 5020 Salzburg

T: +43 662 88 75 88 18

E: manuel.bukovics@avos.at

W: www.gesundessalzburg.at | www.avos.at

FN 192923k, Firmenbuchgericht Salzburg

www.gesundessalzburg.at · www.avos.at · **Gesund und bewusst leben.**

AVOS – Gesellschaft für Vorsorgemedizin GmbH, Elisabethstraße 2, 5020 Salzburg · +43 662 88 75 88 · avos@avos.at
Hypo Salzburg, IBAN: AT39 5500 0000 0252 2878, BIC: SLHYAT2S · FN192923k