



## Mentale Betreuerinnen und Betreuer für das Programm „Vorsorge Aktiv“ in Niederösterreich gesucht

Die „Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge GmbH agiert als Drehscheibe für Gesundheitsförderung und Prävention in Niederösterreich.

Unser Ziel ist es, das Bewusstsein für den Wert der Gesundheit zu stärken und die entsprechende Lebensweise der Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher nachhaltig zu fördern.

### „Vorsorge Aktiv“ - unser Gesundheitsprogramm

Ist ein vom Land NÖ gefördertes Programm zur nachhaltigen Lebensstiländerung, bei dem Erwachsene mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in den Bereichen ERNÄHRUNG, BEWEGUNG und MENTALE GESUNDHEIT von einem Expertenteam betreut werden.

Risikofaktoren sind: Übergewicht, erhöhter Bauchumfang, Bluthochdruck, Diabetes Typ 2, erhöhte Blutfettwerte.

### Eckdaten:

<u>Zielgruppe:</u>	Erwachsene aus Niederösterreich mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen
<u>Gruppe:</u>	8 - 15 Personen
<u>Kursdauer:</u>	ca. 6 - 9 Monate
<u>Kursort:</u>	max. 30 km vom eigenen Wohnort entfernt

### Anforderungsprofil:

- abgeschlossenes Studium Psychologie bzw. Klinische- und Gesundheitspsychologie
- psychotherapeutische Ausbildung
- Lebens- und Sozialberatung neu nach LSB-V09
- Ausbildung Gesundheitspädagogik
- Praxiserfahrung mit Gruppen von Vorteil
- Mobilität (eigener PKW), Teamfähigkeit, Flexibilität, Selbstständigkeit

### Termine:

- Ca. alle 2 Wochen – insgesamt 24 Einheiten (à 60min) + 6 Teamstunden
- Ein fixer Kurstag (abends) wird zu Beginn vereinbart und ist abhängig von der Verfügbarkeit der Räumlichkeiten und des Betreuerenteams
- Bei Bedarf können Einheiten auch blockweise angeboten werden





### Inhalte:

- Eigenverantwortliche und individuelle Durchführung des Schwerpunktthemas Mentale Gesundheit gemäß dem aktuellen wissenschaftlichen Kenntnisstand
- Wissensvermittlung – niederschwellig, praxisnah und alltagstauglich
- Berücksichtigung der individuellen Bedürfnisse
- Interaktive Gestaltung der Einheiten – praktische Übungen
- Eigeninitiative und Selbstverantwortung der Teilnehmenden stärken und Handlungsfähigkeit erhöhen
- Themen: Motivation, Ziele setzen, Rückschläge, Umgang mit Stress, Work-Life-Balance, Entspannung, usw.

### Vergütung:

Die Vergütung für die Betreuungstätigkeit erfolgt auf Basis eines Werkvertrages über eine Pauschale von 2.300€ und dem amtlichen Kilometergeld pro Termin.

### Bewerbung:

Bei Interesse wenden Sie sich bitte mit Ihrem Lebenslauf und Qualifikationsnachweis (Diplom) an:

#### **Anna Speiser**

Programmmitarbeiterin „Vorsorge Aktiv“

Mobil: 0676/ 858 70 34426

Mail: [anna.speiser@noetutgut.at](mailto:anna.speiser@noetutgut.at)

