



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

### „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. 30km vom eigenen Wohnort entfernt

### Anforderungsprofil:

- abgeschlossenes Studium Psychologie bzw. Klinische- und Gesundheitspsychologie
- alternativ: psychotherapeutische Ausbildung
- 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 Betreuerteams
- Bei Bedarf können Einheiten auch blockweise angeboten werden

### Inhalte:

- Eigenverantwortliche und individuelle Durchführung des Schwerpunktthemas Mentale Gesundheit gemäß dem aktuellen wissenschaftlichen Kenntnisstand
- Niederschwellige Wissensvermittlung, Alltagstipps
- Auf individuelle Bedürfnisse eingehen





- 
- Interaktive Gestaltung der Einheiten – praktische Übungen
  - Themen: Motivation, sich Ziele setzen, Rückschläge, Umgang mit Stress, Work-Life-Balance, Entspannung usw.
  - Eigeninitiative und Selbstverantwortung der Teilnehmenden stärken und Handlungsfähigkeit erhöhen

### Vergütung:

Die Vergütung für die Betreuungstätigkeit erfolgt auf Basis eines Werkvertrages über eine Pauschale von 2.100€ und dem amtlichen Kilometergeld pro Termin.

### Bewerbung:

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

#### **Silvia Posch, BSc**

Programmleitung „Vorsorge Aktiv“

Mobil: 0676/ 858 70 34515

Mail: [silvia.posch@noetutgut.at](mailto:silvia.posch@noetutgut.at)

