

# Fortbildung Gesundheitssport mit den Schwerpunkten: Adipositas, Diabetes und Kommunikation



Die Sozialversicherungen bieten gemeinsam mit den Landessportverbänden – zur Thematik Gesundheitssport – eine Fortbildung mit den Schwerpunkten Adipositas, Diabetes und Kommunikation an. Theoretische Grundkenntnisse dieser Erkrankungen werden vermittelt und für die Praxis relevante Inhalte besprochen. Ein weiteres Hauptaugenmerk liegt in der Schulung der Kommunikation. Wie motiviere und begeistere ich Sportbeginner\*innen bzw. Wiedereinsteiger\*innen sich zu bewegen und halte sie in den Trainingseinheiten? Das Kennenlernen von standardisierten Stundenbildern, auf Grundlage der österreichischen Empfehlung für gesundheitsfördernde Bewegung, ist ebenfalls Teil der Fortbildung.

Die Ausbildung wird über das Projekt Jackpot.fit angeboten. Hier arbeiten die Sozialversicherungsträger gemeinsam mit den Sportdachverbänden an der Etablierung des Gesundheitssports.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.jackpot.fit](http://www.jackpot.fit).



## Inhalte

- Grundkenntnisse über Diabetes und Adipositas
- Kommunikation, Motivation und Begeisterung
- Standardisierte Stundenbilder / Verhaltensänderung

## Zielgruppe

Instruktor\*innen und Übungsleiter\*innen, die mehr über Gesundheit und spezielle erwachsene Zielgruppen erfahren möchten.

## Termine

### Keine Kurskosten!

Anmeldung bei den jeweiligen Projektkoordinator\*innen des Bundeslandes.