

Fortbildung

Die Fortbildung richtet sich an Berufsgruppen mit abgeschlossener Berufsausbildung aus den Bereichen

- Medizin
- Pflege
- Pädagogik
- Psychologie
- Psychotherapie
- Psychosoziales
- Sport- und Bewegung
- Ernährung



Theorie- und Praxisseminare
zu in Summe 50 UE

approbiert für 50 DFP-Punkte

Block I: 26.09 – 28.09.2025
Block II: 14.11 – 16.11.2025

Jeweils

Fr 14:00 – 20:00 Uhr

Sa 08:30 – 18:00 Uhr

So 08:30 – 16:00 Uhr

Informationen

Informationen & Anmeldung:
www.downandup.at/akademie
www.adipositas-austria.org

E-Mail:
officebildung@downandup.at

*Achtung!
Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!*

Veranstaltungsort

Bewegungskindergarten St. Veit/Glan
Unterbergen 3, 9300 St.Veit/Glan
(günstige Nächtigungskonditionen in der Nähe)

Ausbildungsleitung

Dr. Anna Maria Cavini

Kosten

inkl. USB-Stick oder Download-Link
mit Trainermanual, Kopiervorlagen, Rezepten und Vorträgen

€ 490 je Fortbildungswochenende
bei Einzahlung bis **30.06.2025**
(Gesamt für 2 Wochenenden € 980)

€ 600 bei späterer Einzahlung
(Gesamt € 1.200)

Stornierung

Stornobedingungen siehe www.downandup.at



design: werbeagentur rutter



Down & Up Akademie

werde auch DU BegleiterIn
für übergewichtige Kinder und Jugendliche

Multiprofessionelle und praxisnahe Weiterbildung im Bereich
Adipositas/Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen.

Übergewichtige Kinder und Jugendliche müssen früh
verletzenden Spott und Hänseleien erfahren, haben ein
erhöhtes Risiko selbst ein übergewichtiger Erwachsener zu
werden und noch mehr unter den physischen und psychischen
Folgeerkrankungen der Adipositas zu leiden. Viele Eltern
machen sich Vorwürfe und sind hilflos.



Hier kannst DU helfen – mit Wissen über die multifaktorielle
Genese und die Wirkfaktoren bei der Unterstützung am Weg
in eine gesündere, fittere und glücklichere Zukunft der ganzen
Familie. Sei es in der täglichen Arbeit mit Kindern oder Eltern in
deinem Umfeld, als Multiplikator oder gezielt in einer
Adipositasgruppe.

Der Schwerpunkt der Fortbildungsinhalte liegt in der
praktischen Umsetzung und wird von einem interdisziplinären
und erfahrenen Schulungsteam vorgetragen.

Theorie&Praxis

Allgemeines

- Indikationen und Ziele
- Rahmenbedingungen, Qualitätssicherung und Evaluation
- Grundlagen der Rhetorik, Methodik und Didaktik der Adipositaschulung
- Aufgaben und Grenzen des Schulungsteams
- Materialien
- Aufbau eigener Schulungen

Medizin

- Definitionen und Leitlinien
- Epidemiologie, Ätiologie
- Komorbiditäten, Folgen, Kosten
- Fetale Programmierung und Epigenetik
- Differentialdiagnostik und individuelle Problem-Analyse
- Behandlungsmöglichkeiten und Erfolgsaussichten

Psychosoziales

- Psychosoziale Grundlagen und Behandlung
- Beziehungsaufbau
- Flexible und rigide Kontrolle
- Soziale Kompetenz und Konfliktbewältigung
- Selbstwahrnehmung & Selbstakzeptanz
- Realistische Zielplanung und Motivationsförderung
- Schwierige Schulungssituationen
- Gesprächsführung, Rollenspiele

Körperliche Aktivität und Sport

- Sportwissenschaftliche Grundlagen
- Wirkung, Grenzen und Risiken von Bewegung
- Sportpädagogische Ansätze für die Praxis Belastungskriterien für gesundes Training
- Spaß an Bewegung und Stundengestaltung
- Outdoor und Waldpädagogik
- Entspannungstraining

Familienschulung

- Elternarbeit und Erziehungskompetenz
- Elterncoaching
- Elterliche Förderung der Selbstwahrnehmung, Selbstakzeptanz und Stärken des Kindes
- Motivationsförderung und Zielplanung
- Beeinflussung des Ess-, Ernährungs- und Bewegungsverhaltens
- Einkaufstraining, Mahlzeitenzubereitung, Rezepte
- Gemeinsames Kochen (gesund, günstig, schnell)

Ernährung

- Ernährungswissenschaftliche Grundlagen
- Kinderpyramide und Lebensmittelauswahl
- Hilfsmittel in der Methodik und Didaktik Ampelfarben, Ernährungsfamilien
- Essverhaltens- und Einkaufstraining
- Gesunde Jause und gesunde Getränke
- Elternschulung
- Umsetzung in der Praxis, Kochtipps, Verkostungen



 facebook.com/DownandUp.at

 [#downandupkaernten](https://www.instagram.com/downandupkaernten)

www.downandup.at