



## BewegungsbetreuerInnen 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:

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

### Anforderungsprofil:

- abgeschlossenes Studium Sportwissenschaften bzw. Physiotherapie
- alternativ: Endstadium des Studiums Sportwissenschaften bzw. Physiotherapie
- oder abgeschlossene Ausbildung:
  - Staatliche/r TrainerIn
  - TrainerIn mit Schwerpunkt Athletik, Fitness, Koordination
  - DiplomtrainerIn
  - Diplom-SportlehrerIn
- Praxiserfahrung mit Gruppen von Vorteil
- Mobilität (eigener PKW), Teamfähigkeit, Flexibilität, Selbstständigkeit

### Termine:

- Wöchentlich – 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:

- Ist-Standerhebung zu Beginn und Abschluss des Kurses
- Eigenverantwortliche und individuelle Durchführung des Schwerpunktthemas Bewegung gemäß dem aktuellen wissenschaftlichen Kenntnisstand
- Spaß an Bewegung vermitteln und zu körperlicher Aktivität motivieren
- individuell auf Bedürfnisse eingehen und verschiedene Bewegungsformen zeigen
- Wissensvermittlung & Alltagstipps
- Selbstverantwortung der Teilnehmenden stärken und ihre 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)