

# Einladung zum 1. Symposium

## „Arbeitsplatz Kindergarten: gesund begleiten – gesund fördern“

**Dienstag, 30. September 2025, 13:00–18:00 Uhr**

**Bildungshaus St. Hippolyt**

**Eybnerstraße 5, 3100 St. Pölten**



Die Anmeldung zur Veranstaltung ist bis 27.06.2025 über [symposium@bvaeb.at](mailto:symposium@bvaeb.at) möglich.



# Gesunder Arbeitsplatz Kindergarten – Vision und Wirklichkeit

## Wie Kindergärten zu einem Wohlfühlort für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie Kinder werden.

Es braucht eine Wertekultur und ein gesundheitsförderndes Arbeits- und Lernklima, damit die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie Kinder gerne in den Kindergarten gehen und sich dort wohl fühlen. Um den Herausforderungen im Arbeitsalltag gut begegnen zu können, sind Selbstfürsorge und effiziente Bewältigungsstrategien wesentliche Faktoren, um Gesundheitsförderung im Kindergarten zu verwirklichen.

## Hauptreferent

### Mag. Simon Brandstätter



Mag. Simon Brandstätter verfügt über eine breite Palette von Qualifikationen und Erfahrungen in den Bereichen der Psychologie und Talentförderung. Als Klinischer und Gesundheitspsychologe, Coach und Trainer arbeitet er in verschiedenen Sektoren wie für Bildungseinrichtungen (Universität Wien, PH Wien), ist Koordinator für Lehrlingsförderung (BAUakademie Wien) und gefragter Sportpsychologe (seit 2021 SK Rapid Wien).

# Programm

- 13:00 Uhr**      **Registrierung – Come together mit gesundem Buffet**
- 13:30 Uhr**      **Begrüßung**
- 13:50 Uhr**      **Impulsvortrag mit Mag. Simon Brandstätter**  
Gesunder Arbeitsplatz Kindergarten – Vision und Wirklichkeit
- 14:45 Uhr**      **Bewegte Pause mit gesunder Jause**
- 15:15 Uhr**      **Workshoprunde**
- 16:45 Uhr**      **Kaffeepause**
- 17:00 Uhr**      **Gesundheitskabarett mit Ingo Vogl**
- 18:00 Uhr**      **Ende der Veranstaltung**

Moderation: Martin Krejci



## Gesundheitskabarett mit Ingo Vogl

Kabarett zum Thema „G’sundheit“ und der Herausforderung mit Kindern zu leben und zu arbeiten:

Im Spannungsfeld zwischen Leben lernen und Lernen fürs Leben ist es eine spannende Herausforderung entspannt zu bleiben. Was erwartet wer und wann von wem? Und wie bekomme ich den Druck, den die Anderen machen, wieder weg, wo drücke ich drauf, damit ich wieder „druckstabil“ werde? Drücken Sie sich nicht vor der Entspannung mittels Lachen!

Es wird darauf hingewiesen, dass am Veranstaltungsort Fotos angefertigt werden und zu Zwecken der Dokumentation der Veranstaltung gegebenenfalls auch im Internet (insbesondere auf unserer Website) oder in Printmedien veröffentlicht werden können. Weitere Informationen zum Datenschutz und über Ihre Betroffenenrechte entnehmen Sie dem Datenschutzbereich auf der BVAEB-Website.

# Workshops

Folgende vier Workshops stehen zur Auswahl – die Anmeldung erfolgt vor Ort:

## **Workshop 1: „Den Arbeitsalltag mental meistern: Tipps & Strategien“**

Mag. Simon Brandstätter

- Wie kann ich mir Gutes im Arbeitsalltag tun?
- Welche Eskalationsdynamiken gibt es, um bei Konfliktsituationen entsprechend reagieren zu können?
- Wie können die Strukturen und Abläufe im Arbeitsalltag geändert werden, um das Wohlbefinden zu steigern?
- Wie kann Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Kindergarten in der Praxis funktionieren?

## **Workshop 2: „So bleiben Sie gut bei Stimme!“**

Kosima Weissinger-Klimpt

- Welche Faktoren beeinflussen die Stimme negativ?
- Wie wirkt sich Ihre Stimme auf die Kindergartenkinder aus?
- Wie kann die Atmung zu einer belastbaren Stimme beitragen?
- Welche Zusammenhänge gibt es zwischen Körper, Atem, Stimme und Sprechverhalten?
- Wie kann die Stimme ökonomisch und gezielt eingesetzt werden?

## **Workshop 3: „Stopp! So grenzt du dich richtig ab“**

Michaela Kober

- Wie kann ich im Kindergartenalltag Grenzen setzen und souverän für mich selbst eintreten?
- Wie kann ich meinen Selbstschutz stärken, um Stress und emotionale Überforderung zu bewältigen?
- Welche alltagsnahen Übungen helfen mir, mehr Gelassenheit und Resilienz zu entwickeln?

## **Workshop 4: „Body & Mind: Warum wir in Bewegung bleiben sollen“**

Georg Höchsmann

- Was kann Bewegung bewirken und inwiefern wirkt sie sich auf unsere psychische Gesundheit aus?
- Welche Bewegungsformen, Aktivitäten und Übungen tragen zur Entspannung bei?
- Wie unterstützt Bewegung eine bessere Konzentration?
- Welchen positiven Nutzen haben koordinative Übungen?

# Anmeldung

- Das Symposium wird als Fortbildung anerkannt.
- Die Anmeldung zur Veranstaltung ist über [symposium@bvaeb.at](mailto:symposium@bvaeb.at) bis 27. Juni 2025 möglich.
- Die Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist beschränkt. Über die Teilnahme entscheidet der Zeitpunkt der Anmeldung.

Gerne können Sie sich direkt vor Ort für einen Workshop Ihrer Wahl anmelden. Bitte beachten Sie, dass die begrenzten Plätze pro Workshop in der Reihenfolge der Ankunft vergeben werden.

## Kontakt

Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB)  
Unfallverhütung und Gesundheitsförderung

**e-Mail** [symposium@bvaeb.at](mailto:symposium@bvaeb.at)

**Telefon** 050405-21716, 0664/84 22 269

**Adresse** Josefstädter Straße 80, 1080 Wien

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Das Gesundheitsförderungsteam der BVAEB

Im Rahmen der Kooperation  
„Gesunder Arbeitsplatz Kindergarten Niederösterreich“



**Gefördert aus den Mitteln des Landesgesundheitsförderungsfonds Niederösterreich**

### Impressum

Medieninhaber: Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau, 1080 Wien

Bilder Cover (v.l.n.r.): Lordn/Shutterstock.com, Diego Cervo/Shutterstock.com, Photographee.eu/Shutterstock.com

Auflage: 06/2025

Diese Publikation wurde mit größter Sorgfalt erarbeitet und geprüft, trotzdem kann es zu Druck- oder Satzfehlern kommen. Rechtsansprüche können daraus nicht abgeleitet werden. Informationen nach Artikel 13 und 14 Datenschutz-Grundverordnung betreffend die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten finden Sie auf unserer Website unter [www.bvaeb.at/Datenschutz](http://www.bvaeb.at/Datenschutz).

# Anfahrtsplan

## Anreise mit der Bahn:

Das Bildungshaus befindet sich in unmittelbarer Nähe (ca. 5 bis 10 Gehminuten) des St. Pöltner Hauptbahnhofs. Ausgang Bahnhofplatz: Links Richtung Post/Jugendherberge – entlang der Promenade, nach dem Sparkassenpark/Ecke Kloostergasse – links in die Kloostergasse – an der rechten Seite befindet sich das Bildungshaus – Eingang um die Ecke.

## Anreise mit dem Auto:

Abfahrt St. Pölten OST – nach der Ausfahrt Richtung St. Pölten (Landhaus) – vor der (ampelgeregelten) Kreuzung rechts Richtung Wagram einbiegen – dem Straßenverlauf folgen bis zum Kreisverkehr (ca. 2 km) – im Kreisverkehr 1. Ausfahrt (am Neugebäudeplatz) nehmen – das Bildungshaus befindet sich nach ca. 50 m an der linken Seite.

Begrenzte – kostenpflichtige – **Parkplätze** sind im Bildungshaus St. Hippolyt verfügbar.

## Veranstaltungsort

**Bildungshaus St. Hippolyt**

**Eybnerstraße 5, 3100 St. Pölten**

