

# Einladung zum 1. Symposium

„Arbeitsplatz elementarpädagogische  
Bildungseinrichtung:  
gesund begleiten – gesund fördern“

**Donnerstag, 05. März 2026, 13:00 bis 18:00 Uhr  
Montforthaus, Feldkirch**

Die Anmeldung zur Veranstaltung ist bis 05. Februar 2026 über  
[bgz.symposium@bvaeb.at](mailto:bgz.symposium@bvaeb.at) möglich.



# Die Schätze in mir und anderen entdecken

## Impulse für eine wertschätzende Lern- und Beziehungskultur

Eine gelingende und nachhaltige pädagogische Arbeit im Elementarbereich lebt von einer gemeinsamen Ausrichtung aller Beteiligten sowie von der Qualität der Beziehungen untereinander. Gelingt das Miteinander zwischen Kindern, Pädagog:innen, Leitung und Eltern, ist das kein Zufall, sondern Ausdruck einer bewussten Haltung, die sich in der Bereitschaft zeigt, wertvolle Charaktereigenschaften – in uns selbst und in anderen – zu erkennen, zu fördern und in den Dienst der Gemeinschaft zu stellen.

Diese „Schätze“ bilden die Grundlage für Geborgenheit, gegenseitiges Vertrauen, kooperative Zusammenarbeit und die Fähigkeit, Herausforderungen gemeinsam zu meistern. In einer solchen Kultur wird Vielfalt – in Persönlichkeiten, Entwicklungsschritten, Lebensentwürfen und Sprachen – nicht als Belastung wahrgenommen, sondern als Ressource für gemeinsames Lernen und Wachsen. So kann ein Bildungsraum entstehen, in dem Kinder von Anfang an erfahren, was es bedeutet, Teil einer Gemeinschaft zu sein – und in dem sich alle Beteiligten sozial, emotional und in ihren individuellen Fähigkeiten entfalten können – als Teil eines größeren Ganzen.

## Hauptreferentin

### Dr.<sup>in</sup> Shima Poostchi



© PRIVAT

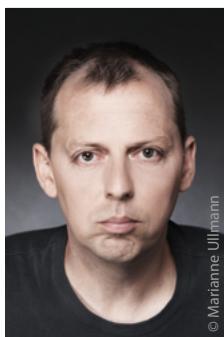
Unternehmensberaterin sowie Schulentwicklungsberaterin, arbeitet als Trainerin und Coach. Ihre Qualifikationen umfassen unter anderem Systemisches Leadership, den NLP-Master sowie die Ausbildung zur Klassenrat- und Familienrat-Trainerin nach Rudolf Dreikurs.

Neben ihrer beruflichen Tätigkeit leitet sie Kinder- und Jugendgruppen, um Charakterbildung und die Entwicklung von Tugenden zu fördern. Sie ist die Gründerin von Shira Publishing und Virtues Project Austria und schreibt außerdem als Autorin für den Jungösterreich Verlag.

# Programm

13:00 Uhr	Registrierung – Come together mit gesundem Buffet
13:30 Uhr	<b>Begrüßung</b> <b>Verleihung BVAEB-Gütesiegel</b> <b>„Gesunder Arbeitsplatz Kindergarten“</b>
13:50 Uhr	<b>Impuls vortrag mit Dr. in Shima Poostchi</b> <b>Die Schätze in mir und anderen entdecken</b> Impulse für eine wertschätzende Lern- und Beziehungskultur
14:45 Uhr	Bewegte Pause mit gesunder Jause
15:15 Uhr	<b>Workshoprunde</b>
16:45 Uhr	Kaffeepause
17:00 Uhr	<b>Gesundheitskabarett mit Ingo Vogl</b>
18:00 Uhr	Ende der Veranstaltung

Moderation: Roman Neugebauer, MA



## Gesundheitsbedingt mit Ingo Vogl

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!

© Marianne Ullmann

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: Systemische Führungsqualitäten für gesunde Bildungssysteme**

Dr.<sup>in</sup> Shima Poostchi

- Wie fördert systemisches Denken die gesunde Entwicklung von elementarpädagogischen Bildungseinrichtungen?
- Wie können Leitungen von elementarpädagogischen Bildungseinrichtungen die Beteiligung des Teams stärken?
- Wie kann ein positives Arbeitsklima gefördert werden?
- Welche Kompetenzen helfen, Herausforderungen lösungsorientiert zu begegnen?

## **Workshop 2: Stark im Alltag – wie Ernährung unser Immunsystem schützt**

Martin Rinderer, BSc MSc

- Was braucht unser Immunsystem wirklich?
- Wie beeinflussen Essverhalten, Mahlzeitenstruktur und Trinkgewohnheiten unsere Immunleistung?
- Welche Rolle spielt der Darm als Teil unseres Immunsystems?
- Welche Lebensmittel und Routinen können uns stärken und dabei helfen, fit zu bleiben?

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

Aniella Rathfelder, BSc MSc

- Wie kann ich im pädagogischen Alltag Grenzen setzen und souverän für mich selbst einstehen?
- 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: Kraftvoll durch den Alltag: Mit Krafttraining zur besten Version deiner selbst**

Mag.<sup>a</sup> Sabine Reiner

- Warum hilft regelmäßiges Muskeltraining dabei, ein aktives Leben zu führen?
- Inwiefern kann Muskelstabilität das Risiko für Verletzungen und Fehlhaltungen mindern?
- Wie verbessern Muskeln den Kalorienverbrauch und den Energiehaushalt?
- Welche Übungen können einfach von zuhause aus durchgeführt werden?

# Anmeldung

- Die Teilnahme an der Fortbildungsveranstaltung kann auf die Fortbildungsverpflichtung gemäß §19 Abs. 1 (in Verbindung mit Abs. 4) Kinderbildungs- und -betreuungsgesetz KBBG angerechnet werden.
- Die Anmeldung zur Veranstaltung ist bis 05. Februar 2026 über bgz.symposium@bvaeb.at möglich.
- Teilnahmebestätigungen erhalten Sie direkt bei uns vor Ort.
- 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** bgz.symposium@bvaeb.at

**Telefon** 050405-29027 und 29028

**Adresse** Montfortstraße 11, 6900 Bregenz

**Wir freuen uns auf Ihr Kommen!**  
**Das Gesundheitsförderungsteam der BVAEB**



### Impressum

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

Konzept und Layout: Julia Weithaler, MA

Auflage: 11/2025, Online-Version

Diese Publikation wurde mit großer 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 dem Auto:

Autobahn A 14 – Ausfahrt Feldkirch/Frastanz

## Veranstaltungsort

Montforthaus Feldkirch  
Montfortplatz 1  
6800 Feldkirch

## Anreise mit der Bahn:

Fahrplanauskunft in Vorarlberg für Bus und Bahn: [www.vmobil.at](http://www.vmobil.at)

Das Montforthaus ist ca. 800 Meter vom Bahnhof Feldkirch entfernt.

## Parkmöglichkeiten:

Die Parkgarage Montforthaus verfügt über 75 öffentliche Parkplätze und 30 Fahrradabstellplätze. Weitere Parkmöglichkeiten befinden sich in der Parkgarage Illpark, in der Tiefgarage Reichenfeld und bei den Parkplätzen in der Wichnergasse. Bitte beachten Sie, dass alle Parkmöglichkeiten kostenpflichtig sind.

