

# ACHTUNG!

DIESE SUBSTANZ KANN  
BEWUSSTSEINERWEITERND  
WIRKEN UND ZU MEHR  
GESUNDHEIT BEITRAGEN!  
NUTZEN WIR SIE.

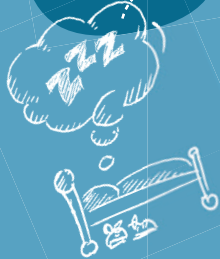


Zu Risiken und Nebenwirkungen  
erfahren Sie mehr im „Lehrgang  
zum Jugendgesundheits-Coach“!

**JUGEND-  
GESUNDHEITS-  
COACHES**  
WISSEN  
MEHR!



# JUGEND- GESUNDHEITS- COACHES WISSEN, ...



... WER ZUR  
**GOLDFISCH-  
GENERATION**  
GEHÖRT.

... WARUM DER  
**MARSHMALLOW-TEST**  
EINEN WICHTIGEN EINFLUSS  
AUF DIE GESUNDHEIT HABEN KANN.

... WIE SICH DAS  
**DEFAULT MODE  
NETWORK** POSITIV AUF  
UNSERE KREATIVITÄT AUSWIRKT.

... WELCHE GEFAHR **FOMO**  
MIT SICH BRINGT.

... WAS **SMOMBIES** SIND.



Das Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark bildet Schüler/innen im Rahmen eines dreitägigen Lehrgangs zu Jugendgesundheits-Coaches aus.

Die Jugendlichen erhalten eine fachliche und methodische Ausbildung, um anderen (jüngeren) Schüler/innen kreativ vermitteln zu können, was für das eigene Wohlbefinden getan werden kann.

Jede Schule kann 2 Jugendliche im Alter von 16 bis 17 Jahren zum Lehrgang anmelden.

Die ausgebildeten Jugendlichen erhalten nach abgeschlossener Ausbildung und umgesetzter Peer-Arbeit ein Zertifikat, das sie als „Jugendgesundheits-Coach“ auszeichnet und eine wertvolle berufliche Zusatzqualifikation darstellt.

Die Ausbildungskosten (inkl. Unterkunft und Verpflegung) werden übernommen. Die Kosten für die An- und Abreise sind von den Teilnehmenden selbst zu tragen. Die Schüler/innen werden für die 3 Lehrgangstage vom Unterricht freigestellt.

## KONTAKT

Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark  
Dipl.-Päd.<sup>in</sup> Cosima Pilz  
Brockmangasse 53, 8010 Graz  
Tel.: 0316 835404 29  
E-Mail: [cosima.pilz@ubz-stmk.at](mailto:cosima.pilz@ubz-stmk.at)  
[www.ubz-stmk.at](http://www.ubz-stmk.at)



# AUSBILDUNGS- INHALTE

- ➔ Wer ist denn nun wirklich gesund?
- ➔ Sind immer mehr psychisch krank?
- ➔ Ist digitale Demenz im Kommen?
- ➔ Vegetarisch, vegan oder Fleisch essen?
- ➔ Kommt es tatsächlich auf die Bewegung an?
- ➔ Wer mobbt, wer leidet?
- ➔ Was tun, wenn ich krank bin und was kann ich tun, nicht krank zu werden?
- ➔ Was kann ich weitergeben?
- ➔ Was tu ich, ohne zu wissen, was ich tu?
- ➔ Was kann ich tun und wie mach ich es?

# LEHRGANG ZUM JUGENDGESUNDHEITS- COACH ★ STEIERMARK



Der „Lehrgang zum Jugendgesundheits-Coach Steiermark“ ist ein Projekt der Österreichischen Gesundheitskasse und des Umwelt-Bildungs-Zentrums Steiermark. Es wird finanziert von der Österreichischen Gesundheitskasse. Gefördert aus Mitteln des Gesundheitsfonds Steiermark.

Idee, Konzept und Redaktion: Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark; Design: Communicat.at