



PRESSE-AUSSENDUNG 2/2010

„Lernstoff Geborgenheit und Achtsamkeit“



„Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche bleibt für das Auge unsichtbar.“ Fasten kann den Blick auf das Wesentliche gezielt schärfen. Fasten ist keine Crash-Diät und daher auch nicht in einem Kurzprogramm zu vermitteln. Fasten erfasst die ganze Person, unser körperliches wie auch seelisch-geistiges Entschlacken. Fasten ist wie eine NEUGEBURT mitten im Leben. Menschen, die andere Menschen im Fastenprozess begleiten, müssen daher fundiert ärztlich ausgebildet sein. Und sie lernen, mit Empathie Geborgenheit und Achtsamkeit zu vermitteln. Die GGF Österreichische Gesellschaft für Gesundheitsförderung ist seit 12 Jahren Initiatorin und Organisatorin der GGF-Fastenakademie, ein ärztlich geleiteter Zertifikatslehrgang zum/r Fasten- & Gesundheitstrainer/in. Seit 2010 ist die Ausbildung nun zertifiziert!

GGF-Fastenakademie mit offizieller Zertifizierung!

Die Zertifizierung der GGF-Fastenakademie erfolgte durch die **Zertifizierungsstelle (CERT NÖ), die an der Donau-Universität Krems** im Department für Weiterbildungsforschung und Bildungsmanagement angesiedelt ist. Das neue Qualitätssiegel weist die GGF als professionellen Anbieter im Aus- & Weiterbildungssektor im Rahmen der Gesundheitsförderung aus. Neben der Zertifizierung durch die NÖ Landesregierung ist die GGF-Fastenakademie bereits seit 2007 anerkannter **Bildungsträger der AK Kärnten**. Die Länder reagieren damit auch auf den Bedarf und die Nachfrage bei Wissensvermittlung im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung.

Lernstoff Geborgenheit und Achtsamkeit.

Der Lehrgang wird berufsbegleitend organisiert und besteht aus fünf ganzheitlichen Modulen mit den Schwerpunkten: Fasten, Ernährung, Bewegung, Entspannung, gesundes Lebensumfeld & seelische Gesundheit. Besonderes Augenmerk wird auf die Betreuungsqualität gelegt. Geborgenheit, Sinnfindung und Achtsamkeit werden im Fastenprozess und an allen Lehrgangsorten praktisch und theoretisch erlebt. Dr. Ulrike Borovnyak, GGF-Geschäftsführerin & Bildungsmanagerin der GGF-Fastenakademie dazu: „Wenn es etwas in unserem Leben täglich neu zu lernen gibt, so der respektvolle Umgang mit der Welt, die uns umgibt. Unsere NEUGEBURTshelferInnen haben die wunderbarste aller Aufgaben: Menschen bei ihrer NEUGEBURT zu begleiten. Ein nachhaltiger Lebensstil sollte sich wie ein roter Faden durch dieses „2. Leben“ ziehen.“

Absolventen der Ausbildung steht es offen, eigenständig Urlaubs-Fasten-Seminare zu leiten oder bei Projekten des GGF-Netzwerks mitzuwirken. NEU ist die Möglichkeit, bei den Fasten für Genießer®-Hotels aktiv zu werden.



Heifasten. Und Sie fühlen sich wie **NEUGEBOREN**

WEITERE INFOS über unser FASTEN-NETZWERK:

Tel/Fax 01/9676650

office&gesundheitsfoerderung.at

www.gesundheitsfoerderung.at

www.fastenfuergeniesser.com



Buchtipp:

Borovnyak/Pesina: Fasten.Auszeit für Körper, Geist und Seele.

Gräfe&Unzer-Verlag, München, 2009, ISBN 978-3-8338-1419

Mit freundlicher Unterstützung von:



VÖSLAUER

GGF ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG – www.gesundheitsfoerderung.at

GGF Geschäftsführung Büro Wien · Mag. Dr. Ulrike Borovnyak
Haydngasse 6/31, A-1060 Wien · T/F 01/ 9676650 · M 0699/ 19676650 · E ulrike.borovnyak@gesundheitsfoerderung.at