



Die Wiener Volkshochschulen sind als größte gemeinnützige Erwachsenenbildungseinrichtung in Wien ein wesentlicher Bestandteil der Bildungs- und Kulturlandschaft dieser Stadt.

Als Erwachsenenbildungseinrichtung bieten die Wiener Volkshochschulen Bildungsmöglichkeiten, die Menschen darin unterstützen, ihre Situation aus eigener Kraft zu verbessern.



Aktuell suchen wir Kursleiter*innen im Projekt „**Beweg' dich – Gesunder Rücken**“ der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK). Die kostenlosen Bewegungskurse mit Schwerpunkt Rückengesundheit finden seit September 2024 verteilt in ganz Wien an Standorten der Wiener Volkshochschulen statt. Das Projekt wird im Frühjahr 2025 fortgesetzt.

Eckdaten zum Projekt:

- Kurse ab Frühjahr 2025:
 - ✓ Kursbeginn **ab 24. Februar 2025** (KW09)
 - ✓ Kursende: Juni 2025
- Honorar:
 - ✓ Das Honorar beträgt € 35,- pro Unterrichtseinheit (1 UE = 60 Minuten)
 - ✓ Freier Dienstvertrag
- Kurstermine:
 - ✓ 2 Termine pro Woche an 2 unterschiedlichen Wochentage, je 60 Minuten
 - ✓ Insgesamt 28 Unterrichtseinheiten in 14 Wochen
- Anforderungen: (jeweils nachweisbar)
 - ✓ Ausreichende Qualifikation (siehe unten)
 - ✓ min. 2 Jahre Berufserfahrung
 - ✓ Erste-Hilfe-Kurs im Ausmaß von min. 4 Stunden
- Aufgaben:
 - ✓ Schwerpunkte im Kurs: Kräftigung/Stabilisation der Rumpfmuskulatur, Entspannung und Beweglichkeit/Mobilisation, Koordinationsschulung, Tipps für einen rückschonenden Alltag
 - ✓ Theoretische Inputs zur individuellen Zielentwicklung und nachhaltigen Zielerreichung in 2 der 28 Einheiten („MoVo-Prozessmodell“)

- ✔ Vor Kursbeginn: 2-stündige Online-Schulung zu Kursinhalten und theoretischem Konzept, Absolvieren eines Wissens-Check (kann unbegrenzt wiederholt werden)
- ✔ Dokumentation der Anwesenheit digital über MyVHS
- ✔ Anfertigen von Gruppenberichten (Dokumentation des Unterrichts)
- ✔ Im Kurs ist ein von der ÖGK zur Verfügung gestelltes T-Shirt mit entsprechendem Logo-Aufdruck zu tragen

Qualifikationskriterien:

- Kursleiter*innen-Ausbildung gem. Bundessportakademien (BSPA)
 - ✔ Kursleiter*innen im Programm „Beweg‘ dich – Gesunder Rücken“ müssen zumindest eine Qualifikation als Instructor*in oder eine vergleichbare Ausbildung im Bereich Erwachsenentraining, Prävention, Rückengesundheit, Fitness- und Gesundheitssport aufweisen.
- Kursleiter*innen-Ausbildung über andere Ausbildungsformate haben zumindest folgende Kriterien aufzuweisen:
 - ✔ Zwischen 90 und 150 Einheiten theoretische Ausbildung
 - ✔ Zwischen 60 und 80 Stunden praktische Ausbildung
 - ✔ Schwerpunkt Erwachsenentraining, Prävention, Rückengesundheit, Fitness- und Gesundheitssport
- Höherwertige Ausbildungen (z.B. Trainer*in, Physiotherapeut*in, Sportwissenschaftler*in) berechtigen bei zweijähriger Erfahrung in der Gruppenleitung zum Anleiten von „Gesunder Rücken“-Kursen.
 - ✔ Die Kursleitungen müssen vor Beginn der „Gesunder Rücken“-Kurse mindestens 2 Jahre Erfahrung in der Leitung von Bewegungskursen im Gesundheitssport nachweisen.
 - ✔ Jede Kursleitung muss einen 4-stündigen Erste-Hilfe-Kurs nachweisen können. Eine Erste-Hilfe-Ausrüstung (Verbandsmaterial, Notfallnummern, Telefon) ist gegebenenfalls mitzuführen.

Wenn Sie Interesse haben einen oder mehrere Kurse zu übernehmen und die Qualifikationskriterien (siehe oben) erfüllen, nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf! (E-Mail an programm@vhs.at oder telefonisch unter: +43 699 189 178 99). Bitte schicke die unterschriebene Datenschutzerklärung für Bewerber*innen mit: https://www.vhs.at/documents/Datenschutzerklaerung_BewerberInnen_Zentrale.pdf

Die Wiener Volkshochschulen stehen für Chancengleichheit und Diversität. Wir freuen uns deshalb über Bewerbungen von Menschen mit Migrationserfahrung und Menschen mit Behinderung.

Neue EU-Datenschutz-Grundverordnung:

Mit der Übermittlung Ihrer Bewerbung erlauben Sie uns, diese der personalsuchenden Stelle zur Verfügung zu stellen bzw. zur Wiedervorlage heranzuziehen.