

**PERSÖNLICHKEIT &
PSYCHOLOGIE**



Lehrgang Die Kraft der Achtsamkeit

28.02. – 18.07.2020

PROGES Akademie

www.proges.at

PROGES
Wir schaffen Gesundheit
Akademie

LEHRGANG

Die Kraft der Achtsamkeit

(Kursnummer 430/1641)

1. EINLEITUNG

In diesem Lehrgang lernen die TeilnehmerInnen durch Übungen der Achtsamkeit sich selbst und die eigenen Bedürfnisse bewusst wahrzunehmen. Durch Achtsamkeitspraxis kommen Menschen zur Ruhe, finden zu ihrer eigenen Mitte und entdecken ihren persönlichen Freiraum. Übungen aus dem Qi Gong bringen die Lebensenergie ins Fließen und helfen zu einer guten individuellen Balance zu gelangen, sowie Freude und Lebendigkeit zu empfinden.

Die TeilnehmerInnen lernen östliche und westliche Zugänge zu Achtsamkeit und Meditation kennen und erproben diese in einer gemeinsamen Übungspraxis. Es werden verschiedene Sichtweisen auf den Menschen in seiner körperlichen, seelischen und geistigen Dimension vorgestellt. Einen wichtigen Teil des Lehrgangs stellt auch die Reflexion der eigenen Lebenssituation dar, sowie die Auseinandersetzung mit Literatur zu diesen Themen.

2. LEHRINHALTE

- formelle und informelle Achtsamkeitspraxis
- östliche und westliche Wege der Achtsamkeit
- östliche und westliche Menschenbilder
- Reflexion der eigenen Lebenssituation

3. METHODEN

- meditative Übungen im Gehen, Sitzen und Liegen
- Qi Gong in Ruhe und Bewegung
- Innehalten und sich selbst wahrnehmen
- Tagebucharbeit und Literaturstudium

4. ZIELGRUPPE

Für alle,

- die sich selbst besser kennen lernen möchten
- ihr Leben in Richtung mehr Leichtigkeit und Freiraum für sich selbst verändern wollen
- sich für die Kraft der Achtsamkeitspraxis und des Qi Gong interessieren

5. TERMINE UND UMFANG

Modul	Termin
1. Modul	28./29.02.2020
2. Modul	20./21.03.2020
3. Modul	24./25.04.2020
4. Modul	15./16.05.2020
5. Modul	19./20.06.2020
6. Modul	17./18.07.2020

Kostenloser Informationsabend: Frühjahr 2020

Anmeldeschluss: 15.02.2020

Kurszeiten: Freitag 14:00 – 19:00 Uhr und Samstag 09:00 – 18:00 Uhr

Kursort: PROGES Akademie, Fabrikstraße 32, 4020 Linz

Lehrgangsumfang: 90 UE Präsenzunterricht + etwa 180 UE Selbst- Literaturstudium inkl. Reflexionstagebuch = **Gesamt 270 UE**

Geringfügige Änderungen im Lehrgangsprogramm sind nicht beabsichtigt, aber möglich und werden entsprechend bekannt gegeben.

6. KOSTEN

Lehrgang: € 1.770,- (inkl. 10% MwSt)

Der Lehrgangsbetrag wird vor Beginn des Lehrgangs und im Februar 2020 in Rechnung gestellt.

Förderungen sind gemäß den persönlichen Voraussetzungen möglich. Nähere Details zu unterschiedlichen Fördermöglichkeiten finden Sie auf unserer Homepage.

Im Fall von Kompensationsleistungen (Nachprüfungen, Ersatzarbeiten, Überarbeitung von Abschlussarbeiten, etc) wird eine Zusatzgebühr von 120,- € in Rechnung gestellt. Eventuelle Hotel- oder sonstige Aufenthalts- und Verpflegungskosten sowie Fachliteratur sind in den Lehrgangsgebühren nicht enthalten.

Lehrgangsunterlagen werden in elektronischer Form (per Mail bzw. über die Lernplattform Moodle) zur Verfügung gestellt.

FRÜHBUCHERBONUS:

Bei Anmeldungen zum Lehrgang, die bis zum 01. Dezember 2019 in der PROGES Akademie, reduziert sich Ihre Teilnahmegebühr für den Lehrgang um € 100,--.

Wir weisen darauf hin, dass die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der PROGES Akademie gelten.

Zahlungs- und Stornobedingungen: Eine Rechnung über die Lehrgangsgebühr wird termingerecht vor Kursbeginn zugeschickt. Der Seminarbeitrag ist gemäß den in der Rechnung angeführten Zahlungsbedingungen zu überweisen. Eine Stornierung der Anmeldung ist nur schriftlich möglich. Bei Stornierungen bis zum Anmeldeschluss berechnen wir einen Unkostenbeitrag für Verwaltungsaufwand in Höhe von € 98,- (inkl. 10% MwSt). Bei Stornierung ab dem Anmeldeschluss bis zu einem Tag vor Ausbildungsbeginn sind 50% der gesamten Lehrgangskosten zu zahlen. Bei Stornierung ab dem 1. Ausbildungstag oder während der Ausbildung bzw. bei Nicht-Erscheinen zum Lehrgang ist die gesamte Lehrgangsgebühr zu zahlen. ErsatzteilnehmerInnen können genannt werden. Wenn der/die TeilnehmerIn das Bildungsangebot von sich aus abbricht (oder bei Zahlungsverzug) ist der noch offene Betrag zur Gänze sofort fällig.

7. LEHRGANGSLEITERINNEN

Dipl.-Päd. Monika Hupfer

Volksschullehrerin und Montessoripädagogin

Lehrerin für Qi Gong und achtsamkeitsorientierte Persönlichkeitsarbeit
Fortbildung in Tai Chi



Dipl.-Päd. Michaela Stauder

Volks- und Sonderschullehrerin, Waldorfpädagogin

Lehrerin für Qi Gong und achtsamkeitsorientierte Persönlichkeitsarbeit
Fortbildung in Tai Chi, Studium der Kulturwissenschaften



8. ORGANISATION UND ANMELDUNG

Anmeldungen sind schriftlich mittels beiliegendem Anmeldeformular sowie elektronisch auf unserer Homepage www.proges.at möglich. Danach erhalten Sie eine Kursplatzvormerkung per mail zugesandt. Nach dem Anmeldeschluss erfolgt die Rechnungslegung. Die TeilnehmerInnen-Anzahl ist aus didaktischen Gründen begrenzt. Die Aufnahme der TeilnehmerInnen erfolgt auf Grundlage des Anmeldezeitpunktes.

Die Entscheidung, ob ein Lehrgang auf Grund der Anzahl der angemeldeten TeilnehmerInnen durchgeführt werden kann, fällt in der Regel 4 Wochen vor Lehrgangsbeginn. Nur in Ausnahmefällen wird damit bis 14 Tage vor Lehrgangsbeginn zugewartet. Daher ist es zu empfehlen, sich zum ehestmöglichen Zeitpunkt – also schon vor der 4-Wochen-Frist – zum Lehrgang anzumelden, da Ihre Anmeldung ausschlaggebend für das Zustandekommen des Lehrganges sein kann.

Ihre AnsprechpartnerInnen:

Inhaltlich: Monika Hupfer, monika.hupfer@gmx.at oder Michaela Stauder, m.stauder@eduhi.at

Organisatorisch: Stephan Dichlberger, Tel.: 05/77 20 - 110, stephan.dichlberger@proges.at

Verbindliche Anmeldung

Lehrgang Die Kraft der Achtsamkeit
(Kursnummer 430/1641)

TeilnehmerIn (Vorname, Name, Titel)

Geburtsdatum

PLZ / Ort

Straße / Hausnummer

Telefonnummer

E-Mail

Falls Rechnungsempfänger sich von o.a. Adresse unterscheidet:

Rechnungsempfänger

PLZ / Ort

Straße / Hausnummer

Ich habe die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Rücktrittserklärung-Belehrung der PROGES zur Kenntnis genommen und akzeptiere sie ausdrücklich als Bestandteil dieses Vertrages.

Ich bin ausdrücklich damit einverstanden, dass ich von PROGES Zusendungen an meine Adresse und/oder E-Mailadresse erhalte.

Ich bin ausdrücklich damit verstanden über meine Mobilfunknummer bzw. Mobilfunkgerät Informationen zu erhalten (z.B. Änderungen im Rahmen des Kursgeschehens). Mir ist bekannt, dass ich diese Zustimmungserklärung jederzeit widerrufen kann, worauf eine Fortsetzung der Datenverwendung unzulässig ist und meine Daten zu löschen sind.

Wir weisen unsere KundInnen auf die Möglichkeit einer Seminarversicherung für Storno oder Abbruch (z.B. wegen Krankheit oder Unfall) von Seminaren/Kursen und Lehrgängen hin. Im Anlassfall können damit zusätzliche Kosten und Unannehmlichkeiten vermieden werden. Näherer Infos unter www.pga.at/seminarversicherung.

Datum _____ Unterschrift _____

ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

STAND 1. MÄRZ 2019

Anmeldung

Die Anmeldung zu den von der PROGES Akademie veranstalteten Lehrgängen und Seminaren erfolgt schriftlich, per E-Mail: akademie@proges.at oder online über die Homepage www.proges.at. oder per Fax (Fax: +43(0)5 77 20-122). Bei Vorträgen ist auch eine telefonische Anmeldung (05/7720-110) möglich. Anmeldungen sind in jedem Fall verbindlich.

Zu- und Absagen

PROGES versendet nach der rechtsverbindlichen Anmeldung eine Kursplatzvormerkung. Die TeilnehmerInnenzahlen in unseren Seminaren und Lehrgängen sind beschränkt, daher ist die Reihenfolge der Anmeldung für eine Teilnahme ausschlaggebend. Ist die maximale TeilnehmerInnenzahl in einem Seminar oder Lehrgang bereits erreicht, werden Sie auf der Warteliste gereiht und bei Freiwerden eines Kursplatzes umgehend verständigt.

Aufnahmevoraussetzungen für Lehrgänge:

Die genauen Voraussetzungen für die Aufnahme in einen Lehrgang sind den entsprechenden Lehrgangsbroschüren zu entnehmen. Eine definitive Aufnahme ist erst nach allfälliger Prüfung der vorliegenden Unterlagen möglich.

Die Lehrgangsleitung behält sich das Recht vor, InteressentInnen abzulehnen, auch wenn eine verbindliche schriftliche Anmeldung bereits erfolgt ist.

Nach Anmeldeschluss erhalten Sie von PROGES bei Lehrgangsstart eine Rechnung inkl. Zahlschein zugesandt. Sollte der Lehrgang abgesagt werden, erhalten Sie eine schriftliche Verständigung.

Zahlungsbedingungen

Die angegebenen Teilnahmegebühren sind mindestens vier Werktage vor Beginn der jeweiligen Veranstaltung zu entrichten. Die Bezahlung hat nach Rechnungslegung mittels zugesandtem Zahlschein zu erfolgen oder mittels eines PROGES-Gutscheins. Bei Vorträgen ist die Eintrittsgebühr am Vortragsabend vor Beginn der Veranstaltung zu begleichen.

Die Einhaltung der vereinbarten Zahlungstermine und -modalitäten ist eine wesentliche Bedingung für eine Teilnahme an der Veranstaltung.

Bei Zahlungsverzug wird eine Mahngebühr von € 35,- und gegebenenfalls Verzugszinsen verrechnet. Im Falle der erforderlichen Einschaltung eines Inkassobüros sind die in Verordnungsform festgelegten Inkassogebühren zu bezahlen. Teilzahlungsvereinbarungen können getroffen werden, müssen aber schriftlich beantragt und vereinbart werden. Die letzte Rate muss vor Ende der Veranstaltung entrichtet werden.

Tritt bei vereinbarter Teil- oder Ratenzahlung ein Verzug mit auch nur einer Teilzahlung oder Rate ein, wird der gesamte aushaftende Betrag sofort zur Zahlung fällig.

PROGES behält sich das Recht vor, in Zahlungsverzug befindliche TeilnehmerInnen solange vom Besuch der Veranstaltung auszuschließen oder das Abschlusszertifikat/Diplomzeugnis einzubehalten, bis die rückständigen Entgelte, Teilzahlungen oder Raten bei PROGES eingegangen sind.

Ev. Aufenthalts- oder Verpflegungskosten sind in den Teilnahmegebühren nicht enthalten.

TeilnehmerInnen sind für die Abwicklung von eventuellen öffentlichen Förderungen selbst verantwortlich.

Ermäßigungen können unter bestimmten Voraussetzungen gewährt werden, die entsprechenden Hinweise finden sich im jeweils gültigen Bildungsprogramm bzw. auf der Homepage www.proges.at.

Anmeldeschluss

Bei Seminaren ist der Anmeldeschluss, wenn nicht anders angegeben, jeweils 14 Tage vor Kursbeginn.

Eine Seminar-Anmeldung kann bis zum Anmeldeschluss kostenlos storniert werden.

Bei Lehrgängen ist der Anmeldeschluss 3 Wochen vor Lehrgangsbeginn, Ausnahmen sind in der Lehrgangsinformation angegeben.

Rücktrittsrecht

Die TeilnehmerInnen haben als Konsumenten im Sinne des Konsumentenschutzgesetzes das Recht, binnen 14 Tagen ohne Angabe von Gründen von einem Vertrag zurückzutreten. Die Rücktrittsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses. Zur Wahrung der Rücktrittsfrist reicht es aus, dass die Mitteilung über die Ausübung des Rücktrittsrechts vor Ablauf der Rücktrittsfrist abgesendet wird.

Haben die TeilnehmerInnen verlangt, dass die Dienstleistungen von PROGES während der Rücktrittsfrist beginnen sollen, so haben sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem sie uns von der Ausübung des Rücktrittsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

TeilnehmerInnen haben jedoch kein Rücktrittsrecht bei Fernabsatz oder außerhalb von Geschäftsräumen geschlossenen Verträgen über Dienstleistungen, wenn PROGES - mit ihrer ausdrücklichen Zustimmung verbunden mit ihrer gleichzeitigen Kenntnisnahme vom Verlust des Rücktrittsrechts bei vollständiger Vertragserfüllung – noch vor Ablauf der Rücktrittsfrist mit der Ausführung der Dienstleistung begonnen hat und die Dienstleistung sodann vollständig erbracht wurde.

Stornobedingungen

Ohne Vorliegen eines nach den gesetzlichen Vorschriften zulässigen Rücktrittsgrundes können die TeilnehmerInnen vom Vertrag gegen Bezahlung einer Stornogebühr zurücktreten. Die Stornierung muss in jedem Fall schriftlich erfolgen.

Bei Stornierungen berechnen wir im Regelfall eine Verwaltungsgebühr von € 98,- (inkl. MwSt.), Ausnahmen sind in der jeweiligen Lehrgangsinformation angegeben.

Ab dem Anmeldeschluss bis zum Kursbeginn/Lehrgangsbeginn sind 50% der Seminargebühr/Lehrgangsgebühr als Stornogebühr zu entrichten.

Bei Storno am Tag des Kursbeginns/Lehrgangsbegins oder Nicht-Erscheinen ist die gesamte Seminargebühr fällig.

ErsatzteilnehmerInnen können genannt werden. Ein/e namhaft gemachte/r ErsatzteilnehmerIn, der/die nach Prüfung der Zugangsvoraussetzungen vonseiten der Akademie zugelassen wird, und die Seminar- bzw. Lehrgangsgebühr zur Gänze bezahlt, hat eine Befreiung des Stornierenden von der Seminar- bzw. Lehrgangsgebühr zur Folge.

Anwesenheitspflicht

Bei regelmäßigem Veranstaltungsbesuch erhalten die TeilnehmerInnen eine Teilnahmebestätigung. Voraussetzung ist eine, wenn nicht anders angegeben, mindestens 75%ige Anwesenheit. Für Lehrgänge gelten bei Abweichungen die Bestimmungen der jeweiligen Lehrgangsbroschüre.

Veranstaltungsorganisation

PROGES behält sich das Recht vor, Seminar- und Lehrgangstermine aus wichtigen Gründen abzuändern, zu verschieben bzw. abzusagen, sofern PROGES oder ihre MitarbeiterInnen kein grobes Verschulden trifft.

Eine entsprechende Verständigung erfolgt ehest möglich schriftlich oder telefonisch. Durch Kursabsagen, Terminverschiebungen oder Änderungen des Seminarortes entstandene Aufwendungen werden von PROGES nicht ersetzt.

PROGES behält sich zudem das Recht vor, Lehrgänge aufgrund zu geringer TeilnehmerInnenzahlen abzusagen oder in einen anderen Lehrgang mit im Wesentlichen gleichen Inhalten zu integrieren.

PROGES behält sich – im Rahmen der Zumutbarkeit – vor, aus sachlichen Gründen einen Wechsel der ReferentInnen und Verschiebungen im Ablaufplan vorzunehmen.

Dies begründet kein Recht auf Rücktritt und kein Recht auf Minderung der Veranstaltungsgebühr.

Datenschutz

Die von den TeilnehmerInnen elektronisch, telefonisch, mündlich, per Fax oder schriftlich übermittelten personenbezogenen Daten (Vor- und Zuname, Titel, Geburtsdatum, Firmenname, Firmenadresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Zusendeadresse und Privatadresse) werden elektronisch erfasst, gespeichert und im Zuge der PROGES- Leistungserbringung bearbeitet.

Mit der Anmeldung stimmt der/die TeilnehmerIn einer Be- und Verarbeitung der persönlichen Daten seitens PROGES im Zuge der Seminarorganisation zu. Die von Ihnen übermittelten Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

Sie dienen ausschließlich PROGES-internen Zwecken, außer wenn im Zusammenhang mit der Leistungserbringung eine Übermittlung an Fördergeber bzw. Kooperationspartner, die an der Kursdurchführung mitwirken (z.B. für die Ausstellung von externen Prüfungszertifikaten) erforderlich ist.

Darüber hinaus gelten die Bestimmungen unserer Datenschutzerklärung auf der PROGES-Website.

Haftung

Lehrgänge von PROGES berechtigen AbsolventInnen im Rahmen des Gesetzes zur gewerblichen, freiberuflichen bzw. unselbständigen Tätigkeit, nicht aber zur Ausübung eines Heilberufes oder Anwendung der Heilkunde im Sinne eines Heilberufes, nicht zur psychologischen Behandlung, Psychologischen Diagnostik, Psychotherapie und nicht zur Ausübung sonstiger medizinischer Tätigkeiten.

Die aus dem Lehrgang angewendeten Kenntnisse begründen keinen Haftungsanspruch gegenüber PROGES, sofern PROGES oder ihre MitarbeiterInnen kein grobes Verschulden trifft.

Wir weisen unsere TeilnehmerInnen ausdrücklich darauf hin, dass wir keine Aus- und Weiterbildungen anbieten, die dem Ausbildungsvorbehaltsgesetz unterliegen. Unsere nicht gesetzlich geregelten Aus- und Weiterbildungen dienen ausschließlich der persönlichen Wissenserweiterung und Gesundheitsvorsorge sowie der Stärkung des allgemeinen Wohlbefindens.

Eigenverantwortung

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen findet auf eigene Gefahr und eigenes Risiko statt. Jede/r LehrgangsteilnehmerIn handelt eigenverantwortlich. Jede/r TeilnehmerIn bestätigt, dass er/sie die nötigen körperlichen Voraussetzungen mitbringt, welche für eine Teilnahme an einem Seminar oder eines Lehrgangs notwendig sind. Er/sie ist für alle Praxiseinheiten selbst verantwortlich.

PROGES schließt einen Ausschluss eines/einer TeilnehmerIn aufgrund schwerer disziplinärer Vergehen oder groben Fehlverhaltens nicht aus. Im Falle eines gerechtfertigten Ausschlusses hat der/die TeilnehmerIn keinen Anspruch auf Rückerstattung der Kursgebühr.

Haftungsbegrenzung

Jede/r TeilnehmerIn übernimmt volle Verantwortung für sich und seine/ihre Handlungen, konsultiert bei allfälligen physischen oder psychischen Problemen einen Arzt und entbindet PROGES und ihre TrainerInnen von jeglicher Haftung auch für den Fall der leichten Fahrlässigkeit.

Hinweise

Bei Veranstaltungen (Aus- und Fortbildungen, Kursen und Vorträgen) ist die Mitnahme von Hunden (oder anderen Haustieren) nicht gestattet.

Unsere Themen, insbesondere zu alternativen und umstrittenen Heilmethoden, werden im Hinblick auf Inhalt und ReferentInnen so ausgewählt, dass eine möglichst kritische, breitgefächerte Auseinandersetzung mit dem Thema an sich bzw. übergeordneten Themenkreisen möglich wird. Dies führt dazu, dass dargelegte Inhalte nicht gleichermaßen die Meinung von PROGES und seiner Mitglieder widerspiegeln müssen. Alternative bzw. umstrittene Heilmethoden über die PROGES in seinen Kursen informiert, werden von den Krankenversicherungsträgern nicht bezahlt, weil die soziale Krankenversicherung grundsätzlich nur im Rahmen der Krankenbehandlung leistungszuständig ist.

Gerichtsstand

Vertragsgegenstand ist die jeweilige Lehrgangsinformation!

Falls nicht anders vereinbart gelten die Bestimmungen österreichischen materiellen Rechts ohne diejenigen Bestimmungen, die auf ausländische oder internationale Rechtsvorschriften verweisen, die in Österreich nicht kundgemacht wurden. Für sämtliche Streitigkeiten wird die ausschließliche Zuständigkeit des jeweils sachlich in Betracht kommenden Gerichtes in Linz vereinbart.

Druck- und Satzfehler vorbehalten.