



## Lehrgang

# Lebensqualität für die bäuerliche Familie

### Kursdauer

**Voraussichtlicher Zeitraum:**  
19. November 2020 bis 21. Februar  
2022; 18 Seminartage, immer  
blockweise zwei Seminartage  
(Donnerstag & Freitag)

### Kursorte

Bildungshaus St. Arbogast, Götzis,  
BSBZ Hohenems und weitere Kursorte

### Kosten

Die Ausbildung wird von der  
Bäuerinnenorganisation Vorarlberg,  
dem LBBZ Plantahof und dem LFI  
Vorarlberg unterstützt.

### Nähere Information

LFI Vorarlberg  
T 05574/400-191, E lfi@lk-vbg.at

Bäuerinnenorganisation Vorarlberg  
T 05574/400-110,  
E bauerinnen@lk-vbg.at

### Für die Schweiz:

Plantahof,  
Heidi Kohler  
E Hedi.kohler@plantahof.gr.ch













BZB Rheinhof,  
Seline Heim  
E Seline.heim@bzbu.ch

Zwei existenzielle Bereiche liegen im bäuerlichen Leben sehr nah beieinander: Familie und Arbeit. Das birgt natürlich auch Konfliktpotenzial. Mitunter beeinflussen schwierige Hofübergaben, Überlastung, Missverständnisse zwischen Jung und Alt, Partnerschafts- oder wirtschaftliche Sorgen ganze Familiensysteme und nicht zuletzt den Betrieb. Der Arbeitsalltag bringt ständig wachsende Herausforderungen. Aber wo bleibt da die Lebensqualität trotz steigender Herausforderungen am Bauernhof?

In diesem Lehrgang lernen Sie wichtige Faktoren kennen, die die Lebensqualität einer bäuerlichen Familie positiv oder auch negativ beeinflussen können. Dieses Wissen können Sie für sich und ihre Familie anwenden oder kann Ihnen helfen, in ihrem Bekanntenkreis mit Problemen feinfühleriger umzugehen. Wichtig ist es, im Bekanntenkreis heikle Situationen wahrzunehmen und gegebenenfalls an die entsprechenden Ansprechpersonen von Instituten zu verweisen.

Sie sollen dabei nicht selbst Probleme lösen können, sondern vielmehr als Vermittler zu den entsprechenden Anlaufstellen tätig werden können.

### Inhalte:

-  Selbsterfahrung/ Persönlichkeitsbildung Werterhaltung
-  Gesprächsführung (Konflikte vermeiden bzw. lösen)
-  Familie und Partnerschaft
-  Wertschätzendes Miteinander am Hof
-  Zusammenleben mehrerer Generationen
-  Umgang mit Krisen, Tod, Trauer, Gesundheit/ Krankheit
-  Arbeitsorganisation und Zeitmanagement
-  Ausgleich für Arbeit, Ressourcen
-  Arbeitsüberlastung – Erkennen der körperlichen und psychischen Warnsignale
-  Rechtlicher Teil
-  Erfahrungen aus der Praxis
-  Informationen über verschiedene Beratungsstellen