

- o Geboren 1958 als Erstes von 4 Kindern
- o Verheiratet mit Robert, 2 Stiefkinder, 3 Enkelkinder
- o Seit 1987 in Gloggnitz zu Hause
- o Begeisterte Lehrerin an HAK-HAS seit 1982
Zuständig für:
 - Sport (Unterricht, Volleyball, Laufgruppe, Sportwochenleitung und – Begleitung...);
 - Psychologie; Philosophie; Lernen lernen; Kommunikation, Kooperation und soziale Integration;
 - Konfliktmanagement; Suchtprävention; Gesundheitstraining, Gender Mainstreaming
- o trotzdem seit 2002 stetig wachsender Wunsch, noch einmal neu durchzustarten;
- o Winter 2004 – Abschied aus dem Schuldienst
- o Ausbildung zum Coach
- o Lebens- und Sozialberaterin
- o 2005 Einstieg in die Selbständigkeit

Hobbies: Familie und Freunde
Sport (besonders gerne Outdoor – außer Bungee-Jumping, o.Ä.)
Reisen (Wohnwagen)
Wohnen (Haus- und Gartengestaltung)
Lesen
Essen + Genießen (man sieht es)

Stärken: Ehrlichkeit
Verlässlichkeit
Fröhlichkeit
Zuhören können

Schwächen: Ungeduld (bei Unpünktlichkeit, Anstellen, Warten...);
Stehe gern im Mittelpunkt

Schulbildung:

- o Volksschule – Hollenstein /Ybbs
- o Naturwissenschaftliches Realgymnasium Waidhofen / Ybbs + Hallein (Übersiedlung der Familie)
Hallein – wegen Umzug der Familie
- o Studium an der Universität Wien
Sport und Psychologie, Philosophie und Pädagogik
- o Zusatzqualifikationen in alphabetischer Reihenfolge:
 - Burn out - Prophylaxe
 - Coach (Person- und Zielorientierte Begleitungsarbeit)
 - Gesundheitstrainerin (Betreuung und Begleitung von gesundheitsfördernden Maßnahmen durch Planung von Ernährung, Entspannung, Bewegung und spezifischen Schutzfaktoren)
 - Feldenkrais-Methode (Bewusstheit durch Bewegung)
 - Gender Mainstreaming (Gleichbehandlung und Gleichstellung von Frauen und Männern)
 - Lebens- und Sozialberaterin
 - Leichter lernen – moderne Lerntechniken
 - Motivation + Positives Denken
 - Pantomime und Körpersprache, Kinesiologie
 - Personenzentrierte Gesprächsführung - Verhaltensauffälligkeiten erkennen + bearbeiten
 - Psychotherapeutische Grundlagen
 - Rettungsschwimmer – Ausbilderin
 - Suchtprävention (Begleitung speziell von Jugendlichen in Übergangs- und Krisenzeiten)
 - Sportdidaktik - spezial: Abenteuerspiele, Badminton, Basketball, Folklore – Gemeinschaftstanz, Handball, Jazz –Tanz, Rennsportlicher Schillauf, Rock`n`Roll, Segeln, Step – Aerobic, Stepptanz, Surfen, Tennis, Thae-Boe, Volleyball, Yoga ...