



Mag.ª phil. Sabine Schuster

**Selbständige Gesundheits-agogin¹, Gesundheitsmoderatorin,
Senior Trainerin; Zertifizierte Wanderführerin;
Playback- & Impro-Schauspielerin;
Touristikkauffrau**

Sängerhofgasse 36 b/1
A-2512 Tribuswinkel, Österreich
Mobil: 0664/8214712
Email: sabine.schuster@achtsamkeit.or.at
Geboren am 29. März 1969 in Wien
Verheiratet mit Mag. Daniel Gajdusek-Schuster,
2 Töchter (*1997, *2001)

Berufliche Schwerpunkte:

Gesundheitsförderung & -moderation, Mentale Gesundheit und
Achtsamkeitspraxis zur Stress- und Burnout Prävention, kreative
Theatermethoden, Themen/Erlebniswanderungen

Referenzen als Referentin, Lektorin, Trainerin, Moderatorin u.a. für

- Akademie für Fortbildungen und Sonderausbildungen – Bereich Pflege am AKH Wien für den Wiener KAV
- AMS Wien (Train the Trainer)
- Doka GmbH
- Elvg Susanne Bentlage
- Fonds Gesundes Österreich (Gesundheit Österreich GmbH.)
- Fachhochschule Salzburg
- Initiative „tut gut“, NÖ Gesundheits- und Sozialfonds
- Kirchlich-Pädagogische Hochschule Wien Krens
- Niederösterreichische Gebietskrankenkasse
- Niederösterreichische Landesregierung
- Pädagogische Hochschule Baden
- Pädagogische Hochschule Wien
- SOS Kinderdorf NÖ
- Wiener Gesundheitsförderung (WIG und WieNGS)
- ...

¹ „Agogik“ Lehre mit Menschen jeden Alters



Fachliche Aus- und Weiterbildungen (Auszug)

2018	Retreat mit Renate Seifarth (Budd. Zentrum Scheibbs)
seit 2016	Sprech- und Stimmtraining bei Mag. Heidi Krenn
Winter 2017	8wöchiger MBSR Kurs bei Mag. Klaus Kirchmayr (Geistreich)
2016 + 2017	Seminare und Retreats bei Dr. Kai Romhardt
2016 + 2017	Retreats bei Mag. Andrea Huber (Budd. Zentrum Scheibbs)
2014-2015	Ausbildung zur „Trainerin für Achtsamkeit am Arbeitsplatz“ (Forum Achtsamkeit, vorm. Giessener Forum, DL)
Sept. 2014	Kursleiterin für Progressive Muskelentspannung (Giessener Forum, DL)
2013 - 2016	Improvisationstheater Training (Ernst Tauchner, Rupert Lehofer...)
2013	WanderführerIn-Ausbildung mit Zertifikat (VAVÖ)
2011-2012	Seminarreihe „Hypnosystemischer Werkzeugkoffer“ (vpa – Verein für psychosoziale und psychotherapeutische Aus-, Fort- und Weiterbildung; G. Schmidt et al)
Herbst 2010	Psychodrama und Soziometrische Organisationsaufstellungen bei Roswitha Riepl (ÖAGG, Wien)
Juni 2009	Seminar „Menschen ins Spiel bringen, Darstellende Methoden in der Arbeit mit Jugendlichen und Erwachsenen“ (BHW NÖ)
Mai 2009	Kurs Bewegungstheater – Personnage bei Christian Suchy (Wien)
Januar 2007	Der Kreative Weg: „Beruf und Berufung“ bei Isabella Scherabon (Wien)
2005	Playback-Theater Grund- und Aufbaukurs I + II (SOG-Theater)
2003	Partnerschaftstrainerin (NÖLAK)
2000	GesundheitsmoderatorInnen-Ausbildung (IBG)

Bildungsweg

1979 - 1987	Neusprachliches Bundesgymnasium Wien 16; 1987 Matura mit gutem Erfolg
1987 - 1989	Fremdenverkehrskolleg der Bundeslehranstalt für Tourismus in NÖ, Krens Abschlussdiplom TOURISTIKKAUFFRAU
1993 - 2004	Universität Wien: Studium an der Fakultät für Human- und Sozialwissenschaften 1. Studienrichtung PÄDAGOGIK - Schwerpunkte: „Erwachsenenbildung“ und "Sonder- und Heilpädagogik". 2. Studienrichtung: Selbstgewählte Fächerkombination PSYCHOLOGIE - SPORT (Schwerpunkt: Prävention-Rekreation) Diplomarbeit zur Erlangung des akademischen Grades der Magistra der Philosophie: „Förderung der Selbstkompetenz in der Berufsbildung am Beispiel der theoretischen Ausbildung der Allgemeinen Gesundheits- und Krankenpflege in Österreich“ (Universität Wien, 2004)