

EINLADUNG WORKSHOP

mit Andrea Schuh, Msc und Petra Schubert



29.05 - 30.05.2026

HOTEL RESTAURANT GRUBER - PÖLLAU/STMK

Sehr geehrte Mitglieder,

der Verein Alpha1 Österreich lädt Sie sehr herzlich zum Workshop mit Andrea Schuh im Hotel Restaurant Gruber (Obersaifen 74, 8225 Pöllau) ein. Nachfolgend finden Sie allgemeine Informationen sowie das ausführliche Programm.

Wir freuen uns, Sie in der Steiermark begrüßen zu dürfen

Ella Bauer
1. Vorstand

THEMA:

WER BIN ICH - UND WARUM?

„Sei du selbst die Veränderung,
die du dir wünschst für diese Welt“
(Mahatma Gandhi)



Angehörige sind auch allein herzlich willkommen, jedoch sind wir überzeugt, dass Betroffene und Angehörige gemeinsam mehr vom Workshop mitnehmen können. Um eine ausreichende Sauerstoffversorgung zu gewährleisten, bitten wir bei der Anmeldung um Bekanntgabe des Versorgungssystems.

Melden Sie sich schnell an!

1

Alpha1 Österreich - Verein für Alpha1 Antitrypsinmangel Erkrankte

A-4860 Lenzing, Wüstenrotstraße 7

Bankverbindung: Raiffeisenbank Deutschlandsberg

IBAN: AT71 3804 3000 0407 0041 • BIC: RZSTAT2G043 • ZVR 245806077

www.alpha1-oesterreich.at

EINLADUNG WORKSHOP

mit Andrea Schuh, Msc und Petra Schubert



29.05 - 30.05.2026

HOTEL RESTAURANT GRUBER - PÖLLAU/STMK

PROGRAMM

Freitag, 29.05.2026

14:30 Uhr	Ankunft und Begrüßungskaffee
15:00 - 16:30	Begrüßung und Austausch
16:30 - 18:00	Einführung in das Thema
ab ca. 18:30 Uhr	Abendessen

Samstag, 30.05.2026

09:00 Uhr	Beginn
09:00 - 10:30	Positive Psychologie
10:30 - 11:00	Kaffeepause
11:00 - 12:30	„Big Five“ – Das 5-Faktoren-Modell
12:30 - 14:00	Mittagessen
14:00 - 15:00	Achtsamkeit und Reflexion
15:00 - 16:00	Zusammenfassung und Präsentationen
16:00 Uhr	Heimreise

EINLADUNG WORKSHOP

mit Andrea Schuh, Msc und Petra Schubert



29.05 - 30.05.2026

HOTEL RESTAURANT GRUBER - PÖLLAU/STMK

Sauerstoff:

Während der Veranstaltung steht Flüssigsauerstoff in ausreichender Menge zur Verfügung, um die Betankung Ihrer Mobilgeräte zu ermöglichen. Einige Tanks können auch im Zimmer bereitgestellt werden. Ansprechperson für Sauerstoff ist Herr Johann Rapp, johann.rapp@alpha1-oesterreich.at.

Anreiseinformationen:

Hotel - Restaurant Gruber****, Obersaifen 74, 8225 Pöllau, www.hotel-gruber.at

Parkplätze stehen beim Hotel kostenfrei zur Verfügung.



EINLADUNG WORKSHOP

mit Andrea Schuh, Msc und Petra Schubert

29.05 - 30.05.2026

HOTEL RESTAURANT GRUBER - PÖLLAU/STMK



ANMELDEFORMULAR

Anmeldungen per E-Mail an info@alpha1-oesterreich.at oder per Post

ANMELDESCHLUSS 09.05.2026

NAME		
ADRESSE		
PLZ / ORT		
TELEFON		
E-MAIL		
BEGLEITPERSON		
NAME	Alpha1 Mitglied	Gast ¹
KINDER (Name, Geburtsdatum)		

NÄCHTIGUNG	Fr 29.05 - Sa, 30.05. für Mitglieder kostenlos	Ja
Doppelzimmer	Einzelzimmer	Familienzimmer
ABENDESSEN	Freitag	Samstag
VERLÄNGERUNG	Sa 30.05 - So, 31.05. auf eigene Kosten ²	Ja
SAUERSTOFF	Ja	

Alpha1 Österreich übernimmt die Kosten für Mitglieder für die Nächtigung inklusive Verpflegung von Freitag auf Samstag. Die inkludierten Leistungen enden am Samstag mit dem Mittagessen.

¹ Informationen zum Gastbeitrag finden Sie im Informationsschreiben auf der Seite 2 unter dem Punkt Information zum Gastbeitrag.

² Hotelkosten: Doppelzimmer pro Person und Nacht € 93,- die Preise verstehen sich inkl. Frühstück.

Datum / Unterschrift4

EINLADUNG WORKSHOP

mit Andrea Schuh, Msc und Petra Schubert

29.05 - 30.05.2026

HOTEL RESTAURANT GRUBER - PÖLLAU/STMK



MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON

GRIFOLS



THE LINDE GROUP

Linde



VIVISOL
Home Care Services