



**VErRückt?
NA UND!**



AGETHUR
Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung
Thüringen e.V.

■ ■ ■ ■ ■ FORTBILDUNG FÜR LEHRKRÄFTE

GELASSENER IM SCHULALLTAG!?

KRAFT FÜR MICH UND DIE SCHULE - SEELISCHE
GESUNDHEIT VON LEHRKRÄFTEN



20. September 2016

13.00 - 17.00 Uhr

Marie-Seebach-Stiftung Weimar

in Zusammenarbeit mit:

IRRSINNIG  MENSCHLICH Freistaat  Thüringen

 **UKT**
Unfallkasse Thüringen

BARMER GEK

Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland

VERANSTALTUNGSORT

Marie-Seebach-Stiftung Weimar
Tiefurter Allee 8
99423 Weimar

Anreise mit dem PKW:

Von der A4 kommend, Abfahrt Weimar, weiter Richtung Weimar, Berkaer Straße, Kreuzung Belvederer Allee nach links in Richtung Stadtzentrum, rechts abbiegen Ackerwand, über Platz der Demokratie, Kegelbrücke, Ampelkreuzung gerade aus über die Jenaer Straße in die Tiefurter Allee, das Ziel befindet sich rechts

Anreise mit Zug und öffentlichem Nahverkehr:

Buslinie 2 in Richtung Bodelschwinghstraße, Ausstieg Hellerweg/ EJBW, zu Fuß Jenaer Straße queren, Hellerweg laufen, dann links abbiegen in die Tiefurter Allee, das Ziel befindet sich links

Parkmöglichkeiten:

Unsere Einrichtung befindet sich in einem ruhigen Wohngebiet, Parkmöglichkeiten in der Tiefurter Allee, Hellerweg oder anliegenden Seitenstraßen.

Das größte Parkhaus der Stadt: Atrium - Einkaufszentrum, Friedensstraße 1 befindet sich in 800m Entfernung, fußläufig 10 min entfernt oder mit der Buslinie 2 (siehe oben öffentlicher Nahverkehr zu erreichen)

KONTAKT

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V.
– AGETHUR –
Arbeitsbereich „Psychische Gesundheit“
Dr. Victoria Obbarius
Tel. 03643 – 4989818
Fax 03643 – 4989816
email: obbarius@agethur.de

Die Teilnehmerin/ der Teilnehmer erklärt sich einverstanden, dass im Zusammenhang mit ihrer/ seiner Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos zu Dokumentationszwecken der Gastgeber und auf deren Homepages veröffentlicht werden dürfen und dass ihr/ sein Name sowie die Firmenanschrift in einer Teilnehmerliste ausgeführt werden. Die Teilnehmerliste ist Bestandteil der Veranstaltungsunterlagen.



FORTBILDUNG 20. SEPTEMBER 2016

GELASSENER IM SCHULALLTAG!?

KRAFT FÜR MICH UND DIE SCHULE – SEELISCHE
GESUNDHEIT VON LEHRKRÄFTEN



LANDESVEREINIGUNG FÜR
GESUNDHEITSFÖRDERUNG
Thüringen e.V. – AGETHUR –
Carl-August-Allee 9
99423 Weimar

FORTBILDUNG: GELASSENER IM SCHULALLTAG

Mehr Gelassenheit und Achtsamkeit im Schulalltag, Mut zum Perspektivwechsel: Kraft für mich und die Schule

Der moderne Lehreralldag bringt viele Widrigkeiten mit sich. Vieles von dem, was als belastend empfunden wird, ist vorgegeben im System Schule. An diesen Dingen kann man im Schulalltag kaum etwas ändern.

Doch es liegt in den Händen der Lehrkräfte, wie sie mit diesen Gegebenheiten umgehen: Ob sie sich ärgern lassen. Ob Sie sich freuen, auch wenn der Erfolg winzig ist. Ob sie sich nachsichtig behandeln, ihre Grenzen akzeptieren und ihre eigene Bedürftigkeit berücksichtigen. Ob sie versuchen, über den eigenen Tellerrand zu blicken und froh sind, Lehrerin und Lehrer zu sein. Für mehr Freude an Ihrem wichtigen Beruf, für mehr Lebensfreude.

Inhalte:

- ⇒ Lehrkräfte sind Helden! Belastungsfaktoren, die Lehrkräften das Leben schwer machen.
- ⇒ Ohne Lehrkräfte geht gar nichts: Sie sind superwichtig! Von der Lehrerrolle und was das mit Resilienz zu tun hat.
- ⇒ Ohne Schüler keine Lehrer: Wie ihre inneren Kräfte, ihre Kreativität und ihren Optimismus ansprechen und stärken?
- ⇒ Ohne Eltern keine Schüler: Eltern hegen und pflegen
- ⇒ Trainingslager: Mut zum Perspektivwechsel - Resilienzpolster schaffen.

Außerdem bekommen Sie einen Überblick über das Schulprojekt "Verrückt? Na und! Seelisch fit in Schule und Ausbildung"

Hier werden Schüler und Lehrkräfte angeregt, sich über große und kleine Fragen der seelischen Gesundheit auszutauschen. Sie lernen Menschen kennen, die Erfahrung mit psychischen Gesundheitsproblemen haben, entweder als Experten in eigener Sache oder von Berufs wegen. Dadurch bekommt das komplexe Konstrukt „seelische Gesundheit“ ein Gesicht, ist zum Greifen nah – und dabei ganz normal.

PROGRAMM

13.00 - 16.00 Uhr *Mehr Gelassenheit und Achtsamkeit im Schulalltag, Mut zum Perspektivwechsel: Kraft für mich und die Schule*

Dr. Manuela Richter-Werling, Irrsinnig Menschlich e.V. Leipzig

16.15- 17.00 Uhr *Das Schulprojekt „Verrückt? Na und! Seelisch fit in Schule und Ausbildung“ in Thüringen*

Dr. Manuela Richter-Werling, Irrsinnig Menschlich e.V. Leipzig

Dr. Victoria Obbarius, Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. (AGETHUR)

17.00 Uhr *Ende der Veranstaltung*

ANMELDUNG

Ich nehme an der Fortbildung am 20.09.2016 teil.

Name, Vorname

Einrichtung

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Die Teilnehmerzahl ist auf 35 begrenzt. Es gilt die Reihenfolge der Anmeldungen. Es erfolgt keine Anmeldebestätigung, sondern nur eine Absage bei Überschreitung der Kapazität.

Die Veranstaltung ist beim Thillm als Fortbildung für Lehrkräfte anerkannt. **Landesbedienstete melden sich bitte direkt über das Thüringer Schulportal für die Veranstaltung an.**

Veranstaltungsnummer:

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldeschluss 12.09.2016

Bitte senden Sie uns das Anmeldeformular per Post, Fax (03643 – 4989816) oder E-mail (obbarius@agethur.de) zurück. Eine Online-Anmeldung auf www.agethur.de ist ebenfalls möglich.