

## Open space

### Manual für Gesundheitstage an Schule

Jedes Jahr wieder wird ein Gesundheitstag für Schulen durchgeführt und stellt die Organisatoren vor die Herausforderung, ein möglichst breites Angebot für die SchülerInnen zu kreieren. Das ist meist nur mit Unterstützung von Kooperationspartnern aus der Region möglich. Aber auch in den Schulen sind spannende, kreative und gut erprobte Angebote entwickelt worden. Warum also immer wieder das Rad neu erfinden?

Im Open space können Erfahrungen und Angebote mit Bedürfnissen und Interessen zusammengebracht werden.

**Wenn Sie an Ihrer Schule Projekte/ Aktionen/Workshops erprobt haben, kreuzen Sie dies auf der Anmeldung an. Sie bekommen dann einen Kurzfragebogen zugeschickt!**

Ziel ist ein Handbuch mit Praxis-Beispielen und Kooperationspartnern aus der Region.

## Referenten:

Prof. Dr. Norbert Seibert, Uni Passau,  
Lehrstuhl für Schulpädagogik  
Doris Cihlars, Uni Passau, Projektkoordinatorin  
PACZion

Sylvia Seider-Rosenlehner,  
Dipl. Sozialpädagogin (FH),  
Präventionsfachstelle, Landratsamt Passau

Detlev Sommer, Dipl. Sozialpädagoge (FH),  
Supervisor (DGSV)

Gabi Steven, Bereichsleitung  
Therapie und Wellness, Rottal Therme

**TeilnehmerInnenbeitrag:**  
Incl. Mittagessen, Kaffee und Gebäck  
**€ 15** Überweisung an Sparkasse Passau Kontonr.  
67, BLZ 740 500 00 unter Kennwort „Gesund-  
heitstag“

**Veranstalter:**  
Landratsamt Passau – Präventionsfachstelle  
08502/9131-60  
PACZion, Uni Passau 0851/509-2646

**G**esundheitstag  
für  
LehrerInnen

Sa  
**17.10.**  
2009

**Lebensqualität im Lehreralltag**  
Gesundheitsförderung im Setting  
"Schule"



## Gesundheitsförderung im Setting „Schule“

## Programm

## Workshops

Lehrer und Lehrerinnen arbeiten in kritischen Beanspruchungsverhältnissen. Diese haben sich in den letzten Jahrzehnten deutlich zugespitzt. Die Vielzahl an Belastungsgrößen führen zu hohen Stressreaktionen. Unter dem Gesichtspunkt der „psychischen Gesundheit“ sind LehrerInnen eine Risikogruppe! Hohe Krankheitsfälle und vorzeitiger Ruhestand sind die sichtbare Folge. Dahinter steht oft eine lange Leidenszeit. Die besondere Beanspruchung des Berufes liegt in der hohen Anforderung im sozial-kommunikativen, emotionalen und motivationalen Bereich. Häufig sind die Anforderungen komplex und widersprüchlich und damit kaum zu erfüllen. Gerade die motivierten und engagierten LehrerInnen leiden unter diesen Anforderungen und dem zwangsläufig auftretenden Widerspruch zum Anspruch an die eigene Arbeit. Der Gesundheitstag möchte Möglichkeiten aufzeigen, selbstwirksam Veränderungen vorzunehmen – hin zu mehr Lehrer\*gesundheits-

8.30 Anmeldung, Begrüßungskaffee  
9.00 **Begrüßung**  
Sylvia Seider, Präventionfachstelle  
Alois Dorfner, Kurdirektor  
9.15 **Von der Eignung zur Leidenschaft**  
Lehrergesundheit von Anfang an!  
Prof. Dr. Seibert, Uni Passau  
10.00 **PACZion – eine Einführung**  
Doris Cihlars, Uni Passau  
10.45 Kaffeepause  
11.00 – 12.30 **Workshops**  
12.30 – 14.00 Mittagspause  
14.00 – 15.30 **Workshops**  
15.30 **Open space** mit Kaffee  
Manual für Gesundheitstage  
16.30 Ende der Veranstaltung

**WS 1 Entspannung und Achtsamkeit**  
Praxistaugliche Möglichkeiten der Kurzentspannung für LehrerInnen und SchülerInnen  
Referentin: Sylvia Seider-Rosenlehner  
**WS 2 Einführung in die Kollegiale Beratung**  
Kollegiale Beratung ist eine eigenständige Methode der Praxisberatung, die sehr effektiv ist, wenn sie adäquat und zielgerichtet eingesetzt werden kann.  
Referent: Detlev Sommer  
**WS 3 Aktiv-Relax**  
„Physiorobic“ (Aerobic, aber physiotherapeutisch) und Entspannungstherapie nach Jacobson. Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe für drinnen und draußen mitbringen!  
Referentin: Gabi Steven  
Bitte 2 Workshops auswählen!

## Anmeldung –über Fax oder FIBS

Faxnummer: 08502/913155

Landratsamt Passau

-Gesundheitsamt-

z.Hd. Frau Seider

Passauer Str. 33

94081 Fürstzell

Anmeldeschluss: 10.10.09

Name: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Schule: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

### Workshops (bitte 2 auswählen)

WS 1    WS 2    WS 3

Ich bringe ein Projekt für den Open space mit. (Kurzfragebogen wird Ihnen zugesandt)

\_\_\_\_\_  
Ort/Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

## Veranstaltungsort



©2009 Google

Map data ©2009 Tele Atlas

Rottal-Terme

Professor-Drexel-Str. 25 -27

84364 Bad Birnbach

08563 290-50

Die termeneigene Tiefgarage kann genutzt werden – das Parkticket bis 12 Uhr kostet € 1,20.



**ROTTAL TERME®**

BAD BIRNBACH