

13. Oberfränkischer Lehrgesundheitstag (online)

Freitag, 8. Oktober 2021 von 09:00 bis 13:30 Uhr

Self-Care: Auf die eigenen Kräfte achten!

Anmeldung über FIBS: A464 – 0/21/283266-1

Liebe Kolleginnen und Kollegen aller Schularten, sehr geehrte Damen und Herren in den Schulleitungen und in der Schulaufsicht,

wir möchten Sie wieder sehr herzlich einladen, sich der Gesunderhaltung im Lehrberuf zu widmen, gerade in der Zeit der Corona-Krise. Erfahren Sie in zwei Vorträgen vielfältige Impulse für Ihre berufliche Praxis und Ihre persönliche Stärkung.

Wir freuen uns auf Ihre rege Teilnahme, Ihr Team Lehrgesundheit

Programm

08:30 – 09:00 Uhr	Anmeldung über Portal (Link wird vorab per E-Mail zugesandt)	
09:00 – 09:15 Uhr	Grußwort Stefan Kuen, Abteilungsdirektor, Regierung von Oberfranken Einführung in die Fortbildung	
09:15 – 9:45 Uhr	Regina Knappe: „Coaching, Supervision, Fallberatung – etwas für mich oder mein Kollegium?“ Informationen zu den Angeboten der Lehrgesundheit in Oberfranken	
10:00 – 11:15 Uhr	Prof. Dr. Michaela Axt-Gadermann Professorin für Gesundheitsförderung an der Hochschule Coburg, Sportmedizinerin, Bestsellerautorin „Mikrobiom, Ernährung und Lebensstil - Basis für langes Leben und Lehren“ Forschungsüberblick und praktische Tipps für den Alltag von Lehrerinnen und Lehrern	
11:45 -13:15 Uhr	Prof. Dr. Niko Kohls Professor für Gesundheitswissenschaften und Gesundheitsförderung an der Hochschule Coburg, Forschungsschwerpunkt Medizinische Psychologie/Gesundheitspsychologie „Stress bewältigen und Resilienz erhalten - geht das im Kontext Schule?“ Forschungsergebnisse und Anregungen zur achtsamen Selbstregulation im Alltag der Lehrkräfte	
13:15 – 13:30 Uhr	Resümee und Verabschiedung	

Regina Knappe (Leitung)
Beauftragte für Lehrgesundheit Oberfranken

Anke Scholze-Starke (Organisation)
Mitarbeiterin an der SB-Stelle