



Kursinformationen

Termin: 02.05.–04.05.2019
(Donnerstagabend bis Samstagmittag)

Referenten: Firma TEN Academy

Zielgruppe: Lehrerinnen und Lehrer aller Schularten.

Veranstaltungsort

Jugendherberge Menzenschwand
Vorderdorfstraße 10
79837 St. Blasien-Menzenschwand
Tel: 07675 326
Fax: 07675 1435
info@jugendherberge-menzenschwand.de
www.jugendherberge-menzenschwand.de



Anreise mit der Bahn

Bahnstation ist Schluchsee-Aha oder Schluchsee-Seebrugg. Von dort öffentliche Busverbindungen (Aha nur im Sommer). Es besteht die Möglichkeit zum Gruppentransfer vom Bahnhof Aha zur Jugendherberge und zurück gegen Gebühr.

KURS 10 „ENT“-SPANNUNG UND ACHTSAMKEIT LERNEN

Der tägliche Wettlauf gegen die Zeit. Wer kennt das nicht? Dank digitaler Medien prasseln immer mehr Reize auf uns ein. Es müssen immer mehr Aufgaben in kürzester Zeit bewältigt werden. Und zu guter Letzt kommt auch noch die Erwartungshaltung dazu, dauerhaft erreichbar zu sein. Wie soll man das in der heutigen Schul- und Berufswelt noch meistern, ohne seine Gesundheit aufs Spiel zu setzen?

Wie wäre es mit Bogenschießen zur Entschleunigung? Bei kaum einem anderen erlebnispädagogischen Element können Sie Ihren Schülerinnen und Schülern so anschaulich erklären, wie man durch Beharrlichkeit, Ruhe und Gelassenheit zum Ziel gelangt. Weitere verschiedene Übungen zur Stressbewältigung bringen Ihnen und Ihrer Klasse mehr Gelassenheit bei.

Gesundheitsförderung – ein sehr aktuelles Thema. Was können Sie selbst an Ihrer Schule dazu beitragen? Theoretische und praktische Möglichkeiten werden aufgezeigt. Und ein gutes Zeitmanagement soll helfen, erst gar nicht in eine Stresssituation zu gelangen.

Freuen Sie sich auf zwei informative Tage – der Gesundheit zuliebe. Und das alles in einem urigen 360 Jahre alten Schwarzwälder Bauernhaus.

Folgende Themen werden behandelt:

- Achtsamkeitsübungen und Training in der Natur
- Bogenschießen als Methode zur Erfahrung von Anspannung und Entspannung
- Informationen über die Möglichkeiten der Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) und des Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) in Schulen
- Belastungsanalyse eines Schultages
- Praktisches Selbst- und Zeitmanagement für die Schule
- Bewegte Pausen, so lockern sie den Alltag auf
- Ernährung, die mir im Alltag helfen kann

Nach dem Kurs erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung.

Bitte benutzen Sie zur Anmeldung das Formular auf Seite 17.

ANMELDUNG ZU EINER LEHRERFORTBILDUNG 2019

DES DEUTSCHEN JUGENDHERBERGSWERKS,
LANDESVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG E. V.



Nummer, Name und Datum der Veranstaltung:

Daten der teilnehmenden Person:

Name, Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

Fax: _____

E-Mail: _____

Vegetarier/-in: ja nein

Allergien: _____

Unterrichtsfächer: _____

Teilnahme: mit Übernachtung
 ohne Übernachtung

Meine Privatadresse darf für die Bildung von Fahrgemeinschaften an andere Teilnehmer/-innen weitergegeben werden!

ja nein

Daten der Schule:

Name: _____

Schulart: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

Fax: _____

E-Mail: _____

Schulamt: _____

Schulstempel:

Ich möchte zukünftig folgende Angebote des DJH-Landesverbandes Baden-Württemberg e. V. zugesendet bekommen:

Lehrerfortbildungsheft Klassenfahrten ab der 5. Klasse Klassenfahrten für die 1.-4. Klasse
(Broschüren werden nicht automatisch zugesendet)

per Post per E-Mail Datum, Unterschrift: _____

Diese Einwilligungen können jederzeit schriftlich widerrufen werden. Brief an: DJH-Landesverband Baden-Württemberg e. V., Fritz-Walter-Weg 19, 70372 Stuttgart. Oder E-Mail an: info-stuttgart@jugendherberge.de

Die Daten werden nur für die elektronische Datenverarbeitung erfasst und gespeichert.

Datum, Unterschrift (Schulleiter/-in): _____

Diese Anmeldung faxen oder mailen Sie bitte an folgende Adresse:

Deutsches Jugendherbergswerk, Landesverband Baden-Württemberg e. V.

Fax: 0711 16686-30

E-Mail: schulmarketing-bw@jugendherberge.de

www.jugendherberge-bw.de