



Spezielle Angebote zur Gesunderhaltung
für Lehrerinnen und Lehrer /
Lehramtsstudierende aller Schularten

Sommersemester 2014

Lehrergesundheit an der Universität Passau

Guter Unterricht ist nur mit gesunden Lehrkräften möglich.

Die Förderung der Lehrergesundheit und der Berufszufriedenheit von Lehrkräften ist bereits seit vielen Jahren ein bedeutendes Profilelement des Lehrstuhls für Schulpädagogik an der Universität Passau. Unter der Leitung von Prof. Dr. Norbert Seibert konnten mehrere EU-Projekte, Expertenkolloquien und Forschungsarbeiten dazu beitragen, das theoretische Fundament dieses Themenbereichs wissenschaftlich weiterzuentwickeln, konkrete Hilfestellungen für den Berufsstand Lehrer/in zu ermitteln und diese in praktischen Seminar- und Kursangeboten im Rahmen der Lehreraus-, -fort- und -weiterbildung anzuwenden.

Im Zuge von Projektarbeit und Drittmittelförderung wurde eine eigene „Lehrergesundheitswerkstatt“ an der Universität Passau eingerichtet, die sowohl Lehramtsstudierenden als auch Lehrenden für ein lehrerspezifisches Kursangebot in den Bereichen Bewegung, Entspannung, Ernährung und berufsspezifische Salutogenese zur Verfügung steht. Ergänzend dazu unterstützt der Lehrstuhl für Schulpädagogik die Schulen in der Region Passau bei der Gestaltung ihrer individuellen gesundheitsfördernden Ausrichtung, stellt Expertenwissen im Rahmen von Vortrags- und Seminartätigkeiten zur Verfügung und ist kompetenter Ansprechpartner für alle Fragen rund um die Lehrergesundheit.

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Ihre Gesunderhaltung ist uns besonders wichtig. Trotz geringer eigener personeller und finanzieller Ressourcen arbeitet der Lehrstuhl für Schulpädagogik im Anschluss an die erfolgreichen EU-Projekte im Bereich der Lehrergesundheit weiter. Er sieht ihn als wesentliches Profilelement jeder umfassenden Lehrerbildung und möchte deshalb semesterweise weiterhin attraktive Angebote an Sie weiterleiten, für deren Qualität der Lehrstuhl eintritt. Es würde uns sehr freuen, Sie im Sommersemester 2014 (wieder) in unserer Lehrergesundheitswerkstatt an der Universität begrüßen zu dürfen!

Zielgruppe / Grundlage

Die Angebote richten sich an Lehramtsstudierende sowie LehrerInnen aller Schularten und Dienstaufsichtspersonen im Schuldienst. Grundlage ist das „Landesprogramm für die gute gesunde Schule Bayern“ (Bekanntmachung des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus v. 23.06.08; AZ: VI.8-5 S 4363-6.62376), das KMS vom 28.09.07 zur Lehrgesundheit (III.6-5 P 4013-6.90 706) sowie die Lehramtsprüfungsordnung für Lehramtsstudierende (LPO I § 32, Umgang mit beruflichen Belastungen).

Ergänzende Kursbeschreibung

Über den Menüpunkt „Profilelemente/Projekte“ auf der Homepage des Lehrstuhls für Schulpädagogik, finden Sie im Bereich „Lehrgesundheit und Berufszufriedenheit“ detaillierte Angaben zu unseren Kursangeboten sowie zum jeweiligen Anmeldeschluss. Des Weiteren erhalten Sie eine genaue Wegbeschreibung zum Veranstaltungsort.

Anmeldung / Kosten

Die Verantwortlichkeit für die Kursmodalitäten und Kursdurchführung liegt ausschließlich bei den einzelnen Anbietern. Die Anmeldung und Bezahlung erfolgt direkt bei den einzelnen Anbietern (siehe Ausschreibung).

Von Seiten der Universität Passau wird keine Haftung übernommen. Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

Ansprechpartner am Lehrstuhl für Schulpädagogik

Prof. Dr. phil. Norbert Seibert
Leitung des Arbeitsbereichs Lehrgesundheit
Innstraße 25, D - 94032 Passau
Tel. 0851/509-2640 | norbert.seibert@uni-passau.de

Dr. phil. Elke Krauser
Wissenschaftliche Mitarbeiterin
Betreuung Arbeitsbereich Lehrgesundheit
Karlsbader Straße 11a, D - 94036 Passau
Tel. 0851/509-2964 | elke.krauser@uni-passau.de

Angebot 1

Ausgebranntes Opfer oder Täter im besten Sinne?

Sie als Lehrkraft stehen in Verantwortung und sehen sich vielfältigen Herausforderungen gegenüber. In einer Impulsveranstaltung erfahren Sie u. a. : Welchen beruflichen und persönlichen Nutzen ein Coachingprozess für Sie haben kann; wie Sie über lange Zeiträume zielführende Leistungen an Ihrem Arbeitsplatz bringen, ohne auszubrennen; wie Sie vom „Geschöpf der Umstände“ zum „Schöpfer der Umstände“ werden.

Zeit:	Mittwoch, 30.04.2014, 16.30 - 18.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau Karlsbader Str. 11a, Raum 103
Anbieter:	Dr. Georg Handwerker/Bernhard Krinninger
Information:	Coach im Zentrum, Systemisches Coaching 0851/20426675 info@coach-im-zentrum.de
Max. Teilnehmerzahl:	20
Teilnahmegebühr:	20 €

Angebot 2 des obigen Anbieters

Das bin ich mir wert!

Lassen Motivation und Freude an Ihrem Beruf nach? Befinden Sie sich in Sackgassen und drehen sich möglicherweise in manchen Kontexten im Kreis? In unseren Lehrer-Coaching-Gruppen bietet sich Ihnen die Möglichkeit, Ihre Haltung und Ihr Handeln zu reflektieren. Sie erhalten wertvolles Feedback aus der Gruppe und von ausgebildeten Coaches.

<i>Fortlaufender Kurs</i>	<i>6 Termine ab 14.05.2014 (bis 16.07.2014)</i>
Zeit:	Mittwoch, 16.30 - 18.00 Uhr
Max. Teilnehmerzahl:	12
Teilnahmegebühr:	120 € (6 x 1,5 Stunden)

Angebot 3 des obigen Anbieters

Dem Ausgebranntsein zuvor kommen

Haben Sie schon einmal über den Begriff „Burnout“ nachgedacht? Kommt Ihnen oft das Wort „Stress“ über die Lippen? Haben Sie das Gefühl, dass Sie nicht so rasch vorankommen, wie Sie es gerne hätten? Wir widmen uns mit Ihnen z. B. folgenden Fragestellungen: • Anforderungen, Werte & Anspruchsgruppen im beruflichen Kontext • Ressourcen & Lösungsstrategien • Selbstverantwortung & Verantwortung für Andere

Zeit:	Samstag, 28.06.2014, 9.00 - 16.30 Uhr
Max. Teilnehmerzahl:	12
Teilnahmegebühr:	90 €

Angebot 4

Eigenkompetenz stärken mit leichten Mitteln!

In diesem Seminar für angehende und praktizierende LehrerInnen entwickeln Sie hilfreiche Schlüsselkompetenzen für Ihre berufliche Herausforderung. Die Inhalte basieren auf der Alexander Technik. Diese pädagogische Methode beschäftigt sich u. a. mit dem Erkennen und Ändern von Gewohnheiten. Im Fokus stehen Eigenkompetenz, Selbstmanagement und Resilienz sowie die Qualität der Vermittlung von Unterricht. Zentraler Punkt ist die Stärkung Ihres gesundheitsförderlichen Potentials. Kurz gesagt: Sie lernen leichter zu lehren und dabei gesund zu bleiben.

Zeit:	Freitag, 16.05.2014 und Samstag, 17.05.2014, jeweils 9.00 - 18.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau Karlsbader Str. 11a, Raum 103
Anbieter:	Steven Töteberg
Information:	0176/23581811 mail@steventoeteberg.de
Max. Teilnehmerzahl:	16
Teilnahmegebühr:	110 € (für beide Kurstage)

Angebot 5

Silent Power Training für Körper und Seele

Der Kurs setzt sich aus alltagsrelevanten Übungen zusammen, die nachhaltig zur Förderung Ihrer Gesundheit und Leistungsfähigkeit beitragen. Ausgehend von Übungen für die Atemmuskulatur, über Meditation bis zu Kräftigungseinheiten aus der Funktionsgymnastik und der Rückenschule, entwickeln Sie die Ressourcen Ihres körperlichen und mentalen Wohlergehens. Mit Hilfe Ihrer gesteigerten Innovationskraft und Effizienz wirken Sie effektiv auf die Qualität der Umsetzung Ihres Bildungs- und Erziehungsauftrages ein.

<i>ganzjähriger Workshop</i>	<i>ab 28.04.2014 (ausgenommen Schulferien)</i>
Zeit:	Montag, 19.00 - 20.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau, Karlsbader Straße 11a, Raum 103
Anbieter:	Robert Wüscher, Silent-Power-Trainer
Information:	0151/14335452 s-p-t@web.de
Max. Teilnehmerzahl:	20
Teilnahmegebühr:	Lehrer 30 € / Student 20 € (pro Monat)
Zusätzliche Materialien:	Decke oder Isomatte

Angebot 6

Qigong erleben - Kraft schöpfen - zur Ruhe kommen

Ausgesuchte und auf das facettenreiche Schulleben bezogene Qigong-übungen unterstützen Sie als Lehrkraft, den unausweichlichen beruflichen Anforderungen im Bereich Unterricht & Erziehung, Lehren & Lernen gelassen und kompetent gegenüber zu treten. Durch erworbene Schlüsselkompetenzen fällt es Ihnen leichter, Ihre Ziele gegen innere und äußere Widerstände trotz schulischem Alltagsdruck erfolgreich zu gestalten.

<i>ganzjähriger Workshop</i>	<i>ab 28.04.2014 (ausgenommen Schulferien)</i>
Zeit:	Montag, 16.00 - 17.00 Uhr oder Mittwoch, 19.15 - 20.15 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrergesundheitswerkstatt, 94036 Passau, Karlsbader Straße 11a, Raum 103
Anbieterin:	Lisa Waldherr, Übungsleiterin QiGong
Information:	0851/83846 0170/8560493 lisa@qigong-erleben.de
Max. Teilnehmerzahl:	10
Teilnahmegebühr:	Lehrer 100 € / Student 80 € (10 x 1 Stunde)
Zusätzliche Materialien:	Decke oder Isomatte, Sportbekleidung

Angebot 7

YIN YOGA - eine ausgedehnte Entspannung

Gerade Sie als Lehrperson stehen sowohl in beruflichen als auch privaten Bereichen unter einem hohen Leistungsdruck. Es ist schwer geworden, ein Gleichgewicht in unserem Leben zu finden. In dem YIN YOGA Workshop aus 2 Teilen im Sommersemester lernen wir, Luftzuholen und Loszulassen. YIN YOGA hat einen zutiefst revitalisierenden, beruhigenden und befreienden Effekt. Es ist geeignet für alle, die Entspannung, Stressabbau, Innenschau und eine Dehnung des Körpers von Kopf bis Fuss suchen.

<i>2 Termine</i>	<i>im Sommersemester 2014</i>
Zeit:	Freitag, 23.05.2014 und Freitag, 27.06.2014, jeweils 10.00 - 12.30 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrergesundheitswerkstatt, 94036 Passau Karlsbader Str. 11a, Raum 103
Anbieterin:	Helga Baumgartner, Hatha Yoga, Vinyasa Yoga, Yin Yoga, (Yoga Alliance Europe u. USA)
Information:	0176/35744995 yinplusyoga@yahoo.com
Max. Teilnehmerzahl:	20
Teilnahmegebühr:	18 € (pro Termin)
Zusätzliche Materialien:	Decke oder Isomatte, Sportbekleidung

Angebot 8

Yoga: Von der Anspannung in die Entspannung

In diesem Kursangebot wird – basierend auf den Erkenntnissen der Psychoneuroimmunologie – Yoga in Verbindung mit Achtsamkeitsübungen und Entspannungstechniken gezielt zur körperlichen und psychischen Stabilisierung Resilienz fördernd eingesetzt und genutzt.

<i>ganzjähriger Workshop</i>	<i>(ausgenommen Schulferien)</i>
Zeit:	Donnerstag 16.30 - 18.00 Uhr oder 18.30 - 20.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau Karlsbader Str. 11a, Raum 103
Anbieterin:	Martina Traxinger-Lippl, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Yogalehrerin (YSS), Psychoonkologen (DKG), Systemische Familientherapeutin (DGSF)
Information:	08541/9695061 yogainvilshofen@web.de www.yogainvilshofen.de
Max. Teilnehmerzahl:	10
Teilnahmegebühr:	80 € (10 x 1,5 Stunden) über gesetzliche KV. z. T. erstattungsfähig

Angebot 9

Theatersport und Improvisation

In diesem Ganztagesseminar sollen durch Techniken und Übungen aus dem Improvisationstheater spielerisch die eigenen kreativen Potentiale ergründet und ein gesunder Ausgleich zum Alltag geschaffen werden. Durch die Auseinandersetzung mit den anderen Teilnehmern und den gespielten Rollen werden Selbstreflexion und Spontaneität genauso gefördert wie Selbstbewusstsein und Teamwork.

Tagesseminar

Zeit:	Samstag, 24.05.2014 10.00 - 17.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau Karlsbader Str. 11a, Raum 103
Anbieter:	Sebastian Ruppert, Improvisationstheatercoach „Die Impromenaden“
Information:	0171/2032045 sebi.ruppert@freenet.de
Max. Teilnehmerzahl:	15
Teilnahmegebühr:	35 € p. P.
zusätzliche Materialien:	bequeme Kleidung

Angebot 10

Wir machen dich fit

Dr. Christine Theiss (Kickbox-Weltmeisterin), Holger Stromberg (Koch der deutschen Fußball-Nationalmannschaft) und Dr. Stefan Frädrieh (Motivationstrainer, Bestsellerautor). Experten für Fitness, Motivation und Ernährung. Erstellen Sie sich mit Hilfe des Fitness-Teams Ihr individuelles 5-wöchiges Trainingsprogramm inklusive ausführlichen Eigangsscheck.

5-wöchiges Fitnessprogramm

Anmeldung:	bis 31.05.2014
Anbieter 1:	Oasis - Fitness & Wellness,
Ort:	Nibelungenplatz 5, 94032 Passau, 0851/ 988 311 30
Anbieter 2:	Batavia - Gesundheit & Wellness
Ort:	Kapuzinerstr. 26, 94032 Passau Tel: 0851/9312300
Teilnahmegebühr:	59 €

Angebot 11

The power of food – oder: man ist, was man isst

Studium, Examenszeit, Referendariat oder Lehreralltag – Stets sind Sie besonderen Anforderungen ausgesetzt! Sie möchten Ihre Merkfähigkeit verbessern, Ihre körperliche Ausdauer stärken, Ihr Immunsystem pushen oder effektiv Körpergewicht reduzieren? Schlafprobleme hinter sich lassen und leistungsfähig bleiben trotz Nahrungsmittel-Unverträglichkeit? Dem Burn-Out keine Chance lassen? Erfahren Sie in Workshops (Einzel- oder Gruppencoaching), wie Sie das Potenzial einer guten Ernährung optimal ausschöpfen und für die Herausforderung Ihres Berufslebens gewappnet sind.

<i>14-tägiger Workshop</i>	<i>ab 28.04.2014 (ausgenommen Schulferien)</i>
Anmeldung:	bis jeweils 5 Tage vor Termin
Zeit:	Montag 17.00 - 19.00 Uhr
Ort:	Wittelsbacher Apotheke , Seminarräume 1. Stock, Ludwigsplatz 7, 94032 Passau
Anbieter:	Christian Lindinger, Apotheker, zertifizierter Mikronährstoffcoach, Präventionsmanager,
Information:	0171/7150716 info@gesundgeneration.de www.gesundgeneration.de
Max. Teilnehmerzahl:	25 (Mindestteilnehmerzahl 5)
Teilnahmegebühr:	Lehrer 15 € / Student 5 €

Angebot 12

Die zehn wichtigsten Regeln der gesunden Ernährung

Erfahren Sie Wissenswertes über die richtigen Kohlenhydrate, über Fit- und Moppelfette, den Schlankmacher Eiweiß und Vieles mehr. Nur über die richtige Nahrungsmittelauswahl erhält unser Körper die optimale Menge an Eiweiß, Fett und Kohlehydraten, an Vitaminen und Mineralstoffen. Bei der großen Vielfalt an Lebensmitteln sind wir als Verbraucher gefordert zu unterscheiden und auszuwählen.

Impulsveranstaltung

Zeit: Mittwoch, 07.05.2014 | 9.00 - 10.30 Uhr

Ort: Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau
Karlsbader Str. 11a, Raum 103

Anbieterin: Sabine Hahne-Wehe, Fachapothekerin für Ernährung/Allgemeinpharmazie

Information: 0851/943520 | schulberg@apopassau.de
www.schulberg-apotheke-passau.de

Min. Teilnehmerzahl: 10

Teilnahmegebühr: kostenlos

Angebot 13

Abnehmen, aber sicher und für immer!

Essen in Deutschland, ein ständiger Kampf zwischen Kopf und Bauch. Meist siegt der Bauch und der Kopf leidet darunter mit schlechtem Gewissen! Schnell, gesund und dauerhaft abnehmen! Ist das ihr Ziel?

Kurs über acht Wochen (14-tägig und Termine nach Vereinbarung)

Zeit: Mittwoch, 14.05.2014 | 9.00 - 10.00 Uhr

Ort: Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau
Karlsbader Str. 11a, Raum 103

Anbieterin: Sabine Hahne-Wehe, Fachapothekerin für Ernährung/Allgemeinpharmazie

Information: 0851/943520 | schulberg@apopassau.de
www.schulberg-apotheke-passau.de

Min. Teilnehmerzahl: 8

Teilnahmegebühr: 40 €

Angebot 14

Freie Malerei und Kalligrafie – Achtsames und kreatives Leben

Mit gewonnenen Schlüsselkompetenzen wie Mut und Innovationskraft werden Sie sowohl den dynamischen Schulalltag als auch Ihre private Lebenssituation auf kreative Art betrachten lernen. Die neu entdeckte innere Haltung wird Sie darin unterstützen, mit schulischen Belastungssituationen gelassen aber kompetent umzugehen. Mehr Achtsamkeit für das eigene körperliche und geistige Wohlbefinden wirkt sich positiv ausgleichend auf Ihr Umfeld aus.

<i>4-teiliger Workshop</i>	<i>ab 27.05.2014 (ausgenommen Schulferien)</i>
Zeit:	Dienstag, 27.05., 03.06., 24.06. und 01.07.2014 16.00 - 19.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau, Karlsbader Straße 11a, Raum 103
Anbieterin:	Verena Schönhofer, Freischaffende Künstlerin und Dipl. Grafik-Designerin (FH) aus Passau
Information:	0160/5563180 v.schoenhofer@web.de
Max. Teilnehmerzahl:	10
Teilnahmegebühr:	Lehrer 100 € / Student 90 €
Zusätzliche Materialien:	diverse Pinsel, evtl. Arbeitskleidung

Angebot 15

Life Kinetik

Produktives Multitasking? Geringer Energieaufwand? Verbesserte Konzentration? Mit Life Kinetik Training können Sie erfolgreich und gelassen der Heterogenität des schulischen Alltags begegnen. Durch bunte Variationen der Übungen aus dem kognitiven, visuellen und koordinativen Bereich sehen Sie sich stets neuen Herausforderungen gegenüber. Je effektiver die Vernetzung und Kooperation der Gehirnareale, desto höher ist Ihre Leistungsfähigkeit. Werden Sie stressresistenter! Lernen Sie mit Spaß spannende Wege zur Intensivierung Ihrer Handlungsschnelligkeit kennen.

<i>ganzjähriger Workshop</i>	<i>ab 10.05.2014 (ausgenommen Schulferien)</i>
Zeit:	jeden 1. Samstag im Monat, 10.00 - 11.30 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau, Karlsbader Straße 11a, Raum 103
Anbieter:	Lars Neubauer, Life Kinetik Premium Trainer, Sporttherapeut, Mentaler Fitnesscoach
Information:	0173/6363364 larsjonatschek@web.de
Max. Teilnehmerzahl:	20
Teilnahmegebühr:	15 €

Angebot 16

Gewaltprophylaxe. Soziale Kompetenz im Schulalltag

In Eigenerfahrung gehen wir der Frage nach: Wo fängt Gewalt an und welche Möglichkeiten im Schulalltag habe ich im Umgang mit ihr?

Die Betrachtungsebenen sind: Wort (Gewaltfreie Kommunikation); Körper (Feldenkraismethode); Stimme (Körperorientierte Stimmbildung)

Zeit:	Freitag, 09.05.2014 18:00 - 21.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrgesundheitswerkstatt, 94036 Passau Karlsbader Str. 11a, Raum 103
Anbieter:	Franziskus Rohmert
Information:	kontakt@franziskusrohmert.com 0176/ 23833094
Max. Teilnehmerzahl:	12
Teilnahmegebühr:	20 €
Zusätzliche Materialien:	bequeme Kleidung

Angebot 17 des obigen Anbieters

Einführungsvortrag zur Feldenkraismethode

Möglichkeiten der Stressbewältigung über die eigene Körperorientierung in der Gruppen- und Einzelkörperarbeit nach Moshe Feldenkrais. Besonderes Augenmerk richte ich dabei auf die Machbarkeit im Alltag der Lehrkräfte.

Workshop

Zeit:	Freitag, 23.05.2014 18:00 - 19.30 Uhr
Max. Teilnehmerzahl:	12
Teilnahmegebühr:	10 €
Zusätzliche Materialien:	bequeme Kleidung

Angebot 18 des obigen Anbieters

Steigerung und Erhaltung der stimmlichen Belastungsfähigkeit

Durch praktische Übungen und den sinnvollen theoretischen Hintergrund erhalten Sie ein Grundwerkzeug, mit dem Sie in der Lage sind Ihre Stimme effizient einzusetzen und einer Überlastung vorzubeugen.

<i>5-teiliger Workshop</i>	<i>ab 19.05.2014 (ausgenommen Schulferien)</i>
Zeit:	Montag, 17.00 - 19.00 Uhr (19.05., 26.05., 02.06., 23.06., 30.06.2014)
Max. Teilnehmerzahl:	12
Teilnahmegebühr:	100 € (5 x 2 Stunde)

Angebot 19

Die gesunde Stimme des Lehrers bei wachsender Anforderung

Das vielfältige Geflecht von schulischen Anforderungen wird dichter und enger um Sie geschnürt. Die Heterogenität und die Stärke der Klassen und Gruppen nehmen zu. Die Inklusion stellt zusätzlich eine mögliche Belastung dar. Trotz alledem hat Ihre Stimme der Summe aller Belastungen Stand zu halten. Die Leistungsfähigkeit Ihrer Stimme ist ein Grundpfeiler, der die Qualität einer guten Schule und die Wirksamkeit eines guten Unterrichts garantiert. Nehmen Sie den Umgang mit Stimme und Sprechen bewusster wahr. Der Kurs vermittelt Ihnen Basisbausteine, sowohl zur stimmlichen Gesundheitsprophylaxe als auch zum Erreichen eines erforderlichen Leistungsniveaus.

Workshop

Zeit:	Samstag, 10.05.2014 14.00 - 19.00 Uhr
Ort:	Universität Passau, Lehrergesundheitswerkstatt, 94036 Passau Karlsbader Str. 11a, Raum 103
AnbieterIn:	Dr. phil. Elke Krauser, Franziskus Rohmert
Information:	0176/81033918 elke.krauser@uni-passau.de
Max. Teilnehmerzahl:	15
Teilnahmegebühr:	55 €

Weitere attraktive Bewegungs- und Entspannungskurse werden Ihnen von der AOK auf unserer Homepage „Lehrergesundheit“ des Lehrstuhls für Schulpädagogik angeboten.

Ausblick für weitere Angebote ab Wintersemester 2014/15

- 1) „Die therapeutische Wirkung von Musik“
Rössler, Jochen; Musiktherapeut (M.A.); Klinik für Neurologische Frührehabilitation; BK Mainkofen, Psychiatrie BKH Passau
- 2) „Richtiges Dehnen, Kräftigen und Entspannen der Muskeln“
Joachim Schweitzer, Osteopath (DROM), Physiotherapeut

Herzlichen Dank

Unsere Arbeit zur Gesunderhaltung im Lehrerberuf wäre ohne die Mithilfe vieler Förderer nicht möglich. Wir bedanken uns deshalb sehr herzlich bei der Hochschulleitung der Universität Passau, bei den AnbieterInnen, den unterstützenden Schulleitungen und der Dienstaufsicht, aber vor allem bei allen Lehrkräften und Lehramtsstudierenden, die unser Angebot nützen und dadurch gestärkt zur Optimierung der schulischen Qualität beitragen.