

# Einladung zum 19. Altmärkischen LehrerInnentag / Gesundheitstag

der GEW-Kreisverbände Stendal und Salzwedel

## Anerkannte Fortbildung: – WT-2012-600-07 LiSA

**Wann ?** Samstag, 25.02.2012 ab 8.15 Uhr bis 14.00 Uhr

**Wo ?** Winckelmann-Gymnasium Stendal, Westwall 26 (Aula, Haus B)

**Wer ?** Alle interessierten PädagogInnen, StudentInnen und Auszubildenden

**Einlass ?** nur im Haus B

## Anmeldeschluss: 09.02.2012

Diese Veranstaltung wird organisiert vom Vorstandsbereich Schulen, GEW Stendal.

GEW

Stadtseeallee 1

39576 Stendal

Fax 03931-212892

Tel. 03931-212892 (nur Do 14.30-16 Uhr, außer in den Ferien)

E-Mail: ines.albrecht@gew-lsa.de

Online-Anmeldungen an: [rolf.hamm@gew-lsa.de](mailto:rolf.hamm@gew-lsa.de)

## Ablauf

ab 8.15 Uhr Anmeldung / Verlagsausstellung (Haus B)

9.00 Uhr Begrüßung, Organisatorisches (Aula)

9.30 Uhr Eröffnungsreferat (Aula)

10.00 Uhr Pause mit Verlagsausstellung (Haus B)

10.45 Uhr bis 12.05 Arbeitsgruppe I

12.05 Uhr Pause mit Verlagsausstellung und Imbiss (Haus B)

12.40 Uhr bis 14.00 Uhr Arbeitsgruppe II

**Die Arbeitsgruppen haben nur einen 80 Minuten-Block, danach findet ein AG-Wechsel statt.**

**(außer AG 04)**

## Eröffnungsreferat

„Hast du heute schon gelebt?“

- Beanspruchungen im Schulalltag
- Ansätze zur Lehrkräftegesundheit
- Schul- / Qualitätsentwicklung und Lehrkräftegesundheit
- Gesundheitstraining für Lehrkräfte



## **Referent: Dr. Ulrich Schwabe**

*Dr. Ulrich Schwabe ist als Stellvertretender Geschäftsführer der Landesvereinigung für Gesundheit in Magdeburg tätig. Nach Pädagogikstudium und Lehrertätigkeit arbeitete er in der Forschung zur Gesundheitserziehung und Lehrerausbildung an der PH / Uni Magdeburg. Es folgten die Promotion im Fachbereich Pädagogik sowie eine Ausbildung in Gesundheitsmanagement / Gesundheitswissenschaft. In den zurückliegenden Jahren initiierte und unterstützte Herr Dr. Schwabe zahlreiche Projekte der Gesundheitsförderung in verschiedenen Lebenswelten (Kita, Schule, Krankenhaus, Betrieb, Sportverein). Als Referent in der schulinternen Lehrerfortbildung gestaltete er ca. 150 Veranstaltungen an Schulen.*

## Anmeldung / Organisatorisches

- Teilnehmen können alle interessierten **PädagogInnen, StudentInnen** und **Auszubildenden**.
- Voraussetzung: Sie haben sich mit dem **vollständig ausgefüllten Anmeldeformular** beim GEW-Kreisverband Stendal angemeldet.
- Anmeldeschluss: **Donnerstag, 09.02.2012**
- Teilnahmegebühr: **20,00 Euro**
- Bei GEW-Mitgliedschaft – **nur mit Nachweis** – wird die Gebühr erlassen.
- Für **Direktstudenten** und **Auszubildende** – **nur mit Nachweis** – beträgt die **ermäßigte** Gebühr **5,00 Euro**.
- Bei eingeschränkter Teilnehmerzahl in der AG gilt das Datum des **Posteingangs**. Eine Information erfolgt per Aushang am 25.02.
- Geben Sie uns auch jeweils einen **Zweitwunsch** und für den Notfall Ihre **Telefonnummer/E-Mail** an! Wir benachrichtigen Sie, wenn Ihre Wünsche gar nicht berücksichtigt werden können oder unvorhersehbare Änderungen eintreten.
- Gemäß den derzeit geltenden Bestimmungen wird den Teilnehmenden **Dienstunfallschutz** gewährt.
- Wenn Sie sich **rechtzeitig** anmelden, bemühen wir uns, Ihre Wünsche zu berücksichtigen. Seien Sie bitte auch so fair und informieren uns, wenn Sie, aus welchen Gründen auch immer, nicht teilnehmen können.  
**Danke.**

## Die Arbeitsgruppen von 10.45 – 12.05 Uhr und 12.40 – 14.00 Uhr

### AG 01 „Umgang mit Beanspruchungen (Stress) im Schulalltag“

- Gesundheit und Stress
- typische Situationen im Alltag
- Umgang mit Beanspruchungen
- Training

AG zum Eröffnungsreferat

max. 20 Teiln.; alle Schulformen

**Dr. Ulrich Schwabe, Landesvereinigung für Gesundheit**

### AG 02 „Für die Arbeit braucht man Gesundheit; für die Gesundheit braucht man Arbeit.“

- theoretische und praktische Tipps für die Lehrergesundheit

max. 20 Teiln.; alle Schulformen

**Dietmar Frohn, Landesvereinigung für Gesundheit**

### AG 03 „Wenn das Schulklima „stinkt“ – Arbeitsbelastungen minimieren, Erkrankungen vorbeugen“

Wenn Arbeitsbelastungen zunehmen, zum Problem für die Beschäftigten werden und dies am Arbeitsplatz SCHULE nicht erkannt wird, kann das zu langanhaltenden gesundheitlichen Erkrankungen führen.

In der AG werden Möglichkeiten erarbeitet, wie Schule im Rahmen eines eigenen Arbeits- und Gesundheitsmanagements sich dieser Problematik annehmen kann, um dauerhafte und praktikable Lösungen für den Schulalltag zu finden.

max. 20 Teiln.; alle Schulformen

**Sven Oeberst, GEW**

### AG 04 „Vollwert-Ernährung“

So lecker kann Gesundheit schmecken.

Zubereitung und Verkostung gesunder Speisen

max. 20 Teiln.; alle Schulformen

**Ulf Dähnrich, Inhaber Kochschule Stendal**

**Dauer: 160 Minuten – kein Arbeitsgruppenwechsel möglich**

*Unkostenbeitrag für Zutaten: 5,00 €*

- AG 05 **„Trommle deinen Stress fort!“**  
Das Trommeln – eine Möglichkeit der Entspannung  
max. 10 Teiln.; alle Schulformen  
**Dr. Assion Lawson**
- AG 06 **„Gewalt in Familien als Belastung für Lehrer“**  
- Fallbeispiele Gewalt betroffener Kinder  
- Auswirkung im Schulalltag  
- Wer unterstützt SIE?  
max. 20 Teiln.; alle Schulformen  
**Birgit von der Heide, Polizeirevier Stendal**  
**Christel Stoldt, WEISSER RING**  
**Alice Michalak, Verein „Miß-Mut“ e.V.**  
**Margot Nawitzki, Frauenhaus Stendal**
- AG 07 **„Der Mensch als ganzheitliches Wesen“ – Wie bin ich? Was tut mir gut?**  
- Interventionsmöglichkeiten gegen Belastungen im Alltag  
- praktische Übungen  
max. 20 Teiln.; alle Schulformen  
**Petra Demmel, Physiotherapeutin**
- AG 08 **„Bucher Kräuterwerkstatt“**  
Aktivprogramm „Rund ums Kraut“  
max. 15 Teiln.; alle Schulformen  
**Uta Neuhäuser, ZÖNU.e.V.**  
*Materialkosten: 2,00 €*
- AG 09 **„Obst und Gemüse in flüssiger Form“**  
Trinken ist wichtig!  
gesunde „Cocktails“ zubereiten  
max 15 Teiln.; alle Schulformen  
**Felix Goder**  
*Unkostenbeitrag für Zutaten: 7,00 €*

**Die Arbeitsgruppen haben nur einen 80 Minuten-Block, danach findet ein AG-Wechsel statt.  
(außer AG 04)**

**In allen Arbeitsgruppen sind Studenten und Auszubildende herzlich willkommen.**