

## Titel

|                       |                                                                                                                    |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema:                | MQ - Gelb Erweiterungsmodul: Gesund durch den Berufsalltag - eine Fortbildung für Körper (Rücken), Geist und Seele |
| Veranstaltungsnummer: | 19L433310                                                                                                          |

## Inhalt/Beschreibung

|                      |                  |
|----------------------|------------------|
| Schwerpunkte/Rubrik: | Schulentwicklung |
|----------------------|------------------|

## Allgemeine Informationen

|                        |                                                                            |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Fächer / Berufsfelder: | - MQ-Schulentwicklungsberatung                                             |
| Zielgruppen:           | - Schulberaterinnen und Schulberater                                       |
| Schularten:            | - alle Schulstufen                                                         |
| Veranstaltungsart:     | Einzelveranstaltung (veraltet)                                             |
| Gültigkeitsbereich:    | landesweit                                                                 |
| Leitung:               | Christian Baumelt, Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg |
| Dozenten:              | Anja Raack, Ernst-Haeckel-Gymnasium                                        |

## Weitere Hinweise

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Zusatzinformationen: | <p>Universität Potsdam/Golm; Haus 19, Sporthalle.</p> <p>Diese Fortbildung richtet sich an alle Schulberater*innen mit dem Ziel die Lehrergesundheit zu stärken. In dieser Fortbildung werden zunächst die psychischen Komponenten der Lehrergesundheit, die zum Großteil auch für Verspannungen und Rückenprobleme verantwortlich sind, thematisiert. Aus diesem Grund steht der Rücken im Mittelpunkt des weiteren Fortbildungsverlaufs. Nach einem theoretischen Input zu physiologischen Grundlagen, verschiedenen Haltungsschäden, einen Überblick über verschiedene Studien und Faktoren, welche die Rückenprobleme auslösen können, schließt sich eine praktische Phase an, um den individuellen Status quo der Teilnehmer*innen zu evaluieren, um anschließend in einer Bewegungseinheit diverse Rückenübungen in Form eines Zirkeltrainings auszuprobieren. Außerdem werden zu Ihrer Unterstützung bei der Vorbereitung und Durchführung entsprechender Fortbildungsangebote verschiedene Materialien zur Verfügung gestellt.</p> |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Anbieter

|                    |                                                         |
|--------------------|---------------------------------------------------------|
| Anbietername:      | Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg |
| Anbieteranschrift: | Struveweg 1, 14974 Ludwigsfelde OT Struveshof           |
| E-Mail-Adresse:    | poststelle@lisum.berlin-brandenburg.de                  |

|                                                              |                              |                          |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| FortbildungsNetz<br>für Lehrkräfte des<br>Landes Brandenburg | <b>Veranstaltungskatalog</b> | TIS-Online<br>22.09.2026 |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|

Telefon: 03378 209 0

#### Termin

|                 |                                |
|-----------------|--------------------------------|
| Termin:         | 11.09.2019 09:00 bis 14:00 Uhr |
| Dauer:          | 5 Zeitstunden                  |
| Anmeldeschluss: | 17.08.2019                     |

#### Veranstaltungsort

|                    |                                                                                          |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Veranstaltungsort: | Universität Potsdam, Campus Golm, Karl-Liebknecht-Straße 24-25, 14476<br>Potsdam OT Golm |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|