



Mittelschule Gräfenberg



AKADEMIE FÜR
GANZTAGSSCHULPÄDAGOGIK

WORK-LIFE-BALANCE

Fortbildung

*Ein erholsamer Nachmittag – entspannen
und auftanken für den Schulalltag*

Inhalt

- Dem beruflichen Alltag ruhig und gelassen entgegenzutreten
- Entspannen und Auftanken
- Spüren, was dem Körper guttut
- Ruhe und Bewegung bewusst wahrnehmen

Mit Hilfe von verschiedenen Methoden lernen Sie, wie man mit sich und seinem Umfeld in Einklang sein kann und wie man seine eigenen Stärken für mehr Kreativität nutzen kann.

Leitung

Petra Meyer, Rektorin der Mittelschule Gräfenberg

Zielgruppen

Pädagogische Fachkräfte, Lehrer/innen aller Schularten

Veranstaltungsort

Mittelschule Gräfenberg, Pestalozzistr. 2,
91322 Gräfenberg, Untergeschoss 01, Ruheraum

Termine

Immer am letzten Schulmontag im Monat:

- 25.09.2017
- 23.10.2017
- 27.11.2017
- 29.01.2018
- 26.03.2018
- 30.04.2018
- 25.06.2018

Der Einstieg ist jederzeit möglich; die Teilnahme ist kostenlos. Bitte bringen Sie Isomatte, Decke und Kissen mit.

Anmeldung bitte per Mail bis spätestens am Freitag vor dem Termin:

rektor@mittelschule-graefenberg.de

Wir freuen uns auf Sie!