



## Einladung zur Veranstaltung

### Achtsamkeit im pädagogischen Kontext – Wochenendseminar –

Dieses Wochenendseminar im Taunus bietet die Gelegenheit, das Potential der Achtsamkeit weiter zu erkunden und in den pädagogischen Kontext einzubinden. Die Fortbildung richtet sich vorrangig an Lehrkräfte, welche bereits Seminare zu „AiSCHU“ (Achtsamkeit in der Schule) und/oder „Achtsame 8 Wochen“ wahrgenommen haben, ist aber auch offen für Interessierte, welche das Potential der Achtsamkeit praktisch entdecken möchten.

Die Einübung der Haltung der Achtsamkeit stärkt unsere Resilienz und stellt somit eine wirksame Vorbeugung gegen Burn-Out dar. Dies ist einerseits durch wissenschaftliche Studien belegt, bestätigt sich zudem aber auch immer wieder durch Erfahrungsberichte von Lehrkräften. Dabei geht es zunächst darum, für sich selbst eine achtsame Haltung im Alltag zu etablieren. In einem zweiten Schritt ist es dann Ziel, auch Schülerinnen und Schülern entsprechende Konzepte und Übungen zu vermitteln, die ihnen helfen, Stress zu bewältigen und zur Ruhe zu kommen.

Das wunderschön gelegene Tagungshaus schafft das passende Ambiente für Begegnung mit sich selbst und der Gruppe. So entstehen Vernetzungen und Achtsamkeit kann weiter Kreise ziehen.

Für dieses Seminar entstehen Ihnen lediglich die Kosten für Übernachtung und Vollpension (Martin-Niemöller-Haus, Schmitten), die von den Teilnehmenden direkt an das Haus übermittelt werden (€ 256,00 /EZ / VP). Das Prozedere wird nach der Anmeldung mitgeteilt.

---

#### **Termin:**

Freitag, 08.07.2022 (18:00 Uhr, mit Abendessen)  
bis Sonntag, 10.07.2022 (13:00 Uhr, mit Mittagessen)

**Ort:** Martin-Niemöller-Haus, Am Eichwaldsfeld 3, 61389 Schmitten- Arnoldshain

**Leitung:** Vera Kaltwasser ([www.vera-kaltwasser.de](http://www.vera-kaltwasser.de)), Nachfragen unter [info@vera-kaltwasser.de](mailto:info@vera-kaltwasser.de)

---

**Anmeldung an: [fortbildung.ssa.frankfurt@kultus.hessen.de](mailto:fortbildung.ssa.frankfurt@kultus.hessen.de) (**

**Bitte geben Sie Ihren Namen und Vornamen, sowie ihre E-Mailadresse an. Wenn Sie eine Lehrkraft oder eine sonstige an Schule beschäftigte Person sind, immer auch Ihre Personalnummer sowie die Schule und die Dienststellennummer.**

**Anmeldeschluss: 08.05.2022**

**Vielen Dank für Ihre Unterstützung.**

<b>Name, Vorname:</b>
<b>Personalnummer:</b>
<b>E-Mail Adresse:</b>
<b>Schule/Dienststelle</b>