5 Spielend stark – Kulturelle Bildung als Schlüssel zur Resilienz

Michael Dietrich, Medien-, Kultur- und Theaterpädagoge

Spielen ist überlebenswichtig… denn im Erfahren von Kultureller Bildung entwickeln und erweitern alle Beteiligten ihre individuellen Resilienzfaktoren. Nach einem kurzen theoretischen Impuls zu den wissenschaftlichen Zusammenhängen von Kultur, Spiel und Resilienz steht das eigene Erleben im Vordergrund. In einfachen Spielen und Übungen schnuppern die Teilnehmenden zum einen in die Improvisationskunst und schulen zum anderen die eigene Spontaneität, Kreativität und Wahrnehmung. Neugier, eine positive Fehlerkultur und spontane Kreativität stehen dabei genauso auf dem Programm wie der praktische Transfer in den persönlichen Alltag.

6 Eigene Ressourcen stärken – mit Freude & Leichtigkeit Großes bewirken

Dr. Klaus Weiß, Emplora GmbH

„Ich wollte … ich könnte … ich fange bestimmt bald an.“ Doch oft bleibt es beim guten Vorsatz. In diesem Workshop gehen wir gemeinsam den Schritt vom Wollen ins Tun. Im Zentrum stehen drei Bereiche: Herz & Kreislauf für mehr Energie und Ausdauer, Rücken & Bewegungsapparat für Kraft und Stabilität sowie Kognition & Neuroplastizität für geistige Beweglichkeit. Sie erfahren, wie Sie den Alltag als Trainingsfläche nutzen und warum Sie dafür weniger Zeit brauchen, als Sie denken. Mit klaren Impulsen und praktischen Übungen gestalten Sie Ihr persönliches Gesundheitsprogramm – motivierend, machbar und wirksam.

ANREISE & PARKEN

Veranstaltungsort
Berufsbildungszentrum Münnerstadt
Altstadtweg 1, 97702 Münnerstadt

Parken
Bei Anreise mit dem PKW finden Sie kostenfreie Parkmöglichkeiten in der Reichenbacher Straße. **Am BBZ direkt sind KEINE Parkplätze verfügbar!**

Barrierefreiheit
Der Veranstaltungsort ist barrierefrei zugänglich. Bei Fragen zur Barrierefreiheit melden Sie sich gerne beim Bildungsbüro.

Unser Tipp
Zur umweltschonenden Anreise informieren Sie sich auf www.mobil-kg.de **(Haltestelle Bahnhof Münnerstadt)**. Wir empfehlen, nach Möglichkeit, Fahrgemeinschaften zu bilden.

BILDUNGSBÜRO
Landkreis Bad Kissingen
Bildung. Lebenslang.

6. Bildungskonferenz

Mentale Gesundheit

Lernen. Lehren. Loslassen.

Freitag, 21.11.2025 | ab 12:00 Uhr | BBZ Münnerstadt

PROGRAMM

anerkannte Lehrkräftefortbildung

PROGRAMM

Moderation:
Nathalie Bachmann

12:00 Uhr	Einlass & Anmeldung Begrüßungskaffee und Imbiss
13:00 Uhr	Eröffnung & Grußworte Landrat Thomas Bold Bürgermeister Michael Kastl Schulleiter Georg Gißler
13:15 Uhr	Impulsvortrag: “MindMatters - mit psychischer Gesundheit gute Schule entwickeln” Florian Huth, Beratungslehrer, Multiplikator und Ansprechpartner für MindMatters an der Schulberatungsstelle Unterfranken
13:55 Uhr	Mehr Bewegung, weniger Stress: Gesundheitsprogramme und Pausenübungen mit dem Anti-Stress-Ball Johannes Kiep, Gesundheitsfachkraft der AOK Bayern Direktion Schweinfurt
14:15 Uhr	Workshops, Runde 1
15:35 Uhr	Mentale Tankstelle Joahir Osman, Projektleiterin Beisheim Stiftung
15:55 Uhr	Pause Imbiss
16:30 Uhr	Workshops, Runde 2
17:45 Uhr	Ende der Veranstaltung

Programmänderungen vorbehalten.

Für das leibliche Wohl sorgt die Berufsfachschule für Ernährung und Versorgung des BBZ.

Infos & Anmeldung unter kg.de/bildungskonferenz

oder hier scannen

Kontakt

Landratsamt Bad Kissingen
Bildungsbüro
Obere Marktstraße 6
97688 Bad Kissingen

Franziska Kaufmann // Bianca Schmitt
Tel: 0971/801-5165 // -5195
E-Mail: bildungsbuero@kg.de

Gefördert durch:
Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Kofinanziert von der Europäischen Union

WORKSHOPS

1 Mit Stress umgehen und im Gleichgewicht bleiben - Förderung der Resilienz in der Schule

Florian Huth, Beratungslehrer, Multiplikator und Ansprechpartner für MindMatters an der Schulberatungsstelle Unterfranken

Wie können Kinder lernen, auch in schwierigen Situationen handlungsfähig und zuversichtlich zu bleiben? Die Teilnehmenden erhalten einen praxisnahen Einblick in ein Unterrichtsmodul zur Resilienzförderung. Durch abwechslungsreiche, interaktive Übungen, die Bewegung, Sprache und visuelle Elemente verbinden, erfahren Sie, wie Lernen vital, motivierend und kooperativ gestaltet werden kann. Dabei steht nicht nur das gemeinsame Erleben im Vordergrund, sondern auch die bewusste Reflexion. Erfahrungen werden geteilt, Perspektiven erweitert und Impulse für den eigenen Unterricht gewonnen. So entsteht ein vielseitiger Werkzeugkasten um Resilienz im Schulalltag nachhaltig zu fördern.

2 Toni hat Angst und traut sich nicht und Luca flippt völlig aus! Was tun? Umgang mit großen Gefühlen.

Diana Schölzel, Caritas - Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

In unserem pädagogischen Alltag erleben wir diese oder ähnliche Situationen vielleicht täglich und sie bringen auch manchmal uns Fachkräfte an unsere Grenzen. In einem Theorieteil werden wir unser Wissen zu Angst – Wut – Gefühlsregulation – Motivation und Selbstwirksamkeit auffrischen. Im Praxisteil wird es um konkrete Handlungsstrategien und Methoden im Umgang mit großen Gefühlen gehen.

3 GreenCare – die mentale Gesundheit mithilfe der Natur stärken

Katharina Thümer, UNESCO-Biosphärenreservat Rhön, Bayerische Verwaltung

Im Rahmen des Projekts „GreenCare – Natur und psychische Gesundheit“ wurde ein Angebot zur Stärkung der mentalen Gesundheit für verschiedene Zielgruppen entwickelt. Die Referentin wird praxisorientiert darstellen, wie Aufenthalte in der Natur genutzt werden können, um die mentale Gesundheit zu erhalten bzw. zu stärken. Gleichzeitig werden dabei naturschutzrelevante Werte und Haltungen gefördert. Dabei haben die Teilnehmenden selbst die Möglichkeit, die Wirksamkeit der Natur zu erleben und bekommen zudem hilfreiche Hinweise für die Umsetzung im Lernalltag. Teile des Workshops finden im Freien statt.

4 Früh erkennen – früh helfen. 75 Minuten, die Mut machen!

Amelie Seeger, tomoni mental health gGmbH

In Deutschland erkranken jährlich rund zwei Millionen Kinder und Jugendliche psychisch – oft unerkannt – mit teils schweren Folgen. Je früher dies erkannt wird, desto besser die Chancen auf ein gesundes Leben. Wir zeigen, wie in der Bildung tätige Personen einen Unterschied im Leben junger Menschen machen können, Anzeichen psychischer Erkrankungen rechtzeitig wahrnehmen und präventiv wirken. Ein kurzer Ausflug zu ADHS und Autismus ergänzt den Blick.