



UNSERE REFERENT:INNEN

Liebe pädagogische Fach- und Führungskräfte, liebe Interessierte

Sie haben einen wunderbaren Beruf: Sie begleiten Kinder in ihrer Entwicklung. Doch die Arbeit mit Kindern, Eltern und Kollegin*innen fordert Sie auch.

Selbstfürsorge ist dabei ein wichtiger Baustein, um die eigene Gesundheit zu erhalten und weiterhin Freude an der Arbeit mit Kindern zu haben. Durch eine ausreichende Selbstfürsorge können Sie ihr subjektives Stresserleben reduzieren.

Mit vielfältigen Impulsen und Anregungen wollen wir Ihnen an diesem Tag Werkzeuge an die Hand geben, eine gute Selbstfürsorge zu leben und gleichzeitig die Belange der Kinder und des Teams im Blick zu behalten.

Wir freuen uns auf Sie.
Ihr Referententeam

Jetzt anmelden unter:

www.Katja-Ludwig-Coaching.de



Dr. Katja Ludwig
Coach für Stress-
management, Personal-
entwicklerin, Pädagogin



Heike Künzel
Pädagogin, Coach,
Trainerin für soziale
Kompetenz



Jana Schaller
Psychologin
Resilienz- und
Stressmanagement-
trainerin



Thomas Vogler
Businesscoach



Uwe Hübner
Physiotherapeut

FACHTAG GESUNDHEIT UND SELBSTFÜRSORGE IM BERUF

für
Kindertageseinrichtungen



22. April 2024
9:00 - 16:00 Uhr

Bühne Möbel Rieger,
Siemensstraße 33, 07546 Gera

PROGRAMM

Ab 8:00 Uhr | Anmeldung

09:00 Uhr | Begrüßung, Ablauf

Moderation: Heike Künzel

09:15 Uhr | Fachvortrag "Stress im beruflichen Alltag bewältigen"

Dr. Katja Ludwig

Ab 10:00 Uhr | Workshops

Workshop I Ressourcen im päd. Alltag erkennen

Heike Künzel

Workshop II Selbstfürsorge

Jana Schaller

Workshop III Umgang mit Konflikten im Team

Thomas Vogler

Workshop IV Physiotherapeutische Übungen für Zwischendurch

Uwe Hübner

Workshop V Stressprävention

Dr. Katja Ludwig

Ab 11:45 Uhr | Mittagspause

Ab 12:30 Uhr | Workshops

Alle Workshops werden wiederholt.

Ab 14:00 Uhr | Tempel der Musen

Ab 15:15 Uhr | Praxistransfer

Ab 15:45 Uhr | Abschluss und Auswertung



KONTAKT

Dr. Katja Ludwig
0151 54872977
ludwig.katja@mail.gmx



ANMELDUNG

Anmeldung unter:

www.katja-ludwig-coaching.de

Veranstaltungstermin:

22. April 2024, 9:00 - 16:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Bühne Möbel Rieger

Siemensstraße 33

07546 Gera

Die Anmeldung für die Workshops erfolgt vor Ort.

Anmeldeschluss: 28. Februar 2024

Teilnahmegebühr: 145 € (inkl. USt)
(inklusive Getränke und Verpflegung)

Frühbucherrabatt: 119 € (inkl. USt) bis
15.11.2023, nur begrenzte Plätze
verfügbar