

Montag, 17.05.	Dienstag, 18.05.	Mittwoch, 19.05.	Donnerstag, 20.05.	Freitag 21.05.
<u>Workshop:</u> Stress lass nach – förderliche Denkweisen und Einstellungen zur Reduktion von Stress 10 – 12 Uhr	<u>Workshop:</u> Zeitmanagement – Prioritäten setzen für eine ausgewogene Work-Life-Balance 14 – 16 Uhr	<u>Reflexionsraum/Coaching:</u> Neu in Leitungsfunktion 14:30 – 17 Uhr	<u>Supervision:</u> Von der Durststrecke zur Kraftquelle 13:30 – 17:45 Uhr	<u>Reflexionsraum:</u> Telefonische Sprechzeit für die Akteure im Schulalltag 13 – 14:30 Uhr
<u>Workshop:</u> Über den Dingen schweben – gelassen und präsent im Unterricht 11:30 – 13:30 Uhr	<u>Workshop:</u> Antistress-Strategien und Ruheinseln – Gesundheit im Schulalltag 15 – 17 Uhr	<u>Workshop:</u> Selbstfürsorge durch Achtsamkeit und Meditation – Schnupperkurs 15 – 17:30 Uhr	<u>Workshop:</u> Gute Nacht! – Erholsamen Schlaf für energiegeladene Tage kultivieren 14 – 15:30 Uhr	<u>Workshop:</u> Von der Arbeits- in die Erholungswelt: Abschalten im Feierabend 14 – 16 Uhr
<u>Vortrag:</u> Einführung in die kollegiale Fallberatung – Entlastung schaffen für den Schulalltag 14 – 15:30 Uhr			<u>Reflexionsraum:</u> Telefonische Sprechzeit für die Akteure im Schulalltag 15:30 – 17 Uhr	<u>Workshop:</u> Entspannter durch den Schulalltag mit Progressiver Muskelentspannung 14:30 – 16 Uhr
<u>Workshop:</u> Verbindende Kommunikation in schwierigen Zeiten 15 – 17:30 Uhr				