

Angebot einer Lehrer*innen-Fortbildung:

„bewusst, wach und präsent im gegenwärtigen Augenblick - die Praxis der Achtsamkeit als Ressource im schulischen (post-)pandemischen Alltag“

Termine: 5 Module à 3 Stunden (180 Minuten) im Zeitraum *Februar bis April 2022*

Die Termine und Uhrzeiten können eventuell auf Wunsch der Teilnehmenden verändert bzw. mit ihnen abgestimmt werden (außer Termin 1).

Modul 1: 17.02.2022

Modul 2: 03.03.2022 (15-18h)

Modul 3: 17.03.2022(15-18h)

Modul 4: 31.03.2022 (15-18h) oder alternativ 02.04.2022 (Samstag Vormittag 10.30-13-30h)

Modul 5: 07.04.2022 (15-18h)

Träger: *Projekt Auf!leben - Zukunft ist jetzt* der Deutschen Stiftung für Kinder und Jugendliche (DKJS) - in Kooperation mit dem Verein AKIJU e.V. (Achtsamkeit für Kinder und Jugendliche)/ MBSR-MBCT Verband e.V. Deutschland

Kosten: Das Projekt wird aus den bundesdeutschen Mitteln des BMFSJF-Aktionsprogramms "Aufholen nach Corona für Kinder und Jugendliche" finanziert.

Es ist daher **für die Teilnehmenden kostenfrei.**

(Ein MBSR-Kurs kostet auf dem freien Markt ca. 380,-€, die Qualifizierung entspricht pro Teilnehmer*in daher etwa einem Wert von 300,-€!)

Es handelt sich um ein **ein-maliges Angebot in 2022.**

Adressaten: Lehrer*innen und pädagogische Fachkräfte

Voraussetzung: **Mindest-Teilnehmerzahl: 10 (maximal 18)**

Ziele und Inhalte: siehe beigefügte *Kurzbeschreibung* bzw. vertiefend dazu die *ausführliche Beschreibung* des AKIJU-Vereins

Anmeldeschluss: **28. Januar 2022 (Selbst-Einschreibung in moodle-Kurs ab 10.01.2022)**

Referentin: Petra Schmitz-Arenst (Zertifizierung als Achtsamkeitslehrende für MBSR, MCP und AISCHU - <https://www.akiju.de/lehrende/petra-schmitz-arenst/82>)