

30. Oberlausitzer Lehrertag 2021

20. November

Der Pädagogische Tag der Region

„Blaue Kugel“
Hauptstraße 97
02733 Cunewalde



08.30 Uhr	Einlass
09.00 Uhr	Grußwort des Staatsministers für Kultus, Christian Piwarz, und Diskussionsrunde zur aktuellen bildungspolitischen Situation
10.15 – 11.00 Uhr	Pause mit Cateringangebot, viele Schulbuchverlage sind mit ihrer Präsentation anwesend
11.00 – 12.30 Uhr	Vortrag von Dr. Ilona Bürgel

Hauptvortrag | 11.00 bis 12.30 Uhr

„ICH GUT. ALLE(S) GUT“

**WIE SIE SICH LEBENSFREUDE, VITALITÄT UND LEISTUNGSFÄHIGKEIT
IN ZEITEN ANDAUERND HOHER BELASTUNGEN ERHALTEN**

Immer gibt es etwas, das uns die Stimmung verderben kann:

Die Ungewissheit der aktuellen Situation, die digitale Arbeitswelt, unfreundliche Nachbarn, Eltern, die anstrengend sind, der Hosenbund, der kneift ... Es sind nicht die Menschen und Umstände an sich, die uns zu schaffen machen, sondern der Mangel an Selbstfürsorge, Kraft und Energie, locker, lebensfroh und aktiv mit ihnen umzugehen.

Der Vortrag zeigt, wie Sie immer und überall selbst bestimmen, wie es Ihnen geht.

Aus dem Inhalt:

- Welches sind die wichtigsten, selbst bestimmbaren Bestandteile für Glück und Wohlbefinden
- Wie Sie Belastungen, Sorgen und Veränderungen gut bewältigen und genießbar bleiben
- Wie Sie Selbstfürsorge als Selbstverständlichkeit in Ihr Leben etablieren



Dr. Ilona Bürgel
ICH GUT. ALLES GUT.

DIPLOM-PSYCHOLOGIN DR. ILONA BÜRGEL

zählt zu den führenden Vertretern der Positiven Psychologie im deutschsprachigen Raum. Sie zeigt engagierten Menschen, die viel leisten und stets für andere da sind, wie sie sich dabei nicht überfordern oder selbst zu kurz kommen.



Bild: Susann Lange, Grafik: © scimmery1 – adobe-stock.com

Diese Veranstaltung wird vom Sächsischen Staatsministerium für Kultus als Fortbildungsveranstaltung anerkannt, so dass für die Teilnehmer Versicherungsschutz gewährt ist (Dienst-/Fortbildungsreiseantrag beim Schulleiter stellen!). Unter der Veranstaltungsnummer EXT05056 finden Sie den Oberlausitzer Lehrertag im Online-Fortbildungskatalog des SMK.

IHRE ANMELDUNG

(mit Name, Schule, Telefonnummer) richten Sie bitte bis zum 2. November 2021 per E-Mail an: slv-olt2021@gmx.de

Achtung: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung ist entscheidend!

KOSTEN SLV-Mitglieder: 5,00 Euro | Nichtmitglieder: 10,00 Euro

WICHTIGER HINWEIS

Es sind die Bestimmungen und Hygieneauflagen der zum Veranstaltungszeitpunkt geltenden Corona-Schutz-Verordnung des Freistaates Sachsen zu beachten.

