

Fortbildung

09.03.2026 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Gesundheit und Selbstfürsorge

Ich tue mir gut!

Das Anforderungsprofil an Sie als pädagogisches Personal wächst beständig. Sie sind mit umfangreichen Themen und Aufgaben betraut, die immer komplexer werden und emotionale Stabilität erfordern. Wissen in den Bereichen Selbstführung, Organisation und Kommunikation sowie in der Kunst der Abgrenzung sind Voraussetzung für ein gesundes und zufriedenes Arbeiten. Denn nur wenn Sie sich körperlich, mental und seelisch wohl fühlen, kann Bildung gelingen.

Am Ende des Seminars...

- sind Sie Ihren eigenen Kraftquellen wieder ein Stück näher gekommen.
- haben Sie Energieräuber und Energiequellen identifiziert und das, wofür Sie brennen, gestärkt.
- haben Sie erfahren, wie Veränderungsprozesse bedrohen, aber auch bereichern können.
- haben Sie Abgrenzung sowohl auf körperlicher, als auch auf mentaler Ebene geübt und erfahren.
- können Sie Ihre Selbstwahrnehmung und Körpersprache zur eigenen Unterstützung nutzen.
- sind Ihre Prioritäten deutlich geworden und Ihre Resilienz gestärkt.

Zielgruppe

Pädagogische Mitarbeiter*innen in Tageseinrichtungen für Kinder

Referent*in

Gabriele Jocher, Diplom-Sozialpädagogin, Supervisorin und Familienberaterin in freier Praxis, Master-Gesundheitscoach, Schongau

Termin

9. März 2026

Tagungsort

St. Raphael im Allgäu, Bischof-Freundorfer-Weg 24 in Kempten

Beginn / Ende

09:00 bis 16:30 Uhr

Kursgebühr

165,-- €

inkl. Tagungsgetränke und Mittagessen

Zielgruppe:

Termin:

09.03.2026 09:00 Uhr - 16:30 Uhr

Veranstaltungsort:

St. Raphael im Allgäu
Bischof-Freundorfer-Weg 24
87439 Kempten
www.st-raphael-im-allgaeu.de

Ansprechpartner:

Inge Ueberall (fortbildung@caritas-augsburg.de, +49 (0821) 3156-227)
Patricia Demharter (fortbildung@caritas-augsburg.de, +49 (0821) 3156-282)

Veranstaltungsnummer:

K05026