

ThILLM Heinrich-Heine-Allee 2-4 99438 Bad Berka	<b>Veranstungskatalog</b>	TIS-Online 04.04.2026
---	---------------------------	--------------------------

#### Titel

<b>Thema:</b>	Gesund und mit sich in Balance lehren (Grundlagen von Lehrgesundheit)
<b>Veranstaltungsnummer:</b>	277700407

#### Inhalt/Beschreibung

<b>Schwerpunkte/Rubrik:</b>	Berufseingangsphase
-----------------------------	---------------------

#### Allgemeine Informationen

<b>Zielgruppen:</b>	- Lehrerinnen und Lehrer
<b>Schularten:</b>	- Grundschule, Regelschule, Thüringer Gemeinschaftsschule, Gymnasium
<b>Veranstaltungsart:</b>	Einzelveranstaltung
<b>Gültigkeitsbereich:</b>	landesweit
<b>Leitung:</b>	Anja Göbel, Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplan
<b>Dozenten:</b>	Karola Haack, Staatliches regionales Förderzentrum "Siegfried Schaffner" Kahla; Marion Holzner, Jenaplan-Schule Jena

#### Weitere Hinweise

<b>Zusatzinformationen:</b>	Die Fortbildung richtet sich an Lehrkräfte aller Schularten und fokussiert den Erhalt sowie die Förderung mentaler Gesundheit im schulischen Alltag. Ausgehend von individueller Mustererkennung werden typische berufliche Stressoren thematisiert. Zentrale Inhalte sind Resilienzprinzipien, Ressourcenstärkung, Achtsamkeit zur langfristigen Gesunderhaltung im Lehrerberuf.
-----------------------------	---

#### Anbieter

<b>Anbietername:</b>	Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien (ThILLM)
<b>Anbieteranschrift:</b>	Heinrich-Heine-Allee 2-4, 99438 Bad Berka
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@thillm.de
<b>Telefon:</b>	036458/560

#### Termin

<b>Termin:</b>	26.02.2026 09:30 bis 15:00 Uhr
<b>Dauer:</b>	7 Zeitstunden

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort:

ThILLM - Ausweichobjekt, Mühlweg 18, 99091 Erfurt