

Fortbildungen des Referats Gesundheit, LIB 4

Schulhalbjahr 2 / 2025-2026

Personalgesundheit und Gesundheit von Schülerinnen und Schülern

Detaillierte Inhaltsbeschreibungen und Anmeldung in TIS: <https://tis.li-hamburg.de/home>

Mit unserem Newsletter bekommen Sie 3x im Jahr aktuelle Termine und Infos!

Abonnieren können Sie ihn hier: www.li.hamburg.de/newsletter/referat-gesundheit-602438

Fortbildungen zur Personalgesundheit

Die Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen - Vorstellung und Informationen speziell für Schulleitungen | Online

Moderation: Jun Melchers

Es stehen 2 Termine zur Auswahl:

Mi., 4.2.2026, 15.00-16.30 Uhr, VA-Nr. 2632G0801

Di., 10.2.2026, 16.00-17.30 Uhr, VA-Nr. 2632G0802

Die Kraft in mir - mit Achtsamkeit, Empathie und innerem Gleichgewicht selbstbestimmt und zielführend im Schulalltag agieren. | Online

Moderation: Nicola Hemshorn

Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen, jeweils donnerstags 16.00-18.30 Uhr: 5.2., 12.2., 19.2., 26.2.2026

VA-Nr.: 2632G5501

Selbstfürsorge und Achtsamkeit: Wie wir im Schulalltag den Stressquellen begegnen und liebevoller mit uns selbst sein können | Online

Moderation: Jasmin Saribaf

Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen, jeweils dienstags 16.30-18.30 Uhr: 3.2., 17.2., 24.2., 17.3.2026

VA-Nr.: 2632G3501

Moooment - Bleib gesund. Stressprävention für Lehrende und soziale Berufe | Präsenz

Moderation: Birgit Koch

Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen, jeweils dienstags 16-19 Uhr: 17.3., 7.4., 28.4., 26.5.2026

VA-Nr.: 2632G1301

(Selbst-) Wertschätzung, Wohlbefinden und Dankbarkeit in der Schule | Online

Moderation: Bernhard Sieland

Die Fortbildung besteht aus 3 Terminen, jeweils montags 17-19 Uhr: 13.4., 20.4., 27.4.2026

VA-Nr.: 2632G2801

Mensch ärgere dich richtig: Erwartungskklärung mit dem Psychologischen Vertrag + Gegenemotionen stärken | Online

Moderation: Bernhard Sieland

Die Fortbildung besteht aus 3 Terminen, jeweils dienstags 17-19 Uhr: 14.4., 21.4., 28.4.2026

VA-Nr.: 2632G2901

Stressregulation mit TaiChi I Online

Moderation: Dietlind Zimmermann

Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen jeweils freitags 18.00-19.30 Uhr: 20.2., 20.3., 10.4., 22.5.2026

VA-Nr.: 2632G2001

Achtsamkeit - MBSR I Online

Moderation: Paul Stammeier

Die Fortbildung besteht aus 7 Terminen, jeweils donnerstags 16-19 Uhr: 19.3., 26.3., 2.4., 9.4., 16.4., 23.4., 30.4.2026

VA-Nr.: 2632G2201

Mit Körperarbeit zu mehr Selbstwahrnehmung und gesunder Abgrenzung I Präsenz

Moderation: Johanna Schottmann

Die Fortbildung besteht aus 3 Terminen, jeweils montags 16.30-19.00 Uhr: 16.3., 30.3. + 13.4.2026

VA-Nr.: 2632G2701

Work Life Balance für Lehrkräfte I Präsenz

Moderation: Claudia Schwegmann

Die Fortbildung besteht aus 3 Terminen, jeweils donnerstags 17-19 Uhr: 19.2., 19.3., 16.4.2026

VA-Nr.: 2632G2401

Stress und Resilienz I Online

Moderation: Dr. Birte Walther, Nina Kamp

Die Fortbildung besteht aus 2 Terminen: Do., 26.3. + Do., 16.4.2026 jeweils 16.30-18.00 Uhr

VA-Nr.: 2632G1701

Netzwerktreffen „Gesundheit an Hamburger Schulen“ I Präsenz

Moderation: Renate Boateng, Dr. Marco Gutjahr

Mo., 16.2.2026, 17.00-19.00 Uhr

VA-Nr.: 2632G0701

Förderung von Achtsamkeit und Resilienz bei Kindern und Jugendlichen (AKiJu) I Präsenz

Moderation: Britta Ibbeken

Die Fortbildung besteht aus 6 Terminen, jeweils donnerstags 15.30-18.00 Uhr: 19.3., 2.4., 16.4., 30.4.; 21.5., 4.6.2026

VA-Nr.: 2632G2301

Dazu fällt mir nichts mehr ein! Praktisch und spielerisch konstruktive Reaktionen und Interventionen entwickeln I Online

Moderation: Marianne Grote

20.4.2026, 16-19 Uhr

VA-Nr.: 2632G2501

Gesund und gut älter werden im Beruf I Online

Moderation: Carola Kleinschmidt

Mo., 16.2.2026, 16-19 Uhr

VA-Nr.: 2632G3301

Wirksame Stressbewältigung durch eine gesunde Balance zwischen Engagement und Abgrenzung I Präsenz

Moderation: Barbara Tiesler

Fr., 17.4.2026, 16-19 Uhr + Sa., 18.4.2026, 10.00-16.30 Uhr

VA-Nr.: 2632G3001

In Verbindung mit mir – in Kontakt mit anderen: Selbstbestimmt im Schulalltag I Präsenz
Moderation: Mareike de Buhr, Frederik Wahl
Do., 11.6.2026, 16-19 Uhr
VA-Nr.: 2632G3401

Fortbildungen zur Gesundheit von Schülerinnen und Schülern

Erfahrungen und Lehren aus der Bearbeitung der Corona-Pandemie – Vergleiche aus Deutschland und Kanada I Online
Moderation: Prof. Dr. Tanja Sturm
Di., 17.2.25, 16.00-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G3101

Kinder mit Diabetes in der Schule: Frühe Erkennung des Diabetes und Umgang und Begleitung von Kindern mit Diabetes I Online
Moderation: Dr. Sandra Wenzel, Oberärztin Pädiatrie, Kinder-Endokrinologin und -Diabetologin, Katholisches Kinderkrankenhaus Wilhelmstift
Di., 24.2.26, 16.00-17.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G3201

„Wir müssen reden!“ Psychische Gesundheit / Krankheit als Unterrichtsthema I Präsenz
Moderation: Irre menschlich e.V.
Mi., 25.2.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1901

Mentale Gesundheit von Schülerinnen und Schülern fördern I Präsenz
Moderation: Kopfsachen e.V.
Mi., 25.3.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1501

Laienreanimation im Schulalltag - Auftaktveranstaltung des Netzwerks Herzretter I Präsenz
Moderation: Ann-Kristin Schulte-Westhof, Anke Fründ
Do., 26.3.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G3601

Erkrankte Schülerinnen und Schüler im Unterricht: Pädagogische Wege zur Teilhabe, Unterstützung und Reintegration. Teil 2: Schulische Reintegration psychisch und somatisch erkrankter Schüler*innen I Präsenz
Moderation: Andrew Quinlan, Anna Koch, Christina Borgers
Di., 14.4.2026, 15-18 Uhr
VA-Nr.: 2632G1401

Hilfe, Atemnot und Ausschlag im Unterricht! Wie reagieren bei Verdacht auf Sofortallergien und Anaphylaxie bei Schülerinnen und Schülern? I Präsenz
Moderation: Dr. Claudia Haupt
Mi., 22.4.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1201

Selbstverletzendes Verhalten – Informationen und Handlungsmöglichkeiten im Kontext Schule I Online
Moderation: Nina Kamp
Mi., 3.6.2026, 16.00 – 17.30 Uhr
VA-Nr.: 2632G0901

Flucht. Trauma. Schule. Pädagogisch Arbeiten in sequenziell traumatischen Prozessen. I Online
Moderation: Dr. Christoph Müller
Die Fortbildung besteht aus zwei Terminen: Di., 16. + Di., 23.6.2026 jeweils 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1801

Fortbildungen in Zusammenarbeit mit dem SuchtPräventionsZentrum (SPZ)

Essenslust und Körperfrust. Ein Unterrichtsmanual zur Prävention von Essstörungen ab Jahrgang 11 | Online
Moderation: Nina Kamp, Nicola Vogel
Do., 26.2.2026, 15.00-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632P5001

Das perfekte Bild?! Der Einfluss von Social Media auf Schönheitsideale und die Wahrnehmung von Körperbildern bei Jugendlichen. | Präsenz
Moderation: Nina Kamp, Nicola Vogel
Di., 28.4.2026, 15.30-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632P5501

Essstörungen im Jugendalter - Prävention und Intervention im Kontext Schule (Schwerpunkt: Magersucht und Bulimie) | Präsenz
Moderation: Nina Kamp, Nicola Vogel
Do., 28.5.2026, 15.30-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632P7201

Essenslust und Körperfrust. Ein Lernarrangement zur Prävention von Essstörungen für die Jahrgänge 7-9 | Präsenz
Moderation: Nina Kamp, Nicola Vogel
Do., 4.6.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632P4802

Pumpen, Pumpen, Pumpen - Der Einfluss von jungen Fitnessinfluencern auf Jungen. | Online
Im Rahmen der Veranstaltungsreihe des SPZ „Auf den Punkt gebracht! - Aktuelle Themen, Trends, Entwicklungen und Antworten der Prävention“
Moderation: Nicola Vogel, Nina Kamp
Di., 9.6.2026, 16.30-17.30 Uhr
VA-Nr.: 2632P6403

Fortbildungen zum Programm MindMatters – Mit psychischer Gesundheit gute Schule machen - in Zusammenarbeit mit dem SuchtPräventionsZentrum (SPZ)

"Fit für Ausbildung und Beruf! Mit psychischer Gesundheit den Übergang gestalten" - Unterrichtsmaterial aus MindMatters | Präsenz
Moderation: Nicola Vogel, Anna Zander
Do., 9.4.2026, 15.00-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1101

"Wie geht's? Psychische Störungen im Unterricht verstehen lernen" - Unterrichtsmaterial aus MindMatters | Präsenz
Moderation: Nina Kamp, Natascha Herden
Do., 23.4.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1001

Kontakt für Rückfragen: Nina Kamp | nina.kamp@li.hamburg.de | www.li.hamburg.de/gesundheit