Stand: Juni 2026

Fortbildungen des Referats Gesundheit, LIB 4

Schulhalbjahr 1 / 2026-2027
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

Achtsamkeit - MBSR I Online
Moderation: Paul Stammeier
Die Fortbildung besteht aus 7 Terminen, jeweils donnerstags 16-19 Uhr: 27.8., 3.9., 24.9., 1.10., 8.10., 15.10., 12.11.2026
VA-Nr.: 2632G4601

Achtsamkeit und Selbstfürsorge – Stärkung der Resilienz für pädagogisches Personal und Förderung von Achtsamkeit und Resilienz bei Kindern und Jugendlichen (AKiJu) im pädagogischen Kontext I Online + Präsenz
Moderation: Janine Giese
Die Fortbildung besteht aus 6 Terminen: Do., 3.9 (Präsenz), Do., 24.9. (Präsenz) jeweils von 16.30-19.00 Uhr sowie online am Do., 10.9., 17.9., 1.10. und 8.10. jeweils von 16.30-18.30 Uhr
VA-Nr.: 2632G2302

Die Kraft in mir - mit Achtsamkeit, Empathie und innerem Gleichgewicht selbstbestimmt und zielführend im Schulalltag agieren. I Online
Moderation: Nicola Hemshorn
Die Fortbildung besteht aus 5 Terminen, jeweils dienstags 16.00-18.30 Uhr: 8.9., 15.9., 29.9., 6.10.2026 sowie am 1.12.2026 von 16.00-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G5401

Gesund und gut älter werden im Beruf I Online
Moderation: Carola Kleinschmidt
Mo., 14.9.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G4901

Humor und ich - ich und Humor I Präsenz
Den eigenen Humorstil entdecken und bewusst einsetzen
Moderation: Annika Corleis
Mi., 16.9.2026, 16.00-18.30 Uhr, VA-Nr. 2632G4701

Mit Körperarbeit zu mehr Selbstwahrnehmung und gesunder Abgrenzung I Präsenz
Moderation: Johanna Schottmann
Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen, jeweils dienstags 16.30-19.00 Uhr: 22.9., 29.9., 13.10., 3.11.2026
VA-Nr.: 2632G2702

Emotionsarbeit in der Schule: professionell mit eigenen Gefühlen und denen der Interaktionspartner:innen umgehen I Online
Moderation: Bernhard Sieland
Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen, jeweils dienstags 17.00-19.00 Uhr: 6.10., 13.10, 3.11., 10.11.2026
VA-Nr.: 2632G4001

Beziehungsklärung durch Feedback und transparente Kommunikation im Schulalltag I Online
Moderation: Bernhard Sieland
Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen, jeweils mittwochs 17.00-19.00 Uhr: 7.10., 14.10., 4.11., 11.11.2026
VA-Nr.: 2632G5001

Work Life Balance für Lehrkräfte I Online
Moderation: Claudia Schwegmann, Antje Schierhorn
Die Fortbildung besteht aus 3 Terminen, jeweils montags 17.30-19.30 Uhr: 5.10., 2.11., 23.11.2026
VA-Nr.: 2632G4401

Gesunder Umgang mit Stress - Ressourcen stärken und Stresssituationen meistern I Präsenz und online
Moderation: Bernd Adlung
Die Fortbildung besteht aus 3 Terminen jeweils 16.00-18.30 Uhr: Di., 29.9.2026 in der BS11, Di., 13.10. + Di., 17.11.2026 online
VA-Nr.: 2632G5701

Dazu fällt mir nichts mehr ein! Praktisch und spielerisch konstruktive Reaktionen und Interventionen entwickeln I Online
Moderation: Marianne Grote
Mo., 5.10.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G5101

Mein Humor geht in Beziehung I Präsenz
Humor bewusst gestalten – mit Schüler:innen und im Kollegium
Moderation: Annika Corleis
Mi., 7.10.2026, 16.00-18.30 Uhr, VA-Nr. 2632G4801

Stress und Resilienz I Online
Moderation: Dr. Birte Walther, Nina Kamp
Die Fortbildung besteht aus 2 Terminen: Do., 8.10. + Mi., 18.11.2026 jeweils 16.30-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1702

Netzwerktreffen „Gesundheit an Hamburger Schulen“ I Präsenz
Moderation: Renate Boateng, Dr. Marco Gutjahr
Do., 15.10.2026, 17.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G0703

Stressregulation mit TaiChi I Online
Moderation: Dietlind Zimmermann
Die Fortbildung besteht aus 4 Terminen jeweils freitags 18.00-19.30 Uhr: 16.10., 13.11., 11.12.2026 + 15.1.2027
VA-Nr.: 2632G2003

Selbstfürsorge und Achtsamkeit: Wie wir im Schulalltag den Stressquellen begegnen und liebevoller mit uns selbst sein können I Online
Moderation: Jasmin Saribaf
Die Fortbildung besteht aus 5 Terminen, jeweils dienstags 16.30-18.30 Uhr: 3.11., 10.11., 17.11., 24.11., 1.12.2026
VA-Nr.: 2632G4201

Wirksame Stressbewältigung durch eine gesunde Balance zwischen Engagement und Abgrenzung I Präsenz
Moderation: Barbara Tiesler
Fr., 20.11.2026, 16-19 Uhr + Sa., 21.11.2026, 10.00-16.30 Uhr
VA-Nr.: 2632G4301

Achtsamer Umgang mit der Stimme - Mit einer gesunden und kräftigen Stimme durch den Unterricht. I Präsenz
Moderation: Daniela Laengenfelder
Fr., 27.11.2026, 16-19 Uhr + Sa., 28.11.2026, 9.30-15.30 Uhr
VA-Nr.: 2632G4101

Fortbildungen zur Gesundheit von Schülerinnen und Schülern

Trauernde Schülerinnen und Schüler – Wie kann Begleitung gut stattfinden? I Präsenz
Moderation: Johanna Eickhoff
Do., 1.10. + Do., 19.11.2026 jeweils 16.00-18.30 Uhr
VA-Nr.: 2632G3901

Die übersehene häufige Erkrankung: ME/CFS – Wie können wir im schulischen Rahmen erkennen, begleiten und beraten? I Online
Moderation: Katrin Wölfel, Johanna Menck
Di., 6.10.26, 16.30-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G5201

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., 6.10.26, 16.00-17.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G3202

Traumatisierte Kinder und Jugendliche – eine Herausforderung im Unterricht? I Präsenz
Moderation: Mona Wittorf
Die Fortbildung besteht aus zwei Terminen: Mi., 11.11. + Di., 24.11.2026 jeweils 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G4501

Selbstverletzendes Verhalten – Informationen und Handlungsmöglichkeiten im Kontext Schule I Online
Moderation: Nina Kamp
Do., 12.11.2026, 16.00-17.30 Uhr
VA-Nr.: 2632G0902

„Wir müssen reden!“ Psychische Erkrankungen bei Jugendlichen I Präsenz
Moderation: Thomas Bock, Robert Dorner, Irre menschlich e.V.
Di., 17.11.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1902

Depressionen im Kindes- und Jugendalter: Basiswissen zur Symptomatik, Ursachen und möglichen Umgangsweisen im System Schule I Präsenz
Moderation: Oliver Dahm
Mo., 23.11.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G3801

Fortbildungen in Zusammenarbeit mit dem SuchtPräventionsZentrum (SPZ)

“Skinny Girl Mindset" – Trends auf social media. Ist der Schlankheitswahn zurück? I 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., 15.12.2026, 16.30-17.30 Uhr
VA-Nr.: 2632P6406

Essstörungen im Jugendalter - Prävention und Intervention im Kontext Schule (Schwerpunkt: Magersucht und Bulimie) I Online
Moderation: Nina Kamp, Nicola Vogel
Mi., 13.1.2027, 15.30-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2732P8001

Essenslust und Körperfrust. Ein Lernarrangement zur Prävention von Essstörungen für die Jahrgänge 7-9 I Präsenz
Moderation: Nina Kamp, Nicola Vogel
Mi., 11.11.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632P4803

Social Media, Schönheitsideale und Körperbilder – eine Materialbörse für den Unterricht I Präsenz
Moderation: Nina Kamp, Nicola Vogel
Mi., 25.11.2026, 16.00-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632P5201

Nie schön genug? Gemeinsam gegen Body Shaming und Lookismus! I Online
Moderation: Dr. Elisabeth Lechner
Di., 19.1.27, 16-18 Uhr
VA-Nr.: 2732P8601

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

"Wie geht's? Psychische Störungen im Unterricht verstehen lernen" - Unterrichtsmaterial aus MindMatters I Präsenz
Moderation: Nina Kamp, Natascha Herden
Mi., 23.9.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1002

"Fit für Ausbildung und Beruf! Mit psychischer Gesundheit den Übergang gestalten" - Unterrichtsmaterial aus MindMatters I Präsenz
Moderation: Nicola Vogel, Anna Zander
Do., 5.11.2026, 15.00-18.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G1102

Fortbildungen zur Laien-Reanimation

Auftaktveranstaltung zum Konzept "Herzschlag Hamburg - Kurs auf Leben", Laienreanimation macht Schule – Angebote, Kooperationen, Umsetzung I Präsenz
Ort: Gymnasium Allee
Mo., 21.9.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G5901

Multiplikator:innen für die Laien-Reanimation in der Sekundarstufe I mit hohem Praxisanteil I Präsenz
Moderation: Dennis Schink, Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Mo., 7.9.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G5301

Multiplikator:innen für die Laien-Reanimation in der Sekundarstufe I mit hohem Praxisanteil I Präsenz
Moderation: Florian Riedel, Asklepios Klinikum Harburg
Mi., 7.10.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G5302

Multiplikator:innen für die Laien-Reanimation in der Sekundarstufe I mit hohem Praxisanteil I Präsenz
Moderation: Christian Reichel, Deutsches Rotes Kreuz
Mi., 18.11.2026, 16.00-19.00 Uhr
VA-Nr.: 2632G5303

Kontakt für Rückfragen zu den Fortbildungen zur Laien-Reanimation:
Gesche Scheffner gesche.scheffner@li.hamburg.de

Kontakt für Rückfragen zu weiteren Fortbildungen zur Gesundheit von Schülerinnen und Schülern:
Nina Kamp nina.kamp@li.hamburg.de

Kontakt für Rückfragen zu den Fortbildungen zur Personalgesundheit:
Frauke Taegen frauke.taegen@li.hamburg.de

Referat Gesundheit: www.li.hamburg.de/gesundheit