

INSPIRATION trifft PRAXIS

Speaker @place

05.11.2026

15.30 – 17.30 Uhr

LANDSCHAFTSFORUM
Ostfriesische Landschaft
Aurich

LYDIA CLAHES

Resilienz und Gesundheit in pädagogischen Berufen

Die BILDUNGSREGION OSTFRIESLAND ist ein Kooperationsbündnis der Ostfriesischen Landschaft, der Landkreise Aurich, Leer, Wittmund, der Stadt Emden und des Landes Niedersachsen.

BILDUNGSREGION OSTFRIESLAND

OSTFRIESISCHE LANDSCHAFT

Resilienz und Gesundheit in pädagogischen Berufen

05.11.2026
15.30 – 17.30 Uhr

Landschaftsforum
Ostfriesische Landschaft
Georgswall 1 | **Aurich**

LYDIA CLAHES

Gesundheit ist die Grundlage unseres beruflichen Handelns – besonders in pädagogischen Berufen, in denen wir für viele Menschen Verantwortung tragen.

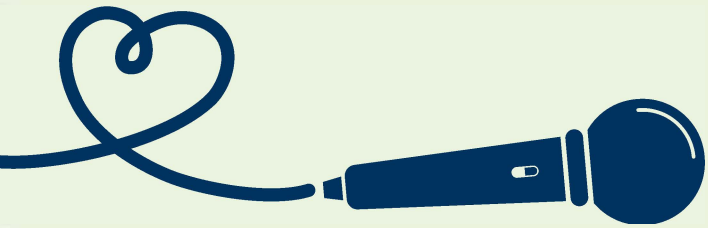
Doch wie lässt sich die eigene körperliche und seelische Gesundheit schützen, wenn Reizüberflutung, hoher Kommunikationsdruck und Konflikte mit unseren Schützlingen, aber auch gestressten Kolleginnen und Kollegen oder besorgten Eltern zum Alltag gehören?

In dieser Veranstaltung erhalten Teilnehmende einen verständlichen Einblick in zentrale Inhalte der Resilienzforschung und erfahren, wie sich diese wirksam auf den Schul- und Kita-Alltag übertragen lassen. Der Fokus liegt dabei auf alltagstauglichen Strategien, die auch in vollen Tagen realistisch umzusetzen sind.

Neben kurzen Impulsen aus der Wissenschaft und praktischen Übungen bietet der Vortrag ebenso Raum für Austausch. Die Referentin – zugleich Coach für pädagogische Fachkräfte – beantwortet individuelle Fragen und zeigt praktische Wege auf, wie erste kleine Schritte sofort Entlastung im Berufsalltag bringen können.

ZIEL DER VERANSTALTUNG

Mit neuer Motivation, konkreten Ideen und mehr Zuversicht in den pädagogischen Alltag starten – stabil, selbstfürsorglich und mit Freude am eigenen Beruf.



ZIELGRUPPE

Alle **Menschen in pädagogischen Berufen** sind herzlich willkommen.

KOSTEN

25 Euro

ANMELDUNG

über **NLC**:

NOCH FRAGEN?

Kompetenzzentrum Aurich | Christian Friesenborg
04941-179979 | **friesenborg@ostfriesischelandschaft.de**