



## **NEU: Stressmanagement für Lehrkräfte**

Für Lehrkräfte und Quereinsteigende aller Schulstufen

Der Lehrberuf ist anfällig für Erschöpfung bis hin zum Burn-out. Das ist traurige Realität und trägt sowohl zu hohen Krankenständen als auch zum Lehrermangel bei. Um dem entgegenzuwirken, werden in dieser Veranstaltung Methoden des Stressmanagements vermittelt und trainiert, die speziell auf die Bedürfnisse von Lehrkräften angepasst wurden.

### **Ausgewählte Inhalte der Veranstaltung:**

- Was ist Stress?
- Positiver und negativer Stress
- Folgen von negativem Stress
- Methoden des Stressmanagements
- Exkurs ins Selbst- und Zeitmanagement
- Entwicklung einer positiven Grundhaltung...

Ziel ist es, gesund durch den Schulalltag zu kommen und die schönen Seiten dieses Berufs (wieder) zu entdecken..

**Ansprechpartner:** M. A. Petra Göricke / Ramona Fabritzki - Sekretariat

**Veranstaltungsort:** EGP-Institut; Rosa-Luxemburg-Str. 21, 16727 Velten

**Termin:** 11.02. / 18.02.2025 - jeweils von 09:00 - 15:00 Uhr

**Teilnahmegebühr:** 315,- € (Umsatzsteuer befreit)

**Anmeldung:** Zur Anmeldung nutzen Sie bitte das Anmeldeformular und senden dieses ausgefüllt an: [seminare@egp-institut.de](mailto:seminare@egp-institut.de) oder per Fax: 03304-5224796

**Sonstiges:** Teilnahmebescheinigung

Die Veranstaltung ist anerkannt vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Für eine Teilnahmezusage ist die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung beim EGP-Institut maßgeblich.



**Verbindliche Anmeldung:  
Stressmanagement für Lehrkräfte**

<b>Anmeldung</b>	Die Veranstaltung findet an folgenden 2 Tagen statt: <b>11.02. / 18.02.2025 jeweils von 09:00 - 15:00 Uhr</b> <b>Rosa-Luxemburg-Str. 21, 16727 Velten</b>
<b>Name des Teilnehmers</b>	
<b>Anschrift</b>	
<b>Dienststelle</b>	
<b>Schulform</b>	
<b>Rechnungsanschrift falls abweichend</b>	
<b>Telefonnummer</b>	
<b>E-Mail-Adresse</b>	
Die Kosten für die Veranstaltung betragen 315,- € (Umsatzsteuer befreit). Kosten für Qualifikationen, Fort- und Ausbildungen sind steuerlich absetzbar. Mit Ihrer Unterschrift erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre Daten zum Zweck der Auftragserfüllung verwendet werden dürfen.	
<b>Ort, Datum, Unterschrift</b>	

**Die Veranstaltung ist anerkannt vom Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg.**

Bitte senden Sie das Anmeldeformular an das EGP- Institut per Mail oder Fax zurück. Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt. Die Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen ist maßgeblich für die Teilnahmezusage durch das EGP-Institut. Mit der Zusendung der Buchungsbestätigung durch das EGP-Institut gilt die Buchung als verbindlich.

Tel.: 03304 - 5224803  
Fax: 03304 - 5224796

[www.egp-institut.de](http://www.egp-institut.de)  
[seminare@egp-institut.de](mailto:seminare@egp-institut.de)