

Einladung zur Weiterbildung

Toolkit Mentale Gesundheit

Werkzeuge für die psychische Gesundheit in der Berufsbildung

Das Toolkit Mentale Gesundheit unterstützt Bildungsverantwortliche im Umgang mit psychischen Belastungen von Lernenden. Es beinhaltet praxiserprobte Materialien zur konkreten Förderung der psychischen Gesundheit von Lernenden.

Während der Ausbildung werden Lernende mit vielfältigen Herausforderungen konfrontiert: Eine neue Umgebung, neue Anforderungen, Arbeit, Berufsschule, Überbetriebliche Kurse. Dies alles unter einen Hut zu bringen in einer Lebensphase, welche auch sonst von starken Veränderungen geprägt ist, kann Stress auslösen und Einfluss auf die psychische Gesundheit der Lernenden haben. Hier spielen Ausbildungsbetriebe eine wichtige Rolle. Mit klarer Haltung und spezifischem Methodenrepertoire, können sie präventiv unterstützen, Situationen richtig einschätzen und stabilisierend intervenieren.

An diesem Nachmittag erhalten Sie Einblick in die Materialien und probieren selbst einige Methoden aus.

- Ziele / Inhalte**
- sind über die Bedeutung der (eigenen) psychischen Gesundheit sensibilisiert
 - erhalten Anregungen zur Förderung der psychischen Gesundheit der Lernenden
 - lernen das Toolkit kennen
 - machen erste Überlegungen zur Umsetzung im Berufsalltag

Zielgruppe Alle interessierten Personen

Leitung Martina Buchli, Fachmitarbeiterin Gesundheitsförderung und Prävention der Berner Gesundheit

Datum 20. Oktober 2025 (Reservedatum: 28. Oktober 2025)

Zeit 13.00 bis ca. 17.00 Uhr

Ort Senevita Dorfmatte Münsingen

Kosten CHF 250.00 für Mitglieder inkl. Kaffeepause
CHF 320.00 für Nichtmitglieder inkl. Kaffeepause

Wir freuen uns, auf eine kreative Weiterbildung mit dir!

Freundliche Grüsse
OdA Hauswirtschaft Bern

Ressort Weiterbildung