



## Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention

Newsletter 2025/2

Liebe Interessierte

Der Sommer naht – und mit ihm neue Impulse für die Gestaltung eines gesunden und nachhaltigen Schulalltags. In diesem Newsletter finden Sie praxisnahe Weiterbildungsangebote rund um psychische Gesundheit, Resilienz, Personalentwicklung und nachhaltige Unterrichtsgestaltung. Darüber hinaus stellen wir Ihnen inspirierende Projekte und Materialien vor, die Sie in Ihrer täglichen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen unterstützen.

Lassen Sie sich von den vielfältigen Ideen anregen – wir freuen uns, wenn Sie etwas Passendes für sich oder Ihr Team entdecken!

Chiara Guasso & Julia Steinmann, wissenschaftliche Mitarbeiterinnen, PH FHNW



**Aus dem Weiterbildungs- und Beratungsangebot der  
PH FHNW**

# Last Call: Kurse, deren Anmeldefenster demnächst schliessen

---

## Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen – multiperspektivische Einblicke

---

Kurs | 02.06.2025 | Zyklus 1–3 | Online

Der Workshop zeigt auf der Basis eines salutogenen und integrativen Konzeptes Lösungsansätze auf, wie die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern im Bildungskontext gefördert werden kann. Lehrpersonen erhalten Einblicke, welche psychologischen, biologischen und sozialen Gesundheitsdeterminanten die Selbstwirksamkeitserwartung von Heranwachsenden erhöhen und wie sie als Vorbild und Multiplikator im Unterricht wirken können. Darüber hinaus werden evidenzbasierte Interventionen für die Gestaltung eines gesundheitsfördernden Unterrichts vorgestellt und eine wirkungsvolle, nachhaltige Einbettung in den Alltag gemeinsam diskutiert.

[Infos und Anmeldung](#)

## Was ist mit diesem Kind los?

---

Kurs | 30.08.2025–27.09.2025 | Zyklus 1–3 | Campus Brugg-Windisch

Wenn ein Kind ständig ausschert oder nicht mitarbeitet, ist dies sowohl ein Risikofaktor für seine weitere Entwicklung als auch eine Belastung im schulischen Alltag. Viele Lehrkräfte fühlen sich unter hohem Druck, schnell Abhilfe schaffen zu müssen. Im Kurs erarbeiten wir konkrete Wege, um das auffällige Verhalten einzuordnen, mit dem betroffenen Kind in den individuellen Kontakt zu treten und so schwierige Situationen zu deblockieren. Dazu arbeiten wir mit Fallbeispielen der Teilnehmenden.

[Infos und Anmeldung](#)

## Personalentwicklung – partizipativ, agil, gesund!

---

Kurs | 18.08.2025 | Schulleitende | Campus Brugg-Windisch

Im Kurs lernen Sie die Kontexte, Steuerungsmodelle und Massnahmen schulischer Personalentwicklung kennen. Sie erfahren, welche Analyseinstrumente zur Untersu-

chung der Personalentwicklungsarbeit an Ihrer Schule in Frage kommen und können diese in und zwischen den Kursteilen erproben (ohne vollständige Resultate).

[Infos und Anmeldung](#)

## Weitere Kurse

---

### Gestärkt in die Zukunft schreiten

---

Kurs | 30.08.2025 | Zyklus 1–3 | Campus Brugg-Windisch

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen Möglichkeiten auf, wie Kinder und Jugendliche in ihrer Anpassungs- und Widerstandsfähigkeit (Resilienz) in einer unsicheren, sich im Wandel befindenden Welt, gestärkt werden können. Im Vordergrund steht dabei exemplarisch die Klimakrise. Es geht darum, besser zu verstehen, wie sie sich auf die Psyche – insbesondere junger Menschen – auswirkt.

[Infos und Anmeldung](#)

### Clever handeln – Zukunft gestalten

---

Kurs | 06.09.2025 & 20.09.2025 | Zyklus 3 | Olten

Wie schaffen es die Schüler\*innen in solchen Situationen, ihr Handeln bewusst und mit Wissen zu gestalten? Welchen Beitrag kann das Fach «Wirtschaft, Arbeit, Haushalt» leisten? Im Kurs gehen wir diesen Fragen unter anderem nach, indem wir – unter Einbezug verschiedener Kompetenzbereiche wie beispielsweise «Konsum gestalten» – praktische Anwendungen und Umsetzungen im Unterricht diskutieren. Hierfür thematisieren wir Inhalte aus diversen WAH-Lehrmitteln.

[Infos und Anmeldung](#)

### Bildung an ausserschulischen Lernorten im Alpenraum

---

Kurs | 09.09.2025–21.09.2025 | Zyklus 2–3, Sek 2 | Online & Region Jungfrau-Aletsch

Anhand einer faszinierenden Region erfahren Sie exemplarisch und praxisnah, wie Sie Unterricht an ausserschulischen Lernorten unter Einbezug von Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) und Erlebnispädagogik planen und umsetzen können. Wir

zeigen Ihnen auf, wie Sie zukunftsrelevante Unterrichtsthemen multiperspektivisch, fachlich fundiert und lebensweltbezogen aufbereiten können. Highlights sind das Treffen von verschiedenen Wissensträger\*innen, die Gletschertour rund um das Jungfraujoch oder die Exkursion durch den zauberhaften Aletschwald.

## Infos und Anmeldung



## Aus unserem Netzwerk

Zu Themen wie Umgang mit Veränderungen, neue Organisationsformen, Resilienz, agile und salutogene Führung, positive Psychologie, mentale Gesundheit sowie praktischen Einblicken in verschiedene Programme und Angebote.

## Schule+Velo

---

Webseite

Das Velo bietet zahlreiche Chancen für den Schulalltag – es fördert Bewegung, Gesundheit und nachhaltige Mobilität und lässt sich vielseitig in den Unterricht einbinden. Die neue Plattform Schule+Velo unterstützt sowohl angehende als auch aktive Lehrpersonen dabei mit praktischen Tools und Materialien. Auf [www.schule-velo.ch](http://www.schule-velo.ch) finden Lehrpersonen Unterrichtsmaterialien, individuelle Jahrespläne, Tipps für spannende Veloausflüge, Umsetzungsbeispiele sowie persönliche Unterstützung in Form von Beratungsangeboten.



Highlights zum Weiterlesen und Hören...

Im Interview gibt Irene Lampert Einblick in das Projekt «Sustainable Leadership: Mit Führungspersonen nachhaltige Schulen gestalten», welches in Zusammenarbeit mit éducation21 und der Universität Linnaeus entstanden ist. Anhand Peer-Reviews an schweizerischen und schwedischen Schulen will Frau Lampert herausfinden, was es braucht, um nachhaltige Schulen zu gestalten und zu führen. Endprodukt soll eine Online-Toolbox für alle interessierten Schulen sein.

[Weitere Informationen](#)

## Podcastreihe des Instituts Forschung und Entwicklung (IFE)

---

Die Podcastreihe des Instituts Forschung und Entwicklung (IFE) der PH FHNW bietet spannende Einblicke in aktuelle Themen der Bildungsforschung. In den bisherigen Episoden werden unter anderem die Förderung von Resilienz im Schulalltag sowie das Konzept der Passung zwischen Lernenden und ihrer Umwelt behandelt. Die Gespräche mit Expertinnen und Experten liefern praxisnahe Impulse für Lehrpersonen, Schulleitungen und Bildungsverantwortliche.

[Hören Sie rein und lassen Sie sich inspirieren](#)

## Podcast «Das Team ist eine wichtige Ressource – psychische Gesundheit von Lehrpersonen»

---

In der Podcastfolge «Das Team ist eine wichtige Ressource» der Reihe «Am Puls» der Pädagogischen Hochschule Luzern steht die psychische Gesundheit von Lehrpersonen im Mittelpunkt. Die Episode beleuchtet, wie kollegiale Zusammenarbeit und ein unterstützendes Schulteam zur Förderung des Wohlbefindens beitragen können. Expertinnen und Experten diskutieren praxisnahe Ansätze, um Belastungen im Schulalltag zu begegnen und die Resilienz von Lehrpersonen zu stärken.

[Jetzt reinhören](#)

## Ergebnisse des Bevölkerungsrats 2025

---

Der Bevölkerungsrat 2025 ist ein innovatives Demokratieprojekt der Universitäten Zürich und Genf, das neue Formen der Bürgerbeteiligung erforscht. Zwischen November 2024 und März 2025 diskutierten 100 zufällig ausgeloste Personen aus der ganzen Schweiz das Thema der steigenden Gesundheitskosten. Am Abschlusswochenende verabschiedete der Rat sechs Reformvorschläge, darunter die Einführung eines nationalen Gesundheitsgesetzes, die Verschärfung von Werbeverboten für Alkohol und Nikotin sowie Massnahmen zur Stärkung der Gesundheitskompetenz in allen Lebensphasen. Diese Empfehlungen wurden im April 2025 an Bundesrätin Elisabeth Baume-Schneider übergeben.

Weitere Informationen und der vollständige Ergebnisbericht sind auf der [Website](#) des Projekts verfügbar.

**Fachhochschule Nordwestschweiz | FHNW**

Pädagogische Hochschule  
Institut Weiterbildung und Beratung  
Bahnhofstrasse 6  
5210 Windisch

Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention

gesundheitsbildung.iwb.ph@fhnw.ch



Wenn Sie solche E-Mails nicht mehr erhalten möchten, können Sie sich von unserer [Versandliste abmelden](#).