

**selbst-und-wirksam:
Roter Faden Lebenskompetenz**



selbst-und-wirksam: Roter Faden Lebenskompetenz

Lebenskompetenzen ermöglichen Kindern und Erwachsenen, sich im Umgang mit alltäglichen Herausforderungen als selbstwirksam zu erleben. Wirksam mit vielfältigen Erwartungen umgehen, gleichzeitig sich selbst bleiben und als das akzeptiert werden: Das ist eine wichtige Voraussetzung für die Gesundheit von Schülerinnen und Schülern wie auch von Lehrerinnen und Lehrern.

Das Weiterbildungs- und Beratungsangebot «selbst-und-wirksam» begleitet Schulen dabei, vielfältige Formen zur Stärkung der Selbstwirksamkeit zu entdecken und zu entwickeln. Die teilnehmenden Schulen lernen einen Ansatz kennen, der die Lebenskompetenzen der Schülerinnen und Schüler, die Handlungsorientierung der Lehrerinnen und Lehrer sowie eine aufbauende Schulkultur stärkt.

Gleichzeitig kommen die Lehrpersonen ins Gespräch darüber, wie sie bereits jetzt Selbstwirksamkeit, den Umgang mit Gefühlen und Stress, Kommunikation und Konfliktlösefähigkeiten etc. fördern. Das eröffnet die Chance, die verschiedenen Bestrebungen mit einem roten Faden zu verbinden und aufeinander abzustimmen.

Bestellen Sie die ausführlichen Informationen bei der Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention PH FHNW.

Infoabend

6. November 2017, 18.00 bis 19.30 Uhr in Aarau.
Anmeldung bei der Beratungsstelle
Gesundheitsbildung und Prävention PH FHNW.

Kontakt

Beratungsstelle Gesundheitsbildung
und Prävention PH FHNW
Claudia Suter,
claudia.suter@fhnw.ch,
T 056 202 72 22

Suchtprävention Aargau
Maya Zettler,
maya.zettler@suchtpraevention-aargau.ch,
T 062 832 40 90

PERSPEKTIVE Region Solothurn–Grenchen
René Henz,
rene.henz@perspektive-so.ch,
T 032 626 56 11

Suchthilfe Ost GmbH
Marlies Alder,
marlies.alder@suchthilfe-ost.ch,
T 062 206 15 35