



Kurse zur Gesundheitsförderung und Prävention 2026

Auszug aus dem Weiterbildungsangebot
der PH FHNW

Kontakt

Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention
Bahnhofstrasse 6
5210 Windisch
T +41 56 202 72 22



www.fhnw.ch/wbph-gesundheit

Gesundheitsförderliche Schul- und Unterrichtsgestaltung

Titel	Ort	Nummer	Start
Mental Health für Lehrpersonen und Schüler*innen...	Olten	4-26.P-K-BB1616/01	07.03.26
Mut zum freien Spiel	Olten	4-26.P-K-BB1610/01	07.03.26
Exekutive Funktionen	Windisch	1-26.P-K-BB1304/01	21.03.26
Stille und Konzentration durch Achtsamkeit	Windisch	1-26.P-K-BB1118/01	09.05.26
Gelingende Klassenführung konkret	Windisch	1-26.P-K-BB1106/01	10.06.26
Purzelbaum – Zyklus 1	Windisch	1-26.P-K-BB1612/01	29.08.26
Classroom Management und Rituale	Solothurn	4-26.P-K-BB1104/01	23.09.26

Beziehungsgestaltung, Selbst- und Sozialkompetenz

Titel	Ort	Nummer	Start
Beziehung durch Präsenz	Windisch	1-26.P-K-BB1102/01	14.01.26
Starke Bindung – starke Kinder	Windisch	1-26.P-K-BB1117/01	29.04.26
Gespräche führen mit Kindern	Windisch	1-26.P-K-BB1107/01	19.08.26
In Beziehung trotz herausfordernden Situationen	Windisch	1-26.P-K-BB1111/01	16.09.26

Körper, Bewegung und Wahrnehmung

Titel	Ort	Nummer	Start
Körperwahrnehmung und Basiskompetenzen	Windisch	1-26.P-K-BB1310/01	11.03.26
Lernen in und durch Bewegung	Windisch	1-26.P-K-BB1607/01	25.03.26
Begeistert mit der Klasse aufs Velo	Olten	4-26.P-K-BB1601/01	25.03.26
Mut tut gut	Windisch	1-26.P-K-BB4310/01	25.04.26
Körper und Gefühle im Dialog (Papperla PEP)	Olten	4-26.P-K-BB1606/01	06.05.26
Wald tut gut	Lenzburg	1-26.P-K-BB3117/01	30.05.26
Sternentanz und Lichterglanz	Windisch	4-26.P-K-BB4212/01	07.11.26

Umgang mit schwierigen Situationen

Titel	Ort	Nummer	Start
Phänomen Mobbing...	Windisch	1-26.P-K-BB1114/01	21.01.26
Elterngespräche, die begeistern	Olten	4-26.P-K-BB1410/01	21.03.26
Prävention sexueller Gewalt	Windisch	1-26.P-K-BB1611/01	01.04.26
Selbstverteidigung in der Schule – ein Einblick	Windisch	1-26.P-K-BB4317/01	02.05.26
Probleme und Krisen im Klassenzimmer	Windisch	1-26.P-K-BB1115/01	02.05.26
Herausforderung Trauma...	Windisch	1-26.P-K-BB1307/01	07.11.26

Gesundheit von Lehrpersonen und Schulleitungen

Titel	Ort	Nummer	Start
Gelassen und präsent – Yoga für Lehrende	Windisch	1-26.P-K-BB1604/01	07.04.26
Ressourcen stärken – gesund bleiben	Windisch	1-26.P-K-BB1613/01	22.04.26
Gesund in der Schule...	Windisch	1-26.P-K-BB1605/01	25.04.26
Gut ist besser als perfekt	Baden	1-26.P-K-BB1413/01	28.04.26
Bei Stimme bleiben...	Olten	4-26.P-K-BB1602/01	10.06.26
Fit und gesund im Alltag	Baden	1-26.P-K-BB1603/01	25.06.26
Präsenzkompetenz: Fokus Körpersprache	Olten	4-26.P-K-BB1422/01	22.08.26
Resilient im Schulalltag	Olten	4-26.P-K-BB1627/01	19.09.26
Mit Achtsamkeit gelassen dem Stress begegnen	Windisch	1-26.P-K-BB1608/01	14.10.26
Mit mentaler Stärke zum Erfolg	Olten	1-26.P-K-BB1609/01	31.10.26
Älterwerden im Beruf	Baden	1-26.P-K-BB1406/01	19.11.26

BGM / BGF – Kurse für Schulleitungen

Titel	Ort	Nummer	Start
Konflikte verstehen- mit klarem Kopf handeln!	Olten	4-26.P-K-BB7116/01	13.01.26
Schulräume neu denken – Perspektiven aus der Nutzung	Windisch	1-26.P-K-BB7127/01	06.02.26
Bevor es knallt...	Windisch	1-26.P-K-BB7105/01	14.04.26
Personalentwicklung – partizipativ, agil, gesund!	Windisch	1-26.P-K-BB7120/01	17.08.26
Resilienz stärken und fördern im MAG	Olten	4-26.P-K-BB7123/01	18.09.26
Auftrittskompetenz für Schulleitungen	Windisch	1-26.P-K-BB7103/01	26.11.26

Notfall- / Rettungs- / Auffrischungs-Kurse

Titel	Ort	Nummer	Start
BLS-AED: WK BLS-AED	Aarau	1-26.P-K-BB4303/01	07.03.26
Rettungsschwimmen: Basis Pool & Plus Pool	Aarau	1-26.P-K-BB4312/01	30.05.26
BLS-AED: Modul BLS-AED	Aarau	1-26.P-K-BB4302/01	10.06.26
Geräteturnen: Elemente & Sichern erproben	Windisch	1-26.P-K-BB4306/01	24.10.26