

Verteiler BezJR Niederbayern

Einladung zur Tagesveranstaltung: Psychische Gesundheit

Wir leben in unbestimmten Zeiten, in einer Zeit voller Polykrisen und Unabwägbarkeiten, die die psychische Gesundheit maßgeblich beeinflussen, wenn nicht gar beeinträchtigen können. Auswirkungen spüren auch die Multiplikator*innen der Jugendarbeit, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten und in dieser Rolle Sicherheit vermitteln sowie ein positives Bild der Zukunft entwickeln sollten.

Aus diesem Anlass werden wir uns bei dieser Fachtagung mit folgenden Inhalten beschäftigen: Resilienz, Burnout Prophylaxe, Stressreduktion, Selbstwert und Selbstwirksamkeit.

Und nicht zuletzt werden hilfreiche Methoden, Tools und praktische Übungen für die eigene Psychohygiene aber auch für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen vorgestellt.

Referentin: **Sabine Finster**, Diplom-Sozialpädagogin, Traumapädagogin, systemischer Coach sowie Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin.

Termin: **04. Dezember 2025 von 09.00 – 17.00 Uhr**

Ort: **Landvolkshochschule St. Gunther**
Hengersberger Str. 10, 94557 Niederalteich
Wegbeschreibung unter www.lvhs-niederalteich.de

TN-Beitrag: **35.- Euro** (bitte erst nach Erhalt der Rechnung überweisen!)

Anmeldung: bis spätestens **10.11.2025** online unter
<https://www.bezjr-niederbayern.de/formular/fachtagung>
(Achtung: Die TN-Zahl ist auf 25 begrenzt!)

Zielgruppe: **Fachkräfte der Jugendarbeit in Niederbayern**

Bitte bildet nach Möglichkeit Fahrgemeinschaften. Dazu könnt ihr auch das verlinkte Portal auf unserer Homepage nutzen: <https://www.bezjr-niederbayern.de/Fahrgemeinschaften/>