





# GESUNDHEITS- UND ERLEBNIS- PÄDAGOGIK

# CRASHKURS PODCAST: AUF WIEDERHÖREN STRESS & GEDANKEN- KARUSSELL

Schon mit kostengünstigem Equipment und überschaubarem Aufwand öffnet sich die Welt der Audioproduktion. Wie ein Podcast aufgebaut sein sollte und welche Tipps & Tricks es zu beachten gibt, vermittelt diese Fortbildung. Dabei entsteht am Ende des Seminars ein Podcast zum Thema Gesundheit von Kindern, Jugendlichen und/ oder Sozialarbeiter\*innen. Dazu werden Expert\*innen interviewt, Skripte geschrieben und das Material geschnitten. Anhand des Themas Gesundheit in der Jugendarbeit zeigt dieser Workshop, wie der Weg von der Idee zum fertigen Podcast aussehen kann und vermittelt gleichzeitig neue Ideen und Wissen zum Thema.

In Kooperation mit Radio Feuerwerk e.V. München

**6. BIS 7. JUNI 2024**

Donnerstag und Freitag,  
9.30 bis 17.00 Uhr

**VA-Nummer:** 24119

**Referent\*innen:** Laura Fiegenschuh,  
Eveline Kubitz

**Kosten:** 205,00 €

**Ort:** Radio Feuerwerk, München



# ZWEITE HALBZEIT DIE NÄCHSTE BERUFS- UND LEBENSPHASE AKTIV GESTALTEN

Viele Fachkräfte arbeiten Jahre und Jahrzehnte lang mit Kindern und Jugendlichen. Irgendwann stellt sich die Frage, ob die Tätigkeit noch die richtige ist und sich der Altersabstand noch gut anfühlt, wo neue Motivation für die bisherigen Aufgaben zu finden ist oder Entwicklungsmöglichkeiten und Chancen für Veränderungen liegen. Auch ein bevorstehender Einstieg in den Ruhestand verlangt nach Gestaltung des Übergangs und der Zeit danach. An einem Ort mit Abstand vom Alltag ist Raum und Zeit, um Wege für die nächste Phase des Berufslebens oder auch den Übergang in eine andere Lebensphase bzw. den Ruhestand zu gestalten. Biographiearbeit, Visionsarbeit, Austausch, kollegiales Coaching und Körperübungen prägen dieses Seminar.

## INHALTE

- › Erfahrungen aus der Tätigkeit bewusst machen
- › Eigene Interessen, Ressourcen und Stärken erkennen und einsetzen
- › Exit- und Bleibe-Strategien: Neue Motivation gewinnen/ Motivation für Neues entwickeln

Dieses Seminar findet in Kooperation mit dem Institut für Jugendarbeit Gauting des Bayerischen Jugendrings statt.

**12. BIS 14. JUNI 2024**

Mittwoch, 11.00 Uhr bis  
Freitag, 13.00 Uhr

**VA-Nummer:** 24120

**Referent\*innen:** Ingrid Winkler,  
Thomas Zängler

**Kosten:** 320,00 € im Einzelzimmer

**Ort:** Ammerseehäuser Riederau,  
Dießen am Ammersee

# UNTER DER OBERFLÄCHE: SCHNUPPERKURS HÖHLE

Ausgerüstet mit Helm und Lampe geht es hinab in die spannende Welt unter der Erdoberfläche. Gemeinsam wird die Höhlenlandschaft der Fränkischen Schweiz erkundet und das Reich der Tropfsteine und Fledermäuse erforscht. Eine Vorerfahrung im Bereich Höhle ist nicht nötig. Es werden einfache horizontale Höhlen befahren. Die nötige Ausrüstung hierfür wird gestellt.

Die Veranstaltung soll interessierten Teilnehmer\*innen einen Einblick in die vielfältigen Möglichkeiten des Handlungsfeldes Höhle in der Erlebnispädagogik bieten. Neben dem eigenen Erleben der faszinierenden Welten unter der Erdoberfläche werden die erlebnispädagogischen Potentiale einer Höhlenbefahrung unter den Aspekten Führen und Leiten, Pädagogik und Ökologie verdeutlicht. Die Referenten stellen zudem die Inhalte und Strukturen der Weiterbildung ZQ Höhle vor und beraten diesbezüglich gerne.

---

## 5. BIS 6. JULI 2024

Freitag, 16.00 Uhr bis

Samstag, 17.00 Uhr

**VA-Nummer:** 24129

**Referent\*innen:** Joep Kulla,

Thomas Matthalm

**Kosten:** 105,00 €

**Preis für Student\*innen der KSH:** 78,00 €

**Ort:** Fränkische Schweiz



# RESILIENZ ALS ZUKUNFTSKOMPETENZ

Wie entwickeln wir in Zeiten globaler Herausforderungen innere Widerstands- und Verwandlungskraft? Was kann Lebendigkeit, Gesundheit, Kreativität, Glück und Motivation zum Handeln fördern? Wie können wir lösungs- und zukunftsorientiert mit belastenden Gefühlen, Dilemmata und Zukunftsängsten umgehen?

In dieser Fortbildung wird erkundet, wie die Resilienz von Kindern und Jugendlichen gefördert werden kann. Schwerpunkte sind daher Praxiserfahrungen mit Natur, Kunst und Bewegung sowie Philosophieren im Sinne einer beziehungsorientierten Gesprächskultur. Die Teilnehmenden begeben sich auf Spurensuche nach förderlichen Faktoren für ein erfülltes Leben mit Sinn, Genuss, Verantwortung und solidarischem Handeln, damit eine nachhaltige, zukunftsfähige Gesellschaft wachsen kann.



Umweltbildung  
.Bayern

**11. BIS 12. JULI 2024**

Donnerstag, 9.30 bis 17.30 Uhr  
Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr

**VA-Nummer:** 24130

**Referent\*innen:** Anke Schlehofer,  
Marion Seidl

**Kosten:** 120,00 €

**Ehrenamtspreis:** 60,00 €

**Ort:** Naturerlebniszentrum  
Burg Schwaneck

# VERANSTALTUNGSREIHE GESUNDHEIT IM FOKUS

Gesundheit ist ein wertvolles Gut für Kinder, Jugendliche und Fachkräfte der Jugendarbeit. Die Gesundheitsreihe widmet sich deshalb ausführlich diesem Thema aus drei unterschiedlichen Perspektiven:

## **1. WISSEN:**

Wie ist der aktuelle Stand zum Thema?

## **2. EIGENE GESUNDHEIT FÖRDERN:**

Wie gelingt die eigene Gesundheit in der Jugendarbeit?

## **3. GESUNDHEIT VON JUGENDLICHEN FÖRDERN:**

Wie kann in der Jugendarbeit mit diesem Wissen präventiv gehandelt werden?

Gearbeitet wird methodisch kreativ, abwechslungsreich und mit vielen Freiräumen für das eigene Denken und Erleben. Begonnen wird im ersten Teil der Reihe mit einem Labor- und Ausstellungsvormittag mit Expert\*innen-Interviews, Körperübungen und angeleiteten Kleingruppendiskussionen. In Teil 2 und 3 werden Erkenntnisse des ersten Teils für unsere eigene wohltuende Arbeit sowie für die gesundheitspräventive Arbeit mit Jugendlichen vertieft. Gesundheit wird dabei nicht als Zustand, sondern als Prozess betrachtet. Gerahmt werden die Veranstaltungen mit einer kurzen Yoga- und Meditationseinheit.



## INHALTE

17. Oktober: **Grundlegende Fragen zu Gesundheit in der Jugendarbeit** (Yoga und Meditation, Labor- und Ausstellungstag: Austausch, Open Space, Interviews, Filmausschnitte, etc.)
- 26. November: **Fokus eigene Gesundheit** mit Yoga und Meditation, Referentinnen: Marina Ginal und Ingrid Winkler, gerahmt von Yoga und Meditation mit Jamila Adobhani
  - 10. Dezember: **Gesundheit von Kindern und Jugendlichen fördern.** Referentin: Ulrike Saalfrank, gerahmt von Yoga und Meditation mit Jamila Adobhani
  - Januar 2025: Follow up online

Donnerstag, 17. Oktober,  
9.30 bis 13.30 Uhr  
Dienstag, 26. November,  
9.30 bis 13.30 Uhr  
Donnerstag, 10. Dezember,  
9.30 bis 17.00 Uhr  
Januar 2025 Follow up  
(digital, 1,5-stündig)

**VA-Nummer:** 24137

**Referent\*innen:** Dr. Marina Ginal, Ingrid Winkler, Ulrike R. Saalfrank, Jamila Adobhani

**Kosten:** 245,00 €

**Ort:** Burg Schwaneck

# ZUSATZQUALIFIKATION (ZQ) ERLEBNISPÄDAGOGIK

Erlebnispädagogik fördert durch zielgerichtetes pädagogisches Handeln im Rahmen natursportlicher Gruppenerlebnisse ganzheitliches soziales Lernen. Diese Zusatzqualifikation befähigt zur selbstständigen, verantwortlichen, ökologisch sensiblen und fachlich kompetenten Leitung von erlebnispädagogischen Maßnahmen. Dies wird von den entsprechenden Fachsportverbänden zertifiziert. Die Ausbildung erfolgt in einem auszuwählenden Handlungsfeld und kann dann sportfachlich durch den Besuch der entsprechenden Praxis-kurse jederzeit modular erweitert werden.

**BEGINN DER EINSTIEGSKURSE:** 11. bis 14. April 2024 (Bad Hindelang) und 29. April bis 2. Mai 2024 (Königsdorf)

## **FOLGENDE HANDLUNGSFELDER STEHEN ZUR AUSWAHL**

- › Höhle (Jugendbildungsstätte Burg Schwaneck):  
Nächster Durchgang erst 2025
- › Wasser
- › Kooperationsübungen
- › Mountainbike
- › Bergwandern
- › Klettern

## **AUSBILDUNGSSCHWERPUNKTE SIND**

- › Führungs- und sicherheitstechnisches Handeln
- › Umweltpädagogische Didaktik
- › Kompetentes Wissen über den jeweiligen Naturraum
- › Erlebnispädagogische Übungsformen
- › Übertragbarkeit in die Arbeit mit Gruppen im pädagogischen Alltag

## **STRUKTUR DER AUSBILDUNG**

Die berufsbegleitende Weiterbildung gliedert sich in Praxis- und Theorietage, die auf zwei Kalenderjahre verteilt werden.



**PLÄTZE**

Je nach Handlungsfeld maximal 12 bis 14 Teilnehmer\*innen

**AUSBILDUNGSABSCHLUSS**

Die Ausbildung steht unter Aufsicht des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht, Kultus, Wissenschaft und Kunst und wird vom Bayerischen Umweltministerium empfohlen. Der erfolgreiche Abschluss wird durch das Institut für Jugendarbeit des Bayerischen Jugendrings und die Fachverbände zertifiziert.

**ZULASSUNGSVORAUSSETZUNG**

- › Pädagogische Ausbildung oder in Ausnahmefällen langjährige pädagogische Praxis
- › Erfahrungen im jeweiligen Handlungsfeld
- › Erste-Hilfe-Kurs
- › Gute gesundheitliche und körperliche Verfassung

Bereits erworbene sportfachliche oder erlebnispädagogische Abschlüsse werden auf Antrag anerkannt. Dadurch reduziert sich die Anzahl der Kurse und der Preis entsprechend.

**TRÄGERVERBUND**

- › Institut für Jugendarbeit Gauting
- › Jugendbildungsstätten Babenhausen, Bad Hindelang, Königsdorf, Burg Schwaneck

**FACHSPORTVERBÄNDE**

- › Deutscher Alpenverein (DAV)
- › Bayerischer Kanu-Verband (BKV)
- › Verband der deutschen Höhlen- und Karstforscher (VdHK)

Eine umfassende Übersicht der Weiterbildung mit allen aktuellen Terminen gibt es im Internet unter [www.zq-ep.de](http://www.zq-ep.de).