



Öffentliche Impulstagung des  
Schweizerischen Netzwerks Gesundheitsfördernder Schulen, SNGS

## Gestärkt im Schulalltag Ressourcen im Schulalltag erkennen und nutzen

Zürich, Samstag 1. Dezember 2012  
Pädagogische Hochschule Zürich, PHZH



Eine gesunde Schule braucht eine **gesunde Schulleitung und gesunde Lehrpersonen**. Emil und Niccel Steinberger eröffnen unterschiedliche Wege, wie eigene Ressourcen wie Humor und Lachen im Schulalltag auf positive Weise zum Tragen kommen. Diverse Workshop-Angebote für Lehrpersonen und Schulleitungen bieten die Möglichkeit zu einer Vertiefung in den Bereichen „Sich selbst etwas Gutes tun“, „Gesund bleiben im Schulalltag“ und „Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen“.

Herzlich willkommen in Zürich!

Cornelia Conrad

# Tagungsprogramm

---

Tagungsorganisation: Colette Knecht, Koordinatorin SNGS Deutschschweiz, RADIX

Neben der vertieften Auseinandersetzung mit Ressourcen im Schulalltag aus der Perspektive der einzelnen Lehrperson, des Unterrichts und der Schulleitung, bietet dieser Tag auch Raum und Zeit sich zu begegnen und auszutauschen.

Die Tagung richtet sich explizit an Schulleitungen und an Lehrpersonen. Selbstverständlich sind auch weitere Fachpersonen aus Bildung und Gesundheit herzlich willkommen.

<b>ab 9.00 Uhr</b>	<b>Ankommen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Begrüßungskaffee, Ankommen, Begegnung</li><li>- Empfang, Tagesunterlagen</li></ul>
<b>09.45 Uhr</b>	<b>Begrüßung SNGS</b> <i>Cornelia Conrad, Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, SNGS</i> <b>Grusswort VSLCH</b> <i>Bernard Gertsch, Präsident Verband Schulleiterinnen und Schulleiter Schweiz, VSLCH</i>
<b>10.00 Uhr</b>	<b>Dialog</b> <b>Humor und Lachen in der Schule – Emil und Niccel Steinberger im Gespräch mit Dani Kreienbühl</b> <i>Emil Steinberger, Kabarettist, Territet-Veytaux</i> <i>Niccel Steinberger, Lachtrainerin, Autorin, Territet-Veytaux</i> <i>Dani Kreienbühl, Journalist, Grafiker, Fotograf, Neudorf</i>
<b>12.15 – 13.45 Uhr</b>	<b>Mittagessen</b>
<b>14.00 – 16.00 Uhr</b>	<b>Workshops</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Bereich „<b>Sich etwas Gutes tun</b>“</li><li>2. Bereich „<b>Gesund bleiben im Schulalltag</b>“</li><li>3. Bereich „<b>Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen</b>“</li></ol>
<b>16.00 – 16.30 Uhr</b>	<b>Ausklang mit Apéro</b>



# Dialog

---

## Humor und Lachen in der Schule – Emil und Niccel Steinberger im Gespräch mit Dani Kreienbühl

Im Gespräch mit Dani Kreienbühl zeigen Emil und Niccel Steinberger auf interessante und zugleich unterhaltsame Weise, wie es gelingen kann, Humor und Lachen stärker im Unterricht zu integrieren. Die Experten ihres Fachs beweisen: liebevoller Humor macht aufnahmefähiger, tröstet über Misserfolge hinweg und kann sogar Angst vor Fehlern in Leistungsbereitschaft umwandeln.

Mit Humor geht alles leichter. Humor macht stark und mutig. Wird das Lachen zu einem festen Bestandteil des Unterrichts, profitieren Schüler /-innen wie Lehrpersonen davon.

Niccel und Emil Steinberger lassen es sich natürlich nicht nehmen, immer wieder auch das Publikum zum Lachen zu animieren und Sie so am eigenen Leibe spüren zu lassen, wie wohltuend Humor und Lachen für Körper, Geist und Seele sind.

Gönnen Sie sich diesen humoristischen Genuss!

Emil Steinberger, Kabarettist

Niccel Steinberger, Lachtrainerin, Autorin

Dani Kreienbühl, Journalist, Grafiker, Fotograf

# Workshops

---

Die Workshops bieten die Möglichkeit, sich auf ein Thema nach Wahl einzulassen:

Workshops 1 - 6 :           „Sich etwas Gutes tun“

Workshops 7 - 16 :       „Gesund bleiben im Schulalltag“

Workshops 17 - 21 :     „Betriebliche Gesundheitsförderung in Schulen“



## Workshop 1

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

### **Kreisen und Klopfen für seelische Wellness – emotionales Selbstmanagement für den Alltag**

Kreisen und Klopfen ist ein äusserst wirkungsvolles Werkzeug zur Auflösung von seelischem Stress und eine beliebte Hilfe für ein gutes emotionales Selbstmanagement. Einfach zu erlernen, kann es in kritischen Situationen im privaten wie auch im schulischen Alltag eingesetzt werden mit dem Ziel, mehr Gelassenheit und Selbstsicherheit zu gewinnen. Die Techniken können im Workshop gleich ausprobiert und anhand des Kursmaterials selbständig ausgebaut werden.

*Brigitta Ebnöther, Coach, Psychologin, Zürcher Institut für Energetische Psychologie, Zürich*

## Workshop 2

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

### **Wie schmiede ich mein Glück?**

Was macht Menschen glücklich? Neurobiologische Erkenntnisse aus der Body-Mind-Medizin, die Phänomene Flow, Achtsamkeit, Resilienzfaktoren, Dankbarkeit und soziale Kompetenzen liefern Antworten. Mit NLP-Strategien verankern die Teilnehmenden ihre Glücksmomente, um sie als Ressource nutzen zu können. Das Ziel: Gern, gut, gesund und glücklich unterrichten können.

*Andrea Engel, Coach NLP Master, Kindergartenlehrperson, Metamo Coaching, Tegerfelden*

## Workshop 3

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

### **Achtsamkeit im Umgang mit Stress**

Achtsamkeit bedeutet auf bestimmte Art aufmerksam zu sein: bewusst, im gegenwärtigen Augenblick und ohne zu werten. Indem wir lernen unsere Gedanken, Gefühle und Körperempfindungen zunächst einfach wahrzunehmen, eröffnen sich neue Möglichkeiten des Handelns. Im Workshop werden verschiedene Facetten von Achtsamkeit beleuchtet. Praktische Übungen bieten die Gelegenheit Achtsamkeit zu erfahren. Die vorgestellten Übungen sind einfach und können direkt im Alltag umgesetzt werden.

*Susanna Püschel-Attinger, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, MBSR und LBCT-Lehrperson, CFM Zentrum für Achtsamkeit, Zürich*



## Workshop 4

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

## Entspannen – einfach aber wirksam!

PMR – Progressive Muskelrelaxation. Ein kompliziertes Wort einfach und effizient umgesetzt, leicht und schnell lernbar. Entspannung durch Anspannung (eben PMR) lässt sich täglich, überall und jederzeit anwenden. In wenigen Minuten erholen Sie sich von Stress und Anspannung – nehmen Ihre neuen Aufgaben mit klarem Kopf, entspannt und freudig wahr. Das schafft eine entspannte Lernatmosphäre. In diesem Kurs werden die PMR-Grundlagen praxisnah vermittelt – direkt umsetzbar in Ihrer Alltagsarbeit.

*Eveline Kessler, Fachfrau Entspannung, Bewegung, Ernährung, [fit.ch](http://fit.ch), St. Gallen*

## Workshop 5

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

## Qigong

Qigong ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin und dient der Gesundheitsförderung im ganzheitlichen Sinne. Die „3 Schätze“ des Menschen - Körper, Energie und Geist - werden durch die Übungen aus dem Qigong gestärkt.

Dies geschieht mittels Körperhaltungen und langsamen Bewegungen, Atemtechniken sowie Aufmerksamkeits- und Konzentrationsübungen. Die Schwerpunkte des Workshops liegen bei den Themen Entspannung, Stressabbau, innere Reinigung und Energieaufbau.

*Urs Zimmerli, Qigonglehrer, Dao Qigong, Bern*



### Workshop 6

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

### Innere Stressoren im Schulalltag erkennen und überwinden

Neben objektiven Belastungen und Überforderungen gibt es innere Stressoren, die Belastungen erzeugen oder verstärken. Im Workshop geht es zuerst darum, eigene innere Stressoren mit Hilfe psychologischer Modelle - zum Beispiel mit dem Antreiber-Modell der Transaktionsanalyse - zu erkennen. Es werden Möglichkeiten vorgestellt, wie die inneren Stressoren überwunden werden können. Sie arbeiten an eigenen Beispielen aus dem Schulalltag, machen erste Schritte zum Abbau ihrer Antreiber und unterstützen sich dabei gegenseitig im Team.

*Titus Bürgisser, Leiter Zentrum Gesundheitsförderung, PHZ, Luzern*

### Workshop 7

**Zielgruppe:**  
Lehrpersonen

### Das Kollegium als Ressource – für einen gemeinsamen und erfolgreich gestalteten Arbeitsalltag

Der Anspruch an die Qualität der Schulen steigt ständig. Das Aufgabenspektrum von Lehrpersonen hat sich in der letzten Zeit erheblich erweitert, Anforderungen und Belastungen deutlich verschärft. Die Notwendigkeit einer intensiven, effektiven Zusammenarbeit ist daher unumstritten. Der Workshop gibt Denkanstösse, wie die Ressourcen im Team gestärkt und die Gestaltungsspielräume erweitert werden können. Der Austausch über konkrete Umsetzungsmöglichkeiten rundet das Angebot ab.

*Cornelia Werner, Fachmitarbeiterin Prävention, Berner Gesundheit, Thun*

### Workshop 8

**Zielgruppe:**  
Lehrpersonen

### Selbststeuerung und Selbstfürsorge gegen Nebenwirkungen des Lehrberufs

Ein Workshop auch mit "Rezepten": Wenn Kritik den Schlaf raubt, Begeisterung von Resignation verdrängt wird und Engagement in Erschöpfung zu kippen droht, dann kann der „Beipackzettel“ zum Lehrberuf hilfreich sein... Selbstfürsorge heisst, Sinn oder Bedeutsamkeit suchen, Zusammenhänge verstehen und den Glauben an die eigenen Möglichkeiten nähren. Selbststeuerung meint unter anderem Grenzen anerkennen und sich abgrenzen – nach innen und aussen.

*Haennes Kunz, Projektberater, ZEPRA Prävention und Gesundheitsförderung, St. Gallen*

### Workshop 9

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

### Balance im Arbeitsalltag: Ansätze zu einem gelingenden Selbstmanagement

Sich selber Sorge tragen, achtsam mit sich selber umgehen, weg vom „Ich muss...“ hin zum „Ich will...“. Gute Vorsätze sind das eine, das regelmässige Anwenden im Alltag ist die grosse Herausforderung. Was kann zu einer gelingenden Umsetzung beitragen? Wir sammeln Mini-Zeitinseln für den Arbeitsalltag und probieren diese auch aus.

*Monika Rüegg Stalder, Supervisorin / Coach BSO, St. Gallen*



## Workshop 10

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

### Umgang mit Belastungen – Impulse aus dem ZRM

Das ZRM (Zürcher Ressourcen Modell) ist ein wissenschaftlich fundiertes, transfereffizientes und ressourcenorientiertes Selbstmanagement-Training. Ob eine Situation als Herausforderungen oder Belastung empfunden wird, ist subjektiv und hängt wesentlich von der inneren Haltung der betroffenen Person ab. Motivierende Ziele und das Vertrauen in die eigenen Ressourcen erhalten die psychische Gesundheit und tragen zur Berufszufriedenheit bei. Im Workshop erhalten die Teilnehmenden Impulse und Anleitungen zur Entwicklung motivierender Haltungs- oder Handlungsziele, zur Nutzung der eigenen Ressourcen für die Zielumsetzung sowie zur Erarbeitung von Handlungsmöglichkeiten, welche auch in schwierigen Situationen angewendet werden können.

*Jörg Schett, selbständiger Coach und Berater, Russikon*

## Workshop 11

**Zielgruppen:**  
Lehrpersonen  
Schulleitungen

### Die Macht der Gedanken

Forschungen belegen, dass ca 80% vom Stressempfinden durch entsprechendes Denken entsteht. In diesem Atelier erfahren wir, wie unser Denken unmittelbar unser Fühlen bestimmt. Wir lernen dabei ein alltagstaugliches Modell kennen, wie wir unsere Gedanken bewusster lenken können. Als theoretische Grundlagen dienen uns Erkenntnisse aus Mentaltraining, Energieerhaltungsgesetz, Resonanzaspekten und aus Impulsen der Quantenphysik.

*Urs Gfeller, Bereichsleiter Berufsbiographie, Beratung und Unterstützung, PH Bern, Bern*

## Workshop 12

**Zielgruppe:**  
Lehrpersonen

### Mit Mikropausen entspannter unterrichten

Wer unterrichtet, weiss, wie schnell die Konzentration nachlässt – bei den Lernenden wie auch bei sich selbst. Mikropausen in Form kurzer Entspannungs- und Bewegungsübungen während des Unterrichts helfen, die eigene Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit und jene der Lernenden aufrechtzuerhalten. Mikropausen tragen generell zu einer besseren Lernatmosphäre im Unterricht bei. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Mikropausenübungen kennen, die Sie ohne Hilfsmittel alleine oder mit der Klasse machen können.

*Claude Weill, Erwachsenenbildner SVEB, Weillbalance, Zürich*



## Workshop 13

**Zielgruppe:**  
Lehrpersonen

### Unterrichtsstörungen sicher begegnen

Aus Untersuchungen wissen wir, dass Unterrichtsstörungen zu den grössten Stressfaktoren im Alltag einer Lehrperson gehören. Wie kann ich meine Klasse so führen, dass ich dabei gesund bleibe? Was kann ich tun, um Unterrichtsstörungen zu vermeiden oder auf eine gute Art auf sie zu reagieren? Gerd Lohmann hat für das Classroom-Management ein Modell entworfen, das es Lehrpersonen ermöglicht, das eigene Verhalten einzuschätzen und es gezielt zu verändern. Dieses Modell wird anhand von konkreten Beispielen erläutert und in die eigene Praxis übertragen.

*Hanspeter Lehner, Dozent, Fachperson Gesundheitsförderung, PHZ, Luzern*

## Workshop 14

**Zielgruppe:**  
Lehrpersonen

### Schlagfertigkeit, Humor und Empathie

Der Schulalltag ist manchmal hektisch, Schüler/-innen verhalten sich flapsig, rotzig oder frech und Sie möchten schlagfertig, humorvoll oder empathisch sein, stattdessen liegen Ihnen moralisierende oder belehrende Äusserungen auf der Zunge. Kennen Sie das? Haben Sie Lust im Lehrberuf vermehrt die Bandbreite zwischen Schlagfertigkeit und Empathie humorvoll zu leben? Dann sind Sie in diesem Kurs willkommen. Der Kurs eignet sich für alle Stufen.

*Alain Desarzens, Dozent, Pädagogische Hochschule Zürich PHZH, Zürich*

## Workshop 15

**Zielgruppe:**  
Lehrpersonen

### Souveräner Umgang mit Unterrichtsstörungen und schwierigen Schülern

Dieser Workshop bietet Einblicke in die Hintergründe von schwierigem Schüler/-innenverhalten. Methoden und konkrete Massnahmen bei Unterrichtsstörungen werden vorgestellt und Wege aufgezeigt, wie souveränes Auftreten in schwierigen Klassensituationen möglich ist. Die Teilnehmenden reflektieren eigene Erfahrungen mit dem Thema und arbeiten gemeinsam an aktuellen Praxisbeispielen.

*Claudia Reiser, Projektleiterin, Institut für Konfliktmanagement und Mythodrama, Zürich*

## Workshop 16

**Zielgruppe:**  
Lehrpersonen

### Starke Lehrkräfte

Das Fortbildungsprogramm *Starke Lehrkräfte* richtet sich an Lehrpersonen, die ihre persönlichen Führungsqualitäten weiter entwickeln möchten. Durch die Arbeit an der eigenen Person und intrinsischen Motivation werden Ressourcen und Kräfte nutzbar, die es den teilnehmenden Lehrpersonen ermöglichen, mit neuer Inspiration zu unterrichten und Werkzeuge zur Gesprächsführung, Klassenführung und Zusammenarbeit im Team und Organisation anzuwenden. Im Workshop werden die Fortbildung und das Handbuch (Methode) kurz vorgestellt und durch eine praktische Übung erfahrbar gemacht.

*Corinna Büniger, Stv. Programmverantwortung „Starke Lehrkräfte“, Zürich*





### Workshop 17

**Zielgruppe:**  
Schulleitungen

### Eine Schule gesund führen – Bericht aus dem Alltag der Schule Flawil

Seit sechs Jahren läuft die betriebliche Gesundheitsförderung an der Schule Flawil. Welche Voraussetzungen waren und sind dazu nötig? Welche Massnahmen wurden getroffen und wo liegen Schwierigkeiten und Stolpersteine? Was bringt die betriebliche Gesundheitsförderung der Schule und den Mitarbeitenden? Der Workshop gibt Antworten zu diesen Fragen und lädt die Teilnehmenden dazu ein, sich über die betriebliche Gesundheitsförderung an ihrer Schule Gedanken zu machen.

*Claudio Besio, Schulleitung Oberstufe, Schule Flawil*

### Workshop 18

**Zielgruppe:**  
Schulleitungen

### Wie wird das Teamklima zum gesundheitsfördernden Faktor

Ein gesundheitsförderndes Teamklima ist unter anderem geprägt durch: konstruktive Zusammenarbeit, wertschätzende Grundhaltung, kollegiale Unterstützung und gutem Zusammenhalt im Team. Dies sind Faktoren, die das Belastungserleben von Lehrpersonen reduziert und die Gesundheitsmuster erhöhen. Der Führungsstil der Schulleitung hat einen wesentlichen Einfluss auf das Teamklima. Wichtige Erkenntnisse aus der Masterarbeit der Workshopleiterin zu diesem Thema sind zusammengefasst und werden am Workshop präsentiert. Am Beispiel der Primarschule Wettswil wird aufgezeigt, wie mit Organisations-, Team- und Personalentwicklung das gute Teamklima erhalten bleibt oder verbessert werden kann. Im Sinne von „aus der Praxis – für die Praxis“ werden anhand von Beispielen konkrete Umsetzungsmöglichkeiten aufgezeigt. Im Anschluss an den Input werden Fragen beantwortet, kann eine Standortbestimmung der eigenen Schule vorgenommen werden, und werden verschiedene Möglichkeiten diskutiert sowie konkrete nächste Schritte geplant.

*Agnes Weidmann, Schulleitung, Schule Wettswil am Albis*

### Workshop 19

**Zielgruppe:**  
Schulleitungen

### Ressourcenorientierte Führung

An vielen Schulen bewegen sich die Mitarbeitenden hart an der Belastungsgrenze. In einem Umfeld stets wachsender Ansprüche kommt einer ressourcenorientierten Führung eine besondere Bedeutung zu. In diesem Workshop erhalten Sie Einblick in das Konzept der ressourcenorientierten Führung und bekommen punktuelle Anregungen für eine niederschwellige Umsetzung in der Praxis. Sie erfahren anhand von Experimenten die Wirkung von ressourcenorientierten Interventionen.

*Helene Nüesch, Organisationsberaterin und Supervisorin BSO, Concentria GmbH, St. Gallen*



### Workshop 20

Zielgruppe:  
Schulleitungen

### Zwischen Wegschauen und fürsorglicher Belagerung – Betriebliche Gesundheitspflege als Schulleitungsaufgabe

Ausgebildete und bezahlte Profis haben für ihre Gesundheit selbst zu sorgen. Die Selbstverantwortung sollte durch Chefs gestärkt, niemals geschwächt werden. Hinzu kommen drei Führungspflichten: Das Personal vor gesundheitsgefährdenden Ausseneinflüssen schützen. Nicht selbst zum Stressor für das Personal werden. Und subsidiär handeln, wenn die Selbstsorge von Personen an Grenzen stösst. Das ist im Betrieb Schule aus verschiedenen Gründen leichter gesagt als getan. Wir erarbeiten Klärungen.

*Anton Strittmatter, Schulberater, Biel/Bienne*

### Workshop 21

Zielgruppe:  
Schulleitungen

### Los-lassen anstatt Aus-brennen Mit neuer Widerstands- und Gestaltungskraft als Schulleitung selber gesund bleiben

Immer mehr Schulleitungen erleben sich als Hamster im Rad der pädagogisch-administrativen Aufgaben. Wie aber können Schulleitungen gute und gesunde Schulen entwickeln, wenn sie sich selber immer öfter als Opfer statt als Fels in der Brandung begreifen? Im Workshop werden praktische Wege sichtbar gemacht, die sowohl die persönliche Resilienz stärken als auch das eigene berufliche Rollenprofil als Schulleitung gesünder handhabbar machen helfen.

*Siegfried Seeger, Freier Bildungsreferent, Niedernhausen DE*



---

## Tagungsorganisation

Diese Fachtagung wird im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz und dem Bundesamt für Gesundheit von RADIX organisiert und durchgeführt.

## Tagungsräume

Die Tagung findet in den Räumen der **Pädagogischen Hochschule Zürich PHZH**, Lagerstrasse 2, 8004 Zürich, statt.

## Tagungsgebühr

Die Tagungsgebühr beträgt Fr. 180.--, inklusive Pausengetränke und Mittagessen. Einbezahlte Beträge können nicht rückerstattet werden. Wir bitten um Verständnis.

**Netzwerkschulen: Für zwei Personen pro Netzwerkschule ist die Tagungsteilnahme kostenlos. Die Anmeldung wird per E-Mail bestätigt. Bitte bei der Anmeldung entsprechend angeben.**

## Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt mit dem Talon oder online und ist definitiv. Da die Anzahl der Teilnehmenden beschränkt ist, werden die Anmeldungen in der Reihenfolge des Eintreffens berücksichtigt. Die Teilnahmebestätigung erfolgt mit der Rechnung. Alle weiteren Unterlagen werden an der Tagung vor Ort abgegeben. **Anmeldeschluss ist der 9. November 2012.**

**Das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen wird von RADIX koordiniert und durch das Bundesamt für Gesundheit und Gesundheitsförderung Schweiz finanziert.**



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Département fédéral de l'intérieur DFI  
**Bundesamt für Gesundheit BAG**  
Office fédéral de la santé publique OFSP



Gesundheitsförderung  
Schweiz



**RADIX**



Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen  
[www.gesunde-schulen.ch](http://www.gesunde-schulen.ch)

[www.radix.ch](http://www.radix.ch)

# Anmeldung

SNGS Impulstagung

## Gestärkt im Schulalltag

Ressourcen im Schulalltag erkennen und nutzen

Samstag, 1. Dezember 2012, Campus PHZH Zürich, Lagerstrasse 2, 8004 Zürich

Hier geht's zur: **Online-Anmeldung**

	<b>Ich melde mich an zur SNGS-Impulstagung vom 1. Dezember 2012</b>
<b>Name</b>	Bitte diejenige Adresse angeben, an die die Rechnung geschickt werden soll
<b>Vorname</b>	
<b>Organisation</b>	
<b>Funktion</b>	
<b>Strasse</b>	
<b>PLZ / Ort</b>	
<b>E-Mail</b>	
<b>Telefon</b>	

Die Plätze in den einzelnen Workshops sind beschränkt. Die Einteilung erfolgt gemäss Eingang der Anmeldungen.

**Ich schreibe mich für folgenden Workshop ein:**

Workshop Nr.:

**Falls der gewünschte Workshop schon ausgebucht ist, wähle ich als Ersatz:**

Ersatz-Workshop Nr.:

Ich melde mich als Mitglied einer Netzwerkschule an und erhalte keine Rechnung (maximal 2 Personen pro Schule).

	<b>Besten Dank für Ihre Anmeldung bis am 9. November 2012</b>
	Online unter <a href="http://www.gesunde-schulen.ch">www.gesunde-schulen.ch</a> – Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen oder Talon senden an:

<b>Post</b>	RADIX Zentralschweiz, Habsburgerstrasse 31, 6003 Luzern
<b>Fax</b>	+41 (0) 41 210 61 10

