



Eine Kooperation der Pädagogischen Hochschulen  
**St. Gallen • Thurgau • Graubünden**

netzwerk  
**schulführung**



Ostschweizer Schulleitungs-Forum 2024

# Ressourcen stärken

19. bis 20. September 2024

Pädagogische Hochschule Graubünden

PH<sup>SG</sup>  
Pädagogische Hochschule  
St. Gallen

**ph**GR

Pädagogische Hochschule Graubünden  
Scola auta da pedagogia dal Grischun  
Alta scuola pedagogica del Grigioni



Pädagogische Hochschule Thurgau.

# Ressourcen stärken an Schulen

Donnerstag, 19. September 2024

## Fokus: eigene Ressourcen als Schulleitung stärken

**Mentale Balance und Gesundheit**  
**Dr. Barbara Studer, Neurowissenschaftlerin**

Entdecken Sie mit Barbara Studer die Faszination unseres Gehirns: Lernen, Kreativität und mentale Stärke trotz Informationsflut. Mit fundierten Einblicken aus Neurowissenschaft und Psychologie zeigt sie kurzweilig auf, wie wir neue Erkenntnisse für ein erfülltes Leben nutzen können. Ein Nachmittag voll Inspiration und praktischer Strategien erwartet Sie.

Barbara Studer ist in der neurowissenschaftlichen Forschung und Lehre an der Universität Bern tätig. Sie baute eine Fachstelle für Lernen und Gedächtnis auf. 2020 gründete sie Hirncoach.ch und bietet hybride Programme für Hirnfitness im Alltag sowie Programme zur mentalen Gesundheit für Schulklassen.

anschliessend:  
kommunikativer Spaziergang und Outdoor-Abschluss

Freitag, 20. September 2024

## Fokus: Schulleitung als Schlüsselperson für eine gesunde Schule

**Salutogenes Führungsverhalten: Das 3x3 des zeitgemässen Handelns**  
**Prof. Dr. Silvio Herzog, ehemaliger Rektor der PH Schwyz**

Silvio Herzogs Vortrag kreist um drei zentrale Fragen zur Bedeutung der Gesundheitsförderung: Warum ist sie essentiell für Lehrkräfte, warum spielt die Schulleitung eine Schlüsselrolle und warum ist gerade jetzt der richtige Zeitpunkt dafür? Er bietet praktische Tipps für Schulleitungen und beleuchtet die Rolle der Gesundheitsförderung in der beruflichen Entwicklung.

Silvio Herzog ist Referent, Dozent und Buchautor rund um Thema der Schulführung an gesunden Schulen und verfügt als ehemaliger Rektor der pädagogischen Hochschule Schwyz über fundierte Führungserfahrung. 2023 gründete er seine eigene Firma mutaufbruch.ch.

anschliessend:  
Podiumsdiskussion, Workshops, Vernetzung, Marktplatz kantonalen Angebote

### Dauer

Das Schulleitungsforum beginnt am Donnerstag um 14:00 Uhr und dauert bis Freitag, 16.30 Uhr.

Das Programm des ersten Tages ist eine Heranführung an das Thema mit dem Fokus auf die eigene Gesundheit als Führungsperson.

Am zweiten Tag rückt die Schulleitung als Schlüsselperson für eine gesunde Schule in den Vordergrund.

Die beiden Tage können einzeln besucht werden. Das jeweilige Programm ist in sich abgeschlossen.

### Anmeldung

[www.phgr.ch/schulleitungsforum](http://www.phgr.ch/schulleitungsforum)  
Anmeldeschluss ist der 11. August 2024  
Nach Abschluss des Forums stellen wir eine Teilnahmebestätigung aus.



### Kosten

Donnerstag CHF 210.-  
Freitag CHF 420.-  
ganzes Forum CHF 600.-

### Organisation

Organisation, Auskünfte und Anmeldung  
Sekretariat Weiterbildung PHGR, [weiterbildung@phgr.ch](mailto:weiterbildung@phgr.ch)

### Koordination

Karin Lutz, Leiterin Kurse und Lehrgänge, Stv. Prorektorin  
PH Graubünden  
[karin.lutz@phgr.ch](mailto:karin.lutz@phgr.ch)  
Viviane Hoyer-Jacot, Leitung Netzwerk Schulführung  
[viviane.hoyer@phtg.ch](mailto:viviane.hoyer@phtg.ch)

---

**Donnerstag, 19. 9. 24 eigene Ressourcen stärken**

- ab 13.30 Uhr** Eintreffen, Kaffee und Kuchen
- 14.00 Uhr** Referat «mentale Balance und Gesundheit»  
Dr. Barbara Studer
- 16.30 Uhr** kommunikativer Spaziergang  
mit Audio, Aussicht und Überraschung
- 17.30 Uhr** Ausklang mit einem Outdoor-Apéro im Fürstenwald
- ab 19.30 Uhr** freiwilliges gemeinsames Nachtessen  
anschliessend Optionen für Vernetzung und Kultur

---

**Freitag, 20. 9. 24 Schulleitung als Schlüssel für eine gesunde Schule**

- ab 08.30 Uhr** Ankommen, Einstimmung, Kaffee und Gipfeli
- 09.30 Uhr** Referat «Salutogenes Führungsverhalten»  
Prof. Dr. Silvio Herzog
- 11.00 Uhr** 1. Runde Workshops
- 11.45 Uhr** Mittagspause, Marktplatz mit kantonalen Anlaufstellen
- 13.15 Uhr** 2. Runde Workshops
- 14.30 Uhr** Podiumsdiskussion «gesunde Schule»
- 15.30 Uhr** Good-practice-Beispiel Psychiatrische Dienste GR  
als friendlyworkplace-Betrieb
- 16.15 Uhr** Tagungsabschluss