



SUMMERSCOOL 2025

ACHTSAMKEIT, MITGEFÜHL UND MITMENSCHLICHKEIT IN SCHULEN LEHREN

– DAS SOMMERCAMP
FÜR PÄDAGOG:INNEN U. TRAINER:INNEN –

Wann?

8. – 10. AUGUST 2025

Wo?

WIESENHAUS (Tagungsstätte in der Rhön; in
der Mitte Deutschlands,
bei Fulda)

INFOS und ANMELDUNG: WWW.MINDSCOOLO.ORG

SUMMERSCOOL im Wiesenhaus (nahe Fulda)

Organisatorisches

Termin: 8. – 10. August 2025 (Freitag – Sonntag)
Start am Freitag um 10 Uhr -- Ende am Sonntag um 15 Uhr

Ort: Tagungsstätte „Wiesenhaus“ der Loheland-Stiftung
Loheland, 36093 Künzell, Deutschland.
Weiter Infos unter: <https://www.loheland.de/wiesenhaus>

Teilnahmevoraussetzungen:

- Stabile, eigene Achtsamkeitspraxis
- Erfahrung im Unterrichten von Schulklassen bzw. Kinder-/Jugendgruppen
- Vorgespräch mit der Seminarleitung

Teilnahmepreis:

Die Seminargebühr pro Person beträgt
bei Buchung bis 15.3.2025 („Early Bird“): 325 Euro pro Person
bei Buchung ab 16.3.2025 (regulär): 375 Euro pro Person.
Hinzu kommen die Kosten für Übernachtung und Verpflegung, siehe unten.

Anmeldung:

Bitte richte deine verbindliche Anmeldung per E-Mail an hello@mindscool.org.

Übernachtung und Verpflegung:

Im Wiesenhaus gibt es verschiedene Übernachtungsmöglichkeiten:
Von Einzelzimmer mit eigenem Bad und WC (83 € p.N. p.P.☺), über Doppel- und Dreibettzimmer, teilweise auch mit geteiltem Bad und WC am Gang (ab 64 € p.N. p.P.)
Wählt selbst, was euch zusagt.

Das Frühstück ist im Zimmerpreis jeweils schon inkludiert. Zusätzlich fällt pro Person eine Tagungspauschale für die drei Workshoptage an in Höhe von 65,00 Euro pro Tag. Darin enthalten sind jeweils die Verpflegung tagsüber (= die Mittag- und Abendessen, Snacks in den Kaffeepausen, unbegrenzt Tee, Wasser, Kaffee sowie ein kleiner Anteil Raumkosten.)



Agenda (Änderungen vorbehalten)

TAG 1:

- 10:00 Uhr **Welcome SUMMERSCOOL**
Spielerisches Kennenlernen, Programmablauf, Themenpool, Schwerpunkte, Aufteilung
- 11:00 Uhr Thema 1: **INTENTION UND AUSRICHTUNG**
u.a. Storytelling, „Stillsitzen wie ein Frosch“ und Austausch
- 12:00 Uhr *Mittagessen*
- 14:00 Uhr Bewusstes Gehen draußen
- 15:00 Uhr Thema 1 (Fortsetzung): **INTENTION UND AUSRICHTUNG**
u.a. Neurowissenschaft kind- und jugendgerecht verpackt, Monster-Übung
- 16:00 Uhr *Snack-Pause*
- 16:30 Uhr **Motivation und Vision:**
Forschungsergebnisse zu Achtsamkeit für Kinder und Erwachsene.
Wie passen Schule und Achtsamkeit zusammen?
- 17:30 Uhr Tiefenentspannung
- 18:00 Uhr *Ende Tag 1 und gemeinsames Abendessen*

TAG 2:

- 08:15 Uhr Ankommen im Hier & Jetzt
- 08:30 Uhr **mindscool-Curriculum**
Überblick über das mindscool-Programm, die zugrundeliegende Philosophie.
Fragen und Antworten, Erfahrungsaustausch.
- 10:00 Uhr Thema 2: **DANKBARKEIT**
u.a. 5-Finger-Übung und Yoga Nidra für Kinder
- 10:45 Uhr *Snackpause*
- 11:10 Uhr Thema 3 (Teil 1): **MITGEFÜHL FÜR ANDERE**
u.a. „Unsere Welt durch Kinderaugen“
- 12:30 Uhr *Mittagessen – Mindful Lunch*
- 13:30 Uhr Thema 4: **AUFMERKSAMKEIT**
u.a. „Mit dem Atem zu mir selbst“, „Wahrnehmen mit allen Sinnen“



- 14:00 Uhr Thema 5 (Teil 1): **INNERE HALTUNG**
u.a. Menschenbild, Übungen zu Vertrauen und Zuversicht.
- 15:30 Uhr *Snackpause*
- 16:00 Uhr Themen 6+7: **RESILIENZ** und **SELBSTMITGEFÜHL**
u.a. Umgehen mit Emotionen, meine Stärken, „Ich bin gut“
- 17:30 Uhr **Miteinander wirken**
Raum für Bedürfnisse, gegenseitiges Unterstützen, gemeinsam nächste Schritte definieren, ...
- 18:00 Uhr *Ende Tag 2 und gem. Abendessen*



TAG 3:

- 08:15 Uhr Achtsames Ankommen
- 08:30 Uhr Thema 5 (Teil 2): **INNERE HALTUNG**
Grundsätze und Embodiment
- 09:00 Uhr Thema 8 (Teil 1): **DEN EIGENEN WEG FINDEN**
u.a. Journaling für Kinder und Jugendliche
- 10:00 Uhr *Snackpause*
- 10:30 Uhr Thema 3 (Teil 2): **MITGEFÜHL FÜR ANDERE**
u.a. „Genau wie ich“, Mitfühlendes Zuhören, Deep-Democracy
- 12:00 Uhr *Mittagessen*
- 13:00 Uhr Thema 8 (Teil 2): **DEN EIGENEN WEG FINDEN**
u.a. „Right here, right now“: Das Leben erleben.
Die eigene Freiheit: Gestalten statt Gestaltet-Werden.
Visions-Übung
- 14:00 Uhr Fragen und Antworten
Feedbackrunde und Abschluss; Verabschiedung
- 15:00 Uhr *Ende Tag 3*

mind
is
cool !



... aber was
erwartet
mich jetzt
da genau?

→ Frag uns gerne:

hello@mindscool.org



mindscool-ie in progress