



mindcool

mind is cool
a school for the mind



LATESUMMER'S COOL 2025

ACHTSAMKEIT, MITGEFÜHL UND MITMENSCHLICHKEIT IN SCHULEN LEHREN

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

Wann?

7. – 9. NOVEMBER 2025

Wo?

ALTE SEIFENSIEDEREI (Achtsames
Tagungshaus in Bad Tölz;
gut auch mit Bus+Bahn zu erreichen)

INFOS und ANMELDUNG: WWW.MINDSCOOL.ORG

SPÄTSOMMER IS auch COOL – in Bad Tölz

Organisatorisches

Termin: 7. – 9. November 2025 (Freitag – Sonntag)
Start am Freitag um 10 Uhr -- Ende am Sonntag um 15 Uhr

Ort: Seminarhaus „Alte Seifensiederei“
Bairawieser Str. 7, 83646 Bad Tölz, Deutschland.
Weiter Infos unter: <https://www.alte-seifensiederei.de/>

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 15.7.2025 („Early Bird“): 325 Euro pro Person
bei Buchung ab 16.7.2025 (regulär): 375 Euro pro Person
Hinzu kommen die Tagungspauschalen für die Workshoptage, siehe unten.

Anmeldung:

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

Übernachtung und Verpflegung / Tagungspauschalen:

Tagsüber werden wir in der „Alten Seifensiederei“ gut verpflegt. Die Tagungspauschale vor Ort beträgt pro Person und Workshoptag 47 Euro. Darin enthalten sind an den drei Tagen jeweils Mittagessen, sowie Pausenverpflegung, Wasser, Tee und Kaffee, sowie ein Anteil an den Raumkosten.

Während unserer Ausbildung gibt es in der Seifensiederei keine zu mietenden Zimmer. Doch in Bad Tölz gibt es in Laufreichweite viele schöne Pensionen und Hotels.



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*

TAG 2:

- 08:00 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** *Pause/Ende Tag 2*

Tag 3:

- 08:00 Uhr** Mindful Arrival
- 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
- 14:15 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