



Bezirksregierung Arnsberg • Postfach • 59817 Arnsberg

Datum: 28.05.2025
Seite 1 von 2

Schulleitungen und
Ansprechpartner/innen
von BuG-Schulen
im Regierungsbezirk

Aktenzeichen:
BuG
bei Antwort bitte angeben

Auskunft erteilt:
Frau Marleen Opitz
marleen.opitz@bra.nrw.de
Telefon: 02931/82-3229
Fax: 02931/82-40190

Dienstgebäude:
Laurentiusstr. 1
59821 Arnsberg

Bildung und Gesundheit (BuG NRW) BuG-Veranstaltung

Sehr geehrte Schulleitungen,
sehr geehrte Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner,

zur BuG-Fachtagung und Netzwerkveranstaltung

„Mentale Gesundheit – im Fokus?!“

am 10.09.2025

im Haus Delecke am Möhnesee

lade ich Sie herzlich als Schulleitung gemeinsam mit der Ansprechpartnerin/
dem Ansprechpartner Ihrer Schule ein.
Die Veranstaltung beginnt um 9:00 Uhr (Ankommen ab 8:30 Uhr), Ende des
Dienstgeschäftes ist um 16:00 Uhr.

Im System Schule stehen Lehrpersonen als auch Schülerinnen und Schüler
täglich vor der zunehmenden Herausforderung, ihren eigenen und den
Ansprüchen und Anforderungen anderer gerecht zu werden. In diesem
Zusammenhang ist mentale Stärke mehr denn je gefordert und ein
entscheidender Faktor bei der Prävention und Gesunderhaltung.

Als Hauptreferenten für unsere Veranstaltung haben wir Herrn Thomas
Würz gewinnen können. In seinem Impulsvortrag

„Mental stark sein, wenn's drauf ankommt“

erläutert er in fundierter Weise die zugrunde liegenden Theorien und
Prinzipien des Heidelberger Kompetenztrainings (u.a. Konsistenztheorie,
PSI, Intentions- und Extensionsgedächtnis, Rubikonmodell) sowie die vier
Teilschritte des HKT® zum Aufbau mentaler Stärke.

Hauptsitz:
Seibertzstr. 1, 59821 Arnsberg

Telefon: 02931 82-0

poststelle@bra.nrw.de
www.bra.nrw.de

Servicezeiten:
Mo-Do 08.30 – 12.00 Uhr
13.30 – 16.00 Uhr
Fr 08.30 – 14.00 Uhr

Landeskasse Düsseldorf bei der
Helaba:
IBAN:
DE27 3005 0000 0004 0080 17
BIC: WELADED

Umsatzsteuer ID: DE123878675



Im Anschluss daran besteht die Möglichkeit, handlungsorientiert, mit je zwei zu wählenden Workshops aus einer breit gefächerten Auswahl, die individuellen Optionen zur späteren Umsetzung im Schulalltag zu verfolgen.

Das Programm der Veranstaltung erhalten Sie begleitend zu diesem Einladungsschreiben in Form eines Flyers per Mail von Ihrer BuG-Koordinatorin/ Ihrem BuG-Koordinator. Ihre Anmeldung ist bis zum **02.09.2025** über die Homepage des Landesprogramms Bildung und Gesundheit möglich (www.bug-nrw.de, weitere Hinweise s. Flyer).

Ein **mobiles Endgerät und je nach Workshop ausgewiesene Materialien**, bringen Sie bitte zur Nutzung in den Workshops mit.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei dieser Veranstaltung um ein vorrangiges Dienstgeschäft handelt. Um Unterrichtsausfall zu vermeiden, werden die Schulleitungen gebeten, für Unterrichtsvertretung zu sorgen.

Fahrtkosten müssen über das schuleigene Fortbildungsbudget geleistet werden.

Mit freundlichen Grüßen

Im Auftrag

gez. Marleen Opitz