

STARK – Resilienz und Stresskompetenz in Schule und Ausbildung

Einladung zum Workshop für Ausbilderinnen und Ausbilder

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Anforderungen im Beruf steigen stetig. Damit Auszubildende nicht gleich ihre Ausbildung abbrechen oder hohe Fehlzeiten haben, lernen sie mit STARK Handlungs- und Bewältigungsstrategien für den positiven Umgang mit belastenden Situationen kennen.

Bei STARK handelt es sich um ein bayernweites Stresspräventionsprogramm, welches am Übergang von der Schule in das Berufsleben ansetzt. Es wurde 2014 entwickelt und richtet sich an **Ausbildungsverantwortliche**, Lehrkräfte, Jugendsozialarbeiter*innen und Schulpsycholog*innen.

In unserem **Ausbilder*innen-Workshop STARK KOMPAKT** bekommen Sie praktische Übungen, Methoden und Tipps an die Hand, mit deren Hilfe Sie Ihre Auszubildenden systematisch darin unterstützen können, Stresskompetenz aufzubauen und ihre persönliche Resilienz zu stärken.

Sie profitieren davon, dass:

- es weniger Ausbildungsabbrüche gibt, wenn junge Menschen lernen, mit Belastungssituationen gut umzugehen,
- Sie Kosten einsparen, wenn sich die krankheitsbedingten Fehlzeiten verringern und
- Sie gleichzeitig die Leistungs- und Zukunftsfähigkeit Ihres Unternehmens durch stressresistente und gesunde Mitarbeiter*innen steigern.

Wir freuen uns daher, Sie zu unserem **STARK-Ausbilder-Workshop**

am 30. September 2026 von 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr

in das Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft e. V., Infanteriestr. 8 in 80797 München

einzuladen.

Aufgrund der Förderung durch die AOK Bayern ist die Teilnahme für Sie kostenfrei.

Bitte melden Sie sich bis zum **16. September 2026** mit dem beigefügten Anmeldeformular an.

Haben Sie weitere Fragen oder benötigen Sie noch mehr Informationen? Dann kontaktieren Sie mich gerne telefonisch unter: **089 44108-153** oder per E-Mail: anette.henrich@bbw.de

Mit freundlichen Grüßen



Anette Henrich
Projektleitung STARK
www.stark-bayern.de

Anmeldung zu
STARK KOMPAKT
Workshop für Ausbilder*innen und
Ausbildungsverantwortliche

Bitte schicken Sie das ausgefüllte Anmeldeformular **per Mail** an:

Bildungswerk der Bayerischen Wirtschaft e.V.
SCHULEWIRTSCHAFT Akademie

Esra Uslu

Mail: esra.uslu@bbw.de

1. Teilnahme

☐ Am STARK-Workshop für Ausbilder*innen am **30.09.2026** nehme ich teil.

2. Teilnehmer*in

Titel/Vorname/Name: _____

Abteilung/Bereich: _____

Funktion: _____

E-Mail: _____

Firma/Institution: _____

Straße: _____

Telefon: _____

PLZ/Ort: _____

Berufsschule: _____

Die Zahl der Plätze ist begrenzt. Teilnehmer*innen werden in der Reihenfolge ihrer Anmeldung berücksichtigt.

Ich habe die Information zum Datenschutz zur Kenntnis genommen:

<https://www.schulewirtschaft-akademie.de/meta-nav/datenschutz>

Datum / Unterschrift: _____