



Qualifizierungsangebote für Schulen 2026

Impressum

Herausgeber:

Unfallkasse Nord
Seekoppelweg 5a
24113 Kiel

➔ www.uk-nord.de



Kontakt:

Referent für Qualifizierung – Eike Harms Becker –

➔ eike.becker@uk-nord.de

Seminarorganisation

➔ seminare@uk-nord.de

Meine UK Nord/Seminare

➔ <http://meine.uk-nord.de/seminare>



Inhaltsverzeichnis

01 Sichere Schule – innerer Bereich	4
Grundlehrgang Sport (Grundschule)	4
Grundlagenseminar für Sicherheitsbeauftragte im inneren Schulbereich	5
02 Bewegung, Pause, Sport	6
Sicherheit im Schulsport	6
Sicherheit im Kanu Sicherheitstraining	7
Sicherheit im Kanu in Fließgewässern	8
03 Sicher unterwegs – Mobilitäts- und Verkehrserziehung, Klassenfahrten	9
Frühradfahren – Radfahren in der ersten und zweiten Klasse	9
Wandertage und Klassenfahrten mit dem Fahrrad – Mobilität und Sport in Praxis	10
Fahrradwerkstatt – Grundseminar: Angebot für den Technikunterricht, als unterrichtsergänzende AG und als Nachmittagsangebot für (offene) Ganztagschulen	11
04 Soziales Miteinander/Gewaltprävention	12
Diversität im Betrieb – Interkulturelle Kompetenz am Arbeitsplatz	12
Schulhunde – aber sicher	
Sicherheit im Umgang mit Hunden in der Schule	13
05 Technik und Arbeitslehre	14
Arbeitslehre – aber sicher – Seminar für Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Fachseminar Arbeitslehre in Hamburg	14
06 Der sichere Schulraum	15
Aufrecht in den Feierabend	15
07 Gesund und fit bei der Arbeit	16
Stark bleiben in stressigen Zeiten: Resilienz als Erfolgsfaktor	16
Elterngespräche	17
Heben und Bewegen – Arbeits- und Gesundheitsschutz in der Schule	18
Fit for Job	19
Online – Gesundes Sehen am Bildschirmarbeitsplatz	20
Online – Stimme – Stimmung – Stimmlos	21
Suchtprobleme am Arbeitsplatz – eine Führungsaufgabe	22
Kraftanker-Veranstaltungsreihe für Pflegende Angehörige – Tagesseminare für pflegende Angehörige	23
Online-Seminar: Demenzpartnerschulung: „Das Herz wird nicht dement...“	24

Liebe Seminarinteressierte!

Sicherheit und Gesundheitsschutz sind unverzichtbarer Teil des Alltags.
Gern möchten wir Sie mit unserem Qualifizierungsangebot bei Ihrer Arbeit unterstützen.

Leitungen und stellvertretende Leitungen, Lehrkräfte, und andere Fachkräfte in Schulen finden in unserem Angebot praxisnahe Qualifizierungen zur fachlichen und persönlichen Weiterqualifizierung mit aktuellen Themen.

Ein regelmäßiger Blick auf unsere Internetseite lohnt sich!

Immer zum 1. Dezember veröffentlichen wir das aktuelle Programm des Folgejahres.

Herzlich Willkommen – wir freuen uns auf den Austausch mit Ihnen!

Ihr Präventionsteam

PS 1 – Ab dem 1. Dezember 2025 finden Sie das Qualifizierungsangebot 2026 auf der Internetseite <https://meine.uk-nord.de/seminare>

PS 2 – Ihnen fehlt ein Angebot, das Sie für wichtig halten? Sie haben Fragen zu einem Seminar? Sprechen Sie mich gerne an:

Eike Harms Becker

eike.becker@uk-nord.de

Referent für Qualifizierung

Hinweise zur Seminarorganisation

Kosten

Für die Versicherten unserer Mitgliedsunternehmen ist die Teilnahme an unseren Seminaren **überwiegend kostenfrei**. Sollte doch einmal eine Kostenbeteiligung nötig sein, finden Sie einen Hinweis darauf bei den Angaben zum jeweiligen Seminar. Für Nichtversicherte berechnen wir eine Kostenpauschale von 150,00 Euro pro Teilnehmende:m und Seminartag.

Anmeldung

Die Anmeldung für unsere Seminare erfolgt **online**. Anmeldeschluss ist in der Regel spätestens **fünf Wochen vor Seminarbeginn**. Die Einladung erhalten Sie vier Wochen vor Beginn eines Präsenz-Seminars und zwei Wochen vor einem Online-Seminar – jeweils mit ausführlichem Programm.

Datenschutz

Mit der Anmeldung stimmen die Seminarteilnehmenden zu, dass ihre **persönlichen Daten für die Organisation und Durchführung der Qualifizierungsmaßnahme** von der UK Nord mittels IT erfasst, verarbeitet und gespeichert werden. Unsere vollständige Datenschutzerklärung erhalten Sie auf Anfrage per E-Mail beim Datenschutzbeauftragten unter datenschutz@uk-nord.de.

Sie ist außerdem jederzeit online abrufbar: <https://meine.uk-nord.de/datenschutzerklaerung>

Verpflegung

Beim Essen sind Sie **Gast der Unfallkasse Nord**. Sie wollen oder müssen auf bestimmte Lebensmittel verzichten? Kein Problem, lassen Sie es uns einfach im Vorfeld wissen.

Organisatorisches

In Schleswig-Holstein wird die Unterkunft bei mehrtägigen Veranstaltungen gestellt. Sollten Sie an dem gebuchten Seminar nicht teilnehmen können, bitten wir um **rechtzeitige Absage**. Programm- und Terminänderung bleiben vorbehalten.

Hausrecht

Wir weisen außerdem darauf hin, dass die Unfallkasse Nord berechtigt ist, angemeldeten Personen die Teilnahme an Seminaren zu untersagen und sie in **Ausübung des Hausrechts** des Seminars zu verweisen. Ein Ausschluss ist dann gerechtfertigt, wenn Seminarteilnehmende dem Ruf, der Sicherheit oder dem Ansehen der UK Nord schaden, im Verdacht stehen, Straftaten zu begehen oder andere Seminarteilnehmende, UK-Nord-Mitarbeitende oder andere Personen belästigen, wiederholt stören oder gefährden.

Fotos und Videos

Wir weisen Sie darauf hin, dass in den Seminaren und bei anderen Veranstaltungen unter Umständen Fotos und Videos angefertigt werden, die zur Veröffentlichung in Printmedien, im Rahmen des Internetauftritts und in den Social-Media-Profilen (Facebook, XING) der UK Nord vorgesehen sind. Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie Ihre Einwilligung zur Herstellung und Verwendung der Fotos und Videos. Wenn Sie nicht fotografiert oder gefilmt werden möchten, genügt ein kurzer Hinweis an die fotografierende oder filmende Person.



01 Sichere Schule – innerer Bereich

Grundlehrgang Sport (Grundschule)

Seminarinhalt

Das Seminar behandelt ausgewählte aktuelle didaktische und methodische Umsetzungsmöglichkeiten der Lehrplanthemenbereiche der Primarstufe und beinhaltet den Erwerb einer eingeschränkten Sportunterrichtsbefähigung für die Grundschule.

- Der Lehrgang beinhaltet in hohem Maße Praxisanteile
- Sich fit halten – koordinative Fähigkeitsschulung, spielerische Fitnessprogramme im Grundschulsport (Schwerpunkte Beweglichkeit und Kraft)
- An Geräten turnen – Abenteuer Turnhalle/Erlebnisturnen an und mit Geräten
- Laufen, Springen, Werfen – Spielleichtathletik
- Mit dem Partner und in Mannschaften spielen – integrative Sportspielerziehung
- Sich rhythmisch bewegen – kindergerechte Rhythmisierungsprogramme und einfache Tänze

Zielgruppe

- Sportlehrer:innen ohne Fakultas (Grundschule)

Hinweise/Bemerkungen

Bei dieser Fortbildung handelt es sich um ein Kooperationsseminar in Zusammenarbeit mit dem IQSH – Veranstaltungsnummer **XXXXX**. Anmeldung erfolgt über formix!

Anerkannt für das Zertifikat für Ausbildungslehrkräfte beim IQSH.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
02.03.-06.03.2026 Tagesveranstaltungen 09:00 – 18:00 Uhr	26/ 507 .01-0	Trappenkamp	Steffi Jarosch



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Grundlagenseminar für Sicherheitsbeauftragte im inneren Schulbereich

Seminarinhalt

Das Seminar gibt Ihnen einen **Überblick** über das System von Sicherheit und Gesundheitsschutz an der Schule und erläutert Ihnen Ihre Rolle als Sicherheitsbeauftragte.

An verschiedenen Praxisbeispielen erarbeiten wir die Handlungsfelder der Sicherheitsbeauftragten.

- Verantwortung für Arbeits- und Gesundheitsschutz in der Schule – wer ist für was zuständig?
- Aufgaben des Sicherheitsbeauftragten – Wie agiere ich? Wer unterstützt mich?
- „Baustellen“ für Sicherheitsbeauftragte:
 - › Wo lohnt sich ein genaues Hinsehen?
 - › Welche Maßnahmen sollten ergriffen werden?
 - › Gespräche mit Kolleginnen und Kollegen – eine heikle Angelegenheit?

Zielgruppe

- Sicherheitsbeauftragte

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
09.-10.02.2026 09.00 – 16.00 Uhr	26/ 501 .01–1	Neumünster	Rüdiger Remus, Eike Harms Becker
17.-18.02.2026 09.00 – 16.00 Uhr	26/ 501 .02–1	Kiel	Rüdiger Remus, Eike Harms Becker
15.-16.09.2026 09.00 – 16.00 Uhr	26/ 501 .03–1	Neumünster	Rüdiger Remus, Eike Harms Becker
22.-23.09.2026 09.00 – 16.00 Uhr	26/ 501 .04–1	Kiel	Rüdiger Remus, Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!



02 Bewegung, Pause, Sport

Sicherheit im Schulsport

Seminarinhalt

Die Unfallkasse Nord führt dieses Seminar für Sportlehrkräfte in Zusammenarbeit mit dem LI Hamburg durch.

Mögliche Themen:

- Versicherungsschutz durch die Unfallkasse Nord
- Erste Hilfe, Unfallanzeige, Verbandbuch
- Rechtliche Fragen zur Aufsicht in der Schule
- Grundsätze zur Sicherheit im Schulsport in Hamburg
- Sicherheit beim Ringen und Raufen im Schulsport (Praxis-Einheit)
- Helfen und Sichern beim Gerätturnen (Praxis-Einheit)

Zielgruppe

- Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Fachseminar Sport in HH

Hinweise/Bemerkungen

Die Unfallkasse Nord führt Seminare für Sportlehrkräfte in Zusammenarbeit mit dem LI Hamburg durch. Anmeldungen nur über das LI Hamburg.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 508.01 –5	Hamburg	Steffi Jarosch



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Sicherheit im Kanu Sicherheitstraining

Seminarinhalt

Lehrkräfte, die mit SuS Aktivitäten mit dem Kanu (Kanadier) planen und durchführen wollen, sind gehalten, sicherheitsrelevante Kenntnisse und Fähigkeiten, die im Grundlehrgang erworben wurden, in regelmäßigen

Abständen aufzufrischen (vergleiche Erlass und Handreichung „Lernen am anderen Ort“).

- Wiederholung der gängigen Paddel- und Steuer-schläge vorne und hinten
- Wandererlass und Handreichung: „Lernen am anderen Ort“
- Sicherheit beim Wassersport
- Kleine Gewässerkunde
- Sicherheitstraining mit Kenterübungen und Wiedereinstieg
- Bergen von Personen und Material

Zielgruppe

- Absolvent:innen des Grundlehrgangs „Kanu“

Hinweise

Voraussetzung für dieses Seminar ist die Teilnahme an dem Grundlehrgang „Kanu“. Ein Neopren- und/oder Trockenanzug ist unbedingt erforderlich und mitzubringen.

Eine kostenfreie Abmeldung ist ab 3 Wochen vor dem Seminar aus organisatorischen Gründen nicht mehr möglich.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung	26/ 510 .01-1	Raum Lübeck	Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Sicherheit im Kanu in Fließgewässern

Seminarinhalt

Lehrkräfte, die mit SuS Aktivitäten mit dem Kanu (Kanadier) planen und durchführen wollen, sind gehalten, sicherheitsrelevante Kenntnisse und Fähigkeiten, die im Grundlehrgang erworben wurden, in regelmäßigen Abständen aufzufrischen.

In diesem Seminar stehen insbesondere die Gefahren bei der Befahrung von Fließgewässern im Mittelpunkt.

- Wiederholung der Paddeltechniken mit speziellen Steuertechniken für Fließgewässer
- Gefahren am Wehr: Annäherung, Grundwalze, Umtragen oder Treideln
- Hindernisse im Fließgewässer: Verblockungen, Steine, Bäume
- Spezielle Techniken im Fließgewässer: Einschlingen in das Kehrwasser, Seilfähre
- Gruppenführung im Fließgewässer
- Gewässerkunde, Kartenkunde

Zielgruppe

- Absolvent:innen des Grundlehrgangs „Kanu“

Hinweise

Voraussetzung für dieses Seminar ist die Teilnahme an dem Grundlehrgang „Kanu“. Ein Neopren- und/oder Trockenanzug ist unbedingt erforderlich und mitzubringen.

Eine kostenfreie Abmeldung ist ab 3 Wochen vor dem Seminar aus organisatorischen Gründen nicht mehr möglich.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung	26/ 511 .01-1	Kreis Plön/Schwentine	Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!



03 Sicher unterwegs – Mobilitäts- und Verkehrserziehung, Klassenfahrten

Frühradfahren – Radfahren in der ersten und zweiten Klasse

Seminarinhalt

In den Klassenstufen 1 und 2 ist das motorische Training (Frühradfahren, fahrpraktische Übungen im Schonraum) vor dem Hintergrund von zunehmenden Defiziten in der Motorik bei Kindern und hoher Unfallzahlen von Kindern als Radfahrende von besonderem Stellenwert. Mobilitäts- und Verkehrserziehung sollten daher in den Unterricht integriert werden (Erlass zur Mobilitäts- und Verkehrserziehung vom 09.09.2013).

Zielsetzung des Unterrichtes

- Stoffplan und Organisationsformen im Schulalltag
- Vorführung einer Unterrichtseinheit mit Schülerinnen und Schülern
- Fahrübungen der Seminarteilnehmerinnen und Seminarteilnehmer

Zielgruppe

- Kreisfachberater:innen für Mobilitäts- und Verkehrserziehung
- Lehrkräfte 1. bis 4. Klasse
- Präventionsbeamten:innen der Polizei

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Termin wird noch bekannt gegeben 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 513 .01–1	Ort wird noch bekannt gegeben	Sabine Bünger



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:

Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Wandertage und Klassenfahrten mit dem Fahrrad – Mobilität und Sport in Praxis

Seminarinhalt

Der Erlass zur Mobilitäts- und Verkehrserziehung hat die Empfehlungen der Kultusministerkonferenz in Schleswig-Holstein für verbindlich erklärt. Ein besonderer Schwerpunkt ist die handlungsorientierte Radfahrerziehung u. a. durch Planung und Durchführung einer Fahrt. Der Leitfaden zum Erlass

„Lernen am anderen Ort“ vom 19.05.2006 (SH) legt die Teilnahme an dieser Fortbildungsveranstaltung als Vorbereitung zur Durchführung einer Fahrt für Lehrkräfte nahe.

Die Veranstaltung besteht aus einem verpflichtenden Online- und einem Praxistag. Am Praxistag findet u. a. eine Gruppenfahrt unter besonderer Berücksichtigung von Sicherheitsaspekten statt. Für den Praxistag sind ein verkehrssicheres Fahrrad, ein Fahrradhelm und wetterfeste Kleidung mitzubringen.

- Rechtliche Vorgaben, Klassenfahrten, Versicherungsschutz, Haftung
- Von der Planung bis zur Realisierung ein- u. mehrtägiger Ausflüge mit dem Rad
- Fahrradcheck
- Planung der Ausfahrt am 2. Seminartag
- Fahrradausflug

Zielgruppe

- Kreisfachberater:innen für Mobilitäts- und Verkehrserziehung
- Lehrkräfte aller Schularten
- Präventionsbeamt:innen der Polizei

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Termin wird noch bekannt gegeben 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 516 .01–1	Ort wird noch bekannt gegeben	Sabine Büniger



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Fahrradwerkstatt – Grundseminar: Angebot für den Technikunterricht, als unterrichtsergänzende AG und als Nachmittagsangebot für (offene) Ganztagschulen

Seminarinhalt

Die Einrichtung einer Fahrradwerkstatt stellt eine ideale Ergänzung der Mobilitätserziehung im Rahmen des Unterrichts dar. Eine solche Fahrradwerkstatt kann z. B. im Rahmen des Technikunterrichts als schulische Arbeitsgemeinschaft an jeder Schule oder im Rahmen des nachmittäglichen Betreuungsangebotes von (offenen) Ganztagschulen eingerichtet werden.

- Rechtliche Aspekte, Lehrplanbezug
- Mögliche Organisationsformen
- Werkstatteinrichtung
- Theorie und Praxis
- Schlauchflicken an verschiedenen Beispielen
- Einstellarbeiten an Bremssystemen
- Fehlersuche bei der Fahrradbeleuchtung
- Inspektion und Pflege
- Der Fahrradhelm

Zielgruppe

- Betreuung von Arbeitsgemeinschaften
- Kreisfachberater:innen für Mobilitäts- und Verkehrserziehung
- Lehrkräfte
- Präventionsbeamten:innen der Polizei

Hinweise/Bemerkungen

Bei dieser Fortbildung handelt es sich um ein Kooperationsseminar in Zusammenarbeit mit dem IQSH – Veranstaltungsnummer VER0087.

Anerkannt für das Zertifikat für Ausbildungslehrkräfte beim IQSH.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Termin wird noch bekannt gegeben 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 517 .01–1	Ort wird noch bekannt gegeben	Sabine Bünger



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!



04 Soziales Miteinander/Gewaltprävention

Diversität im Betrieb – Interkulturelle Kompetenz am Arbeitsplatz

Seminarinhalt

Die zunehmend gelebte kulturelle Vielfalt in der Gesellschaft führt dazu, dass auch Teams und Kollegien immer diverser werden. Damit sind zahlreiche Chancen verbunden aber auch Herausforderungen. So durchdringen Diskriminierung und Rassismus den (Berufs-) Alltag. Formen und Auswirkungen sind nicht immer leicht erkennbar, dennoch beeinflussen diskriminierende Strukturen und (unbewusste) Handlungen das gesellschaftliche und damit auch berufliche Leben aller. Für direkt Betroffene bedeutet dies eine meist täglich belastende Realität. Sie erleben abwertende Aussagen und Handlungen und strukturelle Ungleichheit. Dies kostet viel Kraft, es erschwert das eigene Potential voll auszuschöpfen und kann zu negativen gesundheitlichen Folgen führen. Unternehmen haben die Verantwortung, Belastungsfaktoren für marginalisierte Mitarbeitende zu reduzieren. Gleichzeitig gilt es, die Potentiale diverser Teams zu nutzen, indem eine diversitätssensible Organisationskultur gelebt wird. Beides kann im besten Falle auch die Außenwirkung des Betriebs positiv beeinflussen.

In dieser Veranstaltung geht es um eine Grundsensibilisierung in Bezug auf das Thema Diversität. Sie erhalten einen Einblick in die Thematik, so dass Sie Diskriminierung in den unterschiedlichen Ausprägungen erkennen lernen und Ideen für eine diversitätssensible Unternehmenskultur entwickeln können.

- Normalitäten und Vorurteile
- Macht und Privilegien
- Diskriminierungen erkennen und ihnen entgegenwirken
- Entwicklung von Perspektiven für eine Weiterarbeit in der Organisation

Zielgruppe

- Angehörige von Personal- und Betriebsräten
- Betriebliche Multiplikator:innen
- Fachleute aus den Bereichen Personal und Soziales, Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz
- Führungskräfte

Hinweise/Bemerkungen

Die Veranstaltung führen wir auf Anfrage in Ihre Einrichtung im Großraum Hamburg durch. Mindestteilnehmerzahl ist 15 Personen

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 045 .01–5	Hamburg	Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Schulhunde – aber sicher

Sicherheit im Umgang mit Hunden in der Schule

Seminarinhalt

Hunde im Schulbetrieb sind eine wunderbare Ergänzung und helfen vielen Kindern, sich besser zu konzentrieren. Pädagogisch richtig eingesetzt, reduzieren Schulhunde den Stress bei den SuS und fördern die Empathiefähigkeit signifikant.

Bei der Mitnahme von Hunden in Bildungseinrichtungen sind aber natürlich einige Punkte zu beachten, um für alle Beteiligten ein größtmögliches Maß an Sicherheit und auch Komfort zu gewährleisten. Neben der Einbindung des Schulhundeinsatzes in ein pädagogisch-didaktisches Konzept, muss die Sicherheit der SuS, aber auch das Tierwohl hierbei mit an oberster Stelle stehen.

- Schulhund aus Sicht der Unfallkasse
- Sammeln von möglichen und tatsächlichen Unfallursachen
- Welche Voraussetzungen muss der Hund mitbringen, um für den Schulbetrieb geeignet zu sein
- Wie schütze ich den Hund vor Überforderung?
- Welche Regeln müssen für die Kinder gelten?
- Die Körpersprache des Hundes – woran erkenne ich ob es meinem Hund gut geht?
- Konzeptbeispiel für den Einsatz von Schulhunden

Zielgruppe

- Mitarbeitende in Schule, die einen „Schulhund“ führen
- Schulleitungen

Hinweise/Bemerkungen

Diese Veranstaltung führen wir auf Anfrage auch in Ihrer Schule durch mit einer Selbstbeteiligung von 300,- € und einer Mindestteilnehmerzahl von 15 Personen. Im Rahmen einer solchen In-houseveranstaltung sind auch praktische Übungen mit Schulhunden möglich. (Obedience und Wesenstest)

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 538 .01-1	Kiel	Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!



05 Technik und Arbeitslehre

Arbeitslehre – aber sicher – Seminar für Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Fachseminar Arbeitslehre in Hamburg

Seminarinhalt

Prävention von Unfällen im Fachunterricht, Kenntnis von Gefährdungen und Sicherheitsvorkehrungen zur Vorbereitung und Durchführung des Fachunterrichts sind die Ziele dieses Seminars.

Die Veranstaltung wird geplant und durchgeführt in Zusammenarbeit mit dem Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Hamburg (LI)/Ausbildung.

- Unfallversicherungsschutz in der Schule und bei schulischen Veranstaltungen
- Fachräume – professionell organisiert
- Arbeitsbereiche für Lehrkräfte und Schüler/-innen: Arbeitsplätze, Raumausstattung, Handwerkzeuge, elektrische Einrichtungen
- Maschinen
- Schutzbrillen, Gehörschutz & Co.: Was ist notwendig?
- Akzeptanz und Vorbild; wer darf welche Maschinen bedienen?
- Elektrosicherheit
- Aufsicht im Werkraum – was ist besonders zu beachten?
- Weitere Themen auf Wunsch der Gruppe

Zielgruppe

- Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Fachseminar Arbeitslehre in HH

Hinweise/Bemerkungen

Die Veranstaltung ist nur buchbar über die Fachseminarleitung in Hamburg für eine ganze Gruppe. Die Durchführung dieses Seminars wird mit den Fachleitungen abgestimmt.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 533.01 –5	Hamburg	Rüdiger Remus



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!



06 Der sichere Schulraum

Aufrecht in den Feierabend

Seminarinhalt

Dieses Seminar soll dazu beitragen, die körperliche Leistungsfähigkeit am Arbeitsplatz Kita/Schule zu erhalten.

Muskel- und Skeletterkrankungen treten bei Erzieherinnen und Erziehern gehäuft auf und die vielfältigen Belastungen werden oft unterschätzt. Im Sinne der Prävention gibt es verschiedene Möglichkeiten, die Gesundheit am Arbeitsplatz zu schützen.

In diesem Seminar werden Tipps zur ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung und Arbeitsorganisation vorgestellt, die sich mit einfachen Mitteln umsetzen lassen. Weiterhin wird ein entlastendes Übungsprogramm, das speziell für diesen Tätigkeitsbereich abgestimmt ist, sowie ein bewusstes Bewegungsverhalten im Alltag erarbeitet. Abgerundet wird das Seminar durch Übungen zur Entspannung und Körperwahrnehmung.

- Bewegung ist der beste Start in den Tag!
- Körperliche Belastung am Arbeitsplatz Kita
- Bausteine eines rückenfreundlichen Kita-Alltags
- Kleine Sitzschule – wir spüren unsere Zahnräder
- Sitzalternativen für große Menschen an kleinen Tischen und auf der Erde
- Entspannung und Bewegung auf der Matte
- Nach dem Essen sollst Du ruhn' oder...
- Bücken, Heben, Tragen – aber bitte mit Stil!
- Immer flexibel bleiben – kurze Bewegungss-equenz
- Wie geht es weiter? Aufrecht in den Feierabend!

Zielgruppe

- Lehrkräfte

Hinweise/Bemerkungen

Dieses Seminar kann auch als Inhouse-Veranstaltung in Ihrer Einrichtung durchgeführt werden. Voraussetzung sind eine Eigenbeteiligung der Dienststelle von 300,00 Euro und eine Mindestteilnehmendenzahl von 15 Personen.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
27.04.2026 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 343 .01-0	Kiel	Steffi Jarosch
02.11.2026 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 343 .02-0	Kiel	Steffi Jarosch



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!



07 Gesund und fit bei der Arbeit

Stark bleiben in stressigen Zeiten: Resilienz als Erfolgsfaktor

Seminarinhalt

Resilienz ist die Fähigkeit, erfolgreich mit belastenden Lebensumständen und negativen Stressfolgen umzugehen und dabei in Balance zu bleiben. Resiliente Menschen bestehen in Stresssituationen, weil sie Bewältigungsstrategien kennen. Sie lernen aus Krisen, entwickeln sich und finden Lösungen. So gehen sie gestärkt auch aus schwierigen Situationen hervor. Resilienz lässt sich trainieren, es ist eine Kompetenz, die dabei hilft, sich in der beruflichen und privaten Lebenswelt besser zu behaupten, gesund zu bleiben und eigene Ziele zu erreichen.

- Innere Stärke im Berufsalltag: Wege zur Resilienz
- Resilienz entwickeln: Strategien für nachhaltige Belastbarkeit
- Herausforderungen souverän meistern: Resilienz aufbauen
- Vom Stress zur Stärke: Resilienz-Kompetenz im Beruf

Zielgruppe

- Angehörige von Personal- und Betriebsräten
- Betriebliche Multiplikator:innen
- Fachleute aus den Bereichen Personal und Soziales, Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz
- Führungskräfte
- Interessierte

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
25.02.2026 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 350 .01–1	Kiel	Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Elterngespräche

Seminarinhalt

In der Betreuung von Kindern werden Lehrkräfte und Erzieher*innen mit einer großen Vielfalt von Erwartungen, Interessen und Werten konfrontiert. Diese Ansprüche werden seitens der Eltern mitunter auf eine Art und Weise formuliert, die als übergriffig empfunden werden können. Wenn dann auf gefühlte Provokationen entsprechend emotional aufgebracht reagiert wird, kann dies zu einer Eskalation bei Elterngesprächen führen. Ist eine Erziehungspartnerschaft mit den Eltern jedoch erstmal gestört, wird sich ein weiterer wertschätzender Austausch mit Eltern und ein konstruktiver Umgang bei Meinungsverschiedenheiten schwierig gestalten.

Dieses Seminar gibt Gelegenheit zur Auseinandersetzung damit, wie Beziehungsgestaltung mit Eltern gelingen kann. Hierbei sind präventive Überlegungen maßgeblich. Der Fokus wird auf der Gestaltung von Gesprächen mit Eltern liegen:

- Wie kann man einen professionellen Rahmen setzen und auch bei schwierigen Gesprächsanlässen diplomatisch bleiben?
- Es geht weiterhin um Selbstfürsorge bei Lehrkräften und den Erzieher:innen, Perspektivwechsel zur Elternseite und hilfreiche Absprachen auf struktureller Ebene.
- Grundlagen konstruktiver Kommunikation bei Konflikten
- Denk- und Handwerkszeuge für eskalierte Situationen
- Praktische Übungen mit Gelegenheit zur Bearbeitung eigener Fälle
- Erarbeitung präventiver Maßnahmen

Zielgruppe

- Lehrkräfte aller Schulformen
- Leitungen und Mitarbeitende in Kitas

Hinweise/Bemerkungen

Die Veranstaltung führen wir auf Anfrage in Ihre Einrichtung im Großraum Hamburg durch. Mindestteilnehmerzahl ist 15 Personen.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
12.02.2026 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 355 .01–5	Hamburg	Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Heben und Bewegen – Arbeits- und Gesundheitsschutz in der Schule

Seminarinhalt

Für Multiplikator:innen des Arbeitsbereichs

Die Kolleginnen und Kollegen in den inklusiven Maßnahmen „Heben und Bewegen“ der Förderzentren mit den Förderschwerpunkten geistige Entwicklung, körperliche und motorische Entwicklung sowie mit den Förderschwerpunkten Sehen und Hören in Schleswig-Holstein sind im Umgang mit Schülerinnen und Schülern mit Körper- und Mehrfachbehinderung häufig besonderen psychischen und physischen Belastungen ausgesetzt. Ziel dieser kontinuierlich weiterlaufenden Fortbildungsreihe für Multiplikator:innen ist die Verbesserung des Bewegungsverhaltens aller Mitarbeiter/-innen in ihrer täglichen Arbeit. So soll ein möglichst körpergerechtes und ergonomisches Bewegen und Arbeiten bei den Kolleginnen und Kollegen erzielt sowie die Gefahren gesundheitlicher Schäden verringert und präventive Maßnahmen ergriffen werden.

- Handling
- Kinästhetik
- Rückenschule
- Ergonomie in der Arbeit
- Elternberatung
- Gestaltung von kollegiumsinternen Fortbildungen
- Allgem. Beratungskonzepte und Coaching
- Arbeit mit der Video-Analyse
- Ergonomische Gestaltung von Situationen und Räumen
- Hilfsmittel- und Rollstuhlversorgung
- Aspekte der Förderung und sonderpädagogischen Förderplanung
- Schulprogrammarbeit

Zielgruppe

Lehrkräfte der Förderschulen –
Multiplikator:innen des Arbeitsbereichs

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 504 .01–0	Ort wird noch bekanntgegeben	Steffi Jarosch



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Fit for Job

Seminarinhalt

Dieses Seminar soll helfen die Arbeit am Bildschirmarbeitsplatz gesundheitsförderlich zu gestalten. Sie erhalten Tipps und Hintergrundinformationen um die Eigenkompetenz und Eigenverantwortung zur Stärkung der (Rücken-) Gesundheit (Resilienz) zu erhöhen.

- Grundlagen der Anatomie, Physiologie und Funktionsweise der Wirbelsäule und der großen Gelenke und der Stoffwechsel des Körpers
- Günstige und ungünstige Körperhaltung und Bewegungsabläufe
- Vorteile des dynamischen Sitzens und Bewegungsverhaltens
- Zusammenhänge Bewegungsverhalten und Rückengesundheit
- Büroergonomie und Gesundheit am Arbeitsplatz (Verhalten – Verhältnisse)
- Zusammenhänge psychischer Belastungen und körperlicher Beschwerden
- Ergonomische Gestaltungskriterien des Bildschirmarbeitsplatzes: kleine Veränderungen, große Wirkung!
- Einführung in das Training mit Togu Brasils, Flexi Bars und den Balance Pads
- Eigenkompetenz und Eigenverantwortung für Ihre Rückengesundheit

Zielgruppe

Alle Interessierte

Hinweise

Diese Veranstaltung wird auf Antrag mit einer Eigenbeteiligung der Dienststelle von 300,00 Euro in Ihrem Unternehmen durchgeführt. Mindestteilnehmerzahl sind 15 Personen. Das Seminar ist als Impuls-Fortbildung ausgelegt und kann pro Dienststelle nur einmalig abgerufen werden.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
02.09.2026 09.00 – 16.00 Uhr	26/ 044 .01-1	Kiel	Jan Feddersen



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Online – Gesundes Sehen am Bildschirmarbeitsplatz

Seminarinhalt

In diesem Seminar erhalten Sie neben Grundlagen zur Anatomie und Funktionsweise des Auges auch einen konkreten Trainingsplan und Übungen zu den Grundlagen des gesunden Sehens.

- Praktische Übungen zur Augenbeweglichkeit
- Prävention von trockenen oder tränenden Augen
- Training des beidäugigen und räumlichen Sehens
- Erweiterte Wahrnehmung von scharfem und peripherem Sehen
- Augenentspannung am Computerarbeitsplatz
- Stimulierung der visuellen Verarbeitung im Gehirn
- Sehstressprophylaxe
- Prävention schnell ansteigender Brillenwerte

Zielgruppe

Alle Interessierte

Hinweise

Dieses Seminar kann auch betriebsspezifisch in Ihrer Einrichtung durchgeführt werden (mindestens 15 Teilnehmende).

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
17.03.2026 10.00–12.00 Uhr	26/ 721 .01–1	Online	Jan Feddersen
24.09.2026 10.00–12.00 Uhr	26/ 721 .02–1	Online	Jan Feddersen



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Online – Stimme – Stimmung – Stimmlos

Seminarinhalt

Wir haben unsere Stimme jeden Tag im Einsatz, sie ist unser wichtigstes Medium. Wir flüstern, wir schreien, wir quietschen, singen und klingen. Aber wie entsteht diese immense Bandbreite menschlicher Klänge?

- Wie funktioniert meine Stimme?
- Wie bringe ich meine Stimme ressourcenschonend zum Schwingen?
- Was tut meiner Stimme gut und was schadet ihr?
- Wie kann ich mit Lampenfieber richtig umgehen?
- Was sollte ich beim Telefonieren beachten?

• Zielgruppe

- Dozent:innen
- Erzieher:innen
- Lehrkräfte aller Schulstufen
- Pädagogische Fachkräfte

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Nach Vereinbarung	26/ 349 .01-1	Online	Eike Harms Becker



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:

Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Suchtprobleme am Arbeitsplatz – eine Führungsaufgabe

Seminarinhalt

Suchterkrankungen am Arbeitsplatz sind ein ernstzunehmendes Problem, das nicht nur die betroffenen Mitarbeiter/innen belastet, sondern auch Produktivität und Betriebsklima. Führungskräfte stehen hier vor einer besonderen Herausforderung. Sie sind oft die Ersten, die Verhaltensänderungen bemerken, fühlen sich aber unsicher im Umgang mit der Situation.

In diesem Seminar erfahren sie, wie Sie sensibel und professionell auf Anzeichen von Suchtmittelmissbrauch reagieren können

Es wird genug Platz für Diskussionen rund um die Thematik zur Verfügung stehen. Sie erhalten Gelegenheit, miteinander und mit uns ins Gespräch zu kommen.

- Orientierungshilfen für die praktische Personalarbeit
- Entwicklung einer Suchtmittelabhängigkeit am Beispiel „Alkohol“
- Merkmale und Reaktionen gefährdeter und abhängiger Mitarbeitende

- Ansprechen statt Schweigen
- Rolle/Aufgabe von Vorgesetzten in der Einzelfallhilfe
- Möglichkeiten der Personalräte und anderer betrieblicher Funktionsträger
- Interventions- und Hilfemöglichkeiten bei Suchtmittelauffälligkeiten
- Lösungsorientierter Umgang mit Mitarbeitenden in Problembereichen
- Methoden der Gesprächsführung – Interventionstechniken
- Vorbeugende Möglichkeiten/Dienstvereinbarung

Zielgruppe

- Führungskräfte
- Interessierte
- Personalräte

Hinweise/Bemerkungen

Die Veranstaltung kann auf Antrag auch regional unter Eigenbeteiligung der Dienststelle von 300,- Euro pro Tag durchgeführt werden, mind. 15 Teilnehmende.

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
03.11.2026 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 706 .01-0	Kiel	Olaf Stöhrmann



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Kraftanker-Veranstaltungsreihe für Pflegende Angehörige – Tagesseminare für pflegende Angehörige

Seminarinhalt

Einem nahestehenden Menschen trotz Pflegebedürftigkeit lange und selbstbestimmt das Leben zuhause zu ermöglichen, klingt für viele erst einmal selbstverständlich.

Aber wie kann der häusliche Pflegealltag gelingen?

Welche Hilfen und Wege gibt es?

In Begegnung mit anderen pflegenden Angehörigen erhalten Sie in dieser Seminarreihe die Möglichkeit eines Austausches zu verschiedensten Themen rund um die häusliche Pflege.

Erfahrene Referent: innen informieren über unterstützende Netzwerke, alltagspraktische Lösungen, Möglichkeiten zur Selbsthilfe und beantworten Ihre Fragen.

- Informationen zu verschiedensten Themen rund um die häusliche Pflege und regionalen Unterstützungsangeboten
- Austausch mit anderen Pflegenden Angehörigen

Zielgruppe

- BGM-Multiplikator:innen
- Interessierte
- Pflegende Angehörige als Beschäftigte von Mitgliedsunternehmen der UK Nord

Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
Termin wird noch bekannt gegeben 09:00 – 16:00 Uhr	26/ 711 .01–7	Hamburg	Olivia Maloku



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Online-Seminar: Demenzpartnerschulung: „Das Herz wird nicht dement...“

Seminarinhalt

In Deutschland sind ca. 1,7 Mio. Menschen an einer Demenz erkrankt, über 62 Tausend davon leben in Schleswig- Holstein.

Angehörige von Menschen mit Demenz sind in der häuslichen Pflege sowohl physisch als auch psychisch hoch belastet.

Informationen zum Krankheitsbild Demenz und zum Umgang mit Menschen mit Demenz können einen Beitrag zur Entlastung leisten.

- Aktuelle Informationen zum Krankheitsbild Demenz
- Tipps zum Umgang und der Kommunikation mit Menschen mit Demenz
- Experten-Chat

Zielgruppe

- BGM-Multiplikator:innen
- Führungskräfte
- Interessierte
- Pflegende Angehörige als Beschäftigte von Mitgliedsunternehmen der UK Nord

Hinweise/Bemerkungen

Anmeldung über das Kompetenzzentrum Demenz: www.demenz-sh.de oder direkt an die Mailadresse: medien@demenz-sh.de


Termin	Seminarnummer	Ort	Seminarverantwortliche:r
06.05.2026 09:00 – 13:00 Uhr	26/ 715 .01–7	Online	Olivia Maloku



Auf der Internetseite www.meine.uk-nord.de/seminare das Seminar finden:
Im Suchfeld die **fettgedruckte Nummer** eingeben und bestätigen!

Unfallkasse Nord

Seekoppelweg 5a
24113 Kiel

 www.uk-nord.de

Unsere Servicezeiten

Tel. 0431 6407-0

Sie erreichen uns am besten
montags bis donnerstags
von 9 bis 15 Uhr sowie
freitags von 9 bis 13 Uhr