

# Psychisch fit in Lehre und Schule

**Kostenloser Experteninput und moderierter  
Austausch zur Stärkung der psychischen  
Gesundheit von jungen Erwachsenen**



Die psychische Gesundheit ist ein wichtiger Faktor für eine gute Entwicklung im Jugend- und frühen Erwachsenenalter. Stress, emotionale Erschöpfung, Müdigkeit, Einschlafschwierigkeiten und depressive Symptome sind jedoch bei 16- bis 24-Jährigen weit verbreitet.

Möchten Sie sich damit auseinandersetzen, wie Sie als Berufs- und Praxisbildende oder als Berufsfach- und Mittelschullehrperson die psychische Gesundheit Ihrer Lernenden und Schüler\*innen stärken können? Dann melden Sie sich für den Online-Dialog an:

# Online-Dialog

## 30. Oktober 2023

### 16 – 18 Uhr

# Follow-up

## 22. November 2023

### 16 – 17.30 Uhr

Anmeldung per Mail: [info@bgm-ag.ch](mailto:info@bgm-ag.ch)

Mitglieder des Forum BGM Aargau, des Netzwerks Psychische Gesundheit Kanton Aargau, des Gewerbeverbands Aargau sowie von Berufsfach- und Mittelschullehrpersonen aus dem Kanton Aargau werden zuerst berücksichtigt.

Mitwirkende bei der Konzeption:



In Kooperation mit:



WEITERE INFOS:



Mit Unterstützung von Gesundheitsförderung Schweiz