

Bericht zur Lehrerfortbildung auf Madeira – "The Well-Being Code"

Vom 2. bis 7. Juni 2025 nahm ich an einer internationalen Lehrerfortbildung auf der portugiesischen Insel Madeira teil. Die Veranstaltung stand unter dem Thema "The Well-Being Code" und widmete sich der Förderung von Wohlbefinden im schulischen Kontext – sowohl für Lehrkräfte als auch für Schülerinnen und Schüler. Die Teilnahme wurde über das Erasmus+ Programm finanziert, was diese bereichernde Erfahrung erst möglich



machte.

Die Fortbildung kombinierte theoretische Grundlagen mit praxisnahen Tipps und Aufgaben zu Themen wie Achtsamkeit, Resilienz und emotionaler Gesundheit. Besonders eindrucksvoll war der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen aus Polen, Irland und Spanien. In zahlreichen Gesprächen konnten wir voneinander lernen, unsere Schulsysteme vergleichen

und Ideen für eine gesunde, wertschätzende Schulkultur diskutieren. Diese internationale Zusammenarbeit war nicht nur fachlich gewinnbringend, sondern auch persönlich sehr bereichernd.

Auch außerhalb der Seminarzeiten bot die Woche viele unvergessliche Eindrücke. Die atemberaubende Natur Madeiras – von üppigen grünen Bergen bis hin zu dramatischen Küstenlandschaften – trug maßgeblich zur



Erholung und Inspiration bei. Das durchgehend angenehme Wetter lud zu zahlreichen Aktivitäten im Freien ein, wie etwa einer adrenalingeladenen Bergfahrt in einem der berühmten Korbschlitten.

Ein besonderes Highlight war außerdem die lokale Küche: Frischer Fisch, exotische Früchte und traditionelle Speisen wie *Espetada* oder *Bolo do Caco* machten die Mahlzeiten zu einem Genuss. Diese kulinarischen Erlebnisse rundeten die Woche perfekt ab.

Insgesamt war die Fortbildung eine sehr gelungene Kombination aus fachlicher Weiterbildung, interkulturellem Austausch und persönlicher Bereicherung – mit vielen Impulsen, die ich in meinen Schulalltag mitnehmen werde.

Lia Oliveira

