



Liebe Professorinnen und Professoren,
liebe Kolleginnen und Kollegen,
liebe Leserinnen und Leser,

mit Beginn der wärmeren Jahreszeit werden auch wieder verstärkt Lehr- und Forschungsaktivitäten im Freien geplant. Der Outdoor Campus der KU bietet die Möglichkeit, Lehrveranstaltungen im Freien abzuhalten. Wie das gut gelingen kann, erfahren Sie in einem Workshop-Angebot der Hochschuldidaktik. Wie Exkursionen mit digitalen Elementen sinnvoll ergänzt werden können, ist ebenfalls Gegenstand eines eigenen Workshops für Lehrende.

Resilienz und Achtsamkeit, gesunder Schlaf und Entspannung durch Bewegung sind weiterhin Fokusthemen, die sowohl in der Führungskräfteentwicklung als auch im Gesundheitsmanagement durch verschiedene Angebote bespielt werden.

Viel Freude beim Entdecken unserer Angebote wünscht Ihnen

Ihr Team der Stabsstelle Personalentwicklung und Weiterbildung

Dr. Jennifer Dobschenzki, Marina Fleck, Anna Michl, Eva Schmatloch und Dr. Michael Winklmann

Inhalt Newsletter

- Kurs-Highlights
- Hochschuldidaktische Angebote
- Angebote aus dem Bereich Gesundheit
- Weitere Angebote an der KU
- Bleiben Sie informiert: Regelmäßige Informationen & Kontakt

NEW



NEW

Gesundheitsangebote ab sofort auch am Standort Ingolstadt

Die Bildschirmbrillenuntersuchung und Beratungsgespräche mit unserer Arbeitspsychologin finden ab sofort auch am Standort Ingolstadt statt. Konkrete Termine finden Sie im Newsletter weiter unten.

Kurs-Highlights



Führung in der Wissenschaft

In diesem Workshop erarbeiten Sie die Grundlagen guter Führung speziell im wissenschaftlichen Kontext, einschließlich effektiver Strategien für den Umgang mit Herausforderungen im Führungsalltag. Ziel ist es, eine fundierte Basis für erfolgreiche Führungsarbeit zu legen. Zielgruppe: Professor/-innen
10.10.24, 9:00-17:00, Präsenz, S30a-110, und 30.10.24, 13:00-17:00 Uhr, online, Dr. Kristina van Dawen (DHV)

Zur Anmeldung



Promotionen gut betreuen – Werkzeuge der Promotionsbetreuung

Rollenklarheit im Betreuungsprozess, Werkzeuge guter Promotionsbetreuung und der Umgang mit Herausforderungen sind Themen dieses Workshops. Zielgruppe: Professor/-innen
20.09. und 15.11.24, jeweils 09:30-12:30 Uhr, online, Dr. Nadine Chmura

Zur Anmeldung



Resilienz für Führungskräfte im wissenschaftsstützenden Bereich

Sie reflektieren Ihren Umgang mit veränderbaren und unveränderbaren Rahmenbedingungen Ihres beruflichen Alltags und lernen die „7 Säulen der Resilienz“ kennen. 11.06.24, 09:30-17:30 Uhr, Präsenz, S30a-110, Katja Sauer; Follow-up am 09.07.24 online

Zur Anmeldung



VERGABEN

Vergaben an der KU - Grundschulung für Mitarbeitende

Alle Mitarbeitenden der KU, die Liefer- oder Dienstleistungen einkaufen, unterliegen den Regeln des öffentlichen Einkaufs. In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Vergabeverfahren rechtssicher durchführen können und erkennen, wie fairer Wettbewerb gewährleistet wird.

08.05.24, 09:00-11:30 Uhr, online, Bernhard Semmler/
Alexander Rager

Zur Anmeldung



KARRIERE-ENTWICKLUNG

Promotion und dann? Ein Workshop zur aktiven Karrieregestaltung

Welche beruflichen Möglichkeiten gibt es nach der Promotion? Wie stelle ich mich bereits während der Promotionszeit dafür gut auf?

25. & 26.04.24, je 09:00-13:00 Uhr, online, Dr. Sarah Weber

Zur Anmeldung



BEWERBUNGS-TRAINING

Bewerbungstraining für den außerakademischen Arbeitsmarkt

Modul 1: Stellensuche und Karriereentwicklung auf dem außerakademischen Arbeitsmarkt

19. & 20.06.24, jeweils von 09:30-12:30 Uhr, Dr. Matthias Schwarzkopf

Modul 2: Die schriftliche Bewerbung für den außeruniversitären Arbeitsmarkt

10. & 11.07.24, jeweils von 09:00-13:00 Uhr, Evelyn Hochheim

Zur Anmeldung

Hochschuldidaktische Angebote

Achtsamkeit im Hochschulalltag: das Kartenset

Set aus 32 Karten, mit Übungen zur Stressbewältigung. Es soll helfen, mit belastenden Arbeitssituationen und einem



hohem Stresspegel umzugehen.

Kartenset zum Download & Ausdrucken



Unterrichten im Freien – Outdoor Campus

Zielgerichtet und lernerzentriert Lehren im Freien, wie geht das? Im Workshop werden praktische Umsetzungsideen gemeinsam erarbeitet.

07.05. und 14.05.24, jeweils 14:00 - 16:30 Uhr, Outdoor Campus und INTERIM-209, Bianca Höppner, Andrea Steinbach

Zur Anmeldung



REALE EXKURSIONEN MIT DIGITALEN MEDIEN GESTALTEN

Reale Exkursionen mit digitalen und virtuellen Medien gestalten

VR-Brillen, Apps und Co – Exkursionen können vielseitig angereichert werden. Der praxisnahe Workshop liefert Ideen für die eigene Planung.

Zur Anmeldung



BNE-Fortbildungsmodul – Lehre einmal anders denken in einer Zukunftswerkstatt

An diesem Nachmittag wollen wir uns die Zeit nehmen, einmal neu über unseren Bildungsauftrag nachzudenken. Lassen Sie sich ein auf eine Mini-Zukunftswerkstatt über die Zukunft der Lehre.

Zur Anmeldung



**BILDUNG FÜR
NACHHALTIGE
ENTWICKLUNG**

BNE-Coachingmodul

Sie suchen Ideen, Anregungen oder passende Methoden, um Ihre Lehre BNE-orientiert zu gestalten? Dann melden Sie sich hier an und vereinbaren Sie einen individuellen Gesprächstermin.

Zur Anmeldung

Angebote aus dem Bereich Gesundheit



**ENTSPANNUNG
FÜR GESUNDEN
SCHLAF**

Gesunder Schlaf und mentale Gesundheit

Was ist gesunder Schlaf und welche Voraussetzungen müssen dafür erfüllt sein? Hier erhalten Sie praktische und sofort umsetzbare Tipps für einen gesunden Schlaf.

15.05.24, 10:30 - 12:00 Uhr, online, Alexander Buck

Zur Anmeldung



**CARDIO
STRESSTEST**

3. Aktionstag – Cardio-Stresstest

Durch den Cardio-Stresstest werden Ihre Stresssymptome sichtbar gemacht und Sie erhalten daraufhin individuelle Tipps, um Ihrem Stress entgegenzuwirken.

05.06.24, 08:30 - 16:00 Uhr, Präsenz (eRs-102), Techniker Krankenkasse

Termin buchen



**BILDSCHIRM-
BRILLE**

Bildschirmbrillenuntersuchung in Ingolstadt

Gesunde Augen – Angebot zur Bildschirmbrillenuntersuchung
19.06.24, 08:30 - 16:00 Uhr, Präsenz (HB-108), Termine im 15-Minuten Takt

Termin buchen

Arbeitspsychologin in Ingolstadt

Unterstützung bei beruflichen und privaten Herausforderungen

11.07.24, 10:00-16:00 Uhr, Präsenz (Georgianum 201), Cornelia Plein

Termin vereinbaren



ARBEITS-
PSYCHOLOGIN

Weitere Angebote an der KU



FIT IN DEN TAG

Angebote aus dem Sportzentrum - für
Mitarbeitende

Fit in den Tag

Mittwochs, 08:00-08:10 Uhr, online

Direkt zum Kurs (Zoom-Link / ohne Anmeldung)

Qigong für „zwischen durch“

Dienstags, 12:15-13:00 Uhr, Präsenz (Kellerbühne im KAP)

Zur Anmeldung

Balanced Movement

Dienstags, 18:15 – 19:00 Uhr, online (Zoom)

Zur Anmeldung



**ZIELGERICHTET
IN DER
BIBLIOTHEK
ARBEITEN**

Zielgerichtet in der Bibliothek arbeiten: Für
Sekretariate und Lehrstühle

Einführung in die Ausleihbedingungen an der
Universitätsbibliothek, Zusammenstellung der
unterschiedlichen Bestellmöglichkeiten für Hand- und
Semesterapparate, Vorstellung der verschiedenen
Recherchetools

08.05.24, 11:00 – 12:30 Uhr, Präsenz, HB-104,

Zur Anmeldung

05.06.24, 14:30 - 16:00 Uhr, online

Zur Anmeldung

14.05.24, 10:00 – 11:30 Uhr, Präsenz, UA-045,

Zur Anmeldung

Bleiben Sie informiert:

Der Newsletter der Stabsstelle Personalentwicklung und Weiterbildung wird **regelmäßig** an alle KU-Angehörigen verschickt. Wenn Sie zwischen diesen Zeitpunkten über Neuerungen, Angebote und Veranstaltungen informiert werden möchten, dann können Sie auch folgende Kanäle nutzen:



Zoom-Newsfeed

Aktuelle und kurzfristige Informationen zu laufenden Kursen, neuen Kursangeboten und freien Plätzen

Hier abonnieren



ILIAS-Weiterbildungsportal

Anmeldung zu den Fortbildungsangeboten ausschließlich über das ILIAS-Weiterbildungsportal

Zum ILIAS-Weiterbildungsportal



Veranstaltungskalender

Überblick über alle Fortbildungsangebote der Stabsstelle

Zum Veranstaltungskalender



Homepage

Weiterführende Informationen und hilfreiche Tools zu den Themen Führung, Gesundheit und Hochschuldidaktik

Zur Homepage

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).

Katholische Universität Eichstätt-Ingolstadt
Stabsstelle Personalentwicklung und Weiterbildung
Ostenstraße 26
85072 Eichstätt
Deutschland

personalentwicklung(at)ku.de
www.ku.de/personalentwicklung



Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese **hier** kostenlos abbestellen.