



Pädagogische Abteilung

Aktenplan: 32.14.2026.00001

An die Direktionen
der Grundschul-, Schulsprengel, Mittel- und
Oberschulen, Fach- und Berufsschulen

Bozen, 01.10.2026

Bearbeitet von:
Gudrun Schmid

Mitteilung

Workbook „Mind your Mind – Psychische Gesundheit von Jugendlichen stärken“

Sehr geehrte Frau Direktorin, sehr geehrter Herr Direktor,

psychische Gesundheit ist eine wichtige Voraussetzung für erfolgreiches Lernen und persönliche Entwicklung. Gleichzeitig nehmen psychische Belastungen bei Jugendlichen zu und spiegeln sich auch im Schulalltag wider. Anlässlich des Tages der psychischen Gesundheit am 10. Oktober möchte ich Sie auf die Initiative „Mind your Mind – Psychische Gesundheit von Jugendlichen stärken“ aufmerksam machen.

Das [Workbook](#) „Mind your Mind – Psychische Gesundheit von Jugendlichen stärken“ bietet Lehrkräften sowie Schulsozialpädagoginnen und -pädagogen sowohl kompaktes Hintergrundwissen als auch zahlreiche erprobte und flexibel einsetzbare Übungen für die Unterrichtspraxis an. Ziel der Materialien ist es, die Auseinandersetzung mit psychischer Gesundheit im Unterricht zu fördern und die Schule in ihrer Rolle als Ort der Prävention zu stärken.

Begleitend zum Workbook wurde ein [Plakat](#) im Format DIN A3 entwickelt, das zentrale Anlaufstellen für Jugendliche in Südtirol auf einem Blick zusammenfasst. Damit junge Menschen im Bedarfsfall rasch Orientierung und Unterstützung finden, bitten wir Sie, das Plakat an ihrer Schule auszuhängen.

Im Rahmen der [Schilf](#)-Angebote bieten Mitarbeiter/-innen der Pädagogischen Abteilung einen **Einführungsworkshop** mit Reflexionsnachmittag zur kompetenten Nutzung des Workbooks für Mittelschulen und Schulen der Oberstufe an.

Webinare zu psychologischen und pädagogischen Themen, die über den [#EVENTS-Kalender](#) der Pädagogischen Abteilung kommuniziert und angeboten werden, runden unser Angebot ab. Die Teilnahme ist direkt über den Kalender möglich, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die Initiative basiert auf dem Workshop „Mindboost“ der Sucht- und Drogenkoordination Wien. Er wurde von den Bereichen Gesundheitsförderung und Psychopädagogik der Pädagogischen Abteilung für Südtirol weiterentwickelt und in zahlreichen Pilotprojekten an Mittel- und Oberschulen sowie in Fortbildungen für Lehrkräfte, Schulsozialpädagoginnen und Schulsozialpädagogen erfolgreich erprobt.

Mit freundlichen Grüßen

Der Abteilungsdirektor
Martin Holzner
(mit digitaler Unterschrift unterzeichnet)

Anlagen:

Flyer zu den Angeboten Mind your Mind

Papierausdruck für Bürgerinnen und Bürger ohne digitales Domizil

(Artikel 3-bis Absätze 4-bis, 4-ter und 4-quater des
gesetzesvertretenden Dekretes vom 7. März 2005, Nr. 82)

Dieser Papierausdruck stammt vom Originaldokument in elektronischer Form, das von der unterfertigten Verwaltung gemäß den geltenden Rechtsvorschriften erstellt wurde und bei dieser erhältlich ist.

Der Papierausdruck erfüllt sämtliche Pflichten hinsichtlich der Verwahrung und Vorlage von Dokumenten gemäß den geltenden Bestimmungen. Das elektronische Originaldokument wurde mit folgenden digitalen Signaturzertifikaten unterzeichnet:

Name und Nachname / nome e cognome: Martin Holzner

Steuernummer / codice fiscale: TINIT-HLZMTN62S22A022E

certification authority: InfoCert Qualified Electronic Signature CA 3

Seriennummer / numero di serie: 02034C71

unterzeichnet am / sottoscritto il: 01.10.2026

*(Die Unterschrift der verantwortlichen Person wird auf dem Papierausdruck durch Angabe des Namens gemäß Artikel 3 Absatz 2 des gesetzesvertretenden Dekretes vom 12. Februar 1993, Nr. 39, ersetzt)

Am 01.10.2026 erstellte Ausfertigung

Copia cartacea per cittadine e cittadini privi di domicilio digitale

(articolo 3-bis, commi 4-bis, 4-ter e 4-quater del decreto
legislativo 7 marzo 2005, n. 82)

La presente copia cartacea è tratta dal documento informatico originale, predisposto dall'Amministrazione scrivente in conformità alla normativa vigente e disponibile presso la stessa.

La stampa del presente documento soddisfa gli obblighi di conservazione e di esibizione dei documenti previsti dalla legislazione vigente.

Il documento informatico originale è stato sottoscritto con i seguenti certificati di firma digitale:

*(firma autografa sostituita dall'indicazione a stampa del nominativo del soggetto responsabile ai sensi dell'articolo 3, comma 2, del decreto legislativo 12 febbraio 1993, n. 39)

Copia prodotta in data 01.10.2026



➤ Workbook

... bietet viele Hintergrund-Informationen zur psychischen Gesundheit, erprobte Übungen für Mittelschule und Oberstufe und den Ablauf eines Beispiel-Workshops

[Workbook Mind your Mind](#)

➤ Plakat

... mit den wichtigsten Anlaufstellen für Jugendliche, zum Aushängen an der Schule

[Plakat Anlaufstellen Jugendliche Südtirol](#)

➤ Webinare

... Webinare zu aktuellen Themen

[Webinare der Pädagogischen Abteilung](#)

➤ Schilf

... der Einführungsworkshop kann als schulinterne Fortbildung angefragt werden, min. 14 Interessierte

[Schilfangebote der Pädagogischen Abteilung](#)



Gudrun.Schmid@provinz.bz.it, 0471 41 75 93 8



Sofia.Castlunger@schule.suedtirol.it, 0474 52 39 35
(ladinische Schulen)

SICH HILFE HOLEN IST OK - WIR SIND DA

Gemeinsam ist vieles einfacher. Neben deinen Eltern, Freundinnen und Freunden gibt es noch andere, die für dich da sind:

- deine Lehrpersonen, die Beratungslehrpersonen im Zentrum für Information und Beratung (ZIB), die Schulsozialpädagogin oder der Schulsozialpädagoge, die Direktorin oder der Direktor deiner Schule
- die Psychopädagoginnen und -pädagogen des Pädagogischen Beratungszentrums (PBZ)
- die Schulpsychologinnen und -psychologen des Psychologischen Dienstes



alle ANLAUFSTELLEN
mit einem Klick

800 101 800 Psychologisches Krisentelefon 24/7 erreichst du Psychologinnen und Psychologen. Sie bieten dir vertraulich und kostenlos erste psychologische Hilfe an.	112 Notfallnummer 24/7 erreichst du diese Nummer bei jedem Notfall: Rettung, Bergrettung, Feuerwehr, Polizei, Carabinieri.	Young+Direct Mit uns kannst du über alles reden, vor Ort, telefonisch, über WhatsApp, Facebook, Skype - vertraulich und kostenlos.
02 23 27 23 27 Telefono amico Du erreichst uns täglich von 09:00 bis 24:00 Uhr. In Bozen erreichst du uns unter der Nummer 0471 289 328 von Montag bis Freitag von 16:00 bis 19:00 Uhr.	Psychologische Dienste Zu Bürozeiten erreichst du den Psychologischen Dienst und die Notfallpsychologin: Bezirk Bozen 0471 435 001 Bezirk Brunico 0472 813 100 Bezirk Bruneck 0474 586 220 Bezirk Meran 0473 251 160	0471 052 052 Caritas Telefonseelsorge Reden hilft, schreiben auch. Wir sind da. 24/7 kannst du uns anrufen oder online kontaktieren.
Du suchst Infos und Kontakte in Krisenzeiten? Du bist nicht allein! ... rechtliche Informationen? Kinder- und Jugendanwaltschaft	... eine geeignete Schule, Lehrstelle oder Arbeit? Berufsberatung Jugendcoaching	... nach weiteren Informationen? Feel-OK Istokay Forum Prävention

Contact Now

