



Die SCHULGLOCKE ist KEIN WECKER!

Der TRAUM vom späteren SCHULBEGINN

Freitag, 25. Sept. 2026, 09:30-13.30
(Einlass ab 9:00 Uhr)

Im Projektbüro der mental health days,
Währinger Str. 33, 1090 Wien
& online als **Live-Stream**

SYMPOSIUM ZU SCHLAF, MÜDIGKEIT UND BIORHYTHMUS IM SCHULALLTAG

Passend zum internationalen „Yellow Month“ im September widmet sich dieses Symposium einer zentralen Frage unseres Bildungssystems: **Wie wirken sich Schlafmangel, chronische Müdigkeit und ein früher Schulbeginn auf die psychische und physische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen aus?**

Die oft emotional geführte Debatte um den Schulbeginn soll auf ein evidenzbasiertes, wissenschaftliches Fundament gestellt werden. Expert:innen aus Chronobiologie, Psychiatrie und Arbeitspsychologie präsentieren aktuelle Erkenntnisse und zeigen konkrete Handlungsmöglichkeiten für den Schulalltag auf. Dabei fließen brandaktuelle Forschungsarbeiten – wie etwa die der Schlafexpertin Joëlle Albrecht – ein, die belegen: Ein flexiblerer, späterer Schulstart schenkt Jugendlichen signifikant mehr Schlaf, steigert ihre Lernleistung und ist ein hochwirksamer Ansatz, um chronischer Überlastung und depressiven Verstimmungen präventiv entgegenzuwirken.

Die Veranstaltung richtet sich an das gesamte Bildungswesen und Fachpublikum: Pädagog:innen, Schulleitungen, Schulpsycholog:innen, Bildungsdirektionen sowie Eltern- und Schülervertreter:innen.

MIT KEYNOTES VON:

Joëlle Albrecht, Entwicklungspädiatrie des Universitäts-Kinderspitals Zürich
Andrea Birbaumer, Obfrau GkPP
Brigitte Holzinger, Institut für Bewusstseins- und Traumforschung
Petra Kogelnig, Europäische Elternvereinigung EPA
Astou Maraszto, Freie Bildungswissenschaftlerin Uni Wien
Paul L. Plener, MedUni Wien

UND MIT:

Simon Brandstätter, GkPP
Andrea Fraundorfer, Bundesministerium für Bildung
Pius Grüner, Schüler
Miriam Köck, Jugendbeirat VsUM/mental health days
Katarina Marakova-Edinger, Verband der Elternvereine an den Höheren und Mittleren Schulen Wiens VEV
Laurin Weinzerl, Jugendbeirat VsUM/mental health days

Moderation: **Golli Marboe** (VsUM/mental health days)

**HIER TICKET
SICHERN:**

www.mentalhealthdays.eu/symposium-2026-schulbeginn



Ein Symposium der Gesellschaft kritischer Psychologinnen und Psychologen & VsUM/mental health days

Diese Veranstaltung ist als Fortbildung anrechenbar:

Pädagog:innen erhalten auf Anfrage eine Anmelde- und Teilnahmebestätigung inklusive Programm zur Einreichung bei der jeweiligen Direktion (eine Vorab-Genehmigung ist bitte eigenständig mit der Direktion abzuklären).

Für **Gesundheitspsycholog:innen** ist die Teilnahme im Ausmaß von 5 EH (1 EH = 45 Minuten) für die Fortbildung Gesundheitspsychologie (gem. § 33 PG) sowie für die Aus- und Fortbildung A&O-Psychologie, Cluster 3 (gem. Zertifizierungsrichtlinie 2016) anrechenbar.