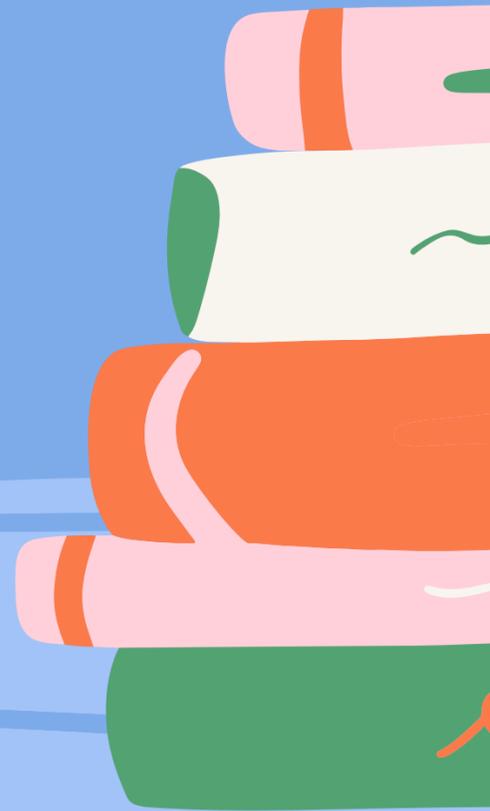


FERDINAND-VON-MILLER REALSCHULE

# Digitale Helfer

Update November  
2021



HEUTE IST DER  
22. OKTOBER 2021

**FÜR HEUTE:**

1. DigCompEdu Bavaria
2. Favelio
3. Touchcast
4. Vertreten dürfen
5. Ich bin alles





# DigcompEdu Bavaria



Scan oben oder klick mich für mehr Infos

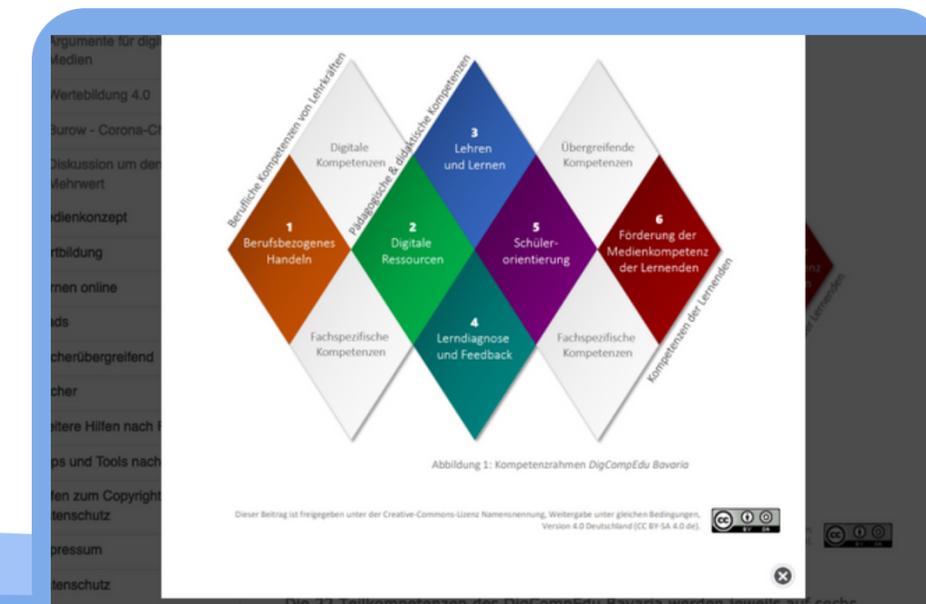
Der Lehrkompetenzrahmen DigCompEdu Bavaria wurde entwickelt, um Lehrkräfte gezielt dabei zu unterstützen, ihre Kompetenzen für das Arbeiten und Unterrichten mit digitalen Werkzeugen und Medien systematisch und kontinuierlich zu erweitern sowie zu vertiefen.

Hier gehts zum Test!

**SELBSTTEST!**

(Code: StReFOct21)

bitte eingeben, wenn danach gefragt wird

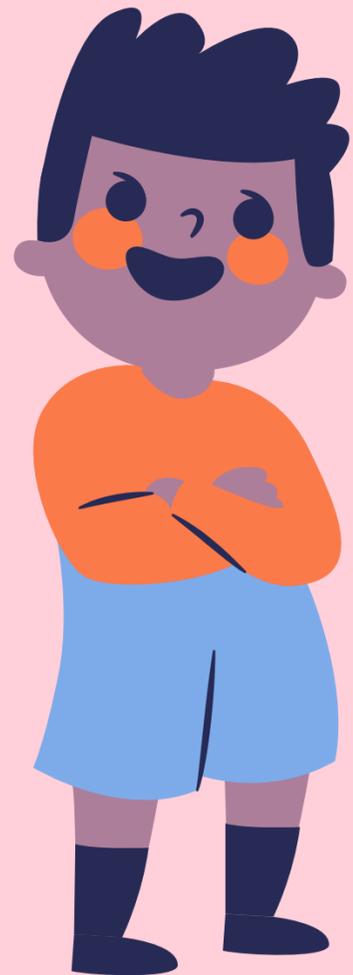
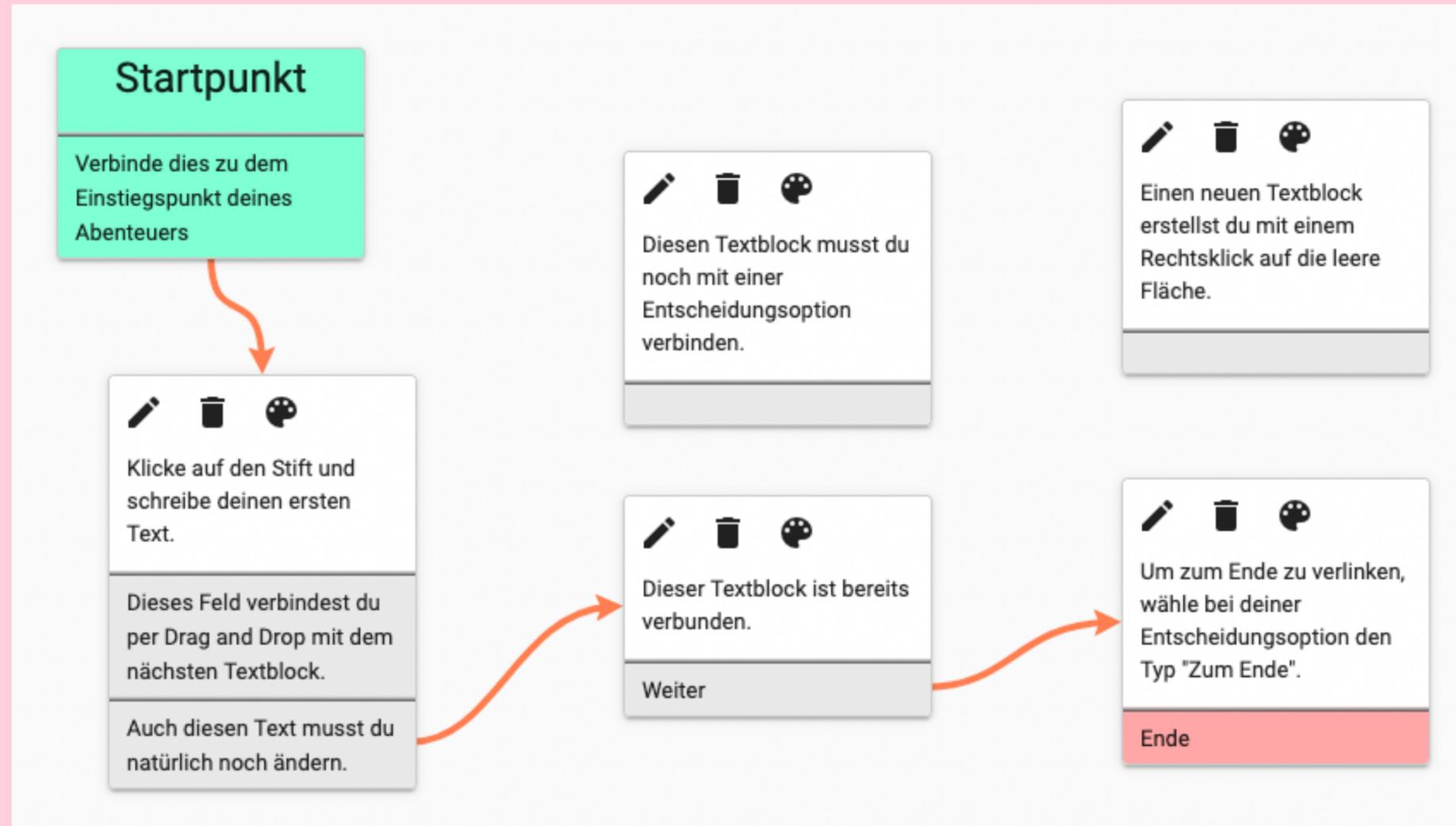


keinet nix!



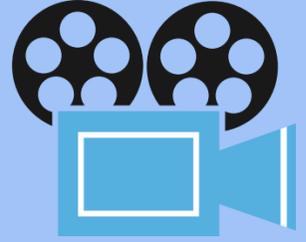
# Favelio

Scan mich



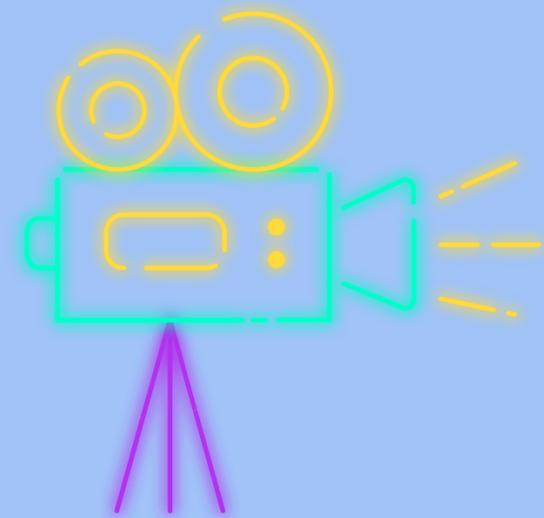
Mit Favelio kann man kreative Geschichten mit mehreren Handlungssträngen schreiben. Perfekt, um zu differenzieren und Kreativität zu fördern. [Klick mich](#)





# Touchcast

Grob gesagt - diese App kann ungefähr alles annotieren, was mit Videos, Bildern oder Sound zu tun hat. Sogar in der Gratisvariante (los) ist es unfassbar, was man hier machen kann. Man braucht nur ein Ipad. Zuviel, um es zu beschreiben, daher hier ein kurzes Erklärvideo



Erklärvideo

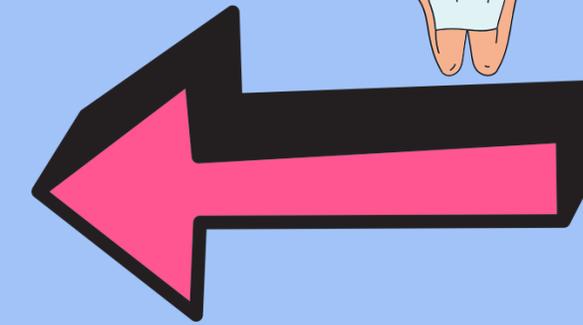


# Vertreten dürfen

Eine sehr nette Seite, auf der man viele richtig liebevoll erstellte Vorschläge für Vertretungsstunden finden kann.



VERTRETEN - DÜRFEN



Scan mich



Klick mich



Liebe Kollegin, lieber Kollege,

du hast spontan eine Vertretung geerbt und keinen Plan, was du machen sollst? **Kein Problem** – unten findest du in der [Ideen-Galerie](#) bereits **über 50 Unterrichtsideen** für deine Vertretungsstunde. Du kannst sie auch in **Kategorien** unterteilen oder die Ideenkärtchen gezielt nach **Stichwörtern durchsuchen!** Alle Ideen für den Unterricht sind natürlich kostenlos und dürfen gerne heruntergeladen und im Kollegium geteilt werden!

Viel Spaß und eine erfolgreiche Vertretungsstunde! 😊



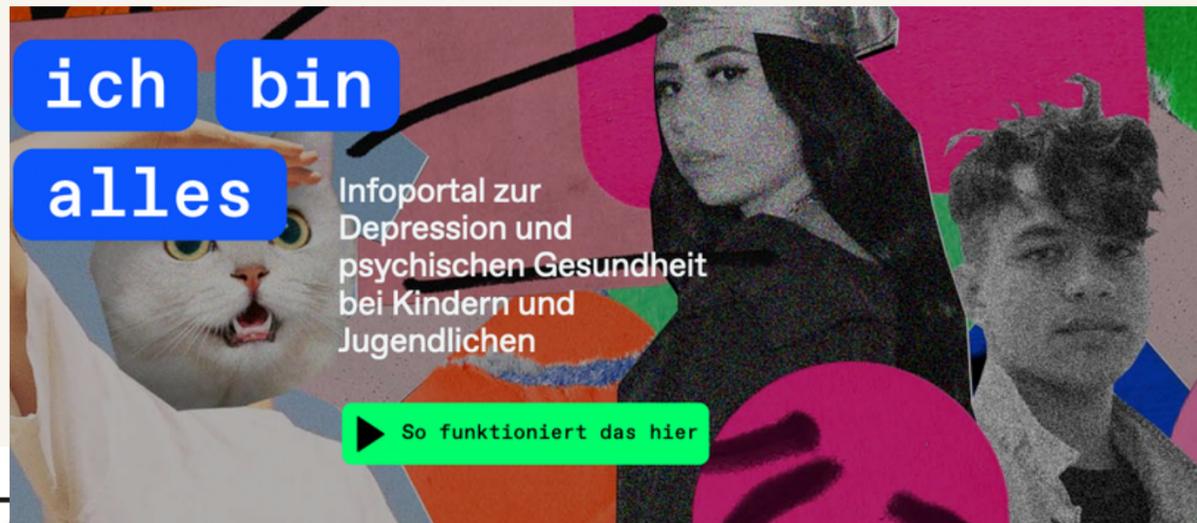
# Ich bin alles



Das Projekt „ich bin alles“ wurde von der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des LMU Klinikums München in Partnerschaft mit der Beisheim Stiftung entwickelt.



[WWW.ICH-BIN-ALLES.DE](http://WWW.ICH-BIN-ALLES.DE)



## Depression erkennen

- Anzeichen einer Depression
- Wie wird eine Depression festgestellt?
- Wer kann eine Depression feststellen und behandeln?

## Depression verstehen

- Flucht und Asyl
- Schule und soziales Umfeld
- Depression - eine häufige Erkrankung
- Jede Depression ist anders
- Depression - was sind die Ursachen?
- Alkohol- und Drogenkonsum
- Familiäres Umfeld
- Einschneidende Ereignisse

## Psychisch gesund bleiben

- Hast du deine Medien im Griff - oder sie dich?
- Gesund Leben
- Mach dich stark gegen (Cyber-)Mobbing!
- Positive Aktivitäten
- Positive Einstellung
- Umgang mit Problemen
- Umgang mit Stress

## Depression behandeln

- Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
- Antidepressiva? Müssen die wirklich sein?
- Die große Entlastung
- Die S3-Behandlungsleitlinie und was dahintersteckt
- Leicht, mittel oder schwer - welche Behandlung passt am besten?
- Erste Hilfe bei einer Depression
- Warum Psychotherapie? Und warum für dich?
- Was du selbst tun kannst, um raus aus der Depression zu kommen
- Was muss ich? Was soll ich? Was darf ich? Was kann ich?

## Betroffene unterstützen

- Stay friends!
- Bleib im Gespräch!
- Hol Hilfe!
- Schau genau hin!

