

Move To Change



Immunsystem stärken - *Gesund bleiben in Schule und Alltag*



In diesem Schuljahr bieten die Staatl. Schulämter Kassel und Bebra-Bad Hersfeld das Seminar „**Immunsystem stärken – *Gesund bleiben in Schule und Alltag***“ als ganztägige Präsenz-Fortbildung an. Das SSA Kassel setzt das Seminar am 05.05.22 um. Am 10.05.22 führt das SSA Hersfeld-Rotenburg/Werra-Meißner das Seminar durch.

Lehrkräfte aus dem jeweiligen Staatl. Schulamt haben Vorrang. Wenn allerdings Plätze frei sind können auch interessierte Lehrkräfte aus anderen Schulamtsbezirken an diesem Seminar teilnehmen. Das Anmeldeprozedere entnehmen Sie dem Fortbildungsportal des jeweiligen Schulamts.

Begleitend zu den Veranstaltungen der Staatl. Schulämtern können alle Schulen in Hessen dieses Seminar auch als schulinterne Fortbildung wahrnehmen.

Ziel des Seminars ist es, relevante Faktoren zur Stärkung des Immunsystems zu ermitteln und im Alltag umzusetzen. Die vier tragenden Säulen, die im Seminar vermittelt werden, sind: Schlafhygiene, Ernährung, Bewegung und Entspannungstechniken. Diese stärken das Immunsystem und errichten ein Abwehrschild, das Krankheitserreger rechtzeitig erkennt und beseitigt.

Alle Seminar-Teilnehmer/-innen erhalten eine Seminar-Broschüre mit über 51 Seiten, umfangreiche digitale Dateien und Hilfsmittel für den Einsatz zu Hause und in der Schule.

Die Schutzwirkung dieses Seminars geht weit über die aktuelle Pandemie-Gefahr hinaus und unterstützt die Immunabwehr gegen zukünftigen Erregern und ihren Varianten.

Referent

Der US-Amerikaner Jimmy Little ist Gastdozent im Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft der Deutschen Sporthochschule Köln und Direktor von Move-to-Change. In enger Zusammenarbeit mit Behörden und im Auftrag von Krankenkassen leitet Jimmy Little seit 20 Jahren Fortbildungen zum Thema der Gesundheitsförderung für Schulen, Staatlichen Schulämtern, Ministerien und Unternehmen.

Wenn Sie oder Ihr Kollegium an dieser Thematik Interesse haben oder sich Rückmeldungen von betreuten Schulen wünschen, nehmen Sie gerne direkt Kontakt auf zu:

Jimmy Little / Move-To-Change T: 0178 - 51 45 624 / E: info@move-to-change.com