



Der **Glücksprung** an deiner Schule

14. – 18.10.2024 • 13. – 17.10.2025

Glückstraining für alle, die Kinder im Grundschulalter regelmässig begleiten –
ein Training für Gesundheit, Resilienz und Persönlichkeitsentfaltung

In einer inspirierenden Kompaktwoche in der ersten Herbstferienwoche 2024 geht es erst einmal um das Wohl der Lehrkräfte selbst. Sie lernen, wie sie selber

- richtig gut abschalten können
- ihre eigene Resilienz und Gelassenheit stärken
- einfache und effektive Tools aus der Achtsamkeit und der positiven Psychologie für sich einsetzen können und
- wie Glückstools zur täglichen Routine werden

Und sie lernen natürlich, wie sie genau das altersgerecht an ihre SchülerInnen weiter geben können, und zwar mitten im Unterricht, wann immer sie es brauchen, oder auch als Glücks - AG.

Die Glückstrainerinnen:



Simona Weichert

Dipl. Päd., 20 Jahre pädagogische Berufserfahrung, u.a. Hauptschullehrerin und Projektleitung für Schulprojekte, Lehrerin für Yoga, Meditation, Achtsamkeit (mbsr), systemischer Coach



Sara Mieke

15 Jahre Grundschullehrerin mit Klassenleitung, Yogalehrerin, Psychosynthese-Coach



Nicole Roewers

Meditationslehrerin, Achtsamkeitslehrerin, Yogalehrerin, Stressmanagement- und Glückstrainerin, Buchautorin

Ausbildungsort:

Unity Training Ebertplatz 9 • 50668 Köln

www.unity-training.de

info@unity-training.de • 0221-99558126



Auf unserer Homepage erfährst du mehr

über unsere

Glückstrainer-Ausbildung

