

MINDRE STRESS - BEDRE LÆRINGSADFÆRD - LETTERE INKLUSION

Hvad siger du til at lære nogle enkle øvelser, der kan hjælpe dine børn eller dine elever til at blive mindre stressede, mere læringsparate og koncentrerede?

Stress er en af hovedårsagerne til dårlig trivsel i skolen i dag. Ydre pres, høje forventninger, "skynd dig nu lidt" skaber indre stress og uro, og det er det sidste, vi har brug for, når vi skal i gang med at lære noget nyt.

Pædagogisk Kinesiologi er en videreudvikling af "One Brain" systemet fra USA. Det blev i 1990 af Bertel Haarder godkendt som metode til brug for undervisningen i Folkeskolen, men siden da er der ikke sket nogen større udbredelse i skoleregi. Det vil vi med dette projekt gøre en indsats for at råde bod på.

Pædagogisk Kinesiologi består bl.a. af en række øvelser, som man kan bruge i forskellige situationer til at indstille krop og sind på læring eller på afstresning. De kan bruges efter frikvarteret, i skolegården, i gymnastik og ikke mindst derhjemme, når energien skal op til en omgang lektier.

Især børn med læsevanskeligheder/dysleksi og med lavt selvværd har vist sig at have god gavn af en særlig gruppe øvelser, som kan meget mere end blot give god energi.

Vi inviterer til en spændende aften med præsentation af nogle af øvelserne og teorien bag systemet.

Arrangeret i et samarbejde mellem



HVORNÅR

21. marts 2019
kl. 19:00 - 22:00

HVOR

Smakkegårdsvej 71, 2820
Gentofte

TILMELDING

www.dihs.dk
Tlf. 22428696 el. 40506675,
men man kan også bare
dukke op.

PRIS

Gratis. Der vil være kaffe &
te.

OPLÆGSHOLDERE

Introduktion ved

Liliane Elbek

Oplysningsforbundet May
Day

Charlotte Ryø

Læseværkstedet

Foredrag med indlagte
øvelser

Annemarie Goldschmidt

Pædagogisk kinesiolog og
forfatter til bogen *Fri for
stress og fuld af energi*

**Dorthe Starberg Poulsen
& Carina Olsen**

Indehavere af Den
Internationale Holistiske
Skole – DIHS

Erfaringer fra klasserummet

Kinesiolog Hanne Freil

lærer og kursusudbyder
www.hannefreil.dk/