

Wir unterstützen Ihre Schule in Sachen Gesundheit mit **Bewegung im Unterricht**



Bewegung im Unterricht ist ein Kartensatz mit **36 Übungen** um den Schulalltag gut zu überstehen:

- »Sympatikus aktivieren« – für wache Klassen
- »Entspannung herbeiführen« – für Ruhe und Gelassenheit
- »Aufmerksamkeit heben« – für besseres Lernen
- Und nebenbei etwas für die gute Figur tun mit »Haltung fördern«

Die Übungen werden im Unterricht als Kurzpausen durchgeführt.

Wir sind für Sie da!

Wenn Sie mehr über die Gesundheitsförderung der IKK Brandenburg und Berlin in der Schule wissen möchten, dann wenden Sie sich einfach an:

Iris Spitzner
Ziolkowskistr. 6
14480 Potsdam
Tel.: (03 31) 6 46 32 26
E-Mail: iris.spitzner@ikkbb.de
www.ikkbb.de

