



Gestärkt durch den Winter

Prävention und Gesundheitsförderung durch Stärkung des Immunsystems

Wir betrachten in diesem Seminar die Geschichte der Immunstärkung. Die Beschäftigung mit dem menschlichen Immunsystem spielt eine zentrale Rolle in der Medizin, der Naturheilkunde, im Ayurveda, der Gesundheitsförderung und der Prävention. Das Gesundheitsmodell der Salutogenese (lat. *salus* = Gesundheit/Wohlbefinden, *genese* = Entstehung) beschäftigt sich mit der Frage nach der Entstehung von Gesundheit und den dahinterliegenden Prozessen. In der Prävention und Gesundheitsförderung steht die Salutogenese dabei für einen Ansatz der Ressourcenorientierung, der sich auf die Stärkung individueller Ressourcen und damit präventiver Schutzfaktoren konzentriert mit dem Ziel, Krankheiten vorzubeugen und die Gesundheit zu fördern.

Abgerundet werden die theoretischen Erkenntnisse durch praktische Umsetzungsmöglichkeiten.

Zielgruppe: Lehrkräfte, pädagogisches Personal in Kindertagesstätten, Ganztagschule und Mittagsbetreuung, Personal in Pflege- und Betreuungseinrichtungen

Referent: Florian Hartlieb, postgrad. Gesundheitspädagoge

Termin: **Freitag, 27. November 2020, 8.30 - 12.30 Uhr**

Ort: **Mittelschule Fürstzell**

Kosten: **38 €** (29 € für AWO-Mitglieder und -Beschäftigte)
inklusive Getränke

Im Preis inbegriffen ist das „Handbuch der Immunstärkung“. Der Dozent und Mitautor Florian Hartlieb signiert es auf Wunsch für Sie direkt vor Ort.



Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Ndb./Opf. e. V.
Brennesstraße 2, 93059 Regensburg



Anmeldung unter diana.friedrich@awo-ndb-opf.de oder über FIBS.

Das neue Gesamtprogramm für das Jahr 2021 sowie Teilnahmebedingungen und Datenschutzhinweise finden Sie demnächst unter www.awo-ndb-opf.de : Angebote – Angebotskategorien – Bildung und Arbeit.