



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](http://www.unity-training.de)

[info@unity-training.de](mailto:info@unity-training.de) • 0221-99558126



Auf unserer Homepage erfährst du mehr

über unsere

Glückstrainer-Ausbildung

