

Online-Seminare Familie & Gesundheit

Tolle Neuigkeiten von der IKK classic: auch im zweiten Halbjahr 2023 gibt es wieder spannende Online-Vorträge und Online-Seminare für alle Interessierten zum Thema Familie und Gesundheit:

Hier ein Auszug aus unserem aktuellen Seminar-Angebot:

19. September 2023; 19:00 – 20:30 Uhr:

Stark durch die kalte Jahreszeit mit viel Bewegung

In unserem Workshop erfahren Sie, wie wir unser Immunsystem durch Bewegung und Sport stärken können. Mit vielen Tipps für die Praxis im Familien- & Berufsalltag.

12. Oktober 2023; 19:30 – 20:30 Uhr:

Super Food – Fitness fürs Immunsystem?“

Was ist dran - unterstützt Super Food tatsächlich unser Immunsystem? Dies und was unser Immunsystem alles benötigt, um gegen Viren, Bakterien & Co gewappnet zu sein – das erfahren Sie beispielsweise in unserem Online-Seminar: „Super Food – Fitness fürs Immunsystem?“

17. Oktober 2023; 19:00 – 21:00 Uhr:

„SOS Erkältung – natürliche Hausmittel“

Bei ersten Anzeichen einer Erkältung ist es schon möglich, richtig und schnell zu handeln. Viele überlieferte Hausmittel sind dabei bis heute populär und das oft zu Recht. Erfahren Sie in diesem Seminar, welche das sind und wann Sie doch lieber ärztlichen Rat einholen sollten.

8. November 2023; 17:00 – 18:30 Uhr:

„Mal Dampf ablassen“ – Wie in der Familie streiten?

Kinder leiden unter Streit. Der Stress kann Auswirkungen auf das Verhalten haben und Gesundheit der Kinder angreifen. Streiten will daher gelernt sein – das gilt für Erwachsene und Kinder. Ziel des Angebots ist, dass Eltern und Kinder ihre Empathie füreinander stärken, ebenso ihre Kompetenz, Konflikte verbal und gewaltfrei zu lösen.

Für die Teilnahme an den Online-Seminaren wird lediglich ein PC oder Tablet mit Internetzugang und Audioempfang benötigt. Während des Seminars können Fragen per Online-Chat gestellt werden.

Anmeldung, Registrierung, weitere Seminarangebote und Informationen finden Sie unter:

seminaranmeldung.ikk-classic.de

oder über den QR-Code:

