

Inbjudan till Aktiv Skolas kostnadsfria webinarium Sommarsmart

Sommaren närmar sig, en fantastisk tid med sol och bad, spontanfotboll och häng med kompisarna i parken. Men...

...är det så det blir?

Faktum är att risken är stor att ditt barn blir mer sittandes framför dator, mobiltelefon och surfplatta under sommarlovet. När det inte finns lika mycket tider att passa riskerar dygnsrytmen att ruckas på och de ljusa sommarnätterna tillbringas stillasittandes framför skärmen. Vi som föräldrar kanske fortfarande jobbar när barnen fått sommarlov, då kan det vara utmanade att vara fullt delaktig i deras vardag.

Vi på Aktiv Skola vill hjälpa er och era barn att bli lite mer Sommarsmarta!



Sumar Kolli arbetar som skolkurator, skolledare och föreläsare åt Aktiv Skola. Hans arbete syftar bland annat till att ge råd, peppning och tips till föräldrar och han kommer under föreläsningen att berätta mer om de risker som finns för unga på nätet och varför de ökar under sommarlovet.

Erik Hellmén har hela sitt yrkesliv ägnat sig åt människors hälsa och välmående bland annat inom områdena kost och träning. Erik är också Aktiv Skolas hälsoexpert. Han kommer under seminariet att ge sina tips på hur man med enkla medel kan minska barnens stillasittande under sommarlovet.



Webbinalet Sommarsmart riktar sig i första hand till de anhöriga som har barn i mellanstadieåldern. Erik och Sumar kommer tillsammans att öka era kunskaper och ge er verktyg och insikter som ni kan använda för att göra både er och era barn lite mer Nätsmarta.

Tisdag den 30 maj klockan 19.00 – 20.15 är ni välkomna på webinarium, anmälan gör ni via QR-koden eller på aktivskola.org/forelasningar.

Väl mött hälsar alla vi på Aktiv Skola!

Skanna QR-koden!

