



Kta Paramedisch Instituut (Mechelen) organiseert een gezondheidsdag op donderdag 20 mei, Augustijnenstraat 92

PARAMEDISCH INSTITUUT BELEEFTE GEZONDHEIDSDAG

Op donderdag 20 mei vindt in het kta Paramedisch Instituut de eerste gezondheidsdag plaats. “Dat is meer dan een sportdag. Naast beweging komen ook andere aspecten van een gezonde levensstijl aan bod, zoals voeding en ontstressen”, zegt Valère Goossens, directeur van het Paramedisch Instituut te Mechelen. “Door onze leerlingen onder te dompelen in een gezondheidsbad willen we hen bewust maken van gezonde leefgewoonten.” De dag start donderdag om 8.30 uur met een ontbijt verzorgd door de leerlingen uit het zesde leerjaar.

Omdat de schoolomgeving een goede plaats is om jongeren gezonde gewoonten aan te leren en gezond gedrag te stimuleren, organiseert het Kta Paramedisch Instituut een gezondheidsdag. “’s Morgens starten we met een evenwichtig ontbijt samengesteld door de leerlingen uit het zesde leerjaar. Vele jongeren ‘vergeten’ te ontbijten, vandaar. Nadien kunnen de leerlingen kiezen uit diverse bewegingsactiviteiten zoals oriëntatietoer, hoogteparcours, baseball, kajak, vlottentocht en dergelijke meer”, verduidelijkt Ralph Opdebeeck, leerkracht lichamelijke opvoeding van het Paramedisch Instituut.

Alleen maar inspanning? “Neen. Lichaam en geest moeten in evenwicht zijn. Met speciale relaxatie-oefeningen en massages zorgen we hiervoor.”

Het **kta Paramedisch Instituut** in Mechelen biedt een brede waaier opleidingen in de zorgsector aan. Het kta Paramedisch Instituut is een school van GO! Scholengroep 5. Scholengroep 5 is met 11.783 leerlingen, 2000 cursisten avondonderwijs en 36 instellingen één van de grootste scholengroepen van het land. De groep verenigt de scholen van het GO! onderwijs in de regio Mechelen, Keerbergen en Heist-op-den-Berg. De algemeen directeur van Scholengroep 5 is Linda Van Achter. Meer info: www.sgr5.be