

SOMMERWOCHE BEWEGUNG + BEGEGNUNG



20. - 24. JULI 2015

ICH BIN OKAY – DU BIST OKAY

....für mehr Leichtigkeit

Wir reden, spielen, kochen, bewegen uns viel, gehen schwimmen, experimentieren, tauschen uns aus, entdecken neue Seiten an uns, genießen Ruhe und Lebendigkeit,.....

Es geht um:

- ♡ Gesunde, liebevolle Ernährung
- ♡ Sich selbst und seinen Körper besser kennen zu lernen:
 - Schulung der Sinne: Gleichgewicht und Eigenwahrnehmung
 - Was tut mir gut?
 - Wie spürt sich Hunger an? Wie spürt sich satt sein an?
- ♡ Eigene Wünsche und Bedürfnisse zu entdecken, zu benennen und zu kommunizieren
- ♡ Umgang mit „anders-sein“ und Ausgrenzung
- ♡ Sich selbst mehr zu trauen und zu vertrauen

Methoden:

- Spiele zum sozialen Lernen
- Phantasiereisen und Imaginationen
- Bewegungs-Arbeit, Spürmaterialien zur Förderung der Balance, Konzentration und Eigenwahrnehmung
- Entspannungsübungen und kreatives Tun

Täglich von 9.00 – 16.00 Uhr / Freitag bis 14.00 Uhr

Max. TeilnehmerInnenzahl: 12 Kinder im Alter von 8 – 12 Jahren

Ort: 2353 Guntramsdorf, Dr. Karl Renner Str. 19
Pfarre St. Josef
(in der Nähe der Badnerbahn-Station Neu-Guntramsdorf!)

Kosten: € 350,00 inkl. Mwst. inkl. Verpflegung

Anmeldung: g-balance@beate-loidl.at oder 0676/44 80 510

Ich stehe gerne für etwaige Fragen zu Verfügung!

Beate Loidl

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin
Syst. Beratungen und Aufstellungen
g-balance@beate-loidl.at
www.beate-loidl.at
0676/4480510

