



ElternSein ist nichts für Feiglinge Seminar

—
12. November 2021

Mit Kindern zu leben bedeutet, gefordert zu sein mit all unserem Sein. An diesem Tag nehmen wir uns Zeit für uns selbst. *FreiRaum* für Körper, Geist und Seele. Wir erspüren die Verbindung zu uns, sowie die zu unseren Kindern und Partner*innen. Durch verschiedene Impulse und Übungen lassen wir uns nähren und erforschen, wie wir im Alltag Kraft tanken können für uns und unsere Familien. Ein Tag zum Innehalten, Wahrnehmen und Nähren.

Methoden: Meditationen, Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen, JIN SHIN JYUTSU (Strömen), theoretischer Input

Leitung:

Daniela Niedermayr-Mathies, JIN SHIN JYUTSU-Selbsthilfe-lehrerin, Dipl. Sozialarbeiterin, Mutter zweier Jugendlichen, Göfis

Andrea Anwander, Dipl. ITA Therapeutin, Mutter eines Jugendlichen, Schwarzach

Zeit: Freitag, 12. Nov. 9.00 – 17.00 h

Kurs: Euro 70,-; mit Familienpass: Euro 49,-

Mittagessen: Euro 14,-

Infos, Ort und Anmeldung: Bildungshaus Batschuns

