

Neu! „Oasen der Ruhe“ – Achtsamkeitstraining für Kinder von 9 – 12 Jahren



Liebe Eltern, liebe Kinder!

Angesichts von zu vollen Wochenplänen, steigenden Leistungsanforderungen und -erwartungen, sowie häufigem Medienkonsum, ist es für Kinder besonders wichtig zur Ruhe zu finden, um neue Kraft zu schöpfen.

Durch das Einüben verschiedener Methoden von Achtsamkeit, lernen ihre Kinder, wie Entspannung funktioniert. Sie wirkt sich positiv auf das Wohlbefinden und das Umfeld aus.

Das Minigruppen-Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 9 – 12 Jahren. Es finden insgesamt acht themenzentrierte Sitzungen von jeweils 60 Minuten statt. Eine Bereitschaft die erlernten Methoden auch zu Hause auszuprobieren, wird für die Teilnahme vorausgesetzt.

Vor Beginn des Kindergruppenangebots lade ich Sie und Ihr Kind zu einem Vorgespräch ein.

Habe ich Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie Ihr Kind bei uns an!

Mike Wied
Dipl.-Sozialpädagoge

Erziehungs- und Familienberatungsstelle
des Kreises Euskirchen
Am Schwalbenberg 5
53879 Euskirchen

Tel. 02251/15-710
Mail: familienberatung@kreis-euskirchen.de