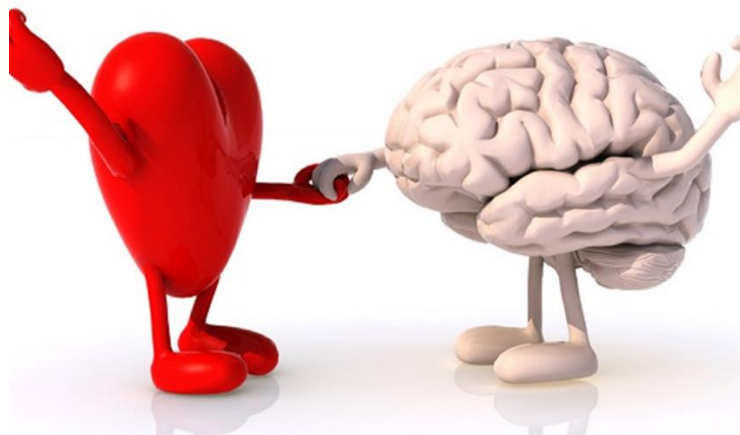


ABENTEUER FAMILIE



mein | unser Beruf Eltern
MUBE



Quelle: <https://de.dreamstime.com>

Donnerstag, 28. März 2019, 20.00 – 22.00 Uhr

Kinder erfolgreich mit der HeartMath® begleiten und stärken. (Einführung)

Die Techniken der HeartMath® Methode erweitern die intellektuellen und inneren Erziehungskompetenzen (Intuition). Diese können Sie gemeinsam mit den Kindern im Alltag umsetzen. Stärkt und fördert die emotionale Kompetenz, Konzentration, Frustrationstoleranz, Empathie, etc... Diese Methode erweitert die Beziehungsentwicklung zwischen Eltern, Lehrpersonen und weiteren Erziehungspersonen zu den Kindern.

In diesem Kurs erhalten die Teilnehmer/Innen eine Einführung zur HeartMath® Methode. Sie lernen die ersten Übungen kennen und sammeln zu den Übungen die ersten Erfahrungen mit dem „emWavePro®“, einem sogenannten Biofeedback-System. Diese Übungen sind einfach in den Alltag einzubringen und bringen mehr Gelassenheit, Ruhe, Effizienz, Wohlbefinden, Selbstvertrauen, etc... Aktivieren die psychische Widerstandskraft (Resilienz), fördern die Konzentration, die innere Motivation, Intuition etc...

Kursleiterin

Margrith Lenz, Schulsozialarbeiterin, Elternbildnerin CAS, Fachfrau für medizinische Entspannungsverfahren, Liz. Coach und Trainerin der HeartMath® - Methode

Ort

Lernraum Klick, St. Peterstrasse 2, 9500 Wil

Kosten

Einzelperson: Fr. 19.– Ehepaar: Fr. 29.–

Für Mitglieder des Vereins MUBE ist die Teilnahme am Kurs kostenlos.

Anmeldung

Bis Mittwoch 27. März 2019 bei der Geschäftsstelle MUBE, Margrith Lenz, 076 411 78 18
info@berufeltern.ch oder auf www.berufeltern.ch

Weitere Angebote: Trainingskurse mit 7 bis 10 Lektionen und Einzelcoaching für Erwachsene und Kinder auf Anfrage.

Geschäftsstelle Verein MUBE Lerchenfeldstr. 14, 9500 Wil

076 411 78 18 | info@berufeltern.ch | www.berufeltern.ch