

Sa 11, 18, 25. März 2017  
Anmeldefrist: 04.03.2017

Schule und Elternhaus  
Düdingen



# Kinder-Meditation

Mit Spiel, entSpannung & Spass zu mehr Selbstvertrauen!



In lustigen Spielen, einfachen, kurzen Übungen und schönen Geschichten, die Freude und Spass bereiten, lernen die Kinder wichtige Fähigkeiten für´s eigene Leben: z.B. sich zu entspannen, achtsam und dankbar zu sein, sich zu konzentrieren und eigene Gedanken und Gefühle positiv zu beeinflussen. Sie lernen spielerisch mit ihrem Geist zu «arbeiten», in sich zu gehen und in der Ruhe und Stille Kraft zu tanken.

## Kursdaten: jeweils samstags 11., 18. und 25. März 2017

Ein Elternteil kann am ersten Tag dabei sein. Dies ist besonders für Kinder, die etwas ängstlich sind, optimal.

## Ort: Düdingen, Dachstockraum im Gänseberg Schulhaus

### Zeiten:

10.00 – 11.30 Uhr – Kinder von 5 bis 10 Jahren

13.30 – 15.00 Uhr – Kinder von 11 bis 15 Jahren

**Kursleitung:** Goran Musulin, international lizenzierter & zertifizierter Coach, Mentor und Trainer für Kinder & Erwachsene, Dozent & Experte an Fachhochschulen.

### Kurskosten:

1. Kind CHF 75.–, S&E Mitglied CHF 60.–

2. Kind CHF 50.–, S&E Mitglied CHF 40.–

3. Kind gratis

- **Anmeldefrist:** 04.03.2017
- **Anmeldung:** Katarzyna Schafer, Meisenweg 14, 3186 Düdingen, [duedingen@schule-elternhaus.ch](mailto:duedingen@schule-elternhaus.ch)
- Mindestanzahl: 5
- Mitbringen: bequeme Kleidung, zum Sitzen und Spielen drinnen, etwas zum Trinken.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
- Kursgeld wird beim ersten Mal eingezogen.