



Anmeldung

Bitte senden Sie die ausgefüllte Anmeldung (Rückseite) per E-Mail an:
spahn-sabine@t-online.de oder
angelika.gattmann@pfad-kn.de

Bankverbindung

PFAD FÜR KINDER
Ortsverband Konstanz e.V.
Bezirkssparkasse Reichenau
DE62 6905 1410 0007 0751 87

Kontakt

PFAD FÜR KINDER
Ortsverband Konstanz e.V.
Bachbohlweg 47
78467 Konstanz

Angelika Gattmann
Telefon: 07531 / 23410
E-Mail: info@pfad-kn.de
www.pfad-kn.de

Find us on 

Veranstaltungsadresse

Haus trampel_PFAD
Hohentwiel 6
78224 Singen am Htwl.
Telefon: 07731 / 9018389

Seminar

**Sa., 18. bis So. 19.
November 2017**

**Achtsamkeit im Alltag mit
Pflege- und Adoptivkinder
Raus aus dem Stress**

**Sabine Spahn
Leo Rueß**

Für Pflege- und Adoptivfamilien ist oft
ALLES – GANZ NORMAL – ANDERS

Anmeldung

Seminar Achtsamkeit

18.-19.11.2017

Anmeldeschluss 14.11.2017

Vorname:

Nachname:

Straße:

PLZ, Ort:

Telefon:

Mail:

Anzahl Teilnehmer:

Erwachsene: Kinder:

Alter:

(Kinderbetreuung erfolgt über unseren Verein und ist kostenfrei)

Essensverpflegung erwünscht?: ja nein

Kostenbeitrag für das Essen pro Tag:
Erwachsene und Kinder ab 15 Jahren: 12,00 €
Kinder von 11 bis 14 Jahren: 10,00 €
Kinder von 6 bis 10 Jahren: 8,00 €
Kinder bis 5 Jahren: frei

Essenswünsche bitte angeben (vegetarisch, vegan, glutenfrei usw.)

Seminarbeschreibung

Das Seminar für Pflege- und Adoptiveltern

Achtsamkeit im Alltag mit Pflege- und Adoptivkinder – Raus aus dem Stress -

Achtsamkeit ist eine wunderbare Möglichkeit, gelassener und stressfreier mit den Herausforderungen im (Erziehungs-) Alltag mit Pflege- und Adoptivkindern umzugehen. Sie ermöglicht uns, automatisches Reagieren in bewusstes Handeln umzuwandeln, Mitgefühl mit sich und anderen zu entwickeln.

In der Praxis der Achtsamkeit können wir die Fähigkeit erlangen, im gegenwärtigen Moment auf wohlwollende, freundliche und einfühlsame Weise präsent zu sein. Ein Geschenk an uns und unsere Kinder. Das Seminar möchte durch verschiedene Übungen eine unmittelbare Erfahrung bei der Anwendung von Achtsamkeit ermöglichen. Dabei werden auch die Möglichkeiten und besonderen Aspekte der Umsetzung von Achtsamkeit im Familienalltag mit Pflegekindern in den Blick genommen.

Referenten:

Leo Rueß, Pflegevater, Dipl. Sozialarbeiter
Sabine Spahn, Pflegemutter
Körperpsychotherapeutin

Bitte mitbringen: Decke oder Yogamatte
Übernachtung auf Anfrage möglich

Programm

18. November 2017
Haus trampel_PFAD

9:30 Uhr	Eintreffen <i>Begrüßungsimbiss</i>
10:00 Uhr	Einführung in die Achtsamkeit, verschiedene Übungen
11:30 Uhr	kurze Pause, ca. 10 Minuten
12:30 Uhr	Mittagessen
13:30 Uhr	Achtsamkeit und Selbstfürsorge für Pflegeeltern, Übungen und Erfahrungsaustausch
15:00 Uhr	kurze Pause, ca. 15 Minuten
16:00 Uhr	Feedback, Rückfragen und Ausklang

Der zweite Tag erfolgt wiederum in Achtsamkeit und Selbstfürsorge, Übungen und Erfahrungsaustausch

Gebühren

Einzelperson	50,00 €
Paar	80,00 €
Einzelperson, Vereinsmitglied	30,00 €
Paar, Vereinsmitglied	50,00 €