

Anmeldung

Stärken stärken Kurs

Entspannungskurs

.....
Name, Vorname des teilnehmenden Kindes

.....
Geb.-Datum des teilnehmenden Kindes

.....
Name, Vorname des teiln. Elternteils bzw. Begleitperson
(→ nur bei Eltern/Kind-Kurs)

TV-Vereinsmitgliedschaft?: ja / nein

Adressdaten:

.....
Straße/Haus-Nr.

.....
PLZ/Wohnort

.....
Telefon / Handy (Notfallnummer)

.....
Email

.....
Allergien / (Lebensmittel-Unverträglichkeiten)

.....
Die Kursgebühr überweise ich nach Erhalt der
Teilnahmebestätigung. Bei Überbuchung gilt das Eingangsdatum
der Anmeldeformulare.

.....
Datum / Unterschrift Erziehungsberechtigter

wichtige **Vereinstermine**

2. Hbj. 2018

30. Juni
Dieburger Stadtlauf mit
Bambini- und Schülerläufen

09. September
Flohmarkt für Kinderkleidung und
Spielzeug

01.-05. Oktober
Herbstferienspiele

28. Oktober
Hobby- & Kreativmarkt
mit Teddybärenwerkstatt

Weitere Veranstaltungen sowie eventuelle
Änderungen werden auch auf unserer
Homepage www.tv-dieburg.de bekannt gegeben.



Turnverein 1863 Dieburg e.V.
Schwimmbadweg 5 · 64807 Dieburg
Tel. 06071 2646 · Fax 06071 820154
info@tv-dieburg.de · www.tv-dieburg.de



KURSPROGRAMM für Kids 2 Hbj. 2018

**Traumhafte Entspannung
für Kinder**



**Stärken stärken
von Anfang an**

Selbstbehauptung & Mut

Schwächen

STÄRKEN



Selbstbehauptungskurs „Stärken stärken von Anfang“ Eltern-Kind-Kurs (5-7 Jahre)

Kurstermin

Samstag, 25. August 2018

13.00 – 18.00 Uhr
und

Sonntag, 26. August 2018

10.00 – 15.00 Uhr

TV Halle, Schwimmbadweg 5, 64807 Dieburg

Kursbeitrag/pro EK-Paar:

TV-Mitglieder: 60,00 €

Nichtmitglieder: 80,00 €



Eine Kooperation mit:

I-GSK-Referent

Dietmar Lietz, Raunheim

www.i-gsk.de

Dieses Angebot ist gerade auf die Kombination Eltern/Kind zugeschnitten, um Eltern die Möglichkeit zu geben, ihre Kinder im Alltag zu unterstützen. Es ist hilfreich, sich in einem gemeinsamen Training und auf Augenhöhe zu begegnen.



Durch die gemeinsame Bewältigung von Herausforderungen werden positive Erfahrungen gesammelt, die Selbstwirksamkeit und ein Gefühl der ICH-Stärke vermitteln. Daraus gilt es, eine Anerkennung und Wertschätzung für sich und die Familie zu entwickeln und zu formulieren.

Der Alltag vieler Kinder ist oft schon früh geprägt durch Stress und Hektik. Eine nützliche Anti-Stress Methode ist die Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson (PME). Die PME kann das körperliche und seelische Wohlbefinden verbessern und trägt zur Gesundheitsförderung bei. Sie lässt sich leicht erlernen und bietet eine Möglichkeit, den Zugang zum eigenen Körper und zur Ruhe zu finden.

In sieben Kurseinheiten à 90 Minuten, lernen die Kinder die verschiedenen Übungsbausteine der PME spielerisch kennen.

Unser Angebot

Im Training werden kurze kindgerechte theoretische Lernsequenzen mit vielen praktischen Übungen in der Gruppe verbunden. In dieser Erlebniswelt können sich die Kinder Herausforderungen stellen, diese gemeinsam bewältigen und Vertrauen zu sich und den anderen entwickeln. Und das alles mit viel Spaß und den Eltern gemeinsam.

Die Kinder lernen, über Bedürfnisse, Ängste und Wünsche zu sprechen. Zudem sind die Vermittlung von Empathiefähigkeit und das Trainieren sozialer Kompetenzen wichtige Aspekte, um Kinder zu stärken. Dabei machen die Kinder die Erfahrung, dass sie selbstwirksam und erfolgreich sind.

Zum Training

Die Kinder (und Eltern) erwartet ein abwechslungsreiches und fachlich basiertes Training mit viel Spaß und Bewegung.

**Eltern und Kinder gemeinsam,
für eine enge Vertrauensbasis.**

Traumhafte Entspannung für Kinder

Kurstermin

Donnerstags 17.30-19.00 Uhr

in der Gustav-Heinemann Schule auf der Leer in Dieburg

Termine

01.11., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12.18

Entspannungsthemen

Hände und Arme, Gesicht, Schultern, Beine, Füße
Vertiefung des Gelernten

Kursbeitrag

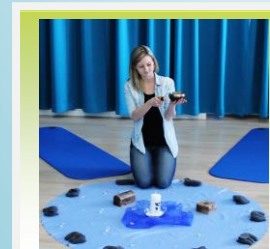
TV-Mitglieder: 60,00 €

Nichtmitglieder: 80,00 €

Referentin

Tina Berg:

Sozialarbeiterin, Erzieherin & Entspannungspädagogin



„Entspannen bedeutet für mich, sich bewusst Zeit für sich zu nehmen und die Ruhe mit allen Sinnen zu genießen. Diese Erfahrung möchte ich gerne mit Ihren Kindern teilen. Ich freue mich auf Ihre Kinder und die gemeinsame Zeit mit ihnen“

Mitmachen können alle Kinder im Alter zwischen 7 – 9 Jahren, die Spaß und Lust zum Träumen und Entspannen haben..

Infos auch unter www.tv-dieburg.de