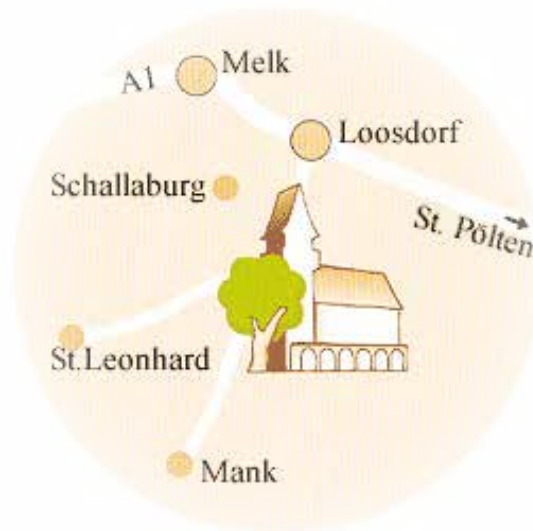




Veranstalterin, Anmeldung und Informationen

Katholische Frauenbewegung
der Erzdiözese Wien
1010 Wien, Stephansplatz 6, 5. Stock, 540
Tel. 01/ 51 552/ 3345
kfb.wien@edw.or.at
<http://wien.kfb.at>

Ort:
Landwirtschaftliche Fachschule Sooß
Sooß 1, 3382 Loosdorf



Mutter - Kind - Woche



für Frauen und
ihre Kinder von 0-15 Jahren

vom Sonntag, 28.7. bis
Freitag, 2.8. 2019
in Sooß bei Loosdorf

Mutter-Kind-Woche-Programm:

Vormittags **Seminar** für die Frauen.

Während der Seminareinheiten werden die Kinder betreut. (Basteln, Ausflüge, Spiele, etc.)

In den Seminareinheiten haben die Teilnehmerinnen Zeit, sich mit dem Wochenthema unter Anleitung der Referentin mit unterschiedlichsten Methoden auseinanderzusetzen.

Nach dem Mittagessen steht die restliche Zeit zur freien Verfügung für (gemeinsame) Unternehmungen aller Art:

- ausgedehnter Schlosspark
- angrenzender Wald
- div. Schwimmmöglichkeiten
- Fußballplatz
- Stationennachmittag mit den Kindern
- ...

Gemeinschaft wird konkret in den täglichen Morgen- und Abendkreisen gelebt. Hier haben Gedanken, Stimmungen, Wünsche, gemeinsames Singen und Tanzen Platz. Bei Bedarf gibt es auch eine gemeinsame Gute-Nacht-Geschichte.

"Weil ich (mir) wertvoll bin!" ... -

Von Achtsamkeit, Selbstfürsorge und (wieder) Entdecken der eigenen Würde - Selbsterfahrungsseminar

Bleiben oder gehen, die Stimme erheben oder schweigen, sich engagieren oder zurückziehen, sich durchsetzen oder nachgeben, du oder ich, Ständig sind wir mit Entscheidungen konfrontiert, die oft (rasch) bewusst oder unbewusst getroffen werden müssen. Würden dabei die eigenen Grenzen oder der Selbstwert verletzt, können Selbstzweifel und Gefühle der Enttäuschung, des Unwohlseins und des Versagens entstehen Um sensibilisiert und gestärkt in solchen Situationen bzw. für ein selbstbestimmtes, gutes Leben zu sein, ist es wichtig, die eigenen Werte und Grenzen zu kennen, sowie der eigenen Würde immer wieder achtsam und fürsorglich nachzuspüren und diese zu kräftigen und zu nähren – Methoden des Achtsamkeitstrainings, der Selbstfürsorge und der Kunsttherapie wie Bewegung, malen, formen mit Ton, schreiben, Körperübungen, ... werden uns dabei behilflich sein.



Referentin:

Gertraud Dangel-Zlabinger
Pädagogin, Pastoralassistentin,
Kunsttherapeutin

Kosten:

**1. Seminarbeitrag und Kinderbetreuung:
= Anzahlung**
€ 195,-- bzw. € 180,-- für kfb-Mitglieder

2. Aufenthalt - Vollpension:

Unterbringung: ein Mehrbettzimmer/Familie
Erwachsene: € 180,—
Kinder v. 13-15 Jahre: € 150,—
Kinder von 4-12 Jahre: € 100,—
Kinder von 0-3 Jahre: frei
Zuschlag pro Zimmer mit nur einer zahlenden Person € 25,—

WICHTIG!!!

Beschränkte Teilnehmerinnenzahl!

ANMELDUNG:

per Mail an: kfb.wien@edw.or.at
Betreff: Anmeldung Mutter-Kind-Woche
bitte angeben: Name, Adresse, Geb.Datum,
Telefon, Vornamen und Geb.Daten der Kinder;

Nach Einlangen der Anmeldung
senden wir eine Rechnung über den
Teilnehmerinnenbeitrag (= Anzahlung).

