

Eltern-Kind-Massage-Wochenende

Der Zauber von Achtsamkeit und familiärer Bindung

Raus aus dem Hamsterrad des Alltags und rein in ein Wochenende mit ganz viel Zeit und Aufmerksamkeit für dein Kind. An diesem Eltern-Kind-Wochenende in unserer gemütlichen und familienfreundlichen Jugendherberge Mardorf lernst du und auch dein Kind den Zauber von respektvollen Berührungen kennen. Kindermassage ist eine Möglichkeit, die Eltern-Kind-Beziehung und familiäre Bindung zu stärken. Dein Kind erfährt intensive Zuwendung und es entsteht ein Raum der Offenheit und des Vertrauens. Die Berührung soll respektvoll und nur im Einverständnis mit dem Kind erfolgen. Prävention ist hier sehr wichtig – auch das bewusste NEIN sagen.

Nicht nur die respektvollen Berührungen sind Teil des Wochenendes. Wir begeben uns außerdem auf achtsame Erkundung und Bewegung in der Natur und genießendie wohlthuende Weite und die frische Winterluft am Steinhuder Meer. Dabei ist natürlich immer auch Raum für lustige gemeinsame Spiele und entspanntes Beisammensein.

Das Programm richtet sich an ein Elternteil mit einem Kind zwischen 6 – 10 Jahren, gerne auch eine Familie mit zwei Kindern oder andere Konstellationen. Das Kind soll die volle Aufmerksamkeit haben – ohne dass die Bezugsperson mit jemanden anderen geteilt werden muss.

ABLAUF

FREITAG

Nachmittag: Anreise und Ankommen

Abend: Abendessen, Kennenlernrunde und erste berührende Erfahrungen.

SAMSTAG

Vormittag: Achtsame Auszeit in der Natur: Berühren * Riechen * Genießen. Im Anschluss eine Einheit der Berührungen.

Nachmittag: Gemeinsame Spiele, im Anschluss respektvolle Berührungen.

Abend: Abschlussrunde mit Erfahrungsaustausch und abschließender Berührungseinheit.

SONNTAG

Frühstück und Heimreise

Bitte mitbringen: 1 Decke und 2 kleine Handtücher. Wer hat, kann gerne auch eine Matte mitbringen.

Die Referentin Sandra Moormann ist Parens®-Referentin, zertifizierte Baby- und Kindermassage Kursleiterin der DGBM e.V. – Berührung mit Respekt® Elternbegleiter*in, Fachkraft für Bindungsstärkendes Spielen und Dialogprozessbegleiterin.

Wundermittel Eltern-Kind Massage

Mit Hilfe der Massage können durch

- die Sensibilisierung für die eigenen Bedürfnisse
- die Sensibilisierung für die Bedürfnisse des Kindes
- den respektvollen Umgang mit Berührung
- das Achten und Anerkennen von Grenzen
- Entspannung und zur Ruhe kommen

folgende Ziele erreicht werden:

- Stärkung der familiären Kompetenz
- Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung
- Stärkung der Persönlichkeit des Kindes

Leistungen

- ✓ 2 Übernachtungen mit Vollpension, inkl. Bettwäsche
- ✓ ca. 10 Stunden betreutes Programm mit Kindermassage, achtsamer Bewegung in der Natur, Spiel und Spaß

Termine & Preise

22. 11. 2024 - 24. 11. 2024

- 👉 **2 Übernachtungen mit Vollpension**, Zweibettzimmer mit Waschgelegenheit
- 6 - 10 Jahre: 105,00 € pro Person
- ab 18 Jahre: 135,00 € pro Person

Teilnehmerzahl

Mindestens 20 Teilnehmer

Höchstens 24 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.

- Stärkung des Selbstvertrauens bei Mutter / Vater und Kind
- Hilfe bei Geschwisterrivalität

ALLGEMEINE HINWEISE

Je nachdem, ob ihr zu zwei oder zu viert anreist, erhaltet ihr 2- oder 4-Bett-Zimmer mit Waschgelegenheit.

Eignung für Personen mit Mobilitätseinschränkungen

Bei entsprechend verfügbaren Kapazitäten bemüht sich der Reiseveranstalter darum, die gewünschten Reiseleistungen auch Gästen mit Mobilitätseinschränkungen anzubieten. Bitte kontaktiert hierzu die Jugendherberge und teilt genaue Angaben über die Personenzahl sowie über Art und Umfang der Mobilitätseinschränkungen der betreffenden Teilnehmer*innen mit.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung.

Onlineversion des Angebots: www.jugendherberge.de/reisen/10094

Information & Buchung:

Jugendherberge Mardorf mit Zeltplatz,
Warteweg 2
31535 Mardorf

☎ +49 5036 457
✉ mardorf@jugendherberge.de

Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Hannover e.V.
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 1
30169 Hannover

☎ +49 511 16402-22
✉ service-hannover@jugendherberge.de