

Gefühlstohuwabohu – gelassen und entspannt mit den eigenen Gefühlen umgehen

Warum fahren meine Gedanken manchmal Karussell? Was kann ich tun, wenn mal wieder Gefühlschaos herrscht? Und wozu sind all diese Gefühle eigentlich gut?

Das und vieles mehr werden wir spielerisch im Kurs „Gefühlstohuwabohu“ erkunden. Wir erleben gemeinsam, mit welchen Tricks man in all dem inneren Durcheinander wieder zur Ruhe und Entspannung kommt, erkunden die Kraft der positiven Gedanken und basteln unser persönliches Gefühle-Glitzer-Glas.

Bitte mitbringen:

- ausreichend Vesper und Getränke

KursNr.	Datum	Uhrzeit	Alter	Kursleiter*in	Ort / Treffpunkt
25136	05.08. (Di.)	9.00 – 14.00	5 – 7	Frau Storf	Gerhart-Hauptmann-Realschule (Klassenzimmer A14, Nebengebäude), Gerhart-Hauptmann-Straße 7, 71229 Leonberg
25137	06.08. (Mi.)		8 – 10		

KursNr.	25136-25137
Kursgebühr	28,00 €
Sonstige Kosten	8,00 €
Gesamtkosten	36,00 €

