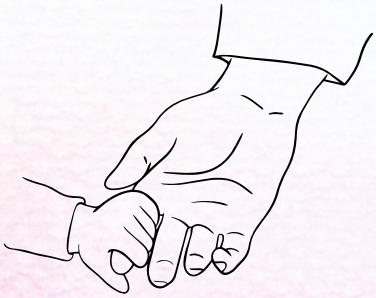
Der Kinderschutzbund
Ortsverband Zittau

FÜHL DICH GUT!



Immer mehr Kinder fühlen sich im Alltag stark unter Druck gesetzt und überfordert. Dadurch leidet ihr seelisches und körperliches Wohlbefinden.
Mit Hilfe von Achtsamkeitsübungen können sie lernen, ihre Bedürfnisse besser wahrzunehmen, ausgeglichener zu werden und so Stress zu reduzieren.

Kommt mit auf eine Reise & verbringt eine ganz

BESONDERE ZEIT

In Form von (Yoga)-Übungen,
Fantasiereisen & Spielen u.v.m.

TERMINE:
~ 11.10.23
~ 01.11.23
~ 13.12.23
~ 10.01.24

FÜR WEN? Kinder ab 4 Jahren + 1 Elternteil

WANN? Einmal monatlich Mittwochs von 16:30 bis 17:30 Uhr

WO? Kinderschutzbund OV Zittau e.V.
Neustadt 42, 02763 Zittau

KOSTEN: Erwachsene 1,50€ & Kinder 1,00€ (pro Termin)

ANMELDUNG: 03583 540 33 70 oder
0157 721 117 58
familienbildung-pr5@dksb-zittau.de

MEIN ZUHAUSE
LANDKREIS GÖRLITZ
WOKRJES ZHORJELC
Freistaat Sachsen

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Haushaltsmittel des Landkreises Görlitz und mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.