Diakonie Eine Welt
Akademie

Elementar- und Sozialpädagogik **2022**

TERMIN

25.11.2022, 09:00 - 17:00

VERANSTALTUNGSORT

Praxis Veronika Fiegl, Pilgramgasse 9, Stiege 2, Tür 2, 1050 Wien

KONTAKT

Diakonie Eine Welt - Akademie
Steinergasse 3/12, 1170 Wien
dew-akademie@diakonie.at
https://dew-akademie.at

Fortbildungstag der Kindergärten: Bye, bye Stress!

Entspannungs- und Entlastungstools im Kindergartenalltag

Verspannungen, Stress, Schmerzen. Der Alltag kann ganz schön anstrengend sein. Zum Glück ist unser Körper aber ein irrsinnig kluges, lernfähiges und lebenslustiges Wesen.

Mit etwas mehr Aufmerksamkeit auf die innere (Körper-) Weisheit kann daher ein gesunder Alltag gelingen.

Vor dem Workshop haben die Teilnehmer:innen die Möglichkeit Wünsche und Fragen an die Trainerin zu schicken. Im Rahmen der Möglichkeiten werden diese eingebaut.

Methode: Techniken und Übungen, die die Körperaufmerksamkeit erhöhen, leicht in den Alltag integrierbar sind und zur Entspannung beitragen

Zielgruppe

Elementarpädagog:innen und Assistent:innen der Diakonie Bildung

Referentin

Veronika Fiegl
ist Trainerin für KörperBewusstsein. Sie lehrt Menschen seit über 20 Jahren, aus ihren gewohnten Mustern auszusteigen, um ihr Leben in vollen Zügen genießen zu können.
www.veronikafiegl.at