



Anmeldung

Eine Anmeldung ist über die MitarbeiterInnen des Ambulanten Familiendienstes jederzeit möglich.

Kontakt

Vorarlberger Kinderdorf
Ambulanter Familiendienst

Maria Schähle
Kinesiologin und Feldenkrais Lehrerin

Metzgerbildstraße 6
Feldenkraisstudio (1.Stock)
6900 Bregenz
T 0650/4992053
E afd@voki.at
www.kinderdorf.cc



Auf meinen Körper hören
Körperzentrierte Begleitung
Kinesiologie – Feldenkrais

Körperzentrierte Begleitung ist ein pädagogisches Angebot des Ambulanten Familiendienstes des Vorarlberger Kinderdorfs.



Für Kinder, Jugendliche und deren Eltern – allein und gemeinsam

- emotional stark werden
- für Lernen mit Lust
- zur Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstsicherheit
- für bessere Koordination bei einschränkenden Bewegungsmustern
- bei Prüfungsangst und Lernblockaden
- bei Stress und Erschöpfung
- in schwierigen Lebenssituationen



Das Unmögliche möglich machen,
das Mögliche leicht und
das Leichte elegant.

Zitat: von Moshé Feldenkrais



Steigerung von Lebensqualität und Gesundheit

- innere Ruhe erlangen
- entspannt und gelassen sein im Alltag
- an Leichtigkeit gewinnen
- mich und meinen Körper besser wahrnehmen
- neues Handeln ermöglichen
- unausgeschöpfte Möglichkeiten nutzen, sich besser organisieren lernen
- meine Grenzen erkennen