

Natürlich meine Grenzen wahren

Seminar mit Coach und Pferden



Foto: pixabay.com

In diesem Seminar geht es um das Thema Grenzen setzen. Sie lernen:

- wie Sie sich selbst und Ihre Bedürfnisse besser wahrnehmen können.
- wie Sie Folgendes ganz natürlich ausdrücken können: nein, jetzt nicht, so nicht. Einfühlsam, aber klar und ohne schlechtes Gewissen.

Das sind die Inhalte des Seminars:

- Körpersprache und Körperwahrnehmung
- Persönlicher Ausdruck und klare Sprache
- Flexibilität und Leichtigkeit in stressigen und schwierigen Situationen
- Es gibt kurze Inputs, Selbstreflexion und ein aktives Experimentieren mit den Pferden.

Unsere Angebote sind für Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen. Alle Pferde sind ausgebildete Therapiepferde. Pädagog*innen, Therapeut*innen sowie Pferde-Fachpersonal begleiten die Teilnehmer*innen.

Natürlich meine Grenzen wahren

Seminar mit Coach und Pferden



Für wen:

alle interessierten Erwachsenen
Anzahl: 5 – 8 Personen



Wo:

Integratives Reitzentrum St. Isidor
St. Isidor 23, 4060 Leonding



Wann:

jeweils 2 Abende:

16.05.2022 + 30.05.2022
jeweils 15:30 – 19:00 Uhr
Anmeldeschluss: 02.05..2022

03.10.2022 + 17.10.2022
jeweils 15:30 – 19:00 Uhr
Anmeldeschluss: 16.09.2022



Kosten:

Euro 336,- pro Person inkl. 20 % MwSt.



Kursleitung:

Mag.^a Michaela Hainzl, Dipl. Coach und Psychologische Beraterin, Supervisorin, Trainerin.

Dipl. Päd.ⁱⁿ Romana Pixner, Diplom Pädagogin,
Motopädagogin, Reittherapeutin: integratives
Reiten, heilpädagogische und therapeutische
Förderung mit dem Pferd

Information und Anmeldung:

Mag.^a Michaela Hainzl
0650/60 61 007
me@michaelahainzl.at
www.michaelahainzl.at
www.caritas-ooe.at



Bei uns können Sie Pferde erleben und gleichzeitig etwas Gutes tun:

Die Erlöse aus den Angeboten werden für den Erhalt des Reitzentrums verwendet, um weiterhin Therapien am Pferd für Menschen mit Beeinträchtigungen zu ermöglichen.