

„Was geht?“

– ein Wochenend-Workshop für Eltern
...Potenziale entdecken in der Kommunikation mit Teenagern

Wochenend- Workshop für Eltern von Teenagern



Illustration © Renate Alf

Leitung:

Sabine Heggemann

Achtsamkeitscoach

Workshop:

Fr, 07.10.2022, 19.00 - 21.00 Uhr;

Sa, 08.10.2022, 9.00 - 16.30 Uhr;

So, 09.10.2022, 9.30 - 13.00 Uhr

im Bildungs- und Tagungszentrum

Ostheide in Barendorf Lüneburger Straße 12,
21397 Barendorf

Teilnahmebeitrag: 30,- € pro Person inklusive Verpflegung im BTO mit Tagungsgetränken (Kaffee, Tee, Mineralwasser) und Mittagessen (Sa und So)

Teilnahme nur mit verbindlicher Anmeldung bis zum 01.10.2022 beim KICK-Ostheide (begrenzte Personenanzahl); Kontakt siehe Rückseite

KICK
OSTHEIDE

„Was geht?“ – ein Workshop für Eltern von Teenagern

Kinder haben ist immer ein Abenteuer. Abenteuer können herausfordernd sein. Für viele Eltern ist das Erleben ihrer Teenager-Kinder manchmal so, als ob sie dieses Abenteuer in einem Land erleben, in dem sie die Sprache der Menschen nicht verstehen. Die Kommunikation hakt. Sabine Heggemann ist der festen Überzeugung, dass solche „Hak-Situationen“ oder sogar intensivere Erlebnisse mit „Disaster-Potenzial“ tatsächlich Gelegenheiten für große Entwicklungsschübe sind. Für Eltern und Kinder bzw. Teenager – und für die Beziehung zwischen beiden.

An diesem Wochenende stellt Sabine Heggemann einiges an möglicher Ausrüstung für diese Art von Abenteuer vor. Vorbereitung ist alles, bzw. Training „on the run“ (während des Laufes) ist immer möglich. Humor und gutes Essen in schöner Umgebung werden dabei nicht zu kurz kommen. ;-)

Sabine Heggemann

- Verheiratet, Mutter zweier Söhne
- Achtsamkeitstrainerin und -coach
- Emotionscoach und Bodycode-Anwenderin
- Schulgründerin, Umweltpädagogin

Tätigkeiten u.a. für...

- Eltern, Erzieher*innen und Lehrer*innen
- Leistungssportler*innen
- Therapeut*innen und Psycholog*innen
- diverse Institutionen, Verbände und Vereine



Zur Person



www.fokusachtsamkeit.de

Anmeldung bitte **direkt und nur im:**

KICK-Ostheide
Lüneburger Landstr. 7a
21398 Neetze

Web: www.kick-ostheide.de
Tel: 05850 - 472
E-Mail: [vomhofe@kick-ostheide](mailto:vomhofe@kick-ostheide.de)