Verband alleinerziehender Mütter und Väter
Landesverband Schleswig-Holstein e.V.

AKTUELLES

DATEN UND FAKTEN

Sie befinden sich hier:

Startseite SH
Veranstaltungen

Endlich wieder VAMV Wochenendseminar im September!

Nach drei Jahren Coronapause veranstalten wir diesen September endlich wieder das Wochenendseminar für Alleinerziehende. Vom 22. bis 24.09.2023 wollen wir uns in der Jugendherberge Bad Malente mit dem Thema "Achtsamkeit für Alleinerziehende" beschäftigen.

Am Freitag, den 22.09.2023, könnt Ihr ab 17 Uhr in der Jugendherberge einchecken. Beim gemeinsamen Abendessen erfolgt eine kurze Begrüßung durch den VAMV Vorstand.

Am Samstag, den 23.09.2023, bietet Referentin Gabriela Voß einen Achtsamkeits-Workshop an: Entspannungsübungen, Resilienz und die Besonderheiten von Stress im Kontext von Alleinerziehenden werden einige der Schwerpunkte in diesen 3 Stunden bilden. Ganz bewusst haben wir uns dazu entschieden, den Nachmittag ohne feste Programmpunkte zu planen. So habt Ihr Zeit in den gemeinsamen Austausch zu gehen, den Vormittag zu reflektieren oder einfach die Seele baumeln zu lassen. Damit dies entspannt

gelingen kann, bieten wir Euren Kindern parallel Betreuung an. Dafür stehen ein separater Spiel- und Bastelraum zur Verfügung sowie das Außengelände der Jugendherberge.

Am Sonntag, den 24.09.2023, geht unser Wochenende mit Rhythmus und Spass an gemeinschaftlicher Musik dem Ende zu. Unser VAMV SH Vorstandsvorsitzender Joachim Hausmann bietet uns einen einzigartigen Trommel-Workshop für Eltern und Kinder und lässt uns in die Vielfalt der Perkussionsinstrumente eintauchen.

Frisch erholt, aufgetankt und mit vielen guten Erinnerungen startet Ihr danach wieder in den Alltag!

Alle Informationen zum Wochenendseminar findet Ihr im Flyer:

Dateien
Flyer_WESeminar_VAMVSH_2023.pdf 656 KB

Zurück

© Copyright 2024 VAMV Landesverband Schleswig-Holstein e.V.