

Anita Senn - Praxis für Stressabbau
Staatsstrasse 167
Hünibach

Güxi Kinderkrippen
Räffelstrasse 25
8045 Zürich

Seminar am 1.6.2023 für 21 Kitaleitende und Geschäftsleitung

- Stressabbau in Theorie und Praxis: verschiedene Körperarbeits-techniken werden gezeigt und geübt (Konstitutionstypen, Bioenergetik, Akupressur, Atemtechniken)
- Übungen zu zweit und einzeln für Arbeitspausen und für den Alltag.
- "Handling the Baby": wie entspanne ich ein Baby, das schreit? Theorie und Praxis der Kinder-Bobath-Therapie: angewandtes Tai-Chi.

Vielen Dank nochmal fürs engagierte Mitmachen, es war eindrücklich für mich.