



# Mattli

Antoniushaus  
Seminar- und Bildungszentrum

## ICH INTERESSIERE MICH FÜR

- das Mattli-Bildungsprogramm
- Informationen über das Seminar- und Bildungszentrum Mattli
- Informationen über die Franziskanische Gemeinschaft FG
  
- Ändern Sie meine Adresse gemäss Anmeldetalon
- streichen Sie meine Adresse

Senden an:

Mattli Antoniushaus  
Seminar- und Bildungszentrum  
Mattlistrasse 10  
CH-6443 Morschach

## ANMELDUNG

Wir bitten um schriftliche Anmeldung bis 8. April 2021.

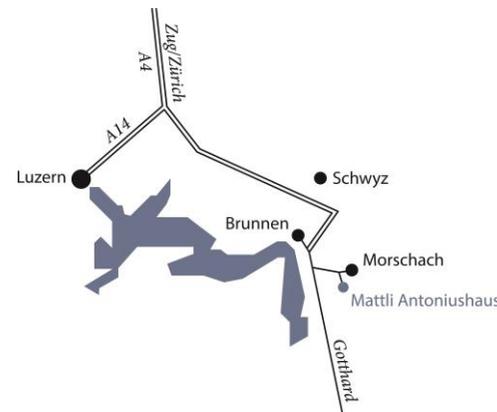
Sie erhalten eine Bestätigung und die Rechnung für die Kurskosten. Die Pensionskosten müssen vor Ort in CHF oder mittels Kreditkarte bezahlt werden.

## ANREISE MIT DER BAHN

Gotthardlinie bis Bahnhof Brunnen.  
Bus Nr. 4 bis Morschach «Mattli/Holidaypark».  
Zu Fuss rund 6 Minuten zum Mattli.

## ANREISE MIT DEM AUTO

Autobahn A4 Zürich-Zug-Gotthard. 1 km nach Autobahnende Abzweigung Morschach.  
Eingangs Dorf Wegweiser Mattli. Parkplätze vorhanden. Ca. 60 Minuten ab Zürich, ca. 30 Minuten ab Luzern.



Mattli Antoniushaus  
Seminar- und Bildungszentrum  
Mattlistrasse 10  
6443 Morschach  
041 820 22 26  
info@antoniushaus.ch  
www.antoniushaus.ch



## Achtsamkeit mit Kindern

Ein Weekend für Kinder und ihre Bezugspersonen

Freitag, 30. April 2021, 18 Uhr  
bis Sonntag, 2. Mai 2021, 15 Uhr

## LEITUNG

Anna Fäh Meier  
Katarina Waser-Ouwerkerk

Mattli Antoniushaus  
Seminar- und Bildungszentrum  
Mattlistrasse 10  
6443 Morschach  
www.antoniushaus.ch

## Achtsamkeit mit Kindern

Ein Weekend für Kinder und ihre Bezugspersonen

«Wenn Bewegung und Kreativität zusammenspielen, verändert sich eure Welt.»

Einerseits sind Salutogenese und Achtsamkeit in aller Munde, andererseits belasten Druck, Tempo sowie mediale Reize unseren Körper immer einseitiger. Die moderne Wissenschaft lehrt, wie wir uns durch verstehendes Wahrnehmen und schöpferisches Tun neu ausrichten können. Wer seinen Bewegungsmustern achtsam begegnet und seine Wahrnehmung in Formen und Farben experimentell verarbeitet, entwickelt sich mehrdimensional und damit effektiver. Das Schöne dabei: Bewegung und bildhaftes Gestalten bereiten Freude!

Dieser Kurs richtet sich an neugierige Menschen mit ihren Kindern. Wir integrieren Achtsamkeit, Bewegung sowie kreatives Gestalten und arbeiten je nach Situation parallel oder gemeinschaftlich. Spielerisch ausgeführte Bewegungen aus dem Tierreich; lustvolles Malen und Gestalten in der Natur verleihen der Kreativität Flügel; Raum für Austausch und Reflexion zu den Fragen des Erziehungsalltags, sind nur einige Übungsanlagen dieses Kurses.

Ziel ist die nachhaltige Veränderung des Alltags. Kinder und ihre Bezugspersonen stärken ihre Resilienz und agieren in Zukunft freier, schonender und flexibler. Dadurch verändert sich ihre Kommunikation und Beziehungsqualität. Ihre Beziehungen stehen im Zentrum.

### LEITUNG

*Anna Fäh Meier*  
Feldenkraislehrerin und Heilpädagogin  
[www.feldenkrais-schaffhausen.ch](http://www.feldenkrais-schaffhausen.ch)

*Katarina Waser-Ouwerkerk*  
Künstlerin  
[www.kataouwerkerk.ch](http://www.kataouwerkerk.ch)

### KOSTEN

Kurs Fr. 350.- (inkl. Kindern)

### PENSIONSKOSTEN \*

Zweibettzimmer mit Dusche/WC	Fr. 122.-
Doppelzimmer mit Dusche/WC	Fr. 132.-
Familienzimmer mit Dusche/WC für 3-6 Personen	Fr. 117.-
Touristenlager (inkl. Duvet)	Fr. 96.-

Kinder zahlen 50% der Pensionskosten

Der Kurs wird durch Fonds subventioniert!

\* Die genannten Pensionskosten verstehen sich pro Person und Nacht und beinhalten Vollpension, MwSt., Nachhaltigkeitsbonus und Kurtaxe.

## Anmeldung

ACHTSAMKEIT MIT KINDERN

30. APRIL BIS 2. MAI 2021

NAME

VORNAME

STRASSE

PLZ/ORT

TELEFON

E-MAIL

DATUM

UNTERSCHRIFT

Allergie / Unverträglichkeit: \_\_\_\_\_

- \_\_\_\_\_
- Zweibettzimmer mit Dusche/WC  
 Doppelzimmer mit Dusche/WC  
 Familienzimmer mit Dusche/WC  
 Touristenlager (inkl. Duvet)

Die Anzahl Zimmer pro Kategorie ist begrenzt.