



Kinderhilfswerk
Gemeinsam mehr bewirken



© 2025 freepik.com / freepik

KINDERENTSPANNUNGSGRUPPE ENTSPANNT & STARK!

Was erwartet die Kinder?

Ruhe finden – Konzentration stärken – Gefühle wahrnehmen

In dieser 10-wöchigen Entspannungsgruppe lernen die Kinder verschiedene Techniken, um Ruhe zu finden, Ängste zu reduzieren und ihre Konzentration zu verbessern. Jede Stunde bietet eine Mischung aus:

- ♥ Fantasiereisen
- ♥ Atem- und Achtsamkeitsübungen
- ♥ Spielerische Bewegung & Kinderyoga
- ♥ Kreatives Malen & Gestalten

Für wen ist die Gruppe geeignet?

Für Kinder, die ...

- sich oft gestresst oder unruhig fühlen
- Schwierigkeiten mit Konzentration oder Ängsten haben
- neue Wege zur Entspannung entdecken möchten

Termine

- ♥ 20. März 2025
- ♥ 27. März 2025
- ♥ 03. April 2025
- ♥ 10. April 2025
- ♥ 24. April 2025
- ♥ 08. Mai 2025
- ♥ 15. Mai 2025
- ♥ 22. Mai 2025
- ♥ 05. Juni 2025
- ♥ 12. Juni 2025

Information, Kontakt & Anmeldung

Workshopleitung

Irmgard Schürer

- » Psychotherapeutin
- » Kinder- und Jugendlichentherapeutin
- » Paartherapeutin
- » Sexualtherapeutin

Ort

Kinderhilfswerk BTZ Linz
Garnisonstraße 17/C2, 4020 Linz

Zeitlicher Rahmen

10 x ab 20. März 2025
15:00 – 16:30 Uhr

Zielgruppe

Kinder von 8 bis 12 Jahre

Anmeldung

Irmgard Schürer
praxis@psychotherapie-linz.at

PSYCHISCHE GESUNDHEIT FÖRDERN

Österreichweit zeigen bereits fast ein Viertel aller Kinder und Jugendlichen psychische Auffälligkeiten.

Sie leiden unter anderem an **Depressionen, Ängsten oder Verhaltensauffälligkeiten**.

Nur jede*r Zweite bekommt professionelle Hilfe.

Gemeinsam mit unseren Unterstützer*innen und Fördermitgliedern sorgt der **Verein Kinderhilfswerk** dafür, dass Kinder & Jugendliche unterstützt und gestärkt werden.

Finanziert wird das Angebot vom **Verein Kinderhilfswerk**.
Die Teilnahme am Workshop ist **KOSTENLOS!**

