



Wil jij je kind helpen om emoties te doorvoelen, zich te leren ontspannen én opladen? 🌱

Als holistisch kindertherapeut organiseer ik in een *kleine, veilige setting* een workshop voor kinderen vanaf een jaar of 7. Een plek waar we stilstaan bij hoe je je voelt, waar je mag landen in je eigen lijf, waar je jezelf nog beter leert kennen én waar je ook lekker creatief bezig bent.

Wat kun je verwachten?

Visualisatie We starten met een visualisatie waarbij we landen in ons lichaam. Deze visualisatie heeft als doel om te ontspannen, maar heeft daarnaast ook een thema voor het vergroten van je eigen welzijn, zoals het doorvoelen van emoties, je eigen energetische bubbel creëren, in je eigen kracht staan, etc.

Werkvorm We gaan vervolgens op een ontspannen en speelse manier aan de slag met oefeningen waarbij de focus ligt op het leren kennen van je eigen emoties, je eigen kracht, maar ook je grenzen. We werken hierbij o.a. met affirmatiekaarten, werkbladen en lichaamsgerichte werkvormen.

Creatieve opdracht Daarna gaan we lekker creatief aan de slag. Je kunt hierbij denken aan het maken van je eigen schilderijtje, het versieren van een schatkistje of het versieren van krachtstenen. Naast lekker creatief bezig zijn, zit hier natuurlijk ook altijd een mooi doel achter waardoor je jezelf nóg beter leert kennen. Uiteraard mag je je eigen creatie mee naar huis nemen.

Massage Als afsluiter mag je, mits je dit wil, genieten van een massage van de handen of voeten. Hierbij maak ik gebruik van etherische oliën. Even uit het hoofd en in je lijf.

De workshop helpt kinderen om de prikkels van de dag los te laten en weer op te laden met nieuwe energie. Het leert je kind ook nog beter luisteren naar wat je eigen lichaam je al vertelt. Ieder gevoel en iedere emotie heeft als doel om jou iets duidelijk te maken.

Plaats: Kloosterstraat 6, Helmond (Stiphout), tweede verdieping.

Kosten: €35,- per kind

📧 Lijkt dit je iets voor jouw kind? Meld hem of haar dan snel aan. Tijden en data staan op de website vermeld.

Marieke Pfeiffer Holistische Therapie & Coaching

Kloosterstraat 6

5708 GM Helmond

T: +31 6 29 29 68 45

E: info@marieke-pfeiffer.nl

www.marieke-pfeiffer.nl

