



Programm 2024 / 2025



Kurse für Erwachsene

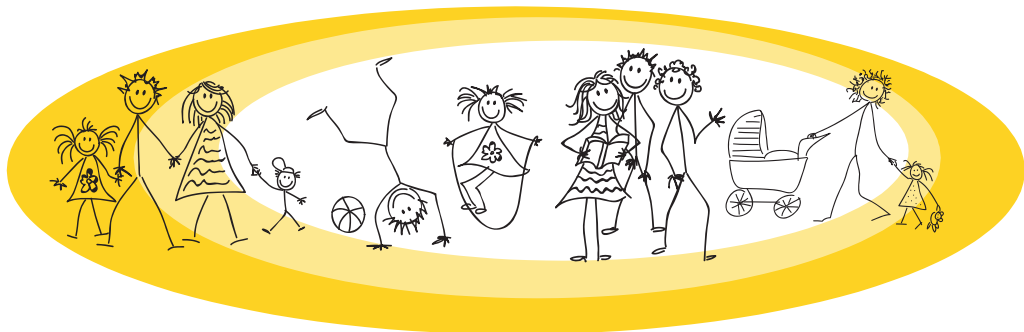
- Entspannte Eltern, entspannte Kinder - mehr Leichtigkeit im Alltag durch EFT (Emotional Freedom Techniques)
- Hauen, Beissen, Toben - Herausfordernde junge Kinder (0 - 6 Jahre) verstehen und unterstützend Handeln
- Jesper Juul Elternkurse für Eltern von Kindern zwischen 2 und 9 Jahren
- MFM-Projekt Elternvortrag „Wenn Mädchen Frauen werden“
- Herrlich knusprig: Brot backen mit Hilfe vom Profi-Bäcker
- Waldbaden eine Wohltat für Körper und Geist
- Einführungskurs in die Meditation und Achtsamkeit
- Taschengeld, Jugend- und Lehrlingslohn
- Pilateskurs für Frauen
- Selfcare Workshop für Mamis (Yoga, Meditation & mehr)
- AD(H)S und Schule
- Autismus - Wie gehen wir damit um?
- Töpfern für den Garten/Balkon
- Humor-Workshop: Heiter bleiben, wenn's ernst wird
- Wie bringe ich meine Hormone zurück in Balance?
- Ü30 Beauty Infos: Was steckt wirklich dahinter?



Kurse für Eltern mit ihren Kindern

- Kampfspiele für Väter und Söhne/Töchter (1. & 2. Primarschulklasse)
- Familien-Workshop zur Selbstverteidigung
- Führung durch die Sternwarte St. Margarethen
- Spaziergang essbare Wildbeeren
- Besuch auf dem Bio-Bauernhof
- Schweissen für Kinder
- Birsigführung





Kurse für Eltern mit Kleinkindern und Säuglingen

- Themenrunde: Spiel, Spass und Bewegung
- Einführung in die Babymassage
- Familien-Yoga



Kurse für Kinder und Jugendliche

- Hast Du Lust auf spannende Märchen und Geschichten?
- Herrlich knusprig: Brot backen mit Hilfe vom Profi-Bäcker
- Magischer Backnachmittag
- Töpferkurse für Halloween, Weihnachten und Ostern
- Handlettering - die Kunst des Schönschreibens
- Tukan im Urwald: Modellier- und Malwerkstatt
- Paradiesvogel: Bastel- und Malwerkstatt
- MFM-Projekt Mädchen „Die Zyklus-Show“
- Stop Motion - LEGO® Trickfilmworkshop
- Waldbaden eine Wohltat für Körper und Geist
- Yogatherapie für Kinder mit ADHS / ADS
- Besuch der Tierklinik Leimental
- Kinder lernen Leben retten
- Einführung in die Nothilfe
- Beauty Day - Hacks und No Go's
- Fit an die Prüfung

