

# Zum Schnüüfu cho...

## Ein Abend für Eltern und Alleinerziehende

Freitag, 20. April 2012  
Bildungshaus St. Jodern, Visp

Mit den eigenen Kindern auf dem Weg sein, ist eine erfüllende und befriedigende Aufgabe. Es braucht dazu oft einen langen Atem und die Kunst durchatmen zu können.

Es ist wichtig, auch in der Erziehung den Kontakt zu sich selber und zum eigenen Atem nicht zu verlieren. Sich spüren, bei sich sein können – das tut gut und ist eine Voraussetzung, die Kinder und Jugendlichen so zu begleiten, dass sie sich entfalten können.

Der bewusste Umgang mit dem Atem kann helfen, den Kontakt zu sich aufzubauen. Die Atemtherapeutin Judith Bregy wird am Kursabend einen Zugang zum eigenen Atem öffnen.

<b>Eingeladen</b>	Mütter und Väter
<b>Ort</b>	Bildungshaus St. Jodern Visp
<b>Datum</b>	Freitag, 26. April 2012
<b>Zeit</b>	19.30 – 21.30 Uhr
<b>Leitung</b>	Judith Bregy Dipl. Atemtherapeutin sbam Gampel
<b>Kosten</b>	Fr. 20.-
<b>Anmeldung</b>	bis Freitag, 13. April 2012