

BIANCA

& ALFONSO



AUSBILDUNG
FÜR LEHRPERSONEN

BINJA – ACHTSAMKEITSTRAINING

Mit der Geschichte von Binja aus dem Bilderbuch «BINJA – meine Reise durch die Welt der Gefühle» lernen die Kinder einen gesunden Umgang mit herausfordernden Gefühlen. Sie erlernen kraftvolle Achtsamkeitsübungen, die ihnen helfen, sich zu zentrieren.

Sie als Lehrperson erfahren die wissenschaftlichen Hintergründe des Achtsamkeitstrainings und erhalten weiterführendes Kursmaterial, das Sie befähigen wird, mit Ihrer Schulklasse selbständig das Binja-Training durchzuführen.

Die Selbsterfahrung mit Achtsamkeitsübungen hilft Ihnen, Ihre Schülerinnen und Schüler verständnisvoll durch das Training zu begleiten.

Binja und Alfonso zeigen neue Wege in einen glücklichen und achtsamen Schulalltag.



8-WOCHEN-AUSBILDUNG FÜR LEHRPERSONEN

Befähigung, das Binja Achtsamkeitstraining in Ihrer Schulklasse durchzuführen

KURSLEITUNG

Ruth Monstein

Primarlehrerin, Coach,
Fachberatung Traumapsychologie

Rehweidstrasse 2, 9010 St. Gallen,

www.ruthmonstein.ch

www.binja.ch

DAUER

8 Doppellektionen oder ein 2-tägiger
Kompaktkurs

Auch als SCHILW buchbar

ORT

Nach Vereinbarung

MITNEHMEN

Bequeme Kleidung und Schreibmaterial

KOSTEN

Nach Vereinbarung

KONTAKT & ANMELDUNG

Melden Sie sich bei

Ruth Monstein

info@binja.ch

Tel.: 071244 34 64

Mobil: 079 728 62 50

WEITERBILDUNG KANTON ST.GALLEN – AMT FÜR VOLKSSCHULE

Achtsamkeitskurs Binja für

Primarschülerinnen und Primarschüler