

**Auskunft/Anmeldung mit Talon
bis spätestens 10. September 2010 an:**

Stephanie Hofstetter
Auf Käppelimmatt 26
4133 Pratteln
Telefon 061 821 48 34

Sie erhalten eine Bestätigung mit Einzahlungsschein.
Bei Erhalt Ihrer Einzahlung sind Sie definitiv angemeldet.



.....
Anmeldung zu den Ferientagen im Herbst im Freizeithaus Walten
vom 27. September bis 2. Oktober 2010.

Name Vorname

.....

Name und Alter der Kinder

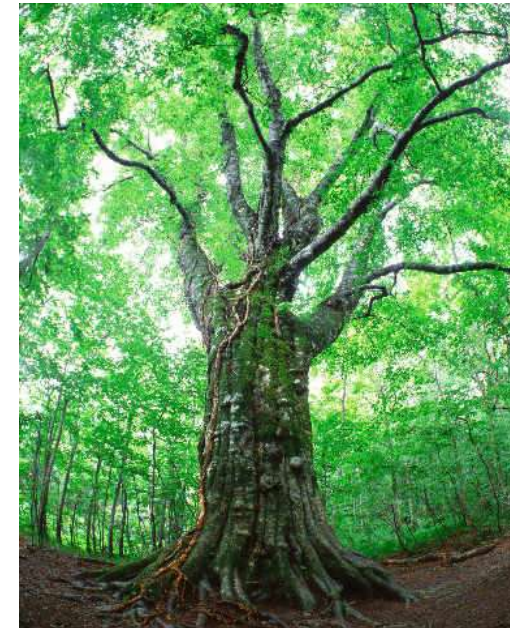
.....

Adresse/PLZ/Wohnort

.....

Telefonnummer.....

Ich komme mit der Bahn Ich komme mit dem Auto



Uns vertiefen - Kraft tanken

Ferien im Herbst für Mutter und Kind

27. September bis 2. Oktober 2010
Freizeithaus Walten Läfelfingen

Trägerschaft
Evangelische Frauenhilfe Baselland
und COMPAGNA

Kursleitung
Sylvia C. Trächslin

Herzlich laden wir Mütter mit ihren ca. 3 bis 10 Jahre alten Kindern in die Herbstferien im schönen Baselbieter Jura ein.

Fernab von unserem Alltag, von Ablenkungen, Hektik und Lärm wollen wir in unserem gemütlichen Ferienhaus Walten, inmitten schönster Natur in ruhiger Umgebung und in der Nähe eines Bauernhofes ausspannen und in fröhlicher und friedlicher Gemeinschaft neue Impulse und Kräfte sammeln.

Unser diesjähriges Thema, das uns durch die Woche begleiten wird lautet „Uns vertiefen und Kraft tanken“

Was uns hilft, uns zu vertiefen und Kraft zu tanken reflektieren wir jeden Morgen zwischen 9 und 12 Uhr jede Frau für sich und gemeinsam in der Gruppe im aktiven Tun und einfach Sein.

Sich vertiefen und Kraft tanken für den Körper

Mit Kraftschöpfung in der Natur – zum Beispiel kurze morgendliche Spaziergänge - und meditativen Massagen entspannen und befreien wir uns von körperlichen Verkrampfungen.

Sich vertiefen und Kraft tanken für den Geist

Moderierte Austauschrunden zu Alltagsthemen geben uns Impulse, die wir in unseren Alltag tragen und umsetzen können.

Sich vertiefen und Kraft tanken für die Seele

Mit HerzIntelligenz-Übungen nach Doc Childre sowie Schutz- und Präsenzübungen erhalten wir Impulse, die im Alltag angewendet werden und uns unterstützen können. Mit gestalterischem Arbeiten lassen wir unserer Kreativität freien Lauf.

Während wir Frauen am Morgenprogramm teilnehmen, werden unsere Kinder von Kinderbetreuerinnen umsorgt. Die Nachmittage geniessen wir bei schönem Wetter in der Natur. Für unser leibliches Wohl sorgt ein bewährtes Küchenteam.

Diese Personen freuen sich auf die Ferientage im Herbst mit Ihnen:
Stephanie Hofstetter, Rosmarie Rentsch, Sylvia Trächslin

Unterkunft:	Ein-, Zwei- oder Dreibettzimmer
Kosten	Erwachsene Fr. 280.-
	Erstes Kind Fr. 110.-
	Zweites Kind Fr. 50.-

Finanzielle Gründe sollen kein Hindernis für die Teilnahme sein. Ermässigungen können bei Stephanie Hofstetter unter der Telefonnummer 061 821 48 34 erfragt werden.

Mitbringen: Warme und wandertaugliche Kleidung.
(Die Schlafzimmer sind nicht geheizt.
Schreibzeug, ein Notizheft, Farbstifte.
Materialien für gestalterische Arbeiten dürfen mitgebracht werden.

Anreisetag: Montag, 27. September 2010
Zum Zvieri um ca. 15.00 Uhr.

Anreise mit Bahn: 14:00 Uhr: Abfahrt Sissach
14:11 Uhr: Ankunft Läuelfingen
14:35 Uhr: Abfahrt Olten Bhf
14.43 Uhr: Ankunft Läuelfingen Bhf
Sie werden am Bahnhof abgeholt.

Anreise mit Auto: Wegweiser beim Bahnhof Richtung Walten beachten.

Abreisetag: Samstag, 2. Oktober 2010.
Nach dem Morgenessen.

Anmeldung: Bitte den Anmeldetalon auf der Rückseite verwenden.