

Bewegungsmuffel gesucht!

Lust auf Natur, Tiere und einem tollen Gemeinschaftserlebnis?
Mach mit bei MuSa - Pilotprojekt Treffpunkt Tschüdanga!

Programminhalt

Wir bieten einen Einblick in folgende Bereiche:

Bewegung in der Natur

- Waldspaziergänge mit oder ohne Tiere
- Bewegungsspiele

Erholung in der Natur

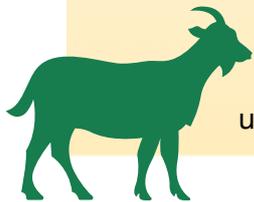
- Bewusstes Entspannen
- Fokus auf das Hier und Jetzt

Landschaftspflege

- Permakultur Garten
- Weide-Management

Tierpflege

- Aufbau von direktem Kontakt mit Tieren
- Füttern, pflegen



Das Programm wird den Teilnehmenden angepasst und es besteht die Möglichkeit der Mitbestimmung und Mitgestaltung.

Daten

Montagnachmittag

28. März, 4. April, 11. April, 25. April, 2. Mai, 10. Mai, 16. Mai, 23. Mai, 30. Mai, 13. Juni, 20. Juni 2022

Treffpunkt

Bahnhof Salgesch

Zeit

13:30 Uhr bis 16:30 Uhr

Teilnahmebedingungen

- Bewegungsmuffel
- mind. 18 Jahre alt
- Teilnahme an Einführungsgespräch
- Teilnahme an Abschlussgespräch



Ziele

- Förderung der Bewegungsmotivation
- Stärkung des persönlichen Wohlbefindens
- Stärkung der Naturbeziehung

Ort

Salgesch, «Treffpunkt Tschüdanga»,
Zudannazstrasse

Tschüdanga liegt im Gebiet des Naturparks Pfynges im Quellgebiet des « Russubrunnu ». Bewohnt wird der «Treffpunkt Tschüdanga» von zwei Ponys, zwei Pferden, vier Geissen, drei Hennen und einem Hahn, sowie drei Katzen.

Leitung

Salome Skolovski, Sozialarbeiterin
Murielle Pannatier, Physiotherapeutin



Interessiert?

Dann schicke uns direkt das ausgefüllte und unterschriebene Anmeldeformular zu:

murielle.pannatier@physio-champlan.ch

Oder hinterlasse eine Nachricht und eine Telefonnummer:

Tel. +41 (0)79 883 34 94

https://www.compagniedigestif.ch/angebote/mu-sa_bewegenindernatur/