



Winterprogramm 2024/2025



Wir freuen uns, Sie in der **Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide** im idyllischen Nordfriesland begrüßen zu dürfen!

Unsere **winterliche Nordseeluft** lädt zum Durchatmen und **langen Spaziergängen an Deich und Meer** ein. Der Blick in die **weite Landschaft** unterstützt Sie beim Abschalten vom Alltag.

Bei uns können Sie dem Weihnachtsstress entfliehen und sich gemütlich im Speisesaal an den gedeckten Tisch setzen. Lassen Sie typische Alltagsaufgaben hinter sich und **genießen Sie die Rundumversorgung**. Wir geben unser Bestes, Ihnen die Zeit so angenehm wie möglich zu gestalten.

Genießen Sie Anwendungen für Körper, Geist und Seele und erleben **Ruhe und Gelassenheit** in einer entspannten Atmosphäre. Unser buntes Winterprogramm bietet Ihnen vielfältige Möglichkeiten, Neues kennenzulernen und sich in verschiedenen Bereichen auszuprobieren.



Adventsbasar

Eines unserer Highlights 😊 Es gibt viel zu Gucken, Basteln, Kaufen, Naschen...

Von 9.00 bis 15.00 Uhr können Sie und Ihre Kinder in unserem Haupthaus über den Basar schlendern und an vielen tollen Aktionen teilnehmen. Der genaue Tag wird noch bekannt gegeben.

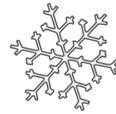


❖ Eltern-Kind-Angebote:



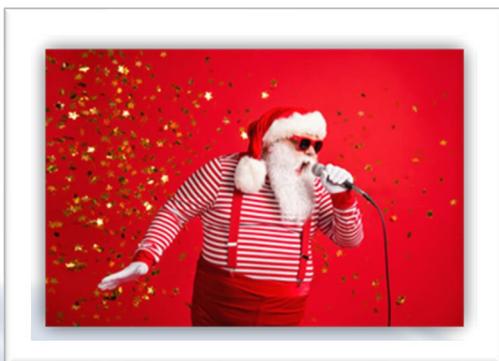
Fröbelsterne basteln

Echte Hingucker für die
Advents- und Weihnachtsdeko



Marmelade kochen

Leckeren Brotaufstrich
aus hiesigen Früchten
für die Lieben zuhause



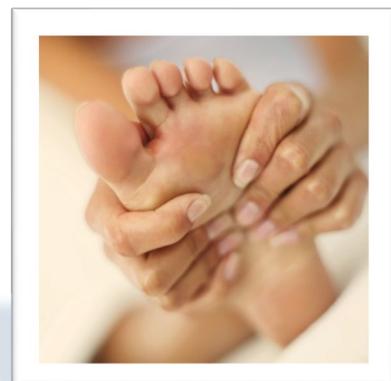
Adventssingen im Freien

Wir stimmen uns auch musikalisch ein auf
die heimelige und besinnliche Zeit.



Fußmassage und mehr...

Ab dem 5. Lebensjahr





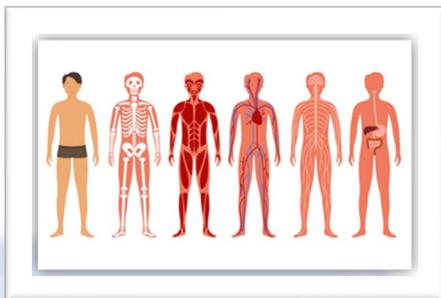
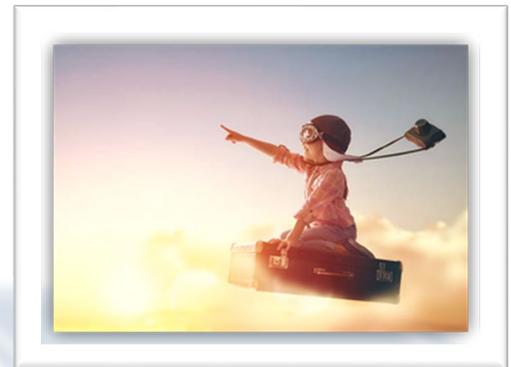
Yogische Übungen

Loslassen, stärken, verbinden – und gemeinsam Spaß haben: Darum geht es in dieser wunderbaren Eltern-Kind-Yoga-Stunde. Dieses Angebot ist für Kinder ab dem 8. Lebensjahr.



Phantasiereisen

eine phantastische, phantasievolle Reise zur Entspannung ab dem 5. Lebensjahr



Körperreise

eine entspannende Reise durch den Körper ab dem 7. Lebensjahr



Qi-Gong

Qigong ist eine Möglichkeit, Kinder aus der Zerstreutheit, Oberflächlichkeit, Gleichgültigkeit, Aggressivität und Krankheitsanfälligkeit herauszuführen. Mit Hilfe von Qigong steigt die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit und vor allem die Ausgewogenheit der Kinder. Durch die gesteigerte Wahrnehmungsfähigkeit finden sie wieder Freude an einfachen Erlebnissen.





❖ Kinder-Angebote:



Waffeln / Kekse backen

Der Duft von leckeren Waffeln oder Keksen strömt durch alle Räume....



Bingo-Abend



Spiel, Spaß und Spannung!
Auch kleine Gewinne sind zu erwarten.



Spiele-Abende

Gemeinsames Spielen verbindet und füllt die Abende mit viel Spaß.

Werwolf bei Nacht

für Jugendliche ab 12 Jahren
Wir spielen unter der Anleitung eines Spielleiters in einer Gruppe ab 8 Personen. Die Regeln werden uns im Laufe des Abends erklärt.





Seife herstellen

Wir gestalten unsere eigenen Seifen mit Farben, Formen und Düften und haben gleich ein Geschenk für die Lieben zuhause



Weihnachtsbasteln

Unzählige kreative Angebote verkürzen uns die Adventszeit...



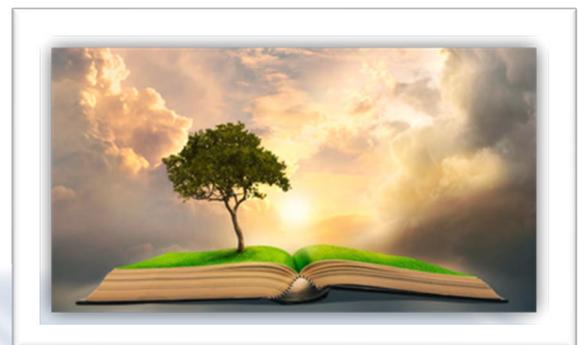
Kinderfilme

ab dem 4. Lebensjahr
Ausgewählte, pädagogisch wertvolle Filme lassen die Kinderaugen strahlen



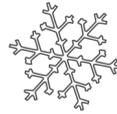
Vorlesenachmittage

Die Phantasie Ihrer Kinder wird angeregt und gefördert





❖ Eltern-Angebote:



Autogenes Training

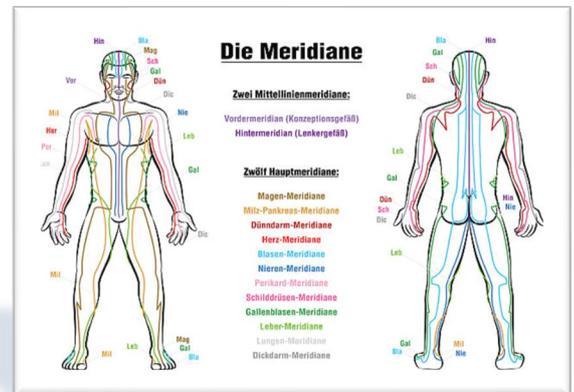
konzentrierte Tiefenentspannung



Narbenvortrag

Narben zeigen sich uns nicht nur an der Oberfläche unserer Haut. Sie haben auf unseren gesamten Körper Einfluss.

Sie sprechen viele Ebenen in uns an und all diese Ebenen stehen untereinander in Wechselwirkung. Es geht darum, diesen Code zu erkennen und mit ihm zu arbeiten.



Ein Vortrag von Dietmar Hansen.





Während Sie mal wieder Zeit für sich finden, erleben Ihre **Kinder abenteuerliche und kreative Angebote in unserer Kinderbetreuung.**

Verbringen Sie **erholungsreiche Wintertage** bei uns in der Eltern-Kind-Fachklinik Norderheide.



**In diesem Sinne ein herzliches „Moin Moin“
und bis bald!** ❄️

