



„Ballonblume“ von S.S., Aquarellkurs DMSG

Haltung zeigen bei MS Tagesveranstaltung

9. November 2019, 10-14 Uhr

Beratungsstelle Darmstadt

Organisation:

MS Beratungsstelle Darmstadt

Tel.: 06151 – 62 703 - 80

E-Mail: darmstadt@dmsg-hessen.de

Eine klare Haltung macht sich sowohl im Verhalten als auch in der Ausstrahlung bemerkbar. Die Haltung spiegelt die Position. Das gilt für den körperlichen Ausdruck wie für die innere Haltung. Haltung zeige ich in Bezug zu mir selbst, zu meinem Umfeld und zu meiner Rolle. Haltungsmuster bewusst wahrzunehmen hilft, die eigene Persönlichkeit und Position besser zu verstehen und weiterzuentwickeln. Die Diagnose MS verändert neben der Körperhaltung auch die Lebenseinstellung ganz grundlegend.

In der "Haltungsschule mit Tiefenwirkung" proben und üben die Teilnehmenden ihre Haltung, damit sich das erweiterte Verständnis von Haltung und Verhalten in der Lebenspraxis bewähren kann. Die Teilnehmenden erforschen auf spielerische Weise ihre Bewegungsmuster und deren Außenwirkung. Denn die innere Haltung zeigt sich in jeder Lebenslage. Wie verkörpert sich Entschlossenheit im Gegensatz zu Unsicherheit? Wie wirke ich kraftvoll auch mit Rollator oder Rollstuhl?

In dem Workshop erfahren die Teilnehmenden von der Wechselwirkung zwischen äußerer und innerer Haltung und dem Zusammenspiel von Haltung und Rolle. Sie lernen die bewusste körperliche Haltung als wertvolle Ressource kennen und erhalten praktische Tipps für den (Berufs) Alltag.

Teilnehmerbetrag Mitglieder 10,-€ / Nichtmitglieder 20,-€

Anmeldungen richten Sie bitte an: Beratungsstelle Darmstadt, Ahastraße 5, 64285 Darmstadt

Bitte hier abtrennen

Anmeldung zur TV „Haltung zeigen bei MS“ bitte bis **spätestens 09.10.2019**

Kennziffer: 853 D 08

Name, Vorname

Geburtsdatum

Straße, Haus-Nr., PLZ und Ort

Telefon, E-Mail

Unterschrift

Ich bin DMSG-Mitglied: Ja Nein

Ich bin Rollstuhlfahrer/in: Ja Nein

Ich benötige einen Fahrdienst