

# Liebe Eltern,



Es freut mich sehr eure Kinder in ihrem Glück zu bestärken.

Die Inhalte der GlücksReise sind kreativ, lustig, sozial. Die Übungen fördern die Selbstreflexion, Resilienz, Widerstandskraft und Selbstwirksamkeit der Kinder und geben Denkanstöße.

Im Glücksunterricht setzen sich die Kinder mit sich SELBST auseinander. Die Übungen bestärken sie ihre individuellen Werte und Bedürfnisse zu ermitteln. Sie lernen ihre Gefühle und Emotionen kennen und können sie ausdrücken. Auf dem Weg bekommen die Kinder ein klares Bild ihrer ganz individuellen Wünsche, Träume und Visionen.

Dabei lernen die Kinder achtsam zu sein, Glücksmomente bewusst wahrzunehmen und eine positive Einstellung zum Leben zu verinnerlichen.

Mithilfe der dadurch gewonnenen Ressourcen wird das Kind gefördert, Herausforderungen und schwierige Situationen, im Leben erfolgreich zu meistern.

Die erlernten Techniken können ein Leben lang immer wieder angewandt werden und bereichern die ganze Familie.

GLÜCK kann man lernen und fördern! Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass das Glücklichein genauso erlernt werden kann wie Lesen, Rechnen, ein Instrument, eine Sprache, eine Sportart, etc. - damit kann dein Kind «alles» erreichen.

Raffaella