

Spiekerooger Achtsamkeitsseminar

erstmalig im Gästehaus KLASING



vom Samstag 14.10. bis Freitag 20.10.2023

(Herbstferien)

Inmitten der unberührten Dünenlandschaft der Nordseeinsel Spiekeroog liegt das familiär geführte Gästehaus Klasing nordwestlich des Dorfes. Platz haben wir für bis zu 16 Personen in Einzel und Doppelzimmern mit Naturlatexmatratzen, teilweise Dusche/WC. Die Atmosphäre des Hauses wird vornehmlich geprägt durch Vollholzmöbeln, Holzfußböden, Naturharzfarben... Drei schöne Gemeinschaftsräume bieten genug Platz um miteinander zu essen, zu arbeiten, sich auszutauschen, Kontakte zu knüpfen und vor allem zu entschlern.

Ziele und Methoden:

Ziel des Seminars ist, Stress leichter abzubauen und die positive Selbstbeeinflussung zu erhöhen. Die bekanntesten Stressbewältigungs- und Entspannungsmethoden werden vorgestellt und praktisch eingeübt. Das Seminar besteht aus einer Vielzahl von direkt umsetzbaren Übungen. Leistungsfähigkeit, Gelassenheit und Kreativität werden gesteigert.

Die Seminare werden in einem abwechslungsreichen Mix aus Vorträgen, Präsentationen, Brain - Walking, Bearbeitung von Themen in Arbeitsgruppen und Diskussionen im Plenum durchgeführt. Ein Anteil mit praktischen Erprobungen (max. 25 %) rundet die Woche ab.

Zielgruppe sind pädagogische Fachkräfte aus dem vorschulischen Bereich, die im Sinne des concomitend learning ihren Stress kre-aktiv be- und verarbeiten wollen-Ruhe für Körper, Geist und Seele.

Leitung und Dozentin ist Marita Dobrick (Dipl. Pädagogin, Entspannungstrainerin und Supervisorin) unterstützt vom Vorsitzenden der KIG Dirk Schliephake (Pastor)-

Anfahrt wie gewohnt gemeinsam mit Bus/Bahn/Fähre. Die Fahrtkosten werden anteilig berechnet.

Seminargebühr inkl. Unterkunft, und Verpflegung 475,00 € .

Anmeldung: Um planen zu können (Selbstversorgerhaus) brauchen wir diesmal frühzeitig eure/ihre Anmeldung -aber keine Angst in der Küche werden wir unterstützt von Ulrike Seemann einer erfahrenen Insulanerin.

Es wird sicherlich ein besonderes Seminar werden, lasst euch die Gelegenheit nicht entgehen voraussichtlich zum letzten Mal mit der KIG ein Präventionsseminar zu erleben.

Rückfragen an Marita Dobrick-Institut für angewandte Pädagogik-Damm 20-31224 Peine

Telefon. 05171-7912810 E.-Mail: marita.c.dobrick@web.de

ANMELDUNG zum SEMINAR: Entspannt dem STRESS getrotzt

Hiermit melde ich mich zu dem Seminar der KIG vom 14. bis 20. Oktober 2023 im Gästehaus Klasing auf der Nordseeinsel Spiekeroog verbindlich an.

Meine Adresse:

Name, Vorname.....

Geburtsdatum.....

Wohnort.....

Strasse.....

E.-Mail.....

Telefonisch erreichbar.....

Ich arbeite

Kita.....

Adresse.....

Telefon.....

Meine (Themen-)wünsche

.....

.....

.....

.....

.....

Ort-Datum-Unterschrift

Anmeldungen ab sofort an [Marita.c.dobrick@web.de/](mailto:Marita.c.dobrick@web.de) oder DAMM 20-31224 PEINE / 05171-7912810

Ein Landhaus mit Geschichte





● Solide und wohlproportioniert gebaut, hält das denkmalgeschützte Haus auf der Düne seit über 100 Jahren Stürmen, Wind und Wetter stand. Aufgrund seiner starken, wahrlich beruhigenden Ausstrahlung vermittelt es Harmonie und Geborgenheit.

Haus Klasing wurde 1909 von dem Leipziger Verleger Fritz Otto Klasing als Landhaus gebaut und als privates Sommer-Ferienhaus genutzt. Ab Ende des zweiten Weltkrieges war es bis 1955 vorübergehende Bleibe für ihn, seine Familie und insbesondere eine große Zahl seiner Enkelkinder. Danach wurde es von seinem ältesten Sohn Dr. Klaus Klasing umgebaut und erweitert und zusammen mit dessen Frau Tutti als privates Kinderheim betrieben. Im Jahr 1961 erfolgte die Umstellung auf den Pensionsbetrieb. Seitdem finden erholungssuchende Gäste hier Quartier für Ihren Spiekeroogurlaub und Rückzugsmöglichkeit vom Alltag. 1983 übernahm Wolfhart Klasing in dritter Generation das Haus und führte es zusammen mit seiner Frau Sabine bis 2013 als Bio-Frühstückspension.

Seit Frühjahr 2014 bieten wir, Wolfhart und Sabine Klasing, – neben unserer Ferienwohnung im Anbau – Gästen das Landhaus zum Selberbewirtschaften an.