



Frauen+Treffpunkt

Anlauf- und Beratungsstelle

Pferde als Begleiter auf dem Weg zu sich selbst Ein kulturübergreifender Kurs für Frauen

Pferde sind große, kraftvolle und wunderschöne Wesen, die gleichzeitig sehr sensibel, sanft und zugewandt sind. Sie treten offen, direkt und ganz authentisch in den Kontakt zum Menschen, nehmen ihr Gegenüber genauso an wie es gerade ist, ohne zu bewerten, zu vergleichen oder zu manipulieren.

Lassen wir uns auf die Welt der Pferde ein, so können wir im hier und jetzt zur Ruhe kommen. Unter behutsamer und fachkundiger Begleitung kann Vertrauen zu einem anderen Wesen und zu uns selbst entstehen und wir können von den Pferden lernen uns so anzunehmen wie wir sind. Durch die Erfahrung von Eins sein mit dem Pferd kann auf allen Ebenen Heilung stattfinden und die Lebenskraft und Freude können wieder fließen.

Da Pferde ihr Gegenüber authentisch und unmittelbar spiegeln, können wir uns unserer selbst bewusster werden. Dabei erkunden wir unsere Achtsamkeit, unsere Wahrnehmungen, unsere Atmung, unsere inneren Bilder und unsere Verhaltensmuster. Wir können uns spielerisch ausprobieren, unserer Denk, Gefühls- und Handlungsspielräume und unsere Selbstwirksamkeit erweitern und bekommen immer sofort eine aufrichtige Antwort vom Pferd.

Da der Hof in einem ruhigen, sehr weitläufigen Landschaftsschutzgebiet liegt, können wir in die Natur eintauchen und sie genießen. Wir werden die in Herden lebenden Pferde auf der Weide beobachten, um ihre Welt, ihr Wesen und ihre „Sprache“ verstehen zu lernen.

Wir werden sie putzen und führen, mit ihnen spielen, Spaziergänge in der schönen Natur mit ihnen machen und sie vielleicht auch reiten. Entscheidend dabei ist immer der Wunsch jeder einzelnen Frau.

Vorerfahrungen mit Pferden sind nicht nötig, wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk aber schon.

Kursleitung: Sigrun Brenneke, Erziehungswissenschaftlerin und Ethnologin (M.A.), Reittrainerin, Fachkraft für heilpädagogische Förderung mit dem Pferd (DKTR; Deutsches Kuratorium für Therapeutisches Reiten), Pferdewirtin

Termine finden montags 9.30-13.00 auf dem Hof Wulfshorst statt, gemeinsame Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Gesamtzeit 8.15-14.15)

1. Block: 15.04., 29.04., 13.05., 20.05.2019
 2. Block: 17.06., 24.06., 01.07., 08.07.2019
 3. Block: 09.09., 23.09., 07.10., 14.10.2019
- unabhängig von einander belegbar

Anmeldung erforderlich/Teilnahme kostenfrei*