

Beste mensen

Kreakatau start binnenkort een nieuw project - een sociaal project - waarbij we ons richten tot **jonge (kwetsbare) mama's en hun baby's / peuters**.

We organiseren 5 sessies baby-yoga en 5 sessie peuter-ouderyoga.

WAT

Wat is baby-yoga?

Lijkt het je leuk om met andere mama's en baby's samen te spelen en te ontspannen? Kom dan zeker naar de baby-yogales! Op het ritme van je baby doen we yoga-oefeningen voor je baby en voor jou.. Als je baby honger heeft, kan je rustig voeden. Je hoeft geen ervaring te hebben met yoga, alleen heel veel zin om een 'baby-me-time-moment' te beleven.

Wat is peuter-ouderyoga?

Deze lessen zijn een mix van yoga, bewegen, massage, liedjes, spelletjes, verhalen opgebouwd rond een thema en aangepast aan de leeftijd van je peuter. Samen met je kind op een speelse en ongedwongen manier plezier beleven en genieten van het samenzijn. Je hoeft geen ervaring te hebben met yoga, alleen heel veel zin om 'peuter-me-time' te beleven, samen met andere mama's.

VOOR WIE

Jonge, kwetsbare mama's die de behoefte voelen tot het beleven van positieve, blijde, ontroerende momenten met hun baby of peuter.

Eerst en vooral willen we ons tot organisaties die direct en nauw samenwerken met de beoogde doelgroep.

WAAROM

Kreakatau gaat ervan uit dat *ontspanning* de poort is tot elk positief/creatief leerproces. Dankzij onze *laagdrempelige werking* staan wij open voor een breed publiek van alle leeftijden, en specifiek voor zij die het vaak het hardst nodig hebben, maar niet de weg ernaartoe vinden of niet de middelen ervoor hebben.

Kreakatau heeft bijzondere aandacht voor 'kwetsbare' kinderen, jongeren en volwassenen. Zo werken wij al jaren samen met integratiediensten, bijzondere jeugdzorg, jeugddiensten, culturele centra, speelpleinwerkingen, buurtwerkingen, dokters, thuiszorg, pleegzorg, scholen en organisaties zoals de RYE (Research on Yoga in Education) en het WOS (Welbevinden op School: preventieproject van de provincie Limburg voor het welbevinden van jongeren en kinderen).

Door de veilige omkadering die we in de les bieden (het prestatieloze, respectvolle gedrag en de niet-verbale manier van werken met lichaam en geest) zie je de kinderen én ouders echt "*thuiskomen*" in zichzelf. Ze herontdekken als het ware zichzelf, je ziet ze openbloeien in vertrouwen.

Deze yoga-lichaamstaal in een sfeer van ontspannen aandacht, samen met één ouder in dit geval, is voor het kind zeer bevorderlijk om nieuwe dingen te leren en zich psychisch en sociaal te ontwikkelen. Het is ook bevorderlijk voor de gezondheid en het herstel van het kind. We werken op een hele speelse niet-verbale manier aan de hechting, de verbondenheid, zowel in de relatie met zichzelf als in die met de ouder, wat tot diepe oplossingen kan leiden en betere thuissituaties. We creëren een cement van welbevinden en een sterk gevoel van veiligheid.

WAAR

Romaanse Poort, Leuven (spiegelzaal D1.3)

WANNEER

Woensdagnamiddag 13/4 – 4/5 – 11/5 – 1/6 – 8/6

Van 13u tot 14u : baby-yoga

Van 14u tot 15u: peuter-ouderyoga

PRIJS

€8/ sessie voor een ouder-kindpaar.

Kreakatau geeft bijzondere aandacht aan 'kwetsbare' kinderen, jongeren en volwassenen. Zo werken wij al jaren samen met integratiediensten, bijzondere jeugdzorg, buurtwerkingen, scholen,...

Kreakatau wordt in dat kader sinds 2008 erkend om haar vernieuwende werking voor het welzijn van kinderen door de provincie Vlaams Brabant, dienst Welzijn en Gezondheid.

Ook binnen dit sociaal project vinden wij het vanzelfsprekend dat onze professionele docent hiervoor een eerlijke vergoeding krijgt; Vzw Kreakatau organiseerde in het verleden al verschillende activiteiten om geld in te zamelen voor dergelijke sociale projecten:

- een yogales op Wereldyogadag
- Benefiet Droge WC
- Rommelmarktje, ...

Wil je dit project mee bekend maken, help ons dan bijgevoegde affiche te verspreiden.

Alvast bedankt!

Vzw Kreakatau