



Schildorn 2019

draußengugger  
werden  
eigenStark

### *Werde draußengugger!*

*Hast du manchmal die Nase so richtig voll?  
Was machst du denn, wenn du ganz viel Wut im Bauch hast?  
Brummt dir heute der Kopf, weil du so viel denken mußt?  
Bist du ganz oft zappelig und gerade dann,  
wenn du dich arg konzentrieren sollst?*

*Dann guck mit mir in die Wolken! Draußen, unterm Himmel.*

*Der draußengugger geht mit dir auf die Blumenwiese, damit du laufen,  
spielen, lachen kannst und mit den Wolken über dir auf Traumreise gehst.  
Wir sitzen am Bach, machen Wellen und verfolgen ihre Bewegung.  
Wir machen eine Abenteuerreise mit verbundenen Augen durch den Wald  
und machen Yoga unterm Baum.*

*Wir gehen gemeinsam laufen und walken und ich zeige dir, dass die  
Fotokamera ein Ventil für dich sein kann, alles aus dir raus in deine  
Bilder zu bekommen. Sie wird zum steten Begleiter für dich werden. Wir  
erobern die Naturkunst für uns, bauen und arbeiten mit Holz, Erde und  
Wasser. Wir malen draußen, wir tanzen draußen, wir genießen draußen.*

*Zum Abschluss des draußengugger sitzen wir am Lagerfeuer,  
fotografieren die Nacht, die Lichter und das Feuer. Wir liegen unterm  
Sternenhimmel und haben eine ganze Weile Zeit zum Reden über dich  
und deine Welt.*

*... der draußengugger ist dein Weg zu lernen, wie du das, was dich umgibt  
nutzen kannst, um glücklich zu sein - mit der Fotokamera als deinem  
Lebensfreund. Neugierig geworden auf den draußengugger?  
Dann komm, ich bin da für dich, damit du weißt,  
wann du glücklich bist.*

*Deine  
Gabriela*

meditieren · motivieren · entspannen  
für Kinder von 4-11 Jahren · Grundschule Schildorn

Ort: Grundschule Schildorn  
Beginn: Mi., 20. März 2019  
Zeit: wöchentlich, immer mittwochs  
14.00 bis 15.00 Uhr

Bitte mitbringen:  
Matte für draußen

Leistungen: 10 Kurseinheiten à 60 Minuten mit Bildungsprogramm  
Kosten: 66 Euro  
Anmeldung: ab sofort bei  
eigenStark Gabriela Anna Schmid  
Tel. +49 8537 9191 983  
oder per E-Mail  
gabriela.anna.schmid@eigenstark.de



jetzt anmelden!

## Elterninfo

Mein **draußengugger** ist eine Auszeit für ihr Kind, wenn möglich draußen. Das Kind soll erleben, spüren und erkennen, wie es seine Umgebung nutzen kann, um Stärke, Standing und Selbstsicherheit zu erfahren und Spannungen, Ängste und Sorgen abzubauen. Der **draußengugger** bietet dem Kind Einblick in die Digitalfotografie und somit ein neues Ventil für das, was das Kind bewegt und berührt.

In der Laufschiule des **draußenguggers** lernt das Kind richtig und wohlthuend zu laufen und baut sich sein eigenes Lauf- und Bewegungsprogramm. In diesem Sinne ist der **draußengugger** eine hervorragende Fortführung und Ergänzung zum **wolkenengugger**. Das Kind braucht nicht die eine Yogaübung oder den einen Atemkurs, das Kind braucht heute das Ventil, welches genau das Eine ist, um sein unguutes Gefühl im Bauch heute los zu werden. **draußengugger** - träumen, genießen, fotografieren, laufen. Einfach mehr.

draußengugger  
werden  
eigenStark

Gabriela Anna Schmid  
Theaterpädagogin (BuT)  
Kulturpädagogin in der Kinder- und Jugendarbeit  
G-S-K - Entspannungs-, Mental- und Motivationstrainerin  
Staatl. anerkannte Erzieherin



Herrenstraße 22 · D-94072 Bad Füssing  
Tel. +49 85 37 91 91 983  
gabriela.anna.schmid@eigenStark.de  
f facebook.com/eigenStark.GabrielaAnnaSchmid  
[www.eigenStark.de](http://www.eigenStark.de)

*eigenStark* Gabriela Anna Schmid bietet  
in Kooperation mit Schulen die Theaterwerkstatt

## bühnenkinder und bühnenyoungsters

an. *bühnenkinder* werden mutig, stark, gelassen, sich selbst bewusst  
und vertraut, haben allen Spaß beim Theater spielen, Theater machen  
und Theater entdecken. *bühnenkinder werden eigenStark.*

*Familienberatung und Begleitung,*  
weil Kinder mit Nöten und Schwierigkeiten  
diese nicht alleine lösen können.

*theaterAkademie* in Co-Produktion mit dem  
Theater an der Rott Eggenfelden, der Montessorischule Landau a.d.Isar  
und dem Jungen Theater der Frankenfestspiele Röttingen