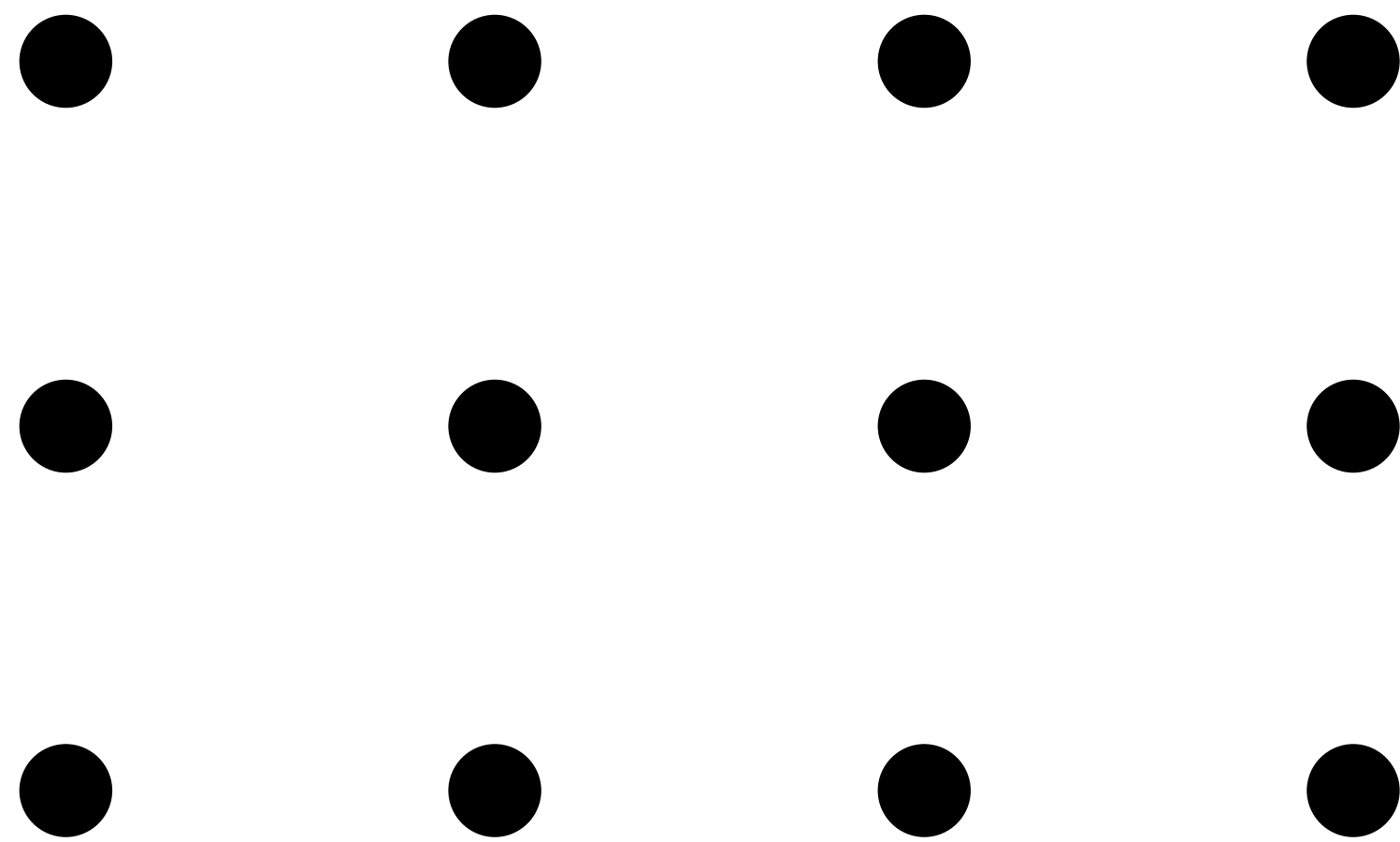


Met deze online training leert jouw kind:



zijn/haar aandacht te richten op wat hij/zij nu aan het doen

wat zijn/haar stille lichaam is

hoe hij/zij lekkerder kan slapen

de kracht van stilte-oefeningen

hoe zijn/haar stille lichaam kan helpen op spannende momenten

opmerken wat er allemaal in zijn/haar lichaam gebeurt

hoe hij/zij dagelijks meer rust en focus creëert

hoe hij/zij zich beter kan concentreren

