

Das Institut Ruhr bietet Ihnen ein großes Spektrum unterschiedlicher Veranstaltungen an. Darunter sind Seminare, Fortbildungsmaßnahmen, Einzelsitzungen und Ausbildungen.

In diesem Flyer werden die Entspannungskurse für Kinder vorgestellt. Unsere Arbeit umfasst neben der Ausbildung von Thera-peuten, Supervision in Gesundheitseinrichtungen, Coaching und Therapie viele Angebote zur Gesundheitsarbeit.

Unsere beruflichen Fortbildungen werden durch den Bildungsscheck NRW mit bis zu 50% gefördert. Unsere Präventionskurse werden von den Krankenkassen bezuschusst. Fordern Sie unsere Angebote zu folgenden Methoden an:

NLP  
Coaching  
Kommunikationstraining  
Supervision  
Psychotherapie  
Hypnotherapie  
Enneagramm-Arbeit  
Energie-Arbeit  
Analytische Psychologie  
Trauma Therapie  
EMI (Eye Movement Integration)  
Entspannungstherapie  
Gesundheitskurse  
Gewaltprävention für Schulklassen

## Institut Ruhr

**Roman Simeunovic**  
**Bergweg 35, 58313 Herdecke (Büro)**  
**Neue Str. 4, 58313 Herdecke (Praxis/Institut)**  
**Tel (0 23 30) 97 32 00**  
**Fax (03 22) 21 50 29 04**  
**[www.nlp-ausbildungsinstitut.de](http://www.nlp-ausbildungsinstitut.de)**  
**[info@nlp-ausbildungsinstitut.de](mailto:info@nlp-ausbildungsinstitut.de)**

## Bildungsträger

Der Träger dieses Angebotes ist das Institut Ruhr. Wir unterstützen den Menschen auf seinem Weg zur Gesundheit, körperlich, seelisch, geistig und in seinen Beziehungen zu anderen Menschen.

## Institutsleiter Roman Simeunovic

Gesundheitswissenschaftler  
Heilpraktiker  
Hypnotherapeut  
NLP-Lehrtrainer, DVNLP  
NLP-Lehrcoach, DVNLP  
NLP-Therapeut, DG-NLPT  
Europäisches Psychotherapie Zertifikat,  
ECP Trainer für Rauchfrei in 10 Schritten  
Trainer für Kontrolliertes Trinken  
Entspannungspädagoge



„Theoretisch gibt es keinen Unterschied zwischen Theorie und Praxis - praktisch schon!“

C. Faulkner

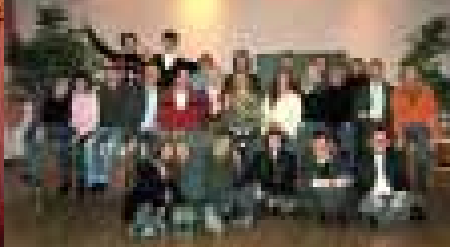


**Institut Ruhr**

*Erfolgreich in eine bessere Zukunft!*

# Entspannungskurse für Kinder

(nach § 20 SGB V)



### Kurse zur Gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung von klein auf! Wir kommen in Ihre Einrichtung oder Schule. Die Kosten übernehmen zum großen Teil die Kassen. Entspannungsverfahren beugen Krankheiten des Herzkreislaufsystems und der Nerven vor. Gleichzeitig fördern sie die Lern- und Konzentrationsfähigkeit und wirken gegen Schul- bzw. Prüfungsstress.

### Autogenes Training

Das Autogene Training (AT) ist eines der bekanntesten Entspannungsverfahren überhaupt. Es beruht auf den Ergebnissen der Hypnoseforschung zu Beginn des 20. Jahrhunderts und steht in der Tradition der abendländischen Meditation. Mit Hilfe von einfachen, täglich anwendbaren Übungen, bietet AT die Möglichkeit für jeden, Entspannung als wirksame Vorbeugung stressbedingter Erkrankungen kennen zu lernen.

### Progressive Muskelentspannung

Progressive Muskelentspannung (PM) ist ein Verfahren das muskuläre An- und Entspannung auf seelische Entspannung überträgt.

### Entspannungskurse für Kinder

E. Jacobson hatte sich seit den 1920iger Jahren mit muskulärer Spannung beschäftigt und hat sich zusätzlich zu seinen Forschungsaufgaben der Psychotherapie zugewendet. Die Methode funktioniert sehr einfach.

Für Kinder empfiehlt sich eine spielerische Art an Entspannungsmethoden heranzugehen. Die Kurse sind an das jeweilige Alter der Kinder angepasst und machen viel Spaß. Zaubern und Träumen sind die Stichworte dieses Konzeptes.

### Besonders bewährt haben sich Entspannungsverfahren für Kinder:

- Bei Verhaltensauffälligkeiten, z.B. Aggressivität, Kaspereien und Kontaktschwierigkeiten
- Bei typischen Problemen, z.B. Einnässen, Schlafproblemen, Ängstlichkeiten, häufigen Problemen mit Bauch und Kopf
- Als Präventionsmaßnahme ganz allgemein

### Kurse

Unsere Entspannungskurse sind regelmäßige Gruppenveranstaltungen. Sie sind so aufgebaut, dass die Kinder an sechs Terminen eine Methode so kennenlernen, dass sie danach in der Lage sind, diese selbständig anzuwenden. Die Kurse finden im wöchentlichen Abstand statt.

### Gesundheitsförderung durch die Krankenkassen nach SGB V § 20

Unsere Kurse zur Gesundheitsförderung sind aktive Beiträge zur Gesundheitsbildung. Sie werden von den Krankenkassen unterstützt. Die Krankenkassen sind gesetzlich verpflichtet, ihren Mitgliedern einmal jährlich eine Maßnahme zur Gesundheitsförderung zu erstatten.

### Kosten

Die Entspannungsseminare kosten € 120.-. Die Krankenkassen übernehmen davon ca. 80%.

### Zertifizierung

Damit die Krankenkassen die Leistungen übernehmen können, müssen gewisse qualitätssichernde Regeln eingehalten werden. Das betrifft z.B. die Ausstattung der Räume und die Qualifikation der Dozenten. Wir erfüllen diese Regeln selbstverständlich.

