

KRAFT-KINDER

..Kinderkraft

Begleitung für Kinder mit besonderen Bedürfnissen
Individuell - stärkend - mit Pflanzenkraft & Aromatherapie

Für Kinder im Schulalter mit:

- Konzentrationsstörungen
- Innerer Unruhe
- ADS oder ADHS (diagnostiziert oder im Verdacht)
- hoher Reizoffenheit oder Erschöpfung

Ein Angebot für sensible Kinder, die natürliche Unterstützung brauchen, um in ihre Kraft zu kommen.

Naturkraft erleben

- Ätherische Öle (z. B. Lavendel, Mandarine, Vetiver) als Roll-ons, Riechstifte oder Aromabäder
- Kräuteranwendungen: Melissentee, Kräuterstempel, Räucherimpulse
- Kreatives Gestalten: eigenes Konzentrationsöl oder Duftstein

Körper & Regulation

- Mini-Massagen mit entspannendem Öl
- Achtsamkeit, Erdungsspiele und Bewegungsübungen zur Selbstregulation

Selbsta Ausdruck & Stärkung

- kreatives gestalten, Geschichten mit Kraftpflanzen
- Symbolarbeit (z. B. Krafttier, innerer Garten)
- Entwicklung kleiner Rituale für den Alltag

Ablauf der Einzelbegleitung

1. Startgespräch mit Eltern (ca. 30 Min)

- Anamnese und Zielklärung
- Kindliche Bedürfnisse und Herausforderungen im Alltag
- individuelle Zielsetzung

2. Kinder-Einzelsitzungen (60 Min)

Individuell abgestimmt, kindgerecht und stärkend

3. Elternbegleitung

- Kurzes Feedbackgespräch nach jeder zweiten Sitzung
- Alltagstipps mit Aromatherapie, Ritualen und Ernährung
- Empfehlungen zur Förderung von Konzentration, Schlaf und emotionaler Balance

Dauer und Frequenz

- Empfohlen: 5 bis 8 Sitzungen im Abstand von 1 bis 2 Wochen
- Flexibel angepasst an Kind und Familie

Kosten

- Erstgespräch Eltern: CHF 60.-
- Einzelsitzung Kind (60 Min): CHF 120.-
- weiterführende Sitzungen:
Kleingruppe (4 Kinder à 60 Min): CHF 40.- pro Kind
- Inklusive Materialien, Öle, Rezepturen und Begleitblatt für Zuhause

Das Kind findet zu mehr Ruhe, Klarheit und innerem Gleichgewicht - begleitet durch die Kraft der Pflanzen, individuell abgestimmte Rituale und eine feinfühligte Begleitung.

Erika Inauen

Therapieraum Inauen, Hauptgasse 42, Appenzell
079 547 60 80 oder erika@kraeuterkraft.ch