

## Klankfulness is leuk en leerzaam

Klankfulness is geschikt voor kinderen in de basisschoolleeftijd. Bij de jongere kinderen ligt het accent wat meer op spelen met klank. We gaan op ontdekkingsreis naar een ander land. De omgeving en de kinderen daar zien er anders uit dan bij ons. En ook de muziekinstrumenten klinken heel anders dan we gewend zijn.

Ik werk met hoogwaardige Peter Hess Klankschalen die op verantwoorde wijze worden ingezet bij o.a. klankwerk met kinderen.



Mindfulness helpt kinderen al op jonge leeftijd om zich beter te concentreren, hun hoofd vol piekergedachten tot rust te brengen en op een andere manier met stemmingen en impulsen om te gaan. Ze worden weerbaarder en staan op een vriendelijke manier open voor zichzelf en anderen.

Speciaal op kinderen afgestemde meditatie oefeningen worden gebruikt om leerprestaties en creatief denken te bevorderen. Bewustwording van de zintuigen helpt om informatie effectiever waar te nemen en te verwerken.

## Praktijk voor Klankontspanning & Mindfulness

### Praktijk voor Klankontspanning Lifecoaching & Mindfulness



Ella Brukker  
Zuidlaren

Website: [www.klankmasseur.nl](http://www.klankmasseur.nl)

E-mail: [info@klankmasseur.nl](mailto:info@klankmasseur.nl)

Telefoon: 06 - 453 431 89

**Klankfulness bij u op locatie?  
Klankfulness op de basisschool?**

**Vraag naar de mogelijkheden.**

## klankfulness

voor

KIDS

Klankspelen en mindfulness. Die combinatie maakt klankfulness. Klank is een fantastische tool om mee te spelen en om te leren. Door de beleving van klank in spelvorm te gieten wordt de nieuwsgierigheid gewekt. Op deze manier sta je open om iets nieuws te ontdekken.

Klankfulness is vooral plezier hebben met elkaar. Door klankspelen en mindful te zijn kun je:

- beter leren samenwerken
- je beter concentreren
- minder stress ervaren
- meer zelfvertrouwen krijgen
- meer rust ervaren bij piekeren



Mindfulness geeft meer rust in je hoofd en in je lijf. Door mindfulness oefeningen te doen leer je hoe je meer kunt ontspannen. De gedachten in je hoofd kun je niet stoppen, maar je kunt wel leren om ze niet je hele hebben en houden te laten bepalen.



Je kunt de golven niet stoppen  
maar je kunt wel leren surfen  
~ jon kabat-zinn