



## NEWSLETTER Februar 2012

Liebe Kunden, Interessenten und Freunde vom Therapiezentrum und balance e.V.,  
Hier ist unser Newsletter zur „Narrenzeit“, denn bis dahin ist es nicht mehr weit. Das  
Team von balance wünscht Ihnen viel Spaß beim Lesen  
und ein dreifach donnerndes HELAU!

[www.balance-taunusstein.de](http://www.balance-taunusstein.de)

### Unser Team stellt sich vor

In diesem Monat:

**Maika Ruppmann Physiotherapeutin**



Seit Sommer 2007 arbeite ich im Therapiezentrum balance als Physiotherapeutin, seit Frühjahr 2010 bringe ich zusätzlich in der Reittherapie bei balance e.v. meine Erfahrung ein.

Ich bin 30 Jahre alt und lebe mit meinem Sohn (5J) und meinem Partner in Hohenstein.

Mein Staatliches Examen zur Physiotherapeutin an der Europa Fachhochschule Fresenius habe ich 2003 bestanden.

2007 - 2009 betreute ich sportphysiotherapeutisch einen Hessischen Handball Verein.

**Meine Qualifikationen in der Physiotherapie sind folgende:**  
**Sportphysiotherapeutin, Zusatzqualifikation für Krankengymnastik am Gerät, Brunkow - Basic - Therapeutin Medizinisches Aufbautraining, zur Zeit in Ausbildung in Manueller Therapie.**

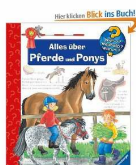
Als Physiotherapeutin im Therapiezentrum arbeite ich vorwiegend mit orthopädisch/chirurgischen Patienten.

Mein Hobby Reiten führte mich zunehmend in die Arbeit mit Pferden, meine Ausbildung zur **Tierphysiotherapeutin** des ZVK wird jetzt durch die Ausbildung Trainer C Reiten der EWU ergänzt.

In der **Reittherapie** arbeite ich im Hippotherapeutischen Bereich als Physiotherapeutin sowie mit Kindern und Erwachsenen zur Haltungs- und Gleichgewichtsverbesserung. Meine Arbeit macht richtig Spass, da ich hier Hobby und Beruf miteinander verbinden kann.

### Buchtipp des Monats:

**WIESO? WESHALB? WARUM? Alles über Pferde und Ponys**



Das stabile große Sachbilderbuch bietet umfassende

Antworten auf die wichtige Kinderfrage:

Was muss man wissen über Pferde?

BFI UNS IM BALANCEF-LÄDCHEN FRHÄLT LICH

### Heilpädagogisches Reiten

Das Heilpädagogische Reiten bietet als tiergestützte Therapie einzigartige Möglichkeiten, den Menschen sowohl im physischen als auch im emotionalen und sozialen Bereich enorm zu fördern.

Ganz Individuell wird über das Medium Pferd ohne jeden Leistungsdruck eine ganze Reihe von Fertigkeiten gefördert:

- Schulung des Gleichgewichts, der Ausdauer, der Geschicklichkeit & Koordination sowie Kräftigung und Dehnung der Muskeln und Sehnen
- Ängste erfolgreich bekämpfen
- Erlernen der richtigen Selbsteinschätzung
- Steigerung des Selbstwertgefühls und Übernahme von Verantwortung
- Aufbau einer höheren Frustrationstoleranz
- neue Motivation für therapiemüde Patienten
- Training von Herz, Kreislauf, Atmung, Konzentration
- Verbesserung der Körperhaltung- und -wahrnehmung

<b>Kostenbeitrag:</b>	Einzeltherapie	30 Minuten
	Ausritte	30 Minuten
	„10er-Karte“	300,- Euro

### Hits für Kids rund ums Reiten:

#### ERLEBNISTAGE FÜR 2 - 3 JÄHRIGE KINDER

Mehr als nur Ponyreiten!!!

Putzen, Kuschn, Reiten, Spielen, Singen, Basteln rund ums Pferd in der Natur für Kinder zwischen 2 -3 Jahren in Begleitung der Eltern.

**1 x monatlich, freitags von 9.00 Uhr bis 11.30 Uhr**

24.2., 30.3., 27.4., 25.5., 29.6.2012

Kostenbeteiligung : 18 € incl. Snack (Kleingruppen)

#### REITKINDERGARTEN

Rund ums Pony Kinder zwischen 3 und 6 Jahren

Putzen-Pflege-Satteln-Reiten-Füttern-mit Spiel+Spaß

**1x wöchentlich mittwochs von 15.00 Uhr bis 16.45 Uhr**

**ab dem Frühjahr weitere Termine**

Kostenbeteiligung: 10 Einheiten kosten 90,00 €

## Ein Tipp von unserer Heilpraktikerin

### Kristin Keller-Ebert:

#### Schafgarbe „Die Heilpflanze der Frauen“

Die Schafgarbe (*Achillea millefolium*) ist in Europa weit verbreitet und wächst gerne auf Wiesen und an Wegrändern. Schon bei den alten Griechen wird die Schafgarbe wegen ihrer blutstillenden Eigenschaft als besonderes Heilkraut beschrieben. Sie wurde äußerlich und innerlich für alle Wunden angewandt.

Heute wird dieses wertvolle Kraut neu entdeckt. Die blühende Schafgarbe wird gerne als Bitter-Tonikum bei Verdauungsstörungen, Entzündungen des Magen-Darmtraktes und Koliken verwendet. Wegen ihrer besonderen Heilkraft findet die Schafgarbe bei allen Frauenleiden wie Menstruationsbeschwerden, Unterbauchkrämpfen und Infektionen ihren besonderen Einsatz. Es stoppt Blutungen, mildert Krämpfe, beruhigt und gleicht aus. So kann dieses Kraut als Tee getrunken, als Pflege der gereizten und unreinen Gesichtshaut in Form von Dampfbädern oder auch als ätherisches Öl eingesetzt werden.



Ich wünsche allen eine gute Zeit!!

## Reitangebote in den Osterferien:

### INTENSIVWOCHE REITEN UND SPIELE

#### RUND UMS PFERD FÜR KINDER AB CA. 5 JAHREN

**10.04. BIS 13.04.2012 ( 4 TAGE )**

**Inhalte: Kompaktes kennenlernen von Pferden mit folgenden Schwerpunkten:**

- Förderung von Bewegungssicherheit durch heilpädagogisches Reiten
- und Voltigieren und viel Bewegung in frischer Luft!
- Förderung der emotionalen und sozialen Kompetenz, der Konfliktfähigkeit über Kleingruppenarbeit mit dem Pferd
- „Der kleine Reiterführerschein“ am Ende der Woche mit einer kleinen theoretischen „Prüfung“.
- Für Kinder welche das zweite Mal an der Reitwoche teilnehmen wird der „große Reiterführerschein“ erarbeitet.
- Am Ende der Woche können die Eltern ihren stolzen Kindern im Rahmen einer kleinen Vorführung beim Reiten zusehen.

**Kostenbeteiligung für eine Woche: 200,00 € (Osterferien)**

täglich von 9:00 bis 16:00 Uhr

einschließlich Mittagessen, Zwischenmahlzeiten + Getränken



### 3 PONYFERIENTAGE AB 4 JAHREN

#### EINE WEITERE GRUPPE AB 6 JAHREN

**02.04. BIS 04.04.2012**

von 9:00 bis 12:30 Uhr, incl. Snack und Getränken

Gönnen Sie Ihrem pferdebegeisterten Kind unsere kleine Reiter-Freizeit! Hier lernt es in entspannter Atmosphäre die Grundlagen eines Reiters kennen: den sorgsam Umgang mit dem Pferd, Putzen, Reiten, Basteln und Spiele rund ums Pferd.

Einzige Bedingung: Ihr Kind sollte sich gut von Ihnen lösen können und auch Spaß an einer kleinen Wanderung haben!

**Kostenbeitrag 75,00 €**

## Fortbildungen im Februar/März:

- 1.11 Psychomotorik in den Altersstufen 0-18  
Termin: Fr., 10.02. und Sa., 11.02.2012
- 7.5 Müde - erschöpft - kraftlos !?  
Termin: Teil 1 Donnerstag, 23.02.2012
- 1.12 Wahrnehmung und Handlung  
Termin: Fr., 24.02. und Sa., 25.02.2012
- 5.3 Wie können Tageseinrichtungen Säuglingen und Kleinkindern gerecht werden? (2 Tage)  
Termin: Samstag, 25.02.2012
- Entwickl. + Diagnostik der Handgeschicklichkeit  
Termin: Fr., 02.03. bis Sa., 03.03.2012
- 1.8 Emotionale Intelligenz  
Termin: Freitag, 02.03.2012
- 4.2 Mathematikwerkstatt  
Termin: Freitag, 09.03.2012
- 3.7 Künstlerwerkstatt „Miro“  
Termin: Freitag, 09.03.2012
- 1.2 Einführung in die sensorische Integration  
Termin: Samstag, 10.03.2012
- 3.5.1. Künstlerwerkstatt „Hundertwasser“  
Termin: Freitag, 23.03.2012

## Bauernregel im Februar:



Wenn an Fasnacht die Sonne scheint,  
ist es für Korn und Erbsen gut gemeint.

## „SUPPENKASPAR & CO“

Gesunde Ernährung in der Familie ab dem 1. Lebensjahr

Ist Ihnen bewusst, dass „Kinder essen wenn sie wachsen, aber sie nicht automatisch wachsen, wenn sie essen“. Eltern bestimmen das Lebensmittelangebot, und die Kinder wählen aus, wie viel sie davon essen möchten - mal mehr und mal weniger. Dabei nehmen Eltern immer eine Vorbildfunktion ein. In diesem Seminar gebe ich Ihnen praktische Tipps und vermittele ihnen kurz und knackig einen Überblick über eine gesunde, ausgewogene Ernährung in der Familienkost für Kind und Kegel ab dem 1. Lebensjahr.

**Themen u.a.:**

- Die Vorbildfunktion nutzen
- „Die Lebensmittelpyramide im Alltag umsetzen
- „Bewegung - das A und O..“

**Termine : Samstag, 18.2.2012 um 10.00 Uhr**

**Seminarleitung:** Isabel Verse Ernährungsberaterin

**Kostenbeteiligung:** 25.00 € für ca. 2-3 Stunden