

Dank der **großzügigen Spende von DATEV eG** können wir auch in 2020 dieses begehrte Projekt für junge Betroffene kostenfrei (bis auf anteilige Reisekosten) anbieten. **Und diesmal sind es 4,5 anstatt 3,5 Tage Training mit den Pferden!**

Gefördert von  **DATEV**

### Teilnehmer

Jugendliche im Alter von **9 bis 16 Jahren** mit Tic-Störung bzw. Tourette-Syndrom. Die begrenzte Teilnehmeranzahl bedingt eine zeitnahe Anmeldung, die gemäß Eingang registriert wird. Neuanmeldungen haben gegenüber Wiederholer Vorrang.

### Termin

**12.-17.07.2020**

Anreise 12.07.2020 **zw. 13:00 – 14:00**

Abreise 17.07.2020 **bis 10:00**

### Leistungsumfang pro Teilnehmer

- **4,5** Tage pferdegestütztes Training
- **5** Übernachtungen inkl. Verpflegung
- Anteilige Übernahme von Reisekosten mit der Deutschen Bahn i.H. v. max. 60,- EUR

### Unterkunft

Jugendherberge Geesthacht  
Berliner Str. 117  
21502 Geesthacht



### Trainingsstandort

An der Lohe  
21465 Wentorf (bei Hamburg)

### Anmeldung

Bitte nutzen Sie dazu das online Anmeldeformular auf unserer Website.

### Tourette-Gesellschaft Deutschland e.V.

Carl-Neuberg-Str. 1  
30625 Hannover

[www.tourette-gesellschaft.de](http://www.tourette-gesellschaft.de)



**Ich ticce – na und!**



**Pferdegestütztes Training  
für Jugendliche  
zur Stärkung von  
Selbstwert und Selbstvertrauen**

**12. – 17.07.2020**

## Das erfolgreiche Projekt geht in die fünfte Runde!

Die Pubertät und das Erwachsenwerden sind schon Herausforderung genug – und dann noch mit Tics bzw. dem Tourette-Syndrom umgehen müssen - für viele junge Menschen eine sehr belastende und oftmals nur schwer zu bewältigende Situation geprägt von Minderwertigkeitsgefühlen und fehlendes oder nur gering ausgeprägtes Selbstvertrauen.

### Zielsetzung

Mit diesem pferdegestützte Training für junge Menschen (Altersgruppe 9 bis 16 Jahre) fokussieren wir auf

- Stärkung von Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen
- Erleben, wie es sich anfühlt selbstbewusster und evtl. mutiger zu werden
- Erleben, wie es sich anfühlt vorurteilsfrei angenommen zu werden
- Mehr Präsenz durch Vertrauen in die eigene Person
- Vertrauen in die eigenen Stärken und Kompetenzen ausbauen und verankern
- Umgang mit Tourette im täglichen Leben und im Kontakt mit anderen Menschen – insbesondere Gleichaltrigen

## Warum gerade ein Training mit Pferden?

Allgemein kann der Umgang mit Pferden schon heilsam sein. Aspekte, die sehr unterstützend wirken können:

- Pferde spiegeln die Körpersprache des Menschen, dadurch können Teilnehmer auch schon kleine Erfolge direkt in der Arbeit mit dem Pferd erkennen (z.B. mehr Präsenz durch einfache Atemtechniken)
- Pferde leben im Moment – ihnen ist das Gestern und das Morgen egal
- Pferde verzeihen „Fehler“ und sind nicht nachtragend
- Pferde können Kraft und Mut geben
- Pferde lehren uns, dass wir uns durchsetzen dürfen, ohne dass es persönliche Konsequenzen (wie z.B. Ablehnung) zur Folge hat.
- Pferde lehren uns, bei uns selbst zu bleiben. Je größer das „Gedankenkarussell“ des Menschen ist, desto weniger gut funktioniert es mit dem Gegenüber (z.B. dem Pferd)
- Was machen Gedanken mit uns und unserem Umfeld – auch dieses kann mit Hilfe der Pferde aufgezeigt werden.

### Leitung

Daniela Landgraf & Verena Neuse  
Coaching und Pferd & Die Naturakademie



Dieses Training fokussiert auf den Kontakt und Interaktion mit Pferden – es handelt sich nicht um eine Reiterfreizeit. Die Übungen finden in freier Natur statt, bei schlechtem Wetter stehen überdachte Flächen in unmittelbarer Nähe zur Verfügung. Wichtig ist uns die Arbeit in kleiner Gruppe, um auf die Bedarfe und Bedürfnisse jedes Einzelnen einzugehen. Ein an die Teilnehmer angepasster Mix aus Theorie und Praxis ermöglicht ein individuelles Wahrnehmen und Erleben für die jungen Leute. Ausgebildete Fachkräfte stehen bei allen Aktivitäten zur Seite.

Bitte auf entsprechende Kleidung und Schuhwerk für das Training achten. Am besten eignen sich strapazierfähige Textilien, die im Zwiebellook getragen werden können, eine Regenhaut sowie feste Schnürschuhe. Wie der Sommer 2020 werden wird ist ungewiss – auf jeden Fall für alle Fälle gerüstet sein ist die Devise!

Und wer auch schon ein gesundes Leckerli mitbringen möchte, über Möhren und Äpfel freut sich jedes Pferd.