

# TRAINING FÜR KINDER

## RESILIENZ - LEBENSKOMPETENZ - INNERE STÄRKE

Lasse dein Kind **stark und selbstbewusst ins neue Schuljahr** starten!

In diesem Training entdeckt dein Kind spielerisch seine **innere Stärke**. Es lernt, sein Selbstwertgefühl zu stärken, Resilienz aufzubauen und Konflikte im Alltag selbstständig zu lösen.

Dein Kind erlernt effektive Methoden, um sich vor **Mobbing** zu schützen, sich emotional abzugrenzen, handlungsfähig zu bleiben und Konflikte generell vorzubeugen. Es gilt Prävention statt Reparatur.

Immer dabei ist unser Maskottchen **Karly® Glücksfunken!** Er unterstützt dein Kind dabei, sich auf das Gute im Leben zu konzentrieren und an sich selbst zu glauben. So entsteht echte innere Stärke!

Dein Kind lernt die Herausforderungen des Lebens **eigenverantwortlich** zu meistern.

Die Entwicklung von **Empathie** sowie ein gesunder Umgang mit den eigenen **Gefühlen** sind wichtige Bestandteile des Trainings.

**Resilienz** ist wie ein Muskel – und den trainieren wir gemeinsam!

**Bewegung** ist ein zentraler Baustein aller Trainings



9:00 – 12:00



max. 12 Kinder pro Gruppe, Mindestteilnehmer: 3 Kinder

Gruppe A: 5– 7 Jahre

Gruppe B: 7–10 Jahre



Mein Ziel ist es, Kinder an ihre innere Stärke zu erinnern und sie dabei zu begleiten, ein liebevolles und glückliches Leben zu führen.

### MEIN KONTAKT

Doris Sadleder  
doris.sadleder@posteo.at  
0677 611 66 148