



In einer Welt voller Herausforderungen ist Resilienz der Schlüssel zu innerer Stärke und mentaler Ausgeglichenheit

LEVEL UP – STARK & SELBSTBEWUSST

Das Resilienztraining für starke Kinder im Vorschul- und Grundschulalter nach dem Konzept von “Stark auch ohne Muckis”

Was die Kids mit Bewegung, theaterpädagogischen Methoden und viel Spaß lernen:

- Mutig auftreten und Körpersprache gezielt nutzen
- Eigene Grenzen kennen
- Umgang mit Beleidigungen
- Konflikte gewaltfrei und selbstständig lösen
- Fokus auf das Gute im Leben legen
- Selbstbewusstsein stärken - “ich bin wertvoll und wichtig!”
- Auf die eigenen Gefühle hören

Jedes Kind verdient es, gehört und respektiert zu werden!



„Level Up – Stark & Selbstbewusst“

ist ein interaktives Resilienztraining, das Schülerinnen und Schülern hilft, sich klar auszudrücken, für sich einzustehen und mit Herausforderungen selbstbewusst umzugehen.



Facts about me:

Name: Sabrina Ginsterblum

Mein Fachgebiet: Selbstbehauptung & Resilienztrainings für Kinder

Mein Motto: “Stark sein beginnt im Kopf!”

Meine Mission:

Kindern die Stärke geben, die sie brauchen, um selbstbewusst durch´s Leben zu gehen!

 **Jetzt anfragen & starke Kids fördern!**

 0176/ 38 38 20 60 |  einzigartig.trainings@gmx.de

 [einzigartig_trainings](#)

