









ENTDECKE DEINE BÄRENKRAFT

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining
für Kinder ab 6-11 Jahre

Die Kinder lernen ...

-  ihr Herz gegen Beleidigungen zu schützen
-  auf ihre Gefühle zu hören
-  eigene Bedürfnisse klar zu äußern
-  ihren Fähigkeiten zu vertrauen
-  Konflikte selbstständig & gewaltfrei zu lösen
-  Gefahr zu erkennen und Hilfe zu holen



... mit Spiel,
Spaß &
Bewegung

Ilona Prell

«Ich zeige den Kindern bärenstarke
Übungen, damit sie ein Leben voller
Freude & Leichtigkeit führen können.»

Nach dem
erfolgreichen
Konzept von "Stark
auch ohne Muckis"

Für mehr Infos
Email: baerenkraft@mail.de