

Resilienz- und Selbstbehauptungstraining für starke Kinder der Zukunft

Es wird spannend, lustig, mit viel Spiel und für die Großen: auch mit Zeit für sich selbst, Beobachterperspektive, Interaktion, Entspannung und… Kaffeepause!!!
Liebe (Groß)Eltern, machen Sie mit und stärken auch Sie Ihr Kind für eine gesunde Zukunft. Denn Prävention ist besser als später vielleicht händeringend nach Unterstützung zu suchen. Dieses Training ist geeignet für Kinder von 5 bis 9 Jahre und eine enge Bezugsperson.

Vorteile für die Kinder (unter anderem):
- mutig, stark und selbstwirksam im Alltag werden
- die eigenen Gefühle wahrnehmen – dabei ruhig und entspannt bleiben
- glücklich sein, auch wenn andere nerven, beleidigen und ärgern
- eigene Lösungsansätze finden in Konflikten

Vorteile des Trainings für die Bezugspersonen:
- Resilienz Werkzeuge für alle Beteiligten finden
- das Wir-Gefühl stärken und die Beziehungsebene festigen
- mehr Harmonie im Familienalltag



Termine (02. Halbjahr) und Trainingsort:
Offene Wochenendtrainings in Kleingruppen wahlweise am
14./15. Sept. (Sa./So.) am 08./09. Nov. (Fr + Sa.) 2024
(jeweils: 10-12:30 Uhr) in der GenussScheune (Wetterau),
61203 Reichelsheim/Weckesheim

Kosten pro Wochenend Training:
Ein „Paar“ (ein Kind mit einer Bezugsperson): 165,- Euro, **inkl.** Materialkosten
- Geschwisterkind: **plus** 65,- Euro (inkl. Materialkosten)
Vorzugspreis bis 20. August 149,- Euro/59,- Euro

Bitte eine Decke/Handtuch, persönliches Getränk und Pausensnack mitbringen.
Anmeldung unter: **Kontakt@LoewenstarkundBuddhaweise.de**



Patricia Stähler
- zert. Resilienz- und Selbstbehauptungstrainerin für Kinder
- Achtsamkeitstrainerin für Kinder
- zert. Resilienz Trainerin und Achtsamkeitscoach für Erwachsene
- Diplom Mentalcoach im Stressmanagement
- zert. Trainerin für Bewegung und Entspannung
- Qi Gong Praktikerin und Glückstrainerin
- Mama und Oma zweier Enkelkinder

Ganz besonders am Herzen liegt Patricia Stähler die Resilienz und Achtsamkeit in den Kinderherzen auszusäen. „Löwenstark und Buddhaweise“ heißt kraftvoll, achtsam und selbstwirksam in der Zukunft zu sein: stark und mutig ins Leben gehen!

Patricia Stähler
Mobil: 0173 317 05 06
Kontakt@LoewenstarkundBuddhaweise.de
www.LoewenstarkundBuddhaweise.de