

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, Beobachterposition, Entspannung und… Kaffeepause!!!
Liebe (Groß)Eltern, machen Sie mit. Stärken Sie Ihr Kind für eine gute Zukunft. Denn Prävention ist besser als irgendwann vielleicht händeringend nach Unterstützung zu suchen. Das Training ist besonders geeignet für Kinder von 5 bis 9 Jahre und einer der engen Bezugspersonen.

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

Vorteile des Trainings für die Bezugspersonen:
- Resilienz Werkzeuge für das eigene Kind erhalten (und auch für sich selbst)
- das Wir-Gefühl stärken und die Beziehungsebene festigen
- mehr Harmonie im Familienalltag



Termine und Trainingsort:
Offene Wochenendtrainings in Kleingruppen wahlweise am 18./19. Nov. 2023, am 20./21. Jan. oder am 11./12. April 2024 (jeweils: 10-12:30 Uhr) in 61203 Reichelsheim/Weckesheim (in der Wetterau)

Der Beitrag für dieses Wochenend Training:
Ein „Paar“ (ein Kind mit einer Bezugsperson): 135,- Euro
- Geschwisterkind: **plus** 45,- Euro, inkl. Materialkosten

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

Patricia Stähler



- zert. Resilienz- und Selbstbehauptungstrainerin für Kinder
- Achtsamkeitstrainerin für Kinder
- zert. Resilienz Trainerin und Achtsamkeitscoach für Erwachsene
- ausgebildeter 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