

bewusster  fühlen

# „Mit Power durch die Grundschulzeit“



## ICH-STÄRKUNGS-KURS FÜR VOR- UND GRUNDSCHÜLER

### Inhalte

- Ich fühle mich.
- Ich kenne meine Stärken & Grenzen.
- Ich reguliere mich selbst.
- Ich bin selbstbewusst & mutig.
- Ich kommuniziere klar und respektvoll.
- Ich bin emotional resilient.
- ICH bin stark!

Der Kurs umfasst **drei Einheiten mit je 120 Minuten**.

Er findet an mehreren Terminen im Jahr in einer kleinen, geschützten Gruppe statt.

**Nächste Kurstermine:** nach Absprache

**Kursort:** nach Absprache

### Über mich

- Mobbingpräventions-Trainerin
- Kinder- und Familieberaterin
- Mutter von drei Kindern



Für weitere Informationen, Termine und zur Anmeldung schreib mir gerne:

Andrea Junker-Vierneisel / [info@bewussterfuehlen.de](mailto:info@bewussterfuehlen.de)