

mentale Stärke

**AB
15.4.!**

HELDEN AG

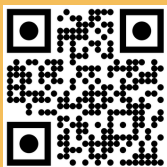
für Kids immer mittwochs

In der Helden AG stärken Kinder ihre innere Widerstandskraft und ihr Vertrauen in sich selbst -
→ praktisch, wirksam, nachhaltig.

Die Vorteile für Ihr Kind:

- ✓ **Mehr Selbstvertrauen im Alltag -**
Kinder lernen, an sich zu glauben, sich etwas zuzutrauen und für sich einzustehen.
- ✓ **Eigene Grenzen wahrnehmen & schützen**
Kinder lernen, „Nein“ zu sagen, ihre Grenzen klar zu kommunizieren und die Grenzen anderer zu respektieren.
- ✓ **Emotionale Stärke statt Überforderung -**
Gefühle erkennen, benennen und angemessen damit umgehen – auch bei Wut, Angst oder Frust
- ✓ **Ruhig bleiben & klar sprechen**
Kinder üben, sich in schwierigen Situationen ruhig, deutlich und respektvoll auszudrücken
- ✓ **Stark im Miteinander**
Förderung von Empathie, Rücksichtnahme und sozialer Kompetenz – für ein faires, wertschätzendes Miteinander.

**MUTentbrannt**



www.MUTentbrannt.com

