









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.“
Das ist ihr Recht 



Nach dem
erfolgreichen
Konzept von "Stark
auch ohne Muckis"



Für mehr Infos

Email: baerenkraft@mail.d

