



STARK DURCHS LEBEN

RESILIENZ- UND SELBSTBEHAUPTUNGSTRAININGS
FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

DAS BIN ICH

Ich bin Sabrina Ginsterblum - zertifizierte
Resilienz- und Selbstbehauptungstrainerin.

Mit **Einzigartig Trainings** unterstütze ich Kinder und
Jugendliche dabei, ihre innere Stärke zu entdecken – mit
Herz, Humor und Haltung.

Ich arbeite in Schulen, Kitas, Familienzentren und biete
auch offene Kurse an.

MUT BEGINNT MIT DEM ERSTEN KONTAKT

✉ einzigartig.trainings@gmx.de

☎ 0176 / 38 38 20 60

🌐 www.einzigartigtrainings.com

📷 @einzigartig_trainings



www.einzigartigtrainings.com



MEIN ANGEBOT

Ich biete altersgerechte Kurse, Workshops & Projektstage zu den Themen:

- 🦁 Resilienzförderung
- 💬 Selbstbehauptung & Nein sagen
- 🧡🖤 Umgang mit Gefühlen
- 🧑🧑👦 Klassengemeinschaft & Teamgeist

Geeignet für Vorschule, Grundschule & weiterführende Schulen.

Mit viel Bewegung, theaterpädagogischen Methoden & praktischen Übungen.

WAS KINDER BEI MIR LERNEN

- Selbstbewusst auftreten
- Gefühle erkennen & ausdrücken
- Grenzen setzen & respektieren
- Konflikte fair lösen
- Umgang mit Beleidigungen
- (Klassen-) Zusammenhalt

**JEDES KIND VERDIENT ES
GEHÖRT ZU WERDEN**

**SIE BRAUCHEN RAUM, UM STARK
ZU WERDEN!**

Und genau diesen Raum schaffe ich
– mit Herz, Humor und Haltung.

