

# LÖWEN STARKE POWERKIDS

## Kinder aktiv und bewegt stärken

- 🐾 Sie werden selbstsicher und können sich behaupten
- 🐾 Sie lernen in sich und ihre Fähigkeiten zu vertrauen, wachsen über sich hinaus und werden stark für kommende Herausforderungen des Alltags
- 🐾 Sie lernen für sich und auch für andere einzustehen und werden Vorbilder für andere Kinder
- 🐾 Sie lernen ihre Gefühle zu erkennen und einzuordnen
- 🐾 Sie lernen klar zu kommunizieren und emphatisch zu sein



„Unser Leben steckt voller Herausforderungen – egal ob jung oder alt! Daher möchte ich mit den Kindern mit viel Spaß, Bewegung und Rollenspielen einen weiteren Grundstein für ein selbstsicheres Leben spielerisch gestalten. An sich selbst und seine eigenen Fähigkeiten zu glauben, seine Grenzen zu kennen, und die der Anderen, sind wichtige Eigenschaften für ein glückliches und erfülltes Leben.“



### Nina Stadtfeld

Selbstbehauptung- und Resilienztrainerin für Kinder  
Mobbingprävention  
nach dem Konzept von: „Stark auch ohne Muckis“  
Spiel und Bewegungstrainerin  
Kinder und Jugendcoach der Heldenliga-Akademie starke Kinder  
0176 - 842 155 28  
info@loewenstarkepowerkids.com | www.loewenstarkepowerkids.com

# LÖWEN STARKE POWERKIDS

## Selbstbehauptung und Resilienztraining für Kinder

Für Kinder zwischen 5-11 Jahren | offene Kurse, Kurse in Kitas und Grundschulen

### Die Kinder lernen

- 🐾 ein selbstsicheres und mutiges Auftreten
- 🐾 wie bleibe ich bei Beleidigungen und Provokationen ruhig und entspannt
- 🐾 wie verhalte ich mich, wenn mir jemand etwas wegnimmt oder wegwirft
- 🐾 wie verhalte ich mich, wenn mich jemand festhält
- 🐾 wie wichtig es ist klar zu kommunizieren und seine eigenen Ziele im Blick zu behalten
- 🐾 Umgang mit Gefühlen, denn alle Gefühle sind erlaubt, nur nicht alle Handlungen, die daraus entstehen können
- 🐾 Selbstwirksam zu sein für sich und für andere
- 🐾 wie unterscheide ich Angst und Unsicherheit

„Der Sturm wird immer stärker.“  
„Das macht nichts. Ich auch.“

Zitat: Pippi Langstrumpf.



Wir kombinieren  
4 Bausteine  
zu einem Großen.

Genau das ist unsere Heldenliga.

Nachhaltigkeit ist gegeben, da wir die Kinder über einen längeren Zeitraum in den wichtigsten Entwicklungsthemen intensiv begleiten.

Grundschule und weiterführende Schule

Baustein 1  
(M)EIN STARKES ICH

In diesem Modul lehren wir, wie die Kinder & Jugendlichen zukünftig mit den persönlichen Herausforderungen des eigenen Ich's, den öffentlichen Regeln & Rechten und ihren Emotionen umgehen dürfen und was das mit mentaler Gesundheit zu tun hat.

Baustein 2  
SAG NEIN ZU MOBBING

In diesem Modul gehen wir intensiv auf einfach anwendbare Strategien zur Vermeidung von Mobbing, Konflikten und Beleidigungen ein und erklären den Kindern und Jugendlichen das Warum hinter einer jeden Tat.

Baustein 3  
MEIN KÖRPER - MEINE GRENZE

In diesem Modul vermitteln wir, wie Kinder ein angemessenes Körperbewusstsein und das Setzen von persönlichen Grenzen erlernen. Dass sie Besitzansprüche an ihren Körper haben und wie sie mithilfe von praktischen Strategien, richtig Hilfe holen.

Baustein 4  
ACHTUNG! MIT SOZIAL MEDIA

In diesem Modul vermitteln wir Kindern die Fähigkeiten und das Wissen, Medien sicher und verantwortungsbewusst zu nutzen, Fake-News zu erkennen und sich mit ihren Internetvorbildern/ Influencern auseinanderzusetzen.

Wir unterstützen die Lehrkräfte und Eltern, mit dem Konzept der HELDENLIGA, Kinder in ihrer sozialen und emotionalen Kompetenz zu stärken. Wir zeigen den Lehrkräften und Eltern, wie sie gezielt das Bewusstsein der Kinder langfristig und nachhaltig fördern.

Vorteile der 4 pädagogischen  
Bausteine:

- Herausforderungen können ganzheitlich betrachtet werden.
- Geringer bürokratischer Aufwand, da ein Trainer 4 Bereiche abdeckt.
- Aufbau einer intensive Beziehung zu den Kindern und Pädagogen\*innen.
- Kinder und Jugendliche am Puls der Zeit zu stärken mit dem Ziel eigene Kompetenzen zu erkennen für eine glückliche Zukunft.

Durch das Konzept der **HELDENLIGA** gelingt es, den **Alltag** und die **Zeit** in der Schule für Pädagog:innen, **friedlicher** und **harmonischer** zu gestalten.

Nina Stadtfeld  
Kinder und Jugendcoach  
in Kooperation mit

ask AKADEMIE  
STARKE KINDER

LÖWEN  
STARKE  
POWERKIDS