

Jedes Kind trägt unermessliches Potenzial in sich. Doch die Herausforderungen des Lebens können oft dazu führen, dass Kinder an sich zweifeln. Als Resilienz- und Lebenskompetenztrainerin ist es meine Mission, jungen Menschen die Werkzeuge an die Hand zu geben, um Herausforderungen im Leben zu meistern und gestärkt daraus hervorzugehen. Meine Trainings sind eine wirksame Methode, um soziale und emotionale Fähigkeiten zu entwickeln und zu festigen. Diese Fähigkeiten sind nicht nur in der Prävention von Mobbing, sondern auch in vielen anderen Bereichen von Bedeutung.

“Der Sturm wird immer stärker. Macht nichts, ich auch.”

Pippi Langstrumpf



Kommunikationsmanagerin (depak)
Resilienz- und
Lebenskompetenztrainerin
Trainerin für Entspannung und
Stressprävention für Kinder
Beraterin für Konfliktsituationen

Kontakt:

Ann-Kathrin Zich

Tel.: 0160/7005008

Mail: ann-kathrin.zich@web.de

**Kinder
kraft
werk**

Resilienztrainings und
Mobbingprävention für Kinder



Was die Kinder in den Trainings lernen:

- Die Bedeutung von Körpersprache
- Förderung von Empathie und emotionaler Intelligenz
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Konfliktprävention und Problemlösungsstrategien
- klare Kommunikation
- Grundverständnis von Gefühlen
- Achtsamkeit und Entspannung
- Stressprävention

Mein Angebot

- Trainings im Kindergarten für Vorschulkinder
- Trainings in der Schule
- Trainings in der OGS
- offene Kurse
- 1:1 Trainings
- Workshops / Seminare
- Elternabende

Themenschwerpunkte können individuell abgestimmt werden!

Regelmäßige Updates gibt es auch über Instagram:



das_kinderkraftwerk
www.das-kinderkraftwerk.com