







Bärenstarke Helden an Schulen



Stark im Miteinander: Resilienz, Grenzen & Konfliktkompetenz | Klasse 1-4

Konflikte, Provokationen und Unsicherheit kosten Energie – Kindern und Lehrkräften. In meinen Trainings lernen Kinder, innerlich stabil zu bleiben, klar zu kommunizieren und Konflikte fair zu lösen. Ziel ist ein friedlicheres Miteinander: weniger Streit, mehr Klarheit, mehr Leichtigkeit im Schulalltag.

Das lernen Kinder im Workshop:

-  Selbstsicher auftreten (Körpersprache, Stimme, Präsenz)
-  Grenzen setzen und „Nein“ sagen, ohne laut zu werden
-  Klar kommunizieren und respektvoll bleiben
-  Gelassener mit Provokationen/Beleidigungen umgehen
-  Konflikte deeskalieren und fair lösen
-  Klassengemeinschaft stärken

Das können Schulen erwarten:

- klare, umsetzbare Strategien statt „nur Theorie“
- gemeinsamer Sprach- und Handlungsrahmen für Konflikte
- gestärkte Kinder: mehr Selbstvertrauen, mehr innere Ruhe
- Entlastung im Schulalltag durch bessere Konfliktkompetenz

Preise (inkl. Material):

- Klassen-Workshop (90 Min.) – 190 €
- Doppelblock (2×90 Min.) – 340 € pro Klasse
- Vormittagsblock (3×90 Min.) – 480 € pro Klasse
- Elternabend (60–90 Min.) – 190 €
- Lehrkräfte-Impuls (45–60 Min.) – 220 €



Empfohlen

- Klassen-Reset Paket: 3×90 Min + Lehrkräfte-Impuls – 640 €

Gültig ab: 02.2026 · Preise inkl. Vorbereitung & Material · Fahrtkosten zzgl. 0,45 €/km (Hin/Rück) · Kleinunternehmerin §19 UStG (keine USt)

Anfrage / Buchung:



+49 151 21975711 |  baerenstarke.helden@gmail.com |  @y.schneider80

Unverbindliches Kennenlerngespräch (auch per Zoom).



Ich bin Yvonne Schneider und stärke Kinder in Resilienz und Selbstbehauptung – praxisnah, strukturiert und mit Herz. Ich arbeite mit viel Übung und alltagstauglichen Methoden, die in Schule und Familie direkt anwendbar sind.






Bärenstarke Helden in der KITA



Resilienz, Gefühle, Grenzen & starkes Miteinander | Vorschule / 5-6 Jahre

Konflikte, Unsicherheiten und herausfordernde Situationen gehören zum KITA-Alltag dazu – und kosten Kinder wie Fachkräfte oft viel Kraft. In meinen Trainings lernen Kinder auf spielerische Weise, Gefühle zu benennen, Grenzen wahrzunehmen, mutig zu sprechen und Konflikte kindgerecht zu lösen. So entsteht Schritt für Schritt ein friedlicheres Miteinander mit mehr Sicherheit, Klarheit und Leichtigkeit im Alltag.

Das lernen Kinder im Workshop:

-  Gefühle erkennen und benennen
-  Grenzen wahrnehmen und Stopp sagen
-  Mutig sprechen und Hilfe holen
-  Freundlich miteinander umgehen
-  Konflikte spielerisch lösen

Das können Kitas erwarten:

- praxisnahe Impulse, die sich direkt in den Alltag integrieren lassen
- eine gemeinsame Sprache für Gefühle, Grenzen und Konflikte
- gestärkte Kinder mit mehr Selbstvertrauen, Orientierung und sozialer Sicherheit
- mehr Ruhe und Leichtigkeit im Alltag durch ein achtsameres Miteinander

Preise (inkl. Material):

- KITA-Workshop (60 Min.) – 160 €
- Doppelblock (2×60 Min.) – 290 €
- KITA-Vormittag (3×60 Min.) – 420 €
- Elternabend (60–90 Min.) – 190 €
- Team-Impuls (45–60 Min.) – 220 €



Empfohlen

- KITA-Starkmacher-Paket: 3×60 Min.
+ Team-Impuls – 560 €

Gültig ab: 02.2026 · Preise inkl. Vorbereitung & Material · Fahrtkosten zzgl. 0,45 €/km (Hin/Rück) · Kleinunternehmerin §19 UStG (keine USt)

Anfrage / Buchung:



+49 151 21975711 |  baerenstarke.helden@gmail.com |  @y.schneider80

Unverbindliches Kennenlerngespräch (auch per Zoom).



Ich bin Yvonne Schneider und stärke Kinder in Resilienz und Selbstbehauptung – praxisnah, strukturiert und mit Herz. Ich arbeite mit viel Übung und alltagstauglichen Methoden, die in Schule und Familie direkt anwendbar sind.







Bärenstarke Helden



Resilienz & Selbstbehauptungstraining 6–10 Jahre | Heilbronn & Umgebung

Kinder erleben Druck, Konflikte und Unsicherheit – in der Schule, auf dem Schulhof und manchmal auch zuhause. In diesem Training lernen Kinder alltagstaugliche Werkzeuge, um ruhig, klar und selbstsicher zu bleiben, auch wenn es schwierig wird.

Das lernen die Kinder (praxisnah & mit Freude):

-  Grenzen wahrnehmen und klar „Nein“ sagen
-  sicher auftreten (Körperhaltung, Stimme, Blickkontakt)
-  klar kommunizieren und respektvoll bleiben
-  gelassener mit Provokationen und Beleidigungen umgehen
-  Konflikte fair lösen und bei sich bleiben
-  Gefühle besser wahrnehmen und ausdrücken


Kursformate & Preise (Box – Preis pro Kind, Material inkl.)

- Workshop (90 Min.) – 25 €
- Kursreihe (3×90 Min.) – 69 €
- Ferienblock (5×90 Min.) – 109 €

Termine: laufend | Schreib „KURS“ für die nächsten Starts.

Gültig ab: 02.2026 • Preise inkl. Vorbereitung & Material • Fahrtkosten zzgl. 0,45 €/km (Hin/Rück) • Kleinunternehmerin §19 UStG (keine USt)

Anmeldung / Fragen:

 +49 151 21975711 |  baerenstarke.helden@gmail.com |  @y.schneider80

Schreib mir „KURS“ per DM – ich sende dir alle Details.



Ich bin **Yvonne Schneider** – Mutter, Führungskraft und Leistungssportlerin. Ich verbinde klare Struktur mit Herz und stärke Kinder, damit sie innerlich stabil werden: nicht hart, sondern **bärenstark**.

Bärenstark durchs Leben



Resilienz & Selbstbehauptungstraining 5-6 Jahre | Haus der Familie

Kinder lernen in dieser Kursreihe, ihre Stärken zu entfalten, an Herausforderungen zu wachsen und in schwierigen Situationen ruhig und selbstsicher zu bleiben. Mit altersgerechten Übungen, Spielen und Gesprächen üben sie, Grenzen wahrzunehmen, klar „Nein“ zu sagen und respektvoll zu kommunizieren.

Das lernen die Kinder (spielerisch):

- 😊 eigene Stärken entdecken
- 👉 Grenzen wahrnehmen und „Nein“ sagen
- 🧑 mutig auftreten und sich zeigen
- 💬 freundlich sprechen und zuhören
- ❤️ Gefühle erkennen und ausdrücken

Termine (je 90 Min., 15:00–16:30 Uhr):

März 2026: 03.03 | 10.03 | 17.03 | 24.03

Juni 2026: 09.06 | 16.06 | 23.06 | 30.06

Anmeldung: über das Haus der Familie / Kursprogramm

Fragen an mich: 📞 +49 151 21975711 | ✉️ baerenstarke.helden@gmail.com | 📷 @y.schneider80



Ich bin **Yvonne Schneider** und stärke Kinder spielerisch in Resilienz und Selbstbehauptung – mit Herz, Klarheit und alltagstauglichen Übungen.

Bärenstarke Helden im Sport



Resilienz & Selbstbehauptung für Kinder von 5–10 Jahren (ältere Jahrgänge auf Anfrage)

Starke Kinder. Starkes Team.

Im Sport treffen Freude, Druck und Emotionen aufeinander – im Training, im Spiel, in der Kabine.

In Bärenstarke Helden lernen Kinder spielerisch und praxisnah, ruhig, klar und selbstsicher zu bleiben – und Konflikte fair zu lösen.

Das lernen die Kinder im Teamtraining:

- ♥ Sicher auftreten (Körperhaltung, Stimme, Präsenz)
- 👥 Teamgeist stärken: respektvoll sprechen, fair spielen
- 👋 Grenzen setzen & „Stopp“ sagen, ohne laut zu werden
- 🛡️ Gelassener mit Provokationen/Beleidigungen umgehen
- ⚓ Konflikte deeskalieren und fair lösen

Das bringt es dem Trainerteam:

- mehr Trainingszeit, weniger Konfliktzeit
- Tools für schnelle Deeskalation (ohne lange Diskussionen)
- klare Teamregeln, die Kinder verstehen und anwenden.

Formate im Verein:

- Teamtraining (90 Minuten)
- Kursreihe (mehrere Termine)
- Elternabend (60–90 Minuten)
- Trainer-Impuls (45–60 Minuten).

Preise (inkl. Material):

- Teamtraining (90 Min.) – 190 € pro Team
- Doppelblock (2×90 Min.) – 340 €
- Vormittagsblock (3×90 Min.) – 480 €
- Elternabend (60–90 Min.) – 190 €
- Trainer-Impuls (45–60 Min.) – 220 €

Gültig ab: 02.2026 · Preise inkl. Vorbereitung & Material · Fahrtkosten zzgl. 0,45 €/km (Hin/Rück) · Kleinunternehmerin §19 UStG (keine USt)

Anfrage / Buchung:

☎ +49 151 21975711 | ✉ baerenstarke.helden@gmail.com | 📷 @y.schneider80

Unverbindliches Kennenlerngespräch (auch per Zoom). Schreib mir kurz Team/Alter/Sportart – ich sende ein passendes Kurzangebot.



Ich bin Yvonne Schneider und stärke Kinder in Resilienz und Selbstbehauptung – praxisnah, strukturiert und mit Herz.

Bärenstarke Helden



VORTRÄGE & SEMINARE FÜR ELTERN

Kinder stärken im Alltag | Heilbronn & Umgebung

Für Eltern von Kindern im Kindergarten- und
Grundschulalter

Eltern wollen das Beste für ihr Kind – und trotzdem gibt es Momente, die herausfordern: Streit, Rückzug, Wut, Unsicherheit, Konflikte mit anderen Kindern oder Druck in der Schule. In meinen Vorträgen und Seminaren bekommen Eltern klare, alltagstaugliche Impulse, wie Kinder innerlich stabil werden – ohne Druck, ohne Schimpfen, ohne Machtkämpfe.

Das nehmen Eltern mit (konkret & umsetzbar):

- ♥ Wie ich mein Kind stärke, ohne es „hart“ machen zu müssen
- 🗣️ Was ich in Konflikten sage und was besser nicht (klare Sätze für den Alltag)
- 👏 Wie Kinder Grenzen setzen und selbstsicher auftreten können
- 🛡️ Wie ich mit Beleidigungen, Provokation und Mobbing-Situationen umgehe
- 🌱 Wie ich Gefühle begleite, ohne dass alles eskaliert (Ruhe reinbringen)
- ⚓ Wie ich als Elternteil selbst stabil bleibe, auch wenn es stressig wird

Themen:

- Resilienz stärken · Selbstbehauptung · Konflikte begleiten · Provokation/Beleidigungen · Mobbing-Prävention · Kommunikation in der Familie

Formate:

- Elternabend / Vortrag (60–90 Min.)
- Seminar (2–3 Std., interaktiv mit Übungen & Austausch)
- Impuls-Session online (45–60 Min.)

Preise (inkl. Material/Handout, zzgl.)

Fahrtkosten bei Präsenz:

- Vortrag (60–90 Min.) – 190 €
- Seminar (2–3 Std.) – 260 €
- Online-Impuls (45–60 Min.) – 160 €
- Q&A-Verlängerung (30 Min.) – +40 €

Gültig ab: 02.2026 · Preise inkl. Vorbereitung & Material · Fahrtkosten zzgl. 0,45 €/km (Hin/Rück) · Kleinunternehmerin §19 UStG (keine USt)

Anfrage / Buchung:

☎️ +49 151 21975711 | ✉️ baerenstarke.helden@gmail.com | 📷 @y.schneider80

Unverbindliches Kennenlerngespräch (auch per Zoom).



Ich bin Yvonne Schneider und stärke Kinder in Resilienz und Selbstbehauptung – mit Herz, Klarheit und alltagstauglichen Methoden.