

FÜR
KITA &
SCHULE



**SELBSTBEHAUPTUNG • RESILIENZ • LEBENSKOMPETENZ
FÜR KINDER, JUGENDLICHE & JUNGE ERWACHSENE**



**JEDES KIND TRÄGT STÄRKE IN SICH.
LEBENSKOMPETENZ IST KEIN ZUSATZ!
SIE IST DAS FUNDAMENT FÜR EIN GUTES LEBEN.
UND SIE KANN TRAINIERT WERDEN.**

Teil der **stark
für kinder** Bewegung
starkfuerkinder.de



WARUM LEBENSKOMPETENZ TRAINIEREN?

VIELE KINDER UND JUGENDLICHE WISSEN HEUTE:

- WIE MAN EIN SMARTPHONE BENUTZT
- WIE MAN APPS BEDIENT

ABER OFT NICHT:

- WIE MAN GRENZEN SETZT
- WIE MAN MIT KONFLIKTEN UMGEHT
- WIE MAN BEI SICH BLEIBT, WENN ANDERE DRUCK MACHEN

GENAU HIER SETZT HELDENHERZ AN.

MIT SPASS UND OHNE LEISTUNGSDRUCK TRAINIEREN WIR HERZ UND KOPF. FÜR EIN GUTES LEBEN UND MITEINANDER.

DENN LEBENSKOMPETENZ KANN GENAUSO TRAINIERT WERDEN WIE DEINE MUSKELN.

Teil der **stark für kinder** Bewegung
starkfuerkinder.de



Heldenherz

Herz über Kopf



WER BIN ICH?

MEIN NAME IST **NICOLE HILDEN**.

ICH BEGLEITE KINDER, JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE DABEI, IHRE INNERE STÄRKE ZU ENTDECKEN UND SICHER DURCHS LEBEN ZU GEHEN.

ALS EHEMALIGE FÜHRUNGSKRAFT IM KONZERN HABE ICH TEAMS ENTWICKELT UND VERÄNDERUNGSPROZESSE BEGLEITET. MICH FASZINIERT SCHON IMMER, WAS MENSCHEN STÄRKT UND ECHE KOOOPERATION MÖGLICH MACHT.

MIT MEINER EIGENEN MUTTERSCHAFT WURDE MIR KLAR:

LEBENSKOMPETENZ IST KEIN ZUSATZ –

SIE IST DAS FUNDAMENT FÜR EIN STARKES LEBEN.



MEINE HALTUNG

KINDER SIND VOLLSTÄNDIGE MENSCHEN.

SIE TRAGEN INTUITION, KLARHEIT UND EINEN INNEREN KOMPASS BEREITS IN SICH.

SIE MÖCHTEN GEGEHEN, ERNST GENOMMEN UND RESPEKTVOLL BEGLEITET WERDEN.

HELDENHERZ STEHT FÜR:

- VERTRAUEN STATT ZERDENKEN
- ZUTRAUEN STATT KONTROLLE
- BEGEGNUNG AUF AUGENHÖHE

Teil der
**stark
für kinder**
Bewegung

starkfuerkinder.de

Heldenherz

Herz über Kopf



MEINE INHALTE

WAS KINDER UND JUGENDLICHE BEI HELDENHERZ LERNEN:
IN MEINEN TRAININGS ENTWICKELN JUNGE MENSCHEN FÄHIGKEITEN, DIE
SIE EIN LEBEN LANG TRAGEN.

KONFLIKTFÄHIGKEIT

STREIT KLAR UND GEWALTFREI LÖSEN

SELBSTBEWUSSTE PRÄSENZ

EINE SICHERE KÖRPERSPRACHE EINSETZEN

RESILIENZ

IN SCHWIERIGEN SITUATIONEN HANDLUNGSFÄHIG BLEIBEN

GESUNDES SELBSTBILD

„ICH BIN GUT SO, WIE ICH BIN.“

WACHSTUMSDENKEN

FEHLER ALS HELFER ERKENNEN

VERANTWORTUNG

DEN EIGENEN FOKUS BEWUSST AUF DAS GUTE RICHTEN

Heldenherz

Herz über Kopf



MEINE ANGEBOTE

TRAININGS & WORKSHOPS

STARKER START
FÜR KITA & GRUNDSCHULE

MISSION SCHULWECHSEL
FÜR 4. KLASSEN

MUTIG IM WANDEL
FÜR WEITERFÜHRENDE SCHULEN & BERUFSEINSTIEG

WEITERE ANGEBOTE:

- SCHULTRAININGS
- AGS
- OFFENE KURSE
- ELTERNABENDE
- WORKSHOPS FÜR PÄDAGOGISCHE TEAMS
- VORTRÄGE

Heldenherz

Herz über Kopf



DIE NÄCHSTEN SCHRITTE

- TELEFONISCHER ERSTKONTAKT
- UNVERBINDLICHES ERSTGESPRÄCH
- INDIVIDUELLE ANGEBOTSERSTELLUNG
- UMSETZUNG VOR ORT
- FEEDBACK

KONTAKT



0177-8048041

nicole@heldenherz-schule.de

Mehr über mich:

www.starkfuerkinder.de/trainer/nicole-hilden



Teil der
stark
für **kinder**

Bewegung

starkfuerkinder.de