

Kinder brauchen mehr als gute Noten – sie brauchen innere Stärke, Mitgefühl und Durchhaltevermögen. Im Training lernen sie, Konflikte friedlich zu lösen, empathisch zu handeln und sich selbst zu vertrauen.



Kids & Teens lernen

- Konflikte selbstständig und gewaltfrei lösen
- Umgang mit Beleidigungen & Gefühlen
- Grenzen wahrnehmen und setzen
- Klare Kommunikation (Körpersprache & Stimme)
- Konzentration & Koordination
- Achtsames Miteinander (Soziale Kompetenz)

Starke Kinder -entspannte Schulzeit-

Mobbingprävention durch Lebenskompetenz- und Resilienztraining



Für mehr innere Stärke, Empathie und gutes Miteinander

Ein konfliktfreies Leben
können wir unseren Kindern
nicht bieten – aber wir
können sie stark dafür
machen.



Die Trainings sind
altersgerecht aufgebaut –
ob für Vorschulkinder,
Grundschüler oder
Jugendliche



CARMEN RÜDINGER

**Imotik®-Trainerin,
zertifizierte Lebenskompetenz- und
Resilienztrainerin**

Tel.: 01737596579

Mail: training@ruedinger.me



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