



**PSSST...ELTERN AUFGEPASST !
WERTVOLLE VORTRÄGE 1 x MONAT
DISKUTIERT IHR NOCH ODER CHILLT
IHR SCHON ?**

KOSTENLOS

24.09.2021

19.00 - 20.30 Uhr

WAS PASSIERT IN DER PUBERTÄT

Veränderungen in der Pubertät kennen und gut damit umgehen

Emotionen

Müdigkeit

Vs

kein Bock auf schlafen

29.10.2021

19.00 - 20.30 Uhr

KOMMUNIKATION WAS IST DAS ?

Warum du über deinen Schatten springen musst

Warum ein gutes Umfeld und eine klare Kommunikation wichtig sind

Wie wichtig wertschätzende Kommunikation ist

26.11.2021

19.00 - 20.30 Uhr

ITS ALL ABOUT ENERGY

Warum DEINE Energie so wichtig ist

Motivation aus sich selbst heraus zu entwickeln

Gut auf Energiehaushalt achten = Energiefresser Vs. Energiegeber

17.12.2021

19.00 - 20.30 Uhr

GEFÜHLE & EMOTIONEN

Was hat Glück mit Gefühlen zu tun ?

Gefühle richtig einzuordnen und in einen gesunden Umfang zu kontrollieren

Gefühlskompass & Bauchatmung

WAS IST NOCH WICHTIG ZU WISSEN

- erfolgreiches Konzept seit 2008- bereits über 40.000 Kids gestärkt
- führender Mobbingpräventionsanbieter in Deutschland
- Sarah Heiseler Selbstbehauptungs- und Resilienz Trainerin, Kinder- und Jugendcoach



**PARTNER
IN ZERTIFIZIERUNG**



HIER GEHTS ZUM VORTRAG

Mehr Infos unter

www.heiseler.starkauchohnemuckis.de