



20.11.2024

# Löwenstarkes Löwenherz

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining  
für Grundschul Kinder (5-11 J.) mit Elternabend

**Termin Training:** Mi., 20.11.2024, 9:00-13:30 Uhr (Buß- und Betttag, Bringen der Kinder ab 08:30 Uhr möglich) im Pfarrsaal St. Stephan (Pfarrweg 9, Oberhaching)

**Termin Elternabend:** Mi., 20.11.2024, 20:15 Uhr-21:45 Uhr, Online (Link wird zugeschickt)

**Kosten** keine bei Anwesenheit (Ausfallgebühr 50,- € bei Abmeldung nach dem 11.11. oder bei nicht Erscheinen)

**Mitbringen** Brotzeit + Getränk (auch für mittags)

**Anmeldung** bis spät. 11.11. (begrenzte Plätze): familienzentrum@kita.ebmuc.de

## Löwenstarke Löwenherzen lernen im Training:

- Wie bleibe ich ruhig und entspannt, wenn ich geärgert werde?
- Wie wirke und werde ich mutig und selbstbewusst?
- Was mache ich, wenn mir Sachen weggenommen werden?
- Was mache ich, wenn mir Gewalt angedroht wird?
- Was sagen mir meine Gefühle und wie gehe ich damit um?
- Wie kann ich meine Gedanken in eine gute Richtung lenken?
- Was kann ich alleine lösen und wann brauche ich Hilfe?



Nach dem bewährten Konzept "Stark auch ohne Muckis"

Eike Maren Losinzky  
[www.fraueike.de](http://www.fraueike.de)

Mit viel Spaß, Spiel, Bewegung und Leichtigkeit zeigt die Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin Eike Losinzky den Kindern, wie sie mutig werden, Stärke erlangen und sich selbst zu helfen wissen. Für ein glückliches, selbstbestimmtes Leben ohne Streit, Stress und üble Konflikte. Löwenstark eben!

Allein die Wiederholung bringt den gewünschten Effekt. Im Online-Elternabend gibt es die Inhalte, die die Kinder gelernt haben und was konkret Zuhause verstärkt und geübt werden kann, um nachhaltig zu wirken.

## GEMEINSAM STARK FÜR FAMILIEN

Familienzentrum/Familienstützpunkt Oberhaching (Träger St. Bartholomäus)

Büro: Pfarrweg 9, 82041 Oberhaching

☎ 0157 7035 8156

🌐 [www.familienzentrum.st-bartholomaeus.de](http://www.familienzentrum.st-bartholomaeus.de)

✉ [Familienzentrum@kita.ebmuc.de](mailto:Familienzentrum@kita.ebmuc.de)

📍 [familienstuetzpunktOberhaching](https://www.instagram.com/familienstuetzpunktOberhaching)



FSP gefördert durch:  
Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



Landkreis  
München

