



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
Miteinander – Füreinander

Mit Stefan  
Resilienztrainer



# RESILIENZKURS

## FÜR KINDER VON 6 - 12 JAHREN

In unserem Resilienzkurs lernen die Kinder in dem Programm auf spielerische Weise, wie sie Ihre Gefühle und Emotionen besser wahrnehmen und benennen können. Sie kümmern sich um ihr soziales Netz und lernen den Wert echter Freundschaft und guter Beziehungen noch besser zu schätzen. Zum Ende der Reihe können die Kinder auch erste emotional stärkere Impulse besser wahrnehmen und selber regulieren, wodurch ihr Selbstwertgefühl und ihr Selbstbewusstsein gestärkt wird.

**Das angebotene Programm umfasst sechs Termine zu je 1,5 h. Zwischen den Terminen liegt jeweils eine Woche, in der die Kinder ihre eigenen Erfahrungen machen und diese beim nächsten Mal besprechen können.**

### STEFAN SPIECKER

ist ein erfahrener Resilienz Trainer und Wildnis-Pädagoge aus Heidelberg. Er arbeitet seit fast 30 Jahren mit Kindern und Jugendlichen zusammen, lehrt und praktiziert Achtsamkeitsmeditation und arbeitet nebenberuflich als Job-Coach für junge Menschen beim Gemeinschaftswerk Mannheim.

### TERMINE 2021

**Jeweils Montag von 16:30 - 18:00**

18.10.21	15.11.21
25.10.21	22.11.21
8.11.21	29.11.21



**KOSTENFREIE ANMELDUNG**

E-Mail: [linda.behrisch@habito-heidelberg.de](mailto:linda.behrisch@habito-heidelberg.de)

Telefon: 06221 / 4299020

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**Heidelberg**



[mgh.heidelberg](https://www.facebook.com/mgh.heidelberg)

Mehrgenerationenhaus Heidelberg  
Heinrich-Fuchs-Strasse 83, 69126 Heidelberg  
[www.mgh-heidelberg.de](http://www.mgh-heidelberg.de)



[mehrgenerationenhaus\\_hd](https://www.instagram.com/mehrgenerationenhaus_hd)