



## Resilienzkurs für Kinder "LÖWENSTARK" (Sülz)

KURS / WORKSHOP

Ein Resilienzkurs für Kinder ist eine wertvolle Möglichkeit, um ihnen zu helfen, ihre Widerstandsfähigkeit zu stärken und besser mit Herausforderungen umzugehen. In diesem Kurs werden verschiedene Fähigkeiten vermittelt, die den Kindern helfen, emotional und sozial zu wachsen.

1. Emotionale Ausdrucksfähigkeit: Kinder lernen, ihre Gefühle zu erkennen und auszudrücken, was ihnen hilft, ihre Emotionen besser zu verstehen.
2. Problemlösungsfähigkeiten: Durch Rollenspiele und Gruppenaktivitäten üben die Kinder, wie sie Herausforderungen angehen und kreative Lösungen finden können.
3. Stressbewältigung: Techniken wie Achtsamkeit, Atemübungen und Entspannungstechniken werden eingeführt, um den Kindern zu helfen, mit Stress umzugehen.
4. Soziale Kompetenzen: Kinder lernen, wie sie positive Beziehungen aufbauen, empathisch sein und Konflikte konstruktiv lösen können.
5. Selbstvertrauen: Durch verschiedene Aktivitäten und positive Rückmeldungen wird das Selbstbewusstsein der Kinder gestärkt.

## Was?

### ART DES ANGEBOTS

Kurs / Workshop

### LINK ZUM ANGEBOT

[Weiter zum Angebot](#)

### KURSLEITUNG/ANSPRECHPERSON

Kursleitung: Carolin Utsch

Ansprechpartner: Diana Nikolić

### ALTER DES KINDES

3 bis 6 Jahre, 6 bis 10 Jahre

## Wann & Wo?

### ANGEBOTSTERMIN

Von 07.09.2025 (16:45 Uhr) bis (17:30 Uhr)

### TERMIN(E)

Je 8x

### ADRESSE

Stadtwaldkind

Zülpicher Straße 273b

50937 Köln

## Anmeldung

### ANMELDUNG ERFORDERLICH

Ja

### LINK ZUR ANMELDUNG

[Weiter zur Anmeldung](#)

### WEITERE ANGABEN ZUR ANMELDUNG

Kurs 1) für Kinder von 5-7 Jahren Kurs 2) für 8-10 jährige Kinder

### KOSTEN DES ANGEBOTS

8x 96,00 €

## Durchführende Organisation

### ADRESSE

**Stadtwaldkind** 50935 Köln

### KONTAKTPERSON

Diana Nikolic

### LINK ANBIETER

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### EMAIL

[Info@stadtwaldkind-koeln.de](mailto:Info@stadtwaldkind-koeln.de)

### ALLE ANGEBOTE DIESES ANBIETERS

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

# Träger des Anbieters

ART DES TRÄGERS

Freier Träger (privat-gewerblich)

---