

Infoabend für Erwachsene:

Mentaltraining für Kinder

REFERENTIN: Stephanie Eckerstorfer

Kinder- und Jugendmentaltrainerin

Dipl. Mentaltrainerin, Volksschullehrerin

DATUM: **Donnerstag, 19. 09. 2024, 19 Uhr**

ORT: Pfarrzentrum Sallingberg

Kosten: Freiwillige Spenden

Wie kann ich mein Kind unterstützen,

- mehr Kraft und Energie aufzubauen, Reserven aufzutanken
- sich selbst wahrzunehmen, zu spüren, sich auszudrücken
- sich der eigenen Stärken und Fähigkeiten bewusst zu werden
- mit belastenden Situationen umzugehen
- Konzentration und Wahrnehmung zu verbessern
- richtig Lernen zu lernen