







„LASS DICH NICHT VON DEN ÄNGSTEN IN DEINEM KOPF HERUMSCHUBSEN. LASS DICH VON DEN TRÄUMEN IN DEINEM HERZEN LEITEN.“



## KINDER-, JUGEND- UND FAMILIENCOACH

Ich reiche dir die Hand (das gilt auch für Mami und Papi) um gemeinsam:

-  eure eigenen Bedürfnisse zu erkennen
-  herauszufinden, was deine Werte und die eurer Familie sind
-  blockierende Gedanken und Gefühle zu lösen
-  mehr Harmonie und Leichtigkeit in euren Familienalltag zu bringen

Du hast offene Fragen, Wünsche oder eine konkrete **Buchungsanfrage**? Dann melde dich gerne bei mir und lass uns darüber sprechen.

### DEIN KONTAKT ZU MIR

Stärke dein Löwenherz  
Am Mühlenbach 13  
18299 Laage OT Liessow

### DEINE ANSPRECHPARTNERIN

Monique Michels  
Gründerin von Stärke dein Löwenherz



„JEDES GESCHENK ENTSPRICHT EINER EMOTION, ALSO **SCHALTE DEINEN GEFÜHLSKOMPASS EIN, BEVOR DU ES ANNIMMST!**“



0176 70 56 27 26



monique@gefuehlslotsen.de

# STÄRKE DEIN LÖWENHERZ

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining für Kinder

## ZUSAMMEN STÄRKEN WIR DICH FÜR DIE ZUKUNFT

Kinder sind Persönlichkeiten, die einen eigenen Willen, eigene Wünsche und Vorstellungen haben.

Jedes Kind hat das Recht, sich so zu entwickeln, wie es am besten ist, aber nicht wie Mami und Papi es wünschen. Kinder sehen die Welt oft noch ungefiltert, sodass wir durch Rückmeldungen von euch eine Menge erfahren und lernen können.

Jedes Kind will lernen. Jedes jedoch auf seine eigene Art und Weise. Unsere Kinder sind wie Pflanzen. Ihr wachst nicht schneller, nur weil wir an euch ziehen. Wenn wir euch hegen und pflegen, dann werdet ihr groß und stark.

In meinen Trainings vermittele ich dir die Lust aufs Entdecken und Ausprobieren.

## DAS LERNST DU BEI MIR

Meine Aufgabe ist es nicht, dich zu formen, sondern dir die Möglichkeit zu geben, dich zu zeigen, wie du bist, um dich dann zielgerichtet zu fördern.

### Folgende Sätze stärken dein Löwenherz:

🐾 Ich bleibe ruhig und entspannt, denn in der Ruhe liegt die Kraft.

🐾 Ich bin nicht perfekt und das ist auch gut so, denn ich gebe mein bestes und ich mag mich.

🐾 Ich höre auf meine Gefühle, denn sie zeigen mir den Weg wie ein Kompass.



## ÜBER MICH



## MONIQUE MICHELS GRÜNDERIN VON STÄRKE DEIN LÖWENHERZ



Mein Name ist Monique Michels und ich wohne in Lage. 20 Jahre habe ich gebraucht für meinen Weg ein selbstbestimmtes und glückliches Leben zu führen.

Weißt du warum? In den ersten sechs Lebensjahren prägen uns äußere Einflüsse und Erfahrungen. Sie beeinflussen unser Leben. Ich habe meine Kindheit aufgearbeitet und festgestellt, was diese Erfahrungen, gepaart mit den dazugehörigen Gefühlen, für Auswirkungen auf unser späteres Leben und Handeln haben.

Dir möchte ich zeigen, dass du mit einem gestärkten Löwenherz viel schneller und einfacher ein glückliches Leben führen wirst. Je früher dir jemand die Hand reicht, desto einfacher wird es.