



EIN STARKES PROGRAMM

im zweiten Halbjahr 2024

Isenbeck.Job.Erwachsenenbildung GbR

Isenbeck.Job. Kids GbR

www.starkimleben.eu



Stark.imLeben

UNSER PROGRAMM

für das zweite Halbjahr 2024



Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

Stark im Leben

LIEBE KINDER, LIEBE ELTERN, LIEBE GROßELTERN,

mit unseren Angeboten möchten wir dazu beitragen, dass Kinder nachhaltig in ihrer Persönlichkeit gestärkt werden und so nicht nur souverän Konflikte meistern, sondern auch den Herausforderungen des Lebens gewachsen sind. **Schätzungsweise jedes 3. Kind macht in den ersten vier Schuljahren negative Erfahrungen mit überfordernden Konfliktsituationen.** Diese Erfahrungen können sich im schlimmsten Fall negativ auf die weitere Entwicklung der Kinder auswirken. Wir denken, dass wir gemeinsam daran arbeiten müssen, diese Zahl zu minimieren. **Daher möchten wir mit viel Empathie und Leidenschaft dafür sorgen, dass Kinder in unseren Kursen lernen, Konflikte selbstsicher und ohne Gewalt oder Provokation zu klären, um sicher in die Zukunft zu gehen.**

Unsere Angebote richten sich allerdings nicht nur an Kinder zwischen 5 und 12 Jahren, sondern auch an Teenager, Kleinkinder, Eltern oder auch Großeltern. **So lernen Familien das Handwerkszeug, um jede Phase der Kindheit und das Familienleben mit Leichtigkeit zu meistern.** Machen Sie sich einen Eindruck von unserem vielfältigen Programm. Hier ist für jeden etwas dabei.

Alle Kurse sind auch in Einrichtungen (Kitas, Schulen, ...) oder Vereinen möglich. Sprechen Sie uns an! **Wir freuen uns schon auf ein spannendes und starkes Jahr 2024!**

Ihr Stark im Leben-Team

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu



Stark im Leben

SUPERHELD:IN-RABATT

für ausgewählte Kurse (siehe Heft)



Bei einigen Kursen haben wir extra Superheld:innen-Rabatte. Je mehr Freunde oder Freundinnen Du mitbringst, umso mehr kannst Du sparen:

Stark im Leben

+ 1 WEITERES KIND:

10% RABATT

+ 2 WEITERE KINDER:

15% RABATT

+ 3 WEITERE KINDER:

20% RABATT

+ 4 WEITERE KINDER:

30% RABATT

+ 5 WEITERE KINDER:

50% RABATT



Dieser Rabatt gilt nicht für Geschwisterkinder

KURSÜBERSICHT

Eltern-Kind-Workshop	Familien (5 bis 12 Jahre)	22. Juni 2024
Ponyhof-Wochenende	ab 8 Jahre	28. bis 30. Juni 2024
Eltern-Kind-Workshop	Familien (5 bis 12 Jahre)	29. Juni 2024
10 Wochen-Kurs	5 bis 7 Jahre	ab 28. August 2024
10 Wochen-Kurs	8 bis 12 Jahre	ab 28. August 2024
Intensivkurs Starter	5 bis 12 Jahre	7. September 2024
Intensivkurs Aufbau	5 bis 12 Jahre	21. September 2024
Ponyhof-Wochenende	ab 8 Jahre	4. bis 6. Oktober 2024
Intensivkurs Starter	5 bis 12 Jahre	9. November 2024
Eltern-Kind-Workshop	Familien (5 bis 12 Jahre)	16. November 2024
Intensivkurs Aufbau	5 bis 12 Jahre	30. November 2024

Kontakt zu uns

WIR FREUEN UNS, EUCH IN UNSEREN
KURSEN KENNENZULERNEN!



Stark im Leben

ELTERN-KIND-WORKSHOP

Samstag, 22. Juni 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr



1x 4 STUNDEN

5 BIS 12 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK



Stark im Leben

Fizkes/AdobeStock.com

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

ELTERN KIND WORKSHOP für Familien mit Kindern von 5 bis 12 Jahren

Du möchtest einen Kurs für die ganze Familie? Wir bieten unsere 4-stündigen Kurse für Eure Familie komprimiert an einem Tag an. (4 Stunden Inhalt + 1 Stunde Pause).

Inhalte für die Kids:

- Entspannt mit Beleidigungen und Provokationen umgehen
- Souveräner Umgang mit Konfliktsituationen u.v.m.

Inhalte nur für die Eltern:

- Gewaltfreie Kommunikation
- Sicherer Hafen Familie · Zeit für Eure Fragen
- Mehr Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Resilienz für die Herausforderungen im Familienleben



Wann: Samstag, 22.06.2024,
10:00 bis 15:00 Uhr

Alter: 5 bis 12 Jahre

Kosten: 129 €/pro Familie
(2 Erwachsene und 1 Kind)
39 €/für jedes weitere Familienmitglied

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.
Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

PONYHOF-WOCHENENDE

Freitag, 28. Juni bis Sonntag, 30. Juni 2024

2 ÜBERNACHTUNGEN

AB 8 JAHRE

PONYHOF HILBECK



Stark im Leben

grafikplusfoto / Adobestock.com

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

WOCHENENDE AUF DEM PONYHOF für Kinder ab 8 Jahre

Elternfreie Zeit!! Bei unserem Kurzurlaub auf dem Ponyhof dürfen Kinder ab 8 Jahre gemeinsam Neues kennenlernen und erleben. Gemeinsam erproben und erweitern sie ihre Fähigkeiten auf unterschiedlichen Gebieten. Ziele sind unter anderem:

- Eigenverantwortung zu übernehmen durch alltägliche Aufgaben und die Versorgung der Ponys und das Reiten
- Konflikte ruhig und entspannt zu lösen
- Eigene Stärken und Schwächen zu erkennen und mit ihnen lernen umzugehen
- Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein stärken



Wann: Freitag, 28.06. bis
Sonntag, 30.06.2024

Alter: ab 8 Jahre

Kosten: 199 €/pro Kind (inkl. Verpflegung,
Getränke und 2 Übernachtungen)

Wo: Auf dem Ponyhof Hilbeck,
Höhenweg 4, 59457 Werl

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

ELTERN-KIND-WORKSHOP

Samstag, 29. Juni 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr

1x 4 STUNDEN

5 BIS 12 JAHRE

MÜNSTER KINDERHAUS



Stark. Leben

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

ELTERN KIND WORKSHOP für Familien mit Kindern von 5 bis 12 Jahren

Du möchtest einen Kurs für die ganze Familie? Wir bieten unsere 4-stündigen Kurse für Eure Familie komprimiert an einem Tag an. (4 Stunden Inhalt + 1 Stunde Pause).

Inhalte für die Kids:

- Entspannt mit Beleidigungen und Provokationen umgehen
- Souveräner Umgang mit Konfliktsituationen u.v.m.

Inhalte nur für die Eltern:

- Gewaltfreie Kommunikation
- Sicherer Hafen Familie · Zeit für Eure Fragen
- Mehr Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Resilienz für die Herausforderungen im Familienleben



Wann: Samstag, 29.06.2024,
10:00 bis 15:00 Uhr

Alter: 5 bis 12 Jahre

Kosten: 129 €/pro Familie
(2 Erwachsene und 1 Kind)
39 €/für jedes weitere Familienmitglied

Wo: Wird noch bekannt gegeben

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

10 WOCHEN-KURS

mittwochs, 28. August bis 27. November 2024



10x 1 STUNDE

5 BIS 7 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK



Stark im Leben

Chinnapong/AdobeStock.com

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

10 WOCHEN-KURS für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Du möchtest die volle Ladung „Stark im Leben“? Dann bist Du hier genau richtig. In dem Kurs nehmen wir uns ganz viel Zeit und üben intensiv an folgendem:

- Mutiges und selbstsicheres Auftreten
- Sicherer, entspannter Umgang mit Konflikten (z. B. Beleidigung u. Provokation)
- Hilfe holen
- Was sind Gefühle und warum sind sie wichtig?
- Die Superheldenkraft: Unser Bauchgefühl
- Hass mit Liebe begegnen

Einstieg und Schnuppern jederzeit möglich



Wann: mittwochs, 28.08.
04.09. / 11.09. / 25.09.,
02.10. / 23.10.,
06.11. / 13.11. / 20.11. / 27.11.
jeweils 15:30 bis 16:30 Uhr

Alter: 5 bis 7 Jahre

Kosten: 149 € /Kind · 109 € /Geschwisterkind

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.
Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

10 WOCHEN-KURS

mittwochs, 28. August bis 27. November 2024

10x 1 STUNDE

8 BIS 12 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK



Stark im Leben

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

10 WOCHEN-KURS für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Du möchtest die volle Ladung „Stark im Leben“? Dann bist Du hier genau richtig. In dem Kurs nehmen wir uns ganz viel Zeit und üben intensiv an folgendem:

- Mutiges und selbstsicheres Auftreten
- Sicherer, entspannter Umgang mit Konflikten (z. B. Beleidigung u. Provokation)
- Hilfe holen
- Was sind Gefühle und warum sind sie wichtig?
- Die Superheldenkraft: Unser Bauchgefühl
- Hass mit Liebe begegnen

Einstieg und Schnuppern jederzeit möglich

MIT SUPERHELD:IN
RABATT
Gilt nicht für
Geschwisterkinder



Wann: mittwochs, 28.08.

04.09. / 11.09. / 25.09.,

02.10. / 23.10.,

06.11. / 13.11. / 20.11. / 27.11.

jeweils 16:30 bis 17:30 Uhr

Alter: 8 bis 12 Jahre

Kosten: 149 € /Kind · 109 € /Geschwisterkind

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.

Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

INTENSIVKURS STARTER

Samstag, 7. September 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr



1x 5 STUNDEN

5 BIS 12 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK



Stark im Leben

INTENSIVKURS STARTER für Kinder von 5 bis 12 Jahren

Du möchtest einen Kurs kurz und kompakt? Wir bieten unseren vierstündigen Starterkurs komprimiert an einem Tag an.

- Entspannt mit Beleidigungen und Provokationen umgehen
- Mutig und selbstsicher auftreten
- Souveräner Umgang mit Konfliktsituationen (Festhalten, Wegnehmen)
- Hilfe holen, aber richtig



MIT SUPERHELD:IN
RABATT
Gilt nicht für
Geschwisterkinder



Wann: Samstag, 07.09.2024,
10:00 bis 15:00 Uhr

Alter: 5 bis 12 Jahre

Kosten: 79 € /Kind
59 €/Geschwisterkind

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.
Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

INTENSIVKURS AUFBAU

Samstag, 21. September 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr



1x 5 STUNDEN

5 BIS 12 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK

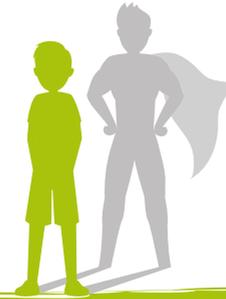


Stark im Leben

INTENSIVKURS AUFBAU für Kinder von 5 bis 12 Jahren

Dein Kind hat den Starterkurs bereits gemacht, kann Konflikte souverän meistern und fühlt sich gestärkt für die Herausforderung im Leben? Hat es dennoch nicht genug von Rina und Lydia und möchte mehr? Wir vertiefen die Basics und lernen zudem:

- Was sind Geheimnisse?
- Meine Gefühle und die der anderen verstehen
- Hilfe holen aber richtig
- Hass mit Liebe begegnen



MIT SUPERHELD:IN
RABATT
Gilt nicht für
Geschwisterkinder



Wann: Samstag, 21.09.2024,
10:00 bis 15:00 Uhr

Alter: 5 bis 12 Jahre

Kosten: 79 € /Kind
59 €/Geschwisterkind

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.
Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

PONYHOF-WOCHENENDE

Freitag, 4. Oktober bis Sonntag, 6. Oktober 2024

2 ÜBERNACHTUNGEN

AB 8 JAHRE

PONYHOF HILBECK



Stark im Leben

Gorika / Adobestock.com

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

WOCHENENDE AUF DEM PONYHOF für Kinder ab 8 Jahre

Elternfreie Zeit!! Bei unserem Kurzurlaub auf dem Ponyhof dürfen Kinder ab 8 Jahre gemeinsam Neues kennenlernen und erleben. Gemeinsam erproben und erweitern sie ihre Fähigkeiten auf unterschiedlichen Gebieten. Ziele sind unter anderem:

- Eigenverantwortung zu übernehmen durch alltägliche Aufgaben und die Versorgung der Ponys und das Reiten
- Konflikte ruhig und entspannt zu lösen
- Eigene Stärken und Schwächen zu erkennen und mit ihnen lernen umzugehen
- Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein stärken



Wann: Freitag, 04.10. bis
Sonntag, 06.10.2024

Alter: ab 8 Jahre

Kosten: 199 €/pro Kind (inkl. Verpflegung,
Getränke und 2 Übernachtungen)

Wo: Auf dem Ponyhof Hilbeck,
Höhenweg 4, 59457 Werl

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:

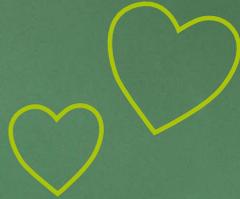


QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

INTENSIVKURS STARTER

Samstag, 9. November 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr



1x 5 STUNDEN

5 BIS 12 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK



Stark im Leben

Photo: iStockphoto.com / Anobestrad.com

INTENSIVKURS STARTER für Kinder von 5 bis 12 Jahren

Du möchtest einen Kurs kurz und kompakt? Wir bieten unseren vierstündigen Starterkurs komprimiert an einem Tag an.

- Entspannt mit Beleidigungen und Provokationen umgehen
- Mutig und selbstsicher auftreten
- Souveräner Umgang mit Konfliktsituationen (Festhalten, Wegnehmen)
- Hilfe holen, aber richtig



MIT SUPERHELD:IN
RABATT
Gilt nicht für
Geschwisterkinder

Wann: Samstag, 09.11.2024,
10:00 bis 15:00 Uhr

Alter: 5 bis 12 Jahre

Kosten: 79 € /Kind
59 €/Geschwisterkind

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.
Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

ELTERN-KIND-WORKSHOP

Samstag, 16. November 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr

1x 4 STUNDEN

5 BIS 12 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK



Stark im Leben

LIGHTFIELD STUDIOS/AdobeStock.com

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

ELTERN KIND WORKSHOP für Familien mit Kindern von 5 bis 12 Jahren

Du möchtest einen Kurs für die ganze Familie? Wir bieten unsere 4-stündigen Kurse für Eure Familie komprimiert an einem Tag an. (4 Stunden Inhalt + 1 Stunde Pause).

Inhalte für die Kids:

- Entspannt mit Beleidigungen und Provokationen umgehen
- Souveräner Umgang mit Konfliktsituationen u.v.m.

Inhalte nur für die Eltern:

- Gewaltfreie Kommunikation
- Sicherer Hafen Familie · Zeit für Eure Fragen
- Mehr Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Resilienz für die Herausforderungen im Familienleben



Wann: Samstag, 16.11.2024,
10:00 bis 15:00 Uhr

Alter: 5 bis 12 Jahre

Kosten: 129 €/pro Familie
(2 Erwachsene und 1 Kind)
39 €/für jedes weitere Familienmitglied

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.
Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**

Stark im Leben · Programm 02/2024 · www.starkimleben.eu

INTENSIVKURS AUFBAU

Samstag, 30. November 2024, 10:00 bis 15:00 Uhr



1x 5 STUNDEN

5 BIS 12 JAHRE

WESTFALIA SPORTPARK



Stark im Leben

INTENSIVKURS AUFBAU für Kinder von 5 bis 12 Jahren

Dein Kind hat den Starterkurs bereits gemacht, kann Konflikte souverän meistern und fühlt sich gestärkt für die Herausforderung im Leben? Hat es dennoch nicht genug von Rina und Lydia und möchte mehr? Wir vertiefen die Basics und lernen zudem:

- Was sind Geheimnisse?
- Meine Gefühle und die der anderen verstehen
- Hilfe holen aber richtig
- Hass mit Liebe begegnen



MIT SUPERHELD:IN
RABATT
Gilt nicht für
Geschwisterkinder



Wann: Samstag, 30.11.2024,
10:00 bis 15:00 Uhr

Alter: 5 bis 12 Jahre

Kosten: 79 € /Kind
59 €/Geschwisterkind

Wo: SV Westfalia Rhynern e. V.
Westfalia Sportpark 1, 59069 Hamm

Leitung: Nina

HIER GEHTS ZUR ANMELDUNG:



QR-CODE SCANNEN
oder **HIER KLICKEN:**



KONTAKT ZU UNS

Wir sind gerne für Sie da und freuen uns auf Sie. Bei Rückfragen sprechen Sie uns gerne an. Sie müssen Ihre Kinder zu allen Kursen im Vorfeld anmelden.

Stark im Leben

Isenbeck.Job.Erwachsenenbildung GbR
Isenbeck.Job. Kids GbR

Dr. Susanne Job – Inhaberin Stark im Leben
Selbstbehauptungs- und Resilienz-Trainerin
Kinder- und Jugendcoach

Tel.: 0176 / 85 99 60 45

Mail: susanne@starkekinder-hamm.de

Nina Isenbeck – Inhaberin Stark im Leben
Selbstbehauptungs- und Resilienz-Trainerin

Tel.: 0176 / 85 99 60 39

Mail: nina@starkekinder-hamm.de

Anmeldung – auf unserer Homepage

Web: www.starkimleben.eu



Stark im Leben