



# Termine

**Wann: 6 Termine á 90 Minuten**

1. Kurseinheit: 10.09.2026
2. Kurseinheit: 17.09.2026
3. Kurseinheit: 24.09.2026
4. Kurseinheit: 01.10.2026
5. Kurseinheit: 08.10.2026
6. Kurseinheit: 15.10.2026

**Jeweils donnerstags von 16:30 bis 18 Uhr**

Der Kurs ist für Jugendliche im Alter von **12 – 14 Jahren** (ohne Eltern).  
Die Kurseinheiten bauen aufeinander auf und sind nicht einzeln buchbar.

**Wo:**

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche  
im Mo.Ki-Zentrum / 2.OG  
Heinestraße 6  
40789 Monheim am Rhein

**Kursleitung:** Renate Smirr-Klein

(M.Sc. Psychologin, Stress- und Resilienz Trainerin für Kinder & Erwachsene)

# Anmeldung



Schriftliche oder telefonische Anmeldung:  
Bitte abtrennen und zusenden!

## Stresshelden

**Training für innere Stärke**

**Kurs für Kinder zwischen 12 bis 14 Jahren**

Name d. Eltern: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Name und Alter der/des Jugendlichen:

  

---

---

Datum

Unterschrift

\_\_\_\_\_

**Beratungsstelle für Eltern,  
Kinder & Jugendliche**

Zweckverband Langenfeld/Rhld. & Monheim a. R.

Tel.: 02173-5 58 58

E-Mail: [info@erziehungsberatung-monheim.de](mailto:info@erziehungsberatung-monheim.de)

E-Mail: [info@erziehungsberatung-langenfeld.de](mailto:info@erziehungsberatung-langenfeld.de)

An die  
Beratungsstelle für Eltern, Kinder  
und Jugendliche  
Heinestraße 6, MoKi Haus / 2.06  
40789 Monheim