

Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Mädchen der 1.-3. Klasse



Stark und mutig! Das **Selbstwertgefühl** der Mädchen wird gestärkt und sie lernen, sich in Konflikten und bedrohlichen Situationen zu **behaupten**. Was sage ich, wenn mich jemand beleidigt? Was kann ich machen, damit mein **NEIN** gehört wird? Wie kann ich **reagieren**, wenn mich jemand unangenehm berührt? Was soll ich machen, wenn mich jemand auf dem Heimweg oder beim Spielen anspricht und ich dabei ein mulmiges Gefühl verspüre? In unserer Gesellschaft gibt es verschiedene Formen von Gewalt: Hänseleien, Beleidigungen, körperliche Gewalt und sexuelle Übergriffe. Wie können die Kinder damit umgehen? Wie können die Kinder sich **schützen**?

Datum	Mittwoch, 11.09. / 18.09. / 25.09.2024
Zeit	jeweils 14.00-16.00 Uhr
Anzahl	3-mal à 2h
Ort	Turnhalle Schule Emmetten (NW)
Alter	Mädchen der 1.-3. Klasse (max. 12 Teilnehmerinnen)
Kosten	90.- CHF
Kursleitung/Info	Monika Bucher, Pallas Trainerin / www.mut-im-kopf.ch
Mitnehmen	bequeme, sportliche Kleidung und Trinkflasche
Versicherung	ist Sache der Teilnehmerin
Anmeldung	bis Mittwoch, 04. September 2024 an monika.bucher@pallas.ch / 079 755 94 51