

Selbstverteidigungskurse für Kleinkinder 4 - 6 Jahre



präventiv. offensiv. effektiv.

Kursinhalte

Lerne, wie du dich gegen böse Worte und unangenehme Berührungen wehren kannst. Denn: Deine Gefühle sind wichtig. Über deinen Körper bestimmst du allein. Es gibt angenehme und unangenehme Berührungen. Du hast das Recht, Nein zu sagen. Es gibt gute und schlechte Geheimnisse. Sprich darüber und suche Hilfe. Du bist nicht schuld!

Ziel dieses Kurses ist es, dass die Kinder sensibilisiert werden und wissen, dass sie sich in Situationen, welche in ihnen ein komisches Gefühl erzeugen, wehren dürfen. Sie lernen den Begriff "Fremde Menschen" kennen und wissen, dass auch wer nett oder verwandt ist, Respekt vor ihnen und ihrem Körper haben muss. Sie lernen ausserdem, auf ihre Gefühle zu hören und bestimmen, wer sie wo anfassen darf. Wenn ein Geheimnis unheimlich wird, wissen sie, dass sie sich an eine Vertrauensperson wenden dürfen.

Dies alles geschieht sehr spielerisch und altersgerecht anhand von Rollenspielen, Zeichnungen, Geschichten und mit praktischen Übungen.

Kursdauer / Zeit / Daten

Mittwochnachmittag 13.Januar und 03.Februar 2021

jeweils 2.5 Stunden

Mädchen und Jungs gemischt



Bei grosser Nachfrage werden 2 Gruppen durchgeführt:

Gruppe 1: 13.00-15.30 Uhr

Gruppe 2: 15.30-18.00 Uhr

Bei kleiner Nachfrage wird eine Gruppe von 13.30-16.00 Uhr durchgeführt.

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden

Kurskosten

sFr. 80.- (in bar mitzubringen)

Mitzubringen

Bequeme Kleidung und rutschfeste Socken, wenn vorhanden Mätteli

Haben Sie noch Fragen? Dann zögern Sie nicht und rufen Sie mich an:

Prisca Nydegger, www.gib-niemals-auf.ch

Anmeldung bis 6.Januar direkt bei der Kursleiterin:

Natel 079 764 22 16 oder per E-Mail prisca.nydegger@hotmail.de

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt; die Anmeldungen werden entsprechend dem Eingang berücksichtigt.

Organisation dieser Kurse durch den Kulturverein Zwieselberg.

Ansprechperson: Claudia Stiller, 078 66 53 16, claudia.stiller@bluewin.ch