

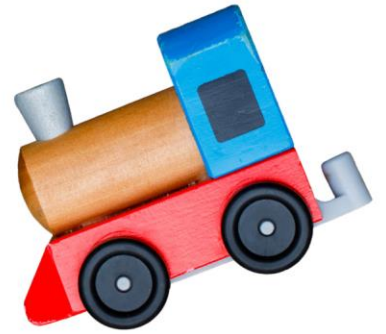


Eltern Kind
Zentrum **Bozen**
Centro Genitori
Bambini **Bolzano**

Löwenherz

Ich pass auf mich auf

Ziel dieses Kurses ist es, die Mädchen in ihrem Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein zu stärken. Dazu gehört auch die Fähigkeit, bewusst NEIN sagen zu können; zu spüren, was einem gut tut und was nicht; zu Erlernen wie weit man eine andere Person an sich heranlassen möchte u.v.m. Spiele, Tipps und Übungen machen den Mädchen Mut und stärken sie.

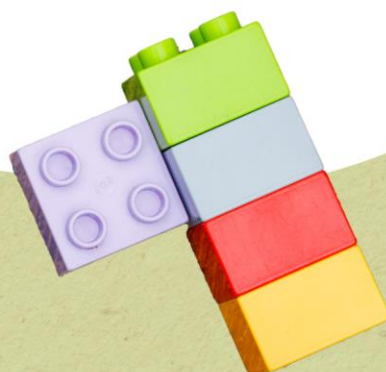


Kurs-Schwerpunkte:

- Selbstbewusstes Auftreten
- Abgrenzung bei Mobbing, Anmache u.a.
- einfach Abwehrtechniken
- Spiel und Spaß
- Nein-Sage-Übungen
- diverse Rollenspiele (z.B. "Was tust du, wenn dich jemand einlädt, ins Auto einzusteigen?")

Wo	Elki Gries
Wann	Mittwoch, 15.15 – 16.15 Uhr
Zielgruppe	Mädchen von 9 bis 12 Jahren
Leitung	Doris Kaserer, dipl. Selbstverteidigungs-Trainerin für Kinder
Kosten	98 € für 6 Einheiten (inkl. 1 Elterneinheit)

Kursdaten 06. März bis 03. April 2024
(inkl. Eltern-Einheit am 27.03.2024, abends)



**ELTERN KIND
ZENTRUM BOZEN**
Rauschertorgasse 10
39100 Bozen
Tel 0471 981 011
bozen@elki.bz.it
www.elki.bz.it