

# Cuor di Leone

## Mi prendo cura di me stessa

L'obiettivo di questo corso è quello di rafforzare la fiducia e la sicurezza in sé stessi. Questo include anche la capacità di dire consapevolmente NO; di sentire cosa è adatto a me; di capire fino a che punto voglio che un'altra persona si avvicini e molto altro ancora.

Giochi, suggerimenti ed esercizi incoraggiano e responsabilizzano noi ragazze (anche prevenzione contro il mobbing). **Il corso é tenuto in lingua tedesca.**

**Dove:** Elki Gries

**Quando:** mercoledì, ore 15.00–16.30 (6–9 anni)  
ore 16.30–18.00 (10–12 anni)

**Per chi:** bambine dai 6 ai 12 anni

**Conduce:** Doris Kaserer, referente dipl. di autodifesa

**Costi:** 98 € per 4 incontri (incl. 1 incontro per genitori, mercoledì, 26.03.2025)

**Date corsi:** 12.03.2025–02.04.2025



**É fondamentale un'ottima conoscenza della lingua tedesca.**