



STARK UND MUTIG!

SELBSTBEHAUPTUNGSKURS FÜR MÄDCHEN DER 1. - 3. KLASSE
SELBSTBEWUSSTSEIN TANKEN - KONFLIKTE LÖSEN - SICH BEHAUPTEN
SPIELERISCH UND MIT SPASS LERNEN DIE MÄDCHEN:

- SELBSTVERTRAUEN UND MUT AUFBAUEN
- NEIN SAGEN UND GRENZEN SETZEN
- MIT GEMEINEN SPRÜCHEN UND HÄNSELEIEN UMGEHEN
- MEIN KÖRPER GEHÖRT MIR!
- HILFE HOLEN UND UNTERSTÜTZUNG FINDEN
- EINFACHE SELBSTVERTEIDIGUNGSTECHNIKEN

HIGHLIGHT:

- AM 6. NOVEMBER FINDET EIN ELTERN-KIND-NACHMITTAG STATT FÖRDERUNG VON AUTONOMIE UND SELBSTBEWUSSTSEIN SPIELERISCH UND PRAXISNAH ERHALTEN ELTERN UND BEZUGSPERSONEN WERTVOLLE TIPPS UND IMPULSE, WIE SIE IHRE KINDER IM AUFBAU VON SELBSTVERTRAUEN UND WIDERSTANDSFÄHIGKEIT UNTERSTÜTZEN KÖNNEN.

KURSDATEN	30. OKTOBER / 6./13./20. NOVEMBER 2024
ZEIT	13.30 UHR - 15.15 UHR
KURSORT	TURNHALLE, SCHULHAUS HAGENDORN
KOSTEN	FR. 120.00 PRO MÄDCHEN
MITNEHMEN	SPORTBEKLEIDUNG, HALLENTURNSCHUHE, GETRÄNK

ANMELDUNG:
LUCIA HÜBSCHER
079 372 58 09
L_EHRLER@HOTMAIL.COM
ANMELDESCHLUSS: 9. OKTOBER 2024

KURSLEITUNG
KARIN VONWIL, CHAM
SELBSTVERTEIDIGUNGSEXPERTIN
078 641 41 02
WWW.VONWIL.CH
WWW.PALLAS.CH



WIR FREUEN UNS AUF IHRE ANMELDUNG!