

Selbst!

Bewusst!

Sein!

Entdecke DEINE Stärke

**Selbstbehauptungskurse für
Kinder Jugendliche Erwachsene**

STARK sein heißt:

- sich wehren können
- Gemeinheiten zu durchschauen und zu wissen, wie man reagieren kann
- Tricks geübt zu haben, um schwierige Situationen gut meistern zu können.
- sich selbst gut zu kennen , mit all den eigenen Stärken und Schwächen
- zu wissen, mein Körper gehört mir
- auf seine Gefühle zu hören
- zu wissen, das Eltern für einen immer da sind
- sich Hilfe zu holen. Zusammen ist man noch stärker.

Möchtest du wissen wieviel Stärke und Power in dir steckt?

Dich selbst noch besser kennenlernen?

**Du kannst es hier lernen durch Spiele, Geschichten, Informationen
und coole Tipps und Tricks!!!**

Die Kurse verstehen sich als Selbstbehauptungskurse und nicht als Selbstverteidigungskurse.
Jeder Kurs von „Entdecke deine Stärke“ geht auf den Entwicklungsstand der
Teilnehmer/innen ein und wird mit altersspezifischen Themen unterrichtet.

Folgende Kurse bieten wir über die VHS Peiting an :

KIGA-Kids-Kurs für Mädchen und Jungs im Alter von 5-6 Jahren

Elternseminar am Montag 27.02.2023 um 20.00 Uhr

Ort: Mädchenschule Peiting

Kurstermine für die Kinder:

Immer Dienstag: 28.02. / 07.03. / 14.03. / 21.03.2023 von 15.00-16.00 Uhr

Kursort: Kindergarten im Forsthaus Peiting

Kursleitung: Nicole Schweiger

Kursgebühr: 57,- €

Kids-Kurs für Mädchen und Jungs im Grundschulalter von 6-10 J.

Elternseminar am Montag **27.02.2023** um 20.00 Uhr

Ort: Mädchenschule Peiting

Kurstermine für die Kinder:

Immer Dienstag: 28.02. / 07.03. / 14.03. / 21.03.2023 von 16.15-17.15 Uhr

Kursort: Kindergarten im Forsthaus Peiting

Kursleitung: Nicole Schweiger

Kursgebühr: 57,- €

ANMELDUNG bis zum Montag 13.02.2023

bei der VHS Peiting unter Tel. 08861/59962

oder Nicole Schweiger

nicoleschweiger@freenet.de