

## Kindern mehr Sicherheit im Alltag geben

### Neue Kurse für die Selbstbehauptung

„Was können wir für die Sicherheit unseres Kindes tun?“ Diese Frage beschäftigt viele Eltern. Ein guter Schutz für Kinder ist ein realistisches Selbstwertgefühl und ein starkes Selbstbewusstsein. Um diese Selbstständigkeit zu unterstützen, bietet das städtische Familienzentrum Florastraße wieder eine Kursreihe „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder“ in Kooperation mit der Awo Gelsenkirchen/Bottrop an.

Mädchen und Jungen im Grundschulalter (3./4. Klasse) lernen in getrennten Kursen mit Hilfe von Spielen und Übungen, ihr Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten zu steigern. Sie erfahren, dass es auch als Kind möglich ist, sich zu behaupten und zu verteidigen. In den Kursen gibt es Spiele zur Selbsterfahrung und zum Kräfte messen, Übungen zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung, Rollenspiele, Konfliktlösungsstrategien, Ausdauer- und Krafttraining.

Die neuen Kurse beginnen am 24. Oktober 2015 und laufen über zwölf Wochen. Der Kurs für Mädchen beginnt um 16.30 Uhr und endet um 17.30 Uhr, der Kurs für Jungen dauert von 17.30 bis 18.30 Uhr.



Info und Anmeldungen unter  
☎ 0209 977 51 881.