

Kurstermine

Sa, 15. Oktober von 10 bis 15 Uhr
So., 16. Oktober von 10 bis 15 Uhr

Zugehöriger Väterinformationsabend

Mi., 12. Oktober um 19.30 Uhr
mit Trainer Bernd Drägestein, Mannigfaltig

Veranstaltungsort

Raum „Unterm First“,
Klosterbauhof 1, Ebersberg

Kursgebühr 60€

Bitte überweisen an:
Frauen helfen Frauen e.V.
IBAN DE35 7025 0150 0000 0080 52

Anmeldung

Bitte bis spätestens zum Elternabend
telefonisch oder per Email.
Die Anmeldung wird erst mit der
Bezahlung der Kursgebühr gültig.



Kontakt und Anmeldung

Beratungsstelle Frauennotruf
im Landkreis Ebersberg e.V.
Fachberatungsstelle bei häuslicher
und sexualisierter Gewalt

Bahnhofstrasse 13a
85560 Ebersberg

www.frauennotruf-ebersberg.de
info@frauennotruf-ebe.de

08092 - 88110



Die Fachberatungsstelle wird gefördert von
LANDKREIS EBERSBERG



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Alle, die als Junge gelesen werden und/oder sich als Junge* identifizieren.

Bildnachweise: Titel- und Innenseite: iStockfoto



Cool!



**SELBST-
BEHAUPTUNGS-
KURS**

für **JUNGEN***
von 8-10 Jahren

Die wichtigsten Grundsätze

- Die Kurse finden geschlechts- und altersspezifisch statt
- Die Kurse setzen an den individuellen Fähigkeiten und den Stärken der Jungen an
- Die Teilnahme am Kurs und den angebotenen Übungen ist freiwillig, Freude steht im Vordergrund, es soll keine Angst erzeugt werden
- Themen werden alters- und kindgerecht aufbereitet
- Es findet ein Väterinformationsabend als wichtiger, ergänzender Baustein zum Selbstbehauptungskurs statt

Kursinhalte und Ziele

- Erkennen der eigenen Fähigkeiten und Stärkung des Selbstbewusstseins
- Eigene Gefühle und Grenzen wahrnehmen und vertreten
- Grenzüberschreitungen erkennen und einschätzen
- Handlungsmöglichkeiten in Gefahrensituationen entwickeln
- Sich Hilfe holen, sich anvertrauen, Sicherheitsregeln erlernen
- Körpersprache fördern (Gestik, Mimik, Stimme)
- Benennen lernen aller Körperteile
- Reflexion männlicher Rollenbilder
- und des Gewaltverständnisses
- Austausch zum Tätersein/Opfersein
- Solidarisches Handeln unter Jungen (Zivilcourage)



Methoden

...sind unter anderem Gespräche, Rollenspiele, Wahrnehmungsübungen und Selbstbehauptungs- und Eigenschutzstrategien.

Stark!