

# Wehr dich aber richtig!



## Gewaltschutzworkshop Kinder und Jugendliche von 6 bis 11 Jahren

**Grundkurs Modul 1,  
Samstag, 29.10.2022  
14:00 -18:00 Uhr**

Körpersprachliche Übungen zur Stärkung  
des Selbstbewusstsein und  
Selbstwertgefühl  
Hilfe einfordern und geben,  
Verhalten im Notfall, Täterbeschreibung.  
Streit, Provokationen: wie verhalte ich mich  
richtig.

Richtiges Verhalten bei Ansprache durch  
fremde Personen.

**Aufbaukurs Modul 2  
Samstag, 19.11.2022  
14:00 -18:00 Uhr**

Kurze Wiederholung der Themen des  
Grundkurses und Überprüfung.  
Nachhaltigkeitstraining.  
Intuition und Angst, Wertigkeit für die  
Selbstbehauptung.  
Sensibilitätstraining.  
Mittel der ersten Wahl in der  
Selbstverteidigung bei Kindern.



**Info/Anmeldung zu allen Kursen:**

**Susanne Weißer – Torma**  
Tel: 07724/22 28 Mobil: 0162/193 2300  
Email: [info@budogruppe.de](mailto:info@budogruppe.de)  
[www.budogruppe.de](http://www.budogruppe.de)

**Anmeldung zu allen Kursen erforderlich, wir  
trainieren in Kleingruppen**

**Haftung, Hinweis: Der Veranstalter lehnt eine  
Haftung jeder Art ab**

Bei der Veranstaltung werden vom Veranstalter Fotos  
gemacht; die bei Bedarf weiter verwendet werden. Die  
Teilnahme am Kurs ist gleichzeitig die Einverständniserklärung  
hierfür!

