

# FÜR FAMILIEN: SICHER & STARK

**Liebe Kinder!** Es gibt viele Situationen, in denen Ihr euch behaupten müsst, sei es gegenüber Mitschülern, die Euch ärgern oder gar erpressen wollen, sei es, um jemandem eine Bitte abzuschlagen und Nein zu sagen oder sei es der Umgang mit unangenehmen Menschen. Oft ist es schwer, in solchen Situationen sicher aufzutreten.

In diesem Kurs könnt Ihr viele Tipps und Tricks lernen: Selbstbewusst einen Standpunkt verteidigen, ohne unfair zu sein, eigene Gefühle in fragwürdigen Situationen wahrnehmen und erkennen, lernen, wie man in schwierigen Situationen reagiert.

Wir machen Spiele und Übungen, die richtig Spaß machen. Wir spielen, laufen, toben, raufen. Und wir malen und reden miteinander.

**Liebe Eltern!** Wir würden uns freuen, Sie ebenfalls zu diesem Kurs zu begrüßen.

Kurs 1 für Kinder von 11–14 Jahren

Samstag, 12.02. und 26.02.11, 14.00–18.00 Uhr

Kurs 2 für Kinder von 6–10 Jahren

Samstag, 05.03. und 12.03.11, 14.00–18.00 Uhr



**Gebühr:** keine, um eine Spende wird gebeten **Anmeldung erbeten:** (030) 21 98 29 70 oder [nbh@zukunftswerkstatt-heinersdorf.de](mailto:nbh@zukunftswerkstatt-heinersdorf.de)

**Kursleitung:** Dr. Susanne Rahner

