



**STARKWIEWIR**  
KINDERSICHERHEITSTRAINING

## Grund - und Vertiefungskurs

**dienstags 29.08., 05.09., 12.09., 19.09. und 26.09.2023**

**jeweils von 14:00 – 15:30 Uhr**

Wir freuen uns sehr, für Ihre Kinder unser **STARK WIE WIR** Konzept anbieten zu dürfen. Unser Anliegen ist es, Kinder von 5 – 12 Jahren sicherer zu machen, und ihnen Stärke und Selbstbewusstsein mit auf Ihren Wegen zu geben.

Unsere Kurse werden immer **altersgerecht und bedarfsorientiert** angepasst. Es werden – je nach Alter, Bedarf und zeitlicher Möglichkeit - folgende Themen mit den Kindern geübt:

- sicherer (Schul-)Weg / Richtiges Hilfe holen
- Bauchgefühl: die innere Alarmanlage
- Gefahrenerkennung und -vermeidung
- Verhalten gegenüber Fremden (von wem nehme ich Geschenke?)
- selbstbewusste Abwehrhaltung & starke Kommunikation
- verschiedene erste Selbstverteidigungselemente bei Übergriffen
- „Auto-Training“: Verhalten bei Übergriffen aus dem Auto
- Teamgeist-Stärkung & Anti-Mobbing
- mein Körper gehört mir
- gute Geheimnisse, schlechte Geheimnisse
- Teambildungs- und Sicherheitsspiele
- und vieles mehr ...

**Ganz wichtig:** Wir schüren keine Ängste und bestärken ausschließlich positiv. Jeden Kurs passen wir **altersgerecht und bedarfsorientiert** an. Und der Spaß kommt bei dem Ganzen auch nicht zu kurz!



**Ein Kurs beinhaltet fünf aufeinander aufbauende Einheiten zu je 1 ½ Stunden:**

**Mitglieder des TuS Hemdingen-Bilsen zahlen:**

**90 € / Kind**

**(Nichtmitglieder zahlen 100 Euro)**

**Kursort:**

**TuS Hemdingen-Bilsen von 1926 e. V.  
Sporthalle an der Grundschule  
Einfahrt Barmstedter Straße  
25485 Hemdingen (kleine Turnhalle)**



**Anmeldung ausschließlich per E-Mail an:** [Geschaeftsstelle@tus-hemdingen-bilsen.de](mailto:Geschaeftsstelle@tus-hemdingen-bilsen.de)

TuS Hemdingen – Bilsen von 1926 e.V. Barmstedter Str. 1, 25485 Hemdingen Tel.: 0175 – 1249413

**Kontaktdaten:** Daniela Matheus 0176/20142165 [www.starkwiewir.de](http://www.starkwiewir.de)

Lars Graap Eichenweg 24 25451 Quickborn 0176/60395926 [dani.lars@starkwiewir.de](mailto:dani.lars@starkwiewir.de)