



Selbstbehauptungskurse für Kinder

Für Kinder im Kindergarten und der 1. - 3. Primarklasse

Inhalt

In diesem Kurs stärken Kinder ihr Selbstvertrauen und lernen, sich in schwierigen oder bedrohlichen Situationen sicher zu behaupten, sei es auf dem Schulweg, im Alltag oder im Umgang mit fremden Personen.

Die Kinder lernen:

- selbstbewusst auftreten und persönliche Grenzen setzen
- den eigenen Körper zu schützen und klar „Nein“ zu sagen
- den eigenen Gefühlen zu vertrauen
- Hilfe zu holen und Vertrauenspersonen einzubeziehen
- gute und schlechte Geheimnisse zu unterscheiden



Kursdaten 2026/27

Es finden drei Kurse (pro Kurs vier Nachmittage von 13.30-16.15 Uhr) statt:

- **September/Oktober 2026:** 16.09 / 23.09 / 21.10 / 28.10
- **März 2027:** 10.03 / 17.03 / 24.03 / 31.03
- **Mai/Juni 2027:** 11.05 / 18.05 / 25.05 / 01.06

Kursort	Stadthalle Zug, Theorieraum, General-Guisan-Strasse 2, 6300 Zug
Kursleitung	Zora Heinrich, www.zora-heinricht.ch
Kosten	CHF 140 pro Kind
Teilnehmerzahl	max. 14 Kinder (Berücksichtigung der Anmeldungen nach Eingang)
Anmeldung	Via QR-Code oder via Website unter https://zg.ch/de/gesundheit/gesund-bleiben/kurse-der-kinder-und-jugendgesundheit/selbstbehauptungskurs
Kontakt	Amt für Gesundheit Aegeristrasse 56, 6300 Zug 041 594 39 39, gesund@zg.ch www.zg.ch/gesund

