



Selbstbehauptungskurs 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

Mittwoch, 16. September 2026	13.30 - 16.15 Uhr
Mittwoch, 23. September 2026	13.30 - 16.15 Uhr
Mittwoch, 21. Oktober 2026	13.30 - 16.15 Uhr
Mittwoch, 28. Oktober 2026	13.30 - 16.15 Uhr



Kursort Stadthalle Zug, Theorieraum, General-Guisan-Strasse 2, 6300 Zug

Kursleitung Zora Heinrich, www.zora-heinricht.ch

Kosten CHF 140 pro Kind
Bis zum Ablauf der Anmeldefrist sind Abmeldungen kostenlos. Bei Abmeldungen nach Ablauf der Anmeldefrist werden die Kurskosten zur Zahlung fällig.

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>



Anmeldefrist Mittwoch, 9. September 2026

Kontakt Amt für Gesundheit
Aegeristrasse 56, 6300 Zug
041 594 39 39, gesund@zg.ch
www.zg.ch/gesund

pa!!as

Schweizerische Interessengemeinschaft
Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen

In Zusammenarbeit mit