

Kursleiter:

- Pädagoge und Kampfsportler mit jahrzehntelanger Erfahrung
- Gesundheits- und Erlebnissportpädagoge



Ort:

- Kindergarten Lummerland e.V.

Wann: (1. Termin nur Eltern)

1. 04.03.2026 von 16:30 bis 17:45 Uhr
2. 11.03.2026 von 16:30 bis 17:45 Uhr
3. 18.03.2026 von 16:30 bis 17:45 Uhr
25.03.2026 Osterferien
01.04.2026 Osterferien
4. 08.04.2026 von 16:30 bis 17:45 Uhr
5. 15.04.2026 von 16:30 bis 17:45 Uhr
6. 22.04.2026 von 16:30 bis 17:45 Uhr
7. 29.04.2026 von 16:30 bis 17:45 Uhr

Teilnehmerbetrag:

- für den gesamten Kurs nur 69, – € pro Kind
(bei Geschwistern je nur 64, – €)

Methode:

- Alles wird altersentsprechend und möglichst **angstfrei** vermittelt und trainiert!
- Übungen, Spiele, Training
- Elterninformation



Anmeldung
bitte an:

Frau Dr. Müller-Kühne

kita.lummerland.foerdereverein@gmail.com

Warum 7 Termine?

Eintägige Kurse sind aus fachlicher Sicht eher uneffektiv. Jeder Profi wird ihnen bestätigen, dass meist nur über einen längeren Zeitraum erlerntes Wissen lange und dauerhaft behalten, sowie unter Stress sicher angewendet werden kann. Daher sind es bei uns insgesamt **7 Termine**.

Gibt es andere Angebote?

Ja! Aber nicht mit identischen Inhalten und gleicher Methode. Sollten Sie lieber andere Angebote bevorzugen, achten Sie bitte immer auf die pädagogische Ausbildung der Trainer und die Dauer des Angebotes. Vertrauen Sie Ihre Kinder keinem Laien an. Oder würden Sie Ihr Kind in der Schule bevorzugt durch Laien unterrichten lassen? Tages- oder Wochenendkurse bringen i.d.R. nur einen geringen nachhaltigen Erfolg.

Anmeldung & Informationen:

Möchten Sie Informationen, sind wir gerne bereit, Ihre Fragen zu beantworten.

Bitte melden Sie sich bei Interesse umgehend an. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Frau Dr. Müller-Kühne

kita.lummerland.foerdereverein@gmail.com

Impressum:

„STOPP! Ich wehre mich!“ – Frank Henning
Danziger Straße 5
31626 Haßbergen
Tel: 05024 944586

Mehr Infos unter: www.kinder-sv.eu

Preisangaben unter Vorbehalt möglicher Änderungen inkl. gesetzlicher Mehrwertsteuer

Bilder: © Jacek Chabraszewski - Fotolia.com, © pixhunter.com - Fotolia.com

„STOPP! Ich wehre mich!“ ist eine eingetragene Marke, DPMA: 302012057549/ 302012025060

STOPP! **Ich wehre mich!**[®]



Selbstbehauptung **&** **Selbstverteidigung** **für Kinder**



von
5 - 10 Jahren

Für die Sicherheit Ihres Kindes!

Seit über 20 Jahren gibt es in Niedersachsen, Bremen, Hamburg, Schleswig-Holstein und NRW ein Angebot, dass schon durch sehr viele Schulen, Kindergärten, Praxen, Elterninitiativen, Privatpersonen und Vereine genutzt wurde und wird. Das Kursprogramm:

„Stopp! Ich wehre mich!“



ist ein Angebot zur Entwicklung von Selbstvertrauen und Sicherheit für Kinder, welches Ihnen evtl. schon aus Zeitung, Radio oder TV bekannt ist.

Der Kurs richtet sich an Kinder im Vor- und Grundschulalter, sowie in einem erweiterten neuen Teenagerangebot auch an Jugendliche bis 15 Jahren mit neuen Inhalten zum Thema: „Sicherheit im Internet“.

Die Inhalte lassen sich in drei Themenschwerpunkte unterteilen.

1. Die Kinder lernen richtiges Verhalten zur **Vermeidung von Gefahrensituationen**, bzw. das richtige Reagieren in Gefahrensituationen.
Wie verhalte ich mich, wenn ich angesprochen, verfolgt oder auch bedroht werde? Wie bekomme ich sofort Hilfe?
2. Die Kinder erlernen Techniken zur **Abwehr von verbalen und tätlichen Angriffen** durch Gleichaltrige und Erwachsene.
(Erfolgreiche, sofortige Abwehr von Angriffen, richtiges Fluchtverhalten u.v.m.)
3. Am ersten Termin:
umfassende **Elterninfo OHNE Kinder**.

Vermittelt wird das System ausschließlich durch **erfahrene, ausgebildete Pädagogen**, die grundsätzlich mindestens 10 Jahre Berufs- und Kampfsporterfahrung haben, sowie selbst Eltern sind. Hier werden also keine selbsternannten „Fachleute“ ans Werk gelassen, sondern nur **Profis**.

Das System ist in der Form in Deutschland einmalig und der Name als Marke beim Deutschen Patent- und Markenamt geschützt. Die Inhalte werden **spielerisch** vermittelt, um Ängste zu vermeiden. Damit das Training **realitätsnah** erfolgt, werden Rollenspiele angewendet, **PKWs** und auch **speziell ausgebildete Hunde** eingesetzt. Die Kinder haben sehr viel Spaß und lernen hierdurch umso schneller und intensiver.

Das erhaltene Feedback beteiligter Kinder, Schulen, Eltern und Kindergärten ist sehr **positiv**, was auch durch die ständig erneut angeforderten Kurse in gleichen Schulen, Kindergärten etc. eindrucksvoll belegt wird.

Das Programm ist eine ideale Ergänzung von Gewaltpräventionsprojekten. Die Kinder lernen den Unterschied, zwischen Angriff und Verteidigung, sowie **präventives Verhalten**. Verteidigung setzt erst dann ein, wenn Gewaltprävention versagt hat und wirkt bei richtiger Anwendung **deeskalierend**.

Wichtig zu erwähnen ist, dass sowohl **Jungen**, als auch **Mädchen** gemeinsam trainieren. Entgegen landläufigen Meinungen sind die Masse aller Gewaltopfer männlich. Es wäre daher ein Fehler, gerade Sie auszuschließen. Jedoch **lernen und erfahren** natürlich auch Mädchen, sich effektiv gegen Jungen durchzusetzen.

Inhalt von „Stopp! Ich wehre mich!“:®

- Sicher zur Schule!
- Was tun bei **Mobbing**?
- Wie verhalte ich mich gegenüber fremden Personen?
- Wie verhalte ich mich, wenn ein **Auto** neben mir hält?
- Wie verhalte ich mich, wenn ich **angegriffen** werde?
- Wie verhalte ich mich, wenn andere angegriffen werden?
- Was kann ich durch Aufmerksamkeit beobachten?
- Wem kann ich meine **Angst** mitteilen?
- Wie kann ich Angriffe vermeiden?
- Effektive Selbstverteidigungstechniken!
- Wie verhalte ich mich gegenüber **Hunden**?
- Umfangreiche Elterninformation!
- **Kein Opfer sein**

Ziel:



Die Sicherheit Ihres Kindes!