

Kontakt

Andrea Chawaf

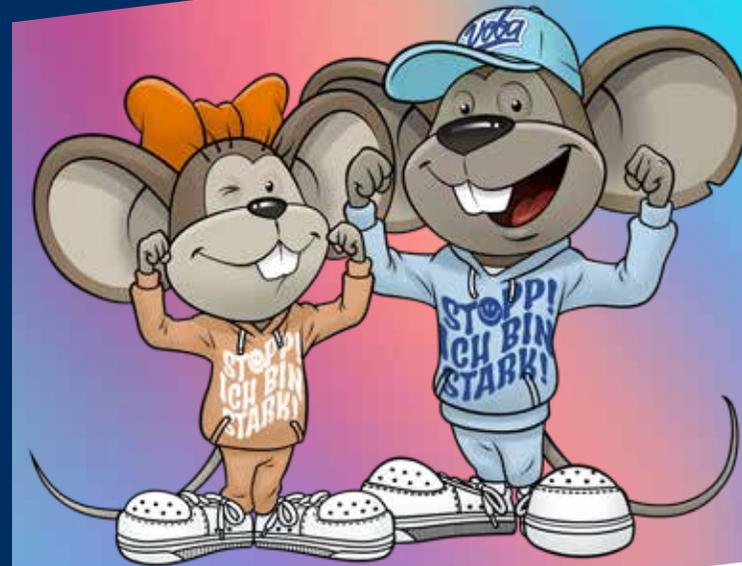
Andrea Chawaf ist lizenzierte Trainerin für Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Konflikttraining.

Telefon: 06158 747544

E-Mail: a.chawaf@web.de

Kursleitung

Die Schnupperkurse werden von Andrea Chawaf geleitet, sie ist lizenzierte Trainerin für Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Konflikttraining. Neben den Kursen an Grundschulen im Rhein-Main-Gebiet ist Andrea Chawaf Grundschullehrerin an der Grundschule Leeheim und Kursleiterin im Gesundheitssport beim TV Erfelden.



Stark mit Hanni und Manni.

Wir machen den Weg frei.



Volksbank Darmstadt Mainz

☎ 06131 148-8000

✉ info@volksbanking.de

🌐 volksbanking.de

Organisation



Zur Einschulung bekommen die Kinder von Hanni und Manni Infomaterial zu dem Kurs und zu der Organisation.

Andrea Chawaf wird in den ersten Wochen nach Schulbeginn mit den Schulen Kontakt aufnehmen und alles Weitere direkt mit der Schule klären. Und das **Beste daran**: Die Volksbank übernimmt alle Kosten.

Den Kurstermin und alles Weitere erfahren Sie über die Grundschule Ihres Kindes oder Andrea Chawaf.

Haben Sie Fragen? Andrea Chawaf und Ihre Volksbank beantworten diese sehr gerne!

Hanni und Manni machen dich stark.

Hanni und Manni schenken allen Erstklässlern im Geschäftsgebiet etwas ganz Besonderes: einen Schnupperkurs für mehr Stärke und Selbstvertrauen. Ein starkes Kind weiß, was es will, was ihm guttut und was ihm schadet. Diese Selbstsicherheit ermöglicht es ihm, sich leichter zu distanzieren, es lässt sich nicht so leicht verführen – egal, ob es um Rauchen, Alkohol, Computerspiele oder falsche Versprechungen geht.

Spielerisch lernen

Selbstverteidigung gilt nur für den äußersten Notfall. Die Kinder lernen vielmehr, die oft zu Beginn einer Handlung einschmeichlerische Überredungskunst als Gefahr zu erkennen und sich selbstbewusst dagegen zu behaupten.

Kursziele

Im Vordergrund des Kurses steht die verbale Selbstbehauptung. Die Kinder lernen, ihre persönliche Schutzgrenze klar und deutlich zu zeigen und zu vertreten. Die Kinder lernen, dass sie das Recht haben, „Nein“ zu sagen, dass sie nicht jeder Forderung eines Erwachsenen ungefragt nachkommen müssen und dass sie zu Hause erzählen, wenn ihnen irgend etwas komisch vorkommt.

Stärke und Selbstvertrauen.

Vertrauens- und Reaktionsspiele

Partnerübungen stärken das Vertrauen, Übungen wie „Rücken an Rücken“ schulen die Wahrnehmung, Reaktionsspiele wie „Kettenticken“ fördern die Motorik und ein schnelles Reagieren.

Übungen zum kräftigen Stimmeneinsatz

Die Kinder lernen, laut und deutlich „Nein“ zu sagen, sobald sie ein komisches Gefühl haben. So können sie Gefahrensituationen frühzeitig erkennen und dann unter Einsatz von Körpersprache und lauter Stimme selbstbewusst reagieren.

Übungen zum Stark-Werden und Stark-Sein

Die Kinder erkennen ihre eigenen Stärken und lernen, wie sie darauf vertrauen können.

Einführung in kleine Abwehrtechniken

Die Kinder lernen, wie sie sich bei einem eventuellen Zugriff losreißen und fliehen können.

Rollenspiele

Das energische Auftreten (Blick, Stimme und Körperhaltung) wird in Rollenspielen geübt. Gerade das macht den Kindern ganz besonders viel Spaß und der soll nicht zu kurz kommen.