

Ich fand es sehr toll
und hilfreich.

Es war der beste
Selbstverteidigungskurs,
den ich kenne.

Es war lustig und
gleichzeitig habe ich
Sachen gelernt.

Es hat mir sehr fest
geholfen und es hat
sehr Spass gemacht!

STARKE UND MUTIGE KINDER

SELBSTBEHAUPTUNGS-
& SELBSTVERTEIDIGUNGS
KURSE



In diesen vier Kursnachmittagen lernen Kinder, sich selbstbewusst zu behaupten, Grenzen zu setzen und sich in schwierigen Situationen zu schützen. Durch spielerische Übungen und Rollenspiele stärken sie ihr Selbstvertrauen, erproben wirkungsvolle Verhaltensweisen und üben einfache Techniken zur Selbstverteidigung.

KURSLEITUNG

Die Kurse für gemischte Gruppen und Mädchen werden in Kooperation mit dem Anbieter **PALLAS, SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR FRAUEN** durchgeführt.

Die Kurse für Jungen werden in Kooperation mit **MARCO FELDER** durchgeführt.

KOSTEN

Keine. Die Kurskosten werden von der Ref. Kirche Kanton Zug und der katholischen Kirche der Pfarrei St. Martin Baar übernommen.

ANZAHL TEILNEHMENDE

MINDESTENS 6 MAXIMAL 14 KINDER
FÜR DIE GEMISCHTEN KURSE
MINDESTENS 6 MAXIMAL 16 KINDER
FÜR DIE MÄDCHEN-KURSE

AUSBLICK

In der 2. Jahreshälfte wird es zusätzlich einen Kurs für Jungen der 4. bis 6. Klasse geben. Genaue Informationen dazu folgen.



KURSE BAAR
25. FEBRUAR
4. MÄRZ
11. MÄRZ
18. MÄRZ

ORT

Kirchgemeindehaus
der reformierten Kirche Baar
Haldenstrasse 6, 6340 Baar

STUFE UND ZEIT

KURS 1 MÄDCHEN & JUNGEN

Kindergarten bis 3. Klasse
13.30 bis 15.00 Uhr

KURS 2 MÄDCHEN

4. bis 6. Klasse
15.15 bis 17.00 Uhr

KONTAKT

Sozialdiakonin Sarah Bally
sarah.bally@ref-zug.ch
Telefon: 079 408 69 15

KURSE STEINHAUSEN
21. OKTOBER
28. OKTOBER
4. NOVEMBER
11. NOVEMBER

ORT

Reformiertes Kirchenzentrum Chlematt
6312 Steinhausen

STUFE UND ZEIT

KURS 3 MÄDCHEN & JUNGEN

Kindergarten bis 3. Klasse
13.30 bis 15.00 Uhr

KURS 4 MÄDCHEN & JUNGEN

Kindergarten bis 3. Klasse
15.15 bis 16.45 Uhr

KONTAKT

Sozialdiakonin Jennifer Dönni
jennifer.doenni@ref-zug.ch
Telefon 079 950 43 53

ANMELDUNG

Für alle Kurse kann man sich ab dem
26. Januar 2026, 9.00 Uhr anmelden.

