

# Respect!

Selbstbehauptung für Jungs



www.respect-selbstbehauptung.ch

## Selbstbewusst und stark!

Selbstbehauptungskurs für Jungs der 4.-6. Klasse



**Du willst deine Meinung sagen können und ernst genommen werden? Du willst nach der Schule ohne Angst nach Hause gehen? Du willst dich besser behaupten und wehren können, auch wenn es mal bedrohlich wird? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Dich!**

In diesem Kurs lernst du in einer Gruppe von max. 16 Jungs, wie du dich gegenüber Gleichaltrigen und Erwachsenen besser behaupten kannst. Du lernst, deine Grenzen genauer zu spüren, klarer zu zeigen und mutiger zu verteidigen. Du lernst fair zu kämpfen und selbstbewusster aufzutreten. Und bei allem Ernst: Der Kurs macht richtig Spass!

### Kursleitung

**Olivier Andermatt**, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP  
**Alex Michel**, Soziokultureller Animator FH, Gewaltberater GHM®  
➤ beide Trainer von „Respect!“ und ausgebildete Anleiter Kampfes Spiele®

### Datum, Zeit, Ort

**Teil 1: Mittwoch, 26. Mai 2010, 13.45-17.45 Uhr**  
**Teil 2: Samstag, 5. Juni 2010, 9.00-13.30 Uhr**  
➤ In der Sporthalle oberer Hitzberg, Schulhausstrasse 63, 8703 Erlenbach

### Präsentation

**Samstag, 5. Juni 2010, 9.00-13.30 Uhr:** Am Ende des Kurses zeigen die Teilnehmer in einer kleinen Präsentation etwas vom Gelernten und Geübten. Eltern, Geschwister, Grosseltern, Götten und Göttis sind herzlich willkommen.

### Kosten

**CHF 150.– je Teilnehmer / CHF 260.– für Geschwisterpaare**  
➤ Der Kurs wird vom Samowar und der Primarschule Erlenbach unterstützt.

### Anmeldung

**Bis Montag, den 17. Mai 2010, per Talon oder E-Mail an den Kursleiter:**  
Olivier Andermatt, Inselstrasse 2/4, 8610 Uster, [ander matt@samowar.ch](mailto:ander matt@samowar.ch)



### Anmeldung: Selbstbehauptungskurs für Jungs / 26. Mai und 5. Juni 2010 / Erlenbach

Vorname / Name \_\_\_\_\_  
Strasse / PLZ / Ort \_\_\_\_\_  
Geburtsdatum / Klasse \_\_\_\_\_  
Telefon- / Handy-Nummer \_\_\_\_\_  
E-Mail-Adresse \_\_\_\_\_  
Datum / Unterschrift Eltern \_\_\_\_\_

- Die Anmeldung ist verbindlich. Bei kurzfristiger Absage oder Nichterscheinen wird das Kursgeld verrechnet.  
➤ Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer resp. deren Eltern.