



Der Kinderschutzbund
Landesverband
Mecklenburg-
Vorpommern

>>Hier bin ich!<<



Selbstbehauptungskurs

WANN und WO?

**I. Kurs 24. und 25.01.2026 in
Schwerin**

Samstag 10.00-16.00Uhr
Sonntag 10.00-14:00Uhr

**II. Kurs 21. und 22.02.2026 in
Schwerin**

Was bringt mir der Kurs?

- Das Erforschen, Austesten und Aufzeigen deiner eigenen Grenzen
- Die Stärkung des Selbstbewusstseins
- Kennenlernen von Methoden, die dir im Notfall helfen können
- Und natürlich : Ganz viel Spaß!

Teilnahmevoraussetzungen

Was sind die Bedingungen um dabei zu sein?

- Kurs für **Mädchen und junge Frauen zwischen 12 und 17 Jahren**
- Bequeme Alltagskleidung
- Saubere Schuhe mit heller und abriebfester Sohle
- **Keine Teilnahmegebühren!**

Du hast noch Fragen oder möchtest dich schon verbindlich anmelden? Dann melde dich doch gerne bei uns!



Wichtig :

Alles vor Ort findet freiwillig statt.
Du möchtest eine Übung nicht mitmachen, weil sie dir unangenehm ist?

Kein Problem, dann lässt du sie aus!

Kont(i)Ki

Kontaktstelle Kinderschutz

Alexandrinestraße 2
19055 Schwerin

E-Mail: ksk@dksb-mv.de
Telefon: 0385-4791569