



Mein Körper – meine Grenzen

Präventionsprogramm

Inhalt des Seminars

- Mein Körper gehört mir
- Körpersprache - was ich damit ausdrücken kann
- Verhalten auf dem Schulweg und mit Fremden
- Gute und schlechte Geheimnisse

Zielsetzung

- Erkennen eigener Grenzen und diese auch setzen können
- Erlangen von mehr Selbstsicherheit und diese auch signalisieren können
- Erkennen, **wann** es wichtig ist Geheimnisse zu erzählen
- Erkennen, **wem** man Geheimnisse erzählen kann

Dauer: 2 -3 Stunden