



RAUS AUS DEM ALLTAG -  
REIN IN DIE WELT VON KI-DO.

# Ki-Do



## SELBSTSCHUTZ FÜR KINDER

im Alter von 6-12 Jahren

Erkenne deine inneren Stärken.

Vertraue deinen Gefühlen.

Lerne dich zu verteidigen.

Kämpfe für deine Rechte.

„NEIN“ sagen ist OK.



[WWW.KIDO.AT](http://WWW.KIDO.AT)

# Ki-Do



## SELBSTSCHUTZ FÜR KINDER

Präventionsarbeit gegen Mißbrauch und Gewalt

In diesem Ki-Do Selbstschutztraining lernst du Gefahren zu erkennen, wie du dich dann verhalten kannst und, wenn es nicht anders geht, dich auch vor Erwachsenen zu verteidigen. Es wird dir beigebracht:

- SCHUTZZONE ERRICHTEN: wenn du dich stark fühlst, bist du stark
- SCHUTZZONE BEWACHEN: deine Stärke zeigen und mit Worten kämpfen
- SCHUTZZONE VERTEIDIGEN: mit den Ki-Do Verteidigungstechniken, die wir dir beigebracht haben

Mit Geschichten und Rollenspielen erfährst und erlebst du wie du NEIN sagen kannst und WO du HILFE bekommst. Wir bringen Dir bei, wie Du Dich behaupten und durchsetzen kannst.

### Wichtige Themen dabei sind:

- Vertraue deinen Gefühlen
- Gute und schlechte Geheimnisse
- Du bist stark und kannst dich wehren
- Sag NEIN
- Dein Körper gehört dir
- Hol dir Hilfe
- Du hast Rechte



Das psychologische Training basiert auf Gewalterfahrungen von Kindern und zeigt Wege auf sich effektiv vor Gewalt und Mißbrauch zu schützen.

**Anmeldung:** Mag. Haris G. Janisch  
0664/ 14 12 430 oder [info@kido.at](mailto:info@kido.at)  
[www.kido.at](http://www.kido.at)



## Coupon für 2 Schnuppereinheiten

Wir freuen uns auf dein Kommen!!!

[www.kido.at](http://www.kido.at)

Gültig für 1 Person