

**25. Januar 2020**

**Kursleiter:** **Claudia Bachmann**  
dipl. Coach ILP  
Konflikttrainerin SRK  
**Peter Locher**  
Theaterpädagoge  
Konflikttrainer SRK

**Datum** Samstag, 25. Januar 2020  
**Zeit** 09.30–15.30 Uhr  
**Ort** Hauptstrasse 10 in Hochdorf

**Kosten**  
**Mitglieder**

1 Erwachsene Fr. 120.– / Paar Fr. 180.–  
1. Kind Fr. 60.– / Geschwister Fr. 40.–

**Nichtmitglieder**

1 Erwachsene Fr. 150.– / Paar Fr. 210.–  
1 Kind Fr. 70.– / Geschwister Fr. 50.–

**Eine Anmeldung bis am 20. Januar freut uns.**

## Workshop: Selbstbehauptungstraining für ADHS- Kinder zusammen mit den Eltern

AD(H)S Kinder und Eltern sind oft im Zusammenhang mit Gewaltvorfällen konfrontiert. Vorfälle auf dem Spielplatz, in der Schule oder in der Familie belasten das Kind, aber auch die ganze Familie. Wie kann sich ihr Kind verhalten, wenn es beleidigt, ausgelacht, bedroht, gestossen oder geschlagen wird? Wie können Eltern ihr Kind dabei begleiten, stärken und unterstützen? Spielerisch, alltagsnah, abwechslungsreich und mit viel Bewegung lernen die Kinder mit ihren Eltern sich in Konflikt- und Gewaltsituationen angemessen zu verhalten.



**Inhalte sind:**

- Gewaltformen erkennen / Selbstvertrauen stärken
- Umgang mit Grenzüberschreitungen
- Selbstschützübungen / Verhältnismässige Selbstverteidigung

**Gemeinsam neue Wege gehen stärkt.**

**Mittagessen:**

**Sie können einen Lunch mitnehmen und im Raum gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden oder im Restaurant ganz in der Nähe auf eigene Kosten essen.**