

Meine Grenzen - deine Grenzen

Ein bewegungsorientierter Workshop
für Grundschulkinder zu Grenzen,
Selbstvertrauen und guter Kommunikation.



Den persönlichen
Raum wahrnehmen



Stopp & Nein sagen zu
Werten und Körper



Selbstbewusstsein
stärken und respektvoll
für sich einstehen



Worum geht es?

Kinder lernen spielerisch, ihre eigenen Grenzen wahrzunehmen, auszudrücken und die Grenzen anderer zu respektieren. Durch Bewegung, kreative Übungen und achtsame Impulse stärken sie ihr Selbstbewusstsein und ihre Kommunikationsfähigkeit.

Warum dieser Workshop?

Kinder, die ihre Grenzen kennen und zeigen können, sind selbstbewusster, fühlen sich sicherer und können besser für sich einstehen.

Das stärkt nicht nur den Alltag in der Schule, sondern auch im Miteinander mit anderen.

Termin

**Mittwoch, 4.11.2026
(Herbstferien)**

von 9:00 - 12:00 Uhr

Ort: Murmel e.V.,
Familienzentrum Murmel

Kosten: 40 Euro

Kontakt und Anmeldung

Lisa Kühn

Tanztherapeutin
Tanzpädagogin
Heilpraktikerin für
Psychotherapie
Dipl. Sozialpädagogin



info@lisakuehn.de
www.lisakuehn.de

