

Anmeldung
Verbindlich bis zwei Wochen vor Kursbeginn
zurückschicken(per Post, Fax oder per E-Mail)



Hiermit melde ich mich / meinen Sohn

Name & Geburtsdatum des Jungen

Name(n) der Eltern

Straße

PLZ/Ort

Telefon (Erreichbarkeit auch während des Kurses)

E-Mail-Adresse

Kurs bitte ankreuzen

Kurs 1	Kurs 2	Kurs 3	Kurs 4
23.03.26	30.03.26	06.06.26	14.04.26
24.03.26	31.03.26	07.06.26	

bitte ankreuzen

Ich komme zum Elternabend ja ☐ nein ☐

16.03.26

Gibt es einen besonderen Hintergrund für die Anmeldung?

Die Kursgebühren überweise ich umgehend nach Eingang der Kursinformationen (siehe rechts) unter Angabe des Namens und Kursnummer auf das angegebene Konto. Bei einer Absage innerhalb von 5 Tagen vor Beginn der Veranstaltung fallen 20,- Euro Ausfallgebühren an.

Datum / Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten



Ich bin damit einverstanden, dass während des Kurses fotografiert wird und mannigfaltig e. V. die Fotos zur Dokumentation, für Flyer und für Veranstaltungen nutzt und veröffentlicht.

Datum / Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten



Kosten:

Es entsteht eine Teilnahmegebühr in Höhe von **25,- Euro pro Person (Kurs 4: 12 Euro)**

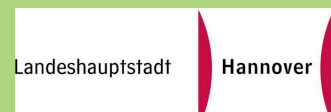
Bei Vorlage des Hannover-Aktiv-Passes:

12,50 Euro (Kurs 4: 6 Euro)

Ermäßigungen sind nach Rücksprache möglich.

Wir werden Ihnen den Eingang der Anmeldung bestätigen und Ihnen rechtzeitig weitere Informationen zum Anmeldestand und zum Veranstaltungsort zukommen lassen.

gefördert durch die:



Region Hannover

mannigfaltig e.V.

INSTITUT FÜR JUNGEN- UND MÄNNERARBEIT

Lavesstraße 3
30159 Hannover

Telefon 0511/458 21 62
Telefax 0511/458 21 63

Telefonzeit
Mo 16–18 Uhr
Mi 14–16 Uhr
Do 10–12 Uhr

Offene Sprechstunde
Mo 16.30–17.30 Uhr

Homepage www.mannigfaltig.de
E-Mail info@mannigfaltig.de

Bank Hannoversche Volksbank
IBAN DE29 2519 0001 8257 3883 00
mannigfaltig e. V. ist ein gemeinnütziger
Verein, Spenden sind steuerlich absetzbar.
Steuernummer: 25/207/36555

mannigfaltig e.V.
INSTITUT FÜR JUNGEN- UND MÄNNERARBEIT

**JUNGEN*
STÄRKEN**



**KURSE ZUR
SELBSTBEHAUPTUNG
UND SELBSTSICHERHEIT**

1. HALBJAHR 2026

Kursinhalte

Die Kurse zur Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Jungen* sind auf einem Sensibilisierungstraining, einer Wahrnehmungsschulung und konkreten Übungen zur Selbstbehauptung aufgebaut. In der Verknüpfung von Übung, Spiel und Gespräch wird das Thema Männlichkeit mitangesprochen, um die Jungen* nachvollziehen zu lassen, in welchen Momenten sie sich selber mit ihren Bildern von Männlichkeit im Wege stehen.

Ziele



sind zum Beispiel:

- Alternative Handlungs- und Lösungsmöglichkeiten in bedrohlichen oder aggressionsgeladenen Situationen zu erlernen. (Wie und wo hole ich mir Hilfe?)
- Eigene Gefühle als wichtige Lebensäußerungen zu empfinden und sie für sich selbst als konstruktive und produktive Wahrnehmung zu begreifen.
- Selbstbehauptungsstrategien zu stärken und zu erproben.
- Das Erlernen von Techniken, um eigene Grenzen deutlicher nach Außen vertretbar und sichtbar zu machen.
- Verhaltensmöglichkeiten jenseits von einengenden Erwartungen zu erlernen.

Die **Gestaltung des Kurses** soll den Jungen* die Begegnung miteinander und das Lernen voneinander ermöglichen. Dabei ist es uns wichtig, die persönlichen Lebenssituationen und Erfahrungen der jeweiligen Jungen* (z. B. durch Rollenspiel, Darstellungen) mit den Lernstrategien zur Selbstbehauptung zu verknüpfen.

mannigfaltig e.V.
INSTITUT FÜR JUNGEN- UND MÄNNERARBEIT

Kurs 1 10 - 12 Jahre Osterferien



Mo 23.03.2026 10 - 14 Uhr
Di 24.03.2026 10 - 14 Uhr

Kurs 2 8 - 9 Jahre Osterferien



Mo 30.03.2026 10 - 14 Uhr
Di 31.03.2026 10 - 14 Uhr

Kurs 3 Vater und Sohn ab 9 Jahre



Sa 06.06.2026 14 - 18 Uhr
So 07.06.2026 10 - 15 Uhr

Kurs 4 13 - 15 Jahre



Di 14.04.2026 16 - 19 Uhr

Hinweise

Bitte beachten Sie wegen des
Veranstaltungsortes
die jeweilige Kursbestätigung.



Kurse in weiteren Altersgruppen nach Bedarf.
Kurstermine im zweiten Halbjahr 2026 können ab
Juli/August angefragt werden.

Elternabend für alle Kurse zusammen! Besonders eingeladen sind Väter!

Mo 16.03.2026 18 - 19 Uhr

Bitte bei uns anmelden!

Ort: mannigfaltig,
Lavesstr. 3, 30159 Hannover



Spezielle Angebote

Projektstage, Seminare, Kurse zu

- Junge* sein,
- Sexualität,
- Gewaltprävention,
- Grenzverletzungen sowie
- Transkulturalität oder
- Medienkompetenz



können individuell vereinbart werden.
(Für Jungen*, männliche Jugendliche und junge
Männer)