Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic

grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 67 (2005-2006)

Heft: 5: Selbstverteidigung : ein Projektbericht

Artikel: Pa!!as
Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-357592

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 30.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Pa!!as

Weitere Informationen: www.pallas.ch

ist finanziell selbstständig und auf Beiträge von Sponsoren, GönnerInnen und der öffentlichen Hand angewiesen.



Präsidentin
Jacqueline Blatter, Zürich
E-Mail: jacqueline.blatter@pallas.ch

Administration: Leonia Clementi, Luzern Telefon 031 755 64 00 E-Mail: admin@pallas.ch



Regionalleitung GR Carla Cavegn, Rueras E-Mail: cavegncarla@pallas.ch

Beim Treffen am 26. Januar 2005 in Chur wurde ich als neue Regionalvertreterin von pa!!as SV für den Kanton GR gewählt.

Ich heisse Carla Cavegn, bin verheiratet und Mutter von drei Kindern.

Im Jahre 1993 habe ich meinen ersten Frauen-Selbstverteidigungskurs besucht. Danach habe ich Jujutsu-Selbstverteidigung gemacht. Im Jahre 1999 habe ich bei Pa!!as meine Schulung begonnen. Jährlich habe ich Fortbildungskurse gemacht und 20(4 den Aufbaukurs in Magglingen besucht. Pa!!as ist ein nationales Projekt, das u s gute Möglichkeiten zur Weiterbildung bietet.

Ich arbeite nach dem Motto: Seht hin – seht nicht weg

Pallas-Selbstverteidigungskurse vermitten folgende Inhalte:

- Gefahren erkennen
- Grenzen setzen
- Eigene Stärken spüren
- · Sich erfolgreich behaupten

Als Pa!!as-Regionalvertreterin bin ich gerr e bereit, ihnen die Kursanbieter in ihrer Nät e zu vermitteln.

Melden Sie sich bei Fragen und Informatinen über Leiterausbildung, Kursangebo aund Projekttage für ihre Schule.

Literatur

Angst beginnt im Kopf, Mut auch

Informationszentrum Sozialdepartement Fraumünsterstrasse 21, 8022 Zürich

Brave Mädchen, böse Buben

Büttner Christian, Dittmann Marianne Erziehung zur Geschlechtsidentität in Kindergarten und Grundschule ISBN 3-407-62144-2

Dem Schweigen ein Ende

Kazis Cornelia Sexuelle Ausbeutung von Kindern in der Familie ISBN 3-85787-623-9

Der Weg der Tigerin

Härtel Hanni Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ISBN 3-612-20531-5

Die erfolgreiche Art (auch Männer) zu überzeugen

Berckhan B., Krause C., Röder U. ISBN 3-466-30491-1

Die etwas gelassenere Art, sich durchzusetzen

Berckhan Barbara ISBN 3-466-30379-6

Die etwas intelligentere Art, sich gegen dumme Sprüche zu wehren

Berckhan Barbara ISBN 3-466-30446-6

Die unheimliche Faszination der Gewalt

Guggenbühl Allan ISBN 3-7270-1229-3

Fühlen – Wahrnehmen – Handeln: Unterrichtsmaterial für Grundschule

Böhmer, Eggert, Krüger ISBN 3-12-196111-X

Gute Mädchen kommen in den Himmel, böse überall hin

Ehrhardt Ute ISBN 3-8105-0515-3

Kindern Grenzen setzen – wann und wie?

Nitsch C., von Schelling C. Ratgeber für Eltern ISBN 3-576-11600-1

Projekt: Soziales lernen

Grossmann Christina Für Mädchen ab 10 Jahren ISBN 3-86072-261-1

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Ducrét Véronique/Fehlmann Chloé Worüber Frauen schweigen Bestellen: Eidg. Büro für die Gleichstellung von Mann und Frau, EDMZ, Bern Form. 301.943d

Sexueller Missbrauch von Mädchen

Steinhage Rosemarie Handbuch für Beratung und Therapie ISBN 3-499-18582-2

Spiele zum Umgang mit Aggression

Portmann Rosemarie ISBN 3-7698-0796-0

Stop heisst Stop!

Köhler Karin Kursbuch Frauen-Selbstverteidigung ISBN 3-9805167-0-9

Das neue, informative Handbuch von Limita Starksein allein genügt nicht – Prävention

BLATT