Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic

grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 67 (2005-2006)

Heft: 5: Selbstverteidigung : ein Projektbericht

Register: Literatur

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

AUPTTHEMA

skueller Ausbeutung von Mädchen und Jungen

H rausgegeben von der Fachstelle Limita

ir Lenos Verlag Basel (2004)

ISBN 3-85787-351-5

A Mitte Mai im Buchandel oder direkt bei

L nita zum Preis von Fr. 36.- zu beziehen

(zuglich Versandkosten)

N it mir nicht!

G aff Sunny

Salbstbehauptung und Selbstverteidigung

Alltag

I BN 3-929823-26-8

1 pisch Mädchen...

Cabrucker Marianne

BN 3-596-23770-X

Und jeden Tag ein bisschen böser

Enrhardt Ute

andbuch zu «Gute Mädchen kommen in den

mmel, böse überall hin»

BN 3-596-15135-X

erratene Kindheit

Inner S., Peter C., Studer S.

tsachenbiographie aus der Schweiz

BN 3-905352-01-X

Veder Macho noch Muttersöhnchen

eigner Eva

BN 3-423-36123-9

art war ich, bitter wars

nders Hrsula

BN 3-462-02984-3

iteratur für Mädchen ab 10 Jahren

renzen

user-Studer Joelle, ELK Kt. Zürich exuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche

-Nr. 6631606

eimlich ist unheimlich

Vachter Oralee

SBN 3-927796-07-7

ch war seine kleine Prinzessin

elly

SBN 3-404-61355-4

lotzen Mädchen

oppe Siegrid/Hoppe Hartmut piele und Übungen für Selbstverteidigung

SBN 3-86072-391-X

aut(er) starke Mädchen

ichthardt Christiane

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung

n Schulen

SBN 3-89771-350-0

Mädchen dürfen stark sein, ungen dürfen schwach sein

Ehlers-Juhle Rosemarie

ISBN 3-499-20396-0

Mädchen sind unschlagbar

Graff Sunny

Selbstverteidigung kannst du lernen

(ab 11 Jahren)

ISBN 3-473-35885-1

Sexuelle Gewalt gegen Kinder

Keller Regula, Schrottmann Ria-E. Selbstverteidigung kannst du lernen (ab 11 Jahren)

ISBN 3-7152-2193-3

stark und sicher

u.a. Bucher Meyer Irene Leitfaden zur Prävention sexueller Gewalt ISBN 3-7152-1002-8

Stück für Stück

Mebes Marion

Arbeitsmittel für Frauen und Mädchen ab 12 Jahren (Kärtchen) ISBN 3-927796-50-6

take care!

Goldman Jane

Tipps und Tricks für unterwegs ISBN 3-451-70192-8

Über sexuellen Missbrauch sprechen

Keller Regula, Schrottmann Ria-E. pro juventute ISBN 3-7152-2194-1

Verpiss dich!

Krefft Sascha

Selbstschutz und Selbstverteidigung für Mädchen und junge Frauen ISBN 3-466-30510-1

Literatur für Kinder bis 10 Jahre

Angst?

Rau Tina

Bilderbuch

ISBN 3-9801871-7-9

Das grosse und das kleine Nein

Braun Gisela

Bilderbuch ab 5 Jahren ISBN 3-927279-81-1

Das kummervolle Kuscheltier

Meier Katrin, Bley Anette Bilderbuch über sexuellen Missbrauch ISBN 3-7607-1200-2

Gut, dass ich es gesagt habe

Nelson Mandy, Hessell Jenny **Bilderbuch**

ISBN 3-7707-6354-8

Hallo, wie geht es Dir?

Reichling Ursula, Wolthers Dorothee Spielkarten für Rollenspiele, Pantomime etc. ISBN 3-86072-180-1

Ich dachte, du bist mein Freund

Wabbes Marie Bilderbuch ISBN 3-7655-6526-1

Ich gehör nur mir

Staudinger Ursula

Praxishandbuch für Kindergarten

und Primarschule

ISBN 3-7058-5157-8

Ich und meine Gefühle

Kreul Holde

Bilderbuch ab 5 Jahren

ISBN 3-7855-2890-6

Kein Anfassen auf Kommando

Mebes Marion

Bilderbuch ab 4 Jahren

ISBN 3-927796-11-5

Kein Küsschen auf Kommando

Mebes Marion

Bilderbuch ab 4 Jahren

ISBN 3-927796-10-7

Lass das - Nimm die Finger weg!

Enders Ursula

Comic ab 7 Jahren

ISBN 3-89106-335-0

LiLoLe Eigensinn

Enders Ursula

Bilderbuch über die eigenen Sinne

und Gefühle ab 4 Jahren

ISBN 3-89106-984-7

Mein Körper gehört mir!

Enders Ursula

Bilderbuch, Pro Familia

ISBN 3-7855-2684-9

Melanie und Tante Knuddel

Braun Gisela

Bilderbuch

ISBN 3-86072-157-7

Schön & blöd

Enders Ursula

Bilderbuch über schöne und blöde Gefühle

Ah 4 Jahren

ISBN 3-89106-990-1

Spiele zum Problemlösen

Badegruber Bernd

Mehrteiliges Werk

Weil ich nein sagen darf

Finke Regina

Körper, Sexualität und Gefühle

Für Erwachsene ISBN 3-419-53306-3

Weil ich nein sagen darf

Sommerfeld V., Huber B., Nicolai H. Ideen, Konzepte, Spiele zum Umgang mit Aggression

ISBN 3-931902-41-2