

## Kribbeln im Bauch

Projekt zum Training der Lebenskompetenz, zur Gewalt- und Suchtprävention für Förder-, Werk- und Oberschulklassen der 9. Jahrgangsstufe

Es wurde von Margrit Hasselmann und Christine Witte entwickelt und wird von InGePP e.V., der AOK Bremen/Bremerhaven und weiteren Kooperationspartnern umgesetzt.

### Ziele

- Förderung der Lebenskompetenz und Sucht- und Gewaltprävention für Jugendliche, die in sozialen Brennpunkten leben
- Schüler sollen im Alltag auf Gewalt, Alkohol, Zigaretten oder harte Drogen verzichten oder den Konsum reduzieren.
- Zugang zu eigenen Gefühlen und Körper vermitteln, Stärkung Selbstwertgefühl, Frustrationstoleranz erhöhen – kurz: Zutrauen zu sich selbst entwickeln.
- das Gefühl für den eigenen Körper bewusst machen und verbessern
- Stärkung der Fähigkeiten, mit riskanten Lebenssituationen umzugehen (risk competence)

Umsetzung durch je ein Tanz- und Präventionsteam.

**Ein Angebot von:**

InGePP e.V.

**Ansprechperson:**

Tanja Wilkens

**E-Mail-Adresse:**

[ing pepp.bremen@gmail.com](mailto:ing pepp.bremen@gmail.com)

**Internetadresse:**

[www.ing pepp-bremen.de](http://www.ing pepp-bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen