



ANDREA MARIA OEHLISCHLÄGER

Musiklehrerin & Musiktherapeutin



Starke Mädchen

Schutz & Grenzen

Dieser Kurs soll den Mädchen helfen, ihre eigenen Grenzen zu erkennen, Grenzen zu setzen und sich zu schützen, aber auch die Grenzen Anderer zu respektieren.

Mit Hilfe kreativer Methoden wie Malen, Gestalten, Musik, Bewegung und Fantasiereisen haben die Mädchen die Gelegenheit ihre Grenzen sichtbar, fühlbar und hörbar zu machen:

Wo sind meine Grenzen?

Wie sehen meine Grenzen aus?

Wie kann ich mich schützen?

Wer oder was kann mir dabei helfen?

In diesem Kurs können die Mädchen lernen, achtsamer mit sich und anderen umzugehen und selbst mutiger und stärker zu werden.

Kursort:	MusikReich, Wullenstetten, Tannenweg 3
Beginn:	16. Januar 2026 5x freitags von 14.30–16.00 Uhr
Kursleitung:	Andrea Oehlschläger, Musiktherapeutin
Infos &	0175/3770660
Anmeldung:	andrea.maria.oehlschlaeger@gmail.com www.andrea-oehlschlaeger.de

