



# Workshop für Jugendarbeiter\*innen

Eine gewaltpräventive Methode in der Arbeit  
mit Kindern und Jugendlichen

## Was ist FaiRanggl'n:

Bei FaiRanggl'n geht es um Wertschätzung und Respekt, Bewegung und sich ausprobieren, Fairness und Spaß, Individualität und Gemeinschaft. FaiRanggl'n ist kein Kampfsport und kein Selbstverteidigungs-, Abhärtungs- oder Deeskalationstraining.

## Ziele von FaiRanggl'n:

Kinder und Jugendliche lernen

- einen positiven Umgang mit Kraft und Aggression
- Fairness durch Rangglübungen
- Wahrnehmung der eigenen Grenzen und Grenzen von anderen
- Umgang mit eigenen Gefühlen und mit in ihrer Lebenswelt relevanten Themen
- sich selbst zu behaupten, ohne andere zu verletzen

## Was wir anbieten:

Workshops für Jugendarbeiter\*innen, die mit Kindern und Jugendlichen die Methode durchführen möchten. Unsere Workshops sind kostenfrei und unser Team kommt an die jeweiligen Standorte der Einrichtung. Ein Workshop dauert ca. 2 Stunden und setzt sich aus ca. 1,5h praktischem Teil sowie der anschließenden Reflexion zusammen. Bei Bedarf wiederholen wir nach 4-6 Wochen die Einheit, um das Ganze zu verfestigen. FaiRanggl'n hat den meisten Output, wenn man es regelmäßig mit den Kindern oder Jugendlichen durchführt.

Voraussetzungen: Motivation die Übungen selbst auszuprobieren, Sportkleidung

## Folgende Workshops finden für die OJA statt: (jeweils 14:00 bis 16:30 Uhr)

Montag, 22. Mai 2023 im Jugendzentrum Kufstein, Feldgasse 12, Kufstein

Montag, 5. Juni 2023 im Jugendzentrum Space, Reichenauerstraße 68, Innsbruck

Montag, 19. Juni 2023 im Kickboxclub Imst, Dr.-Carl-Pfeiffenberger-Straße 16, Imst

Anmeldung unter Angabe des Namens und der Einrichtung an [office@pojat.at](mailto:office@pojat.at)

Ein Angebot der Tiroler Kinder- und Jugend GmbH in Kooperation mit POJAT