

ANGEBOT ZUM WELTFRAUENTAG

„Wehr DICH“ – Schnuppervormittag zur Frauen**Selbst**Sicherheit

Termin:	Dienstag, 10.03.2020	10:00 - 11:30 Uhr
Ort der Veranstaltung:	Landratsamt Göppingen, Lorcher Straße 6	Raum 701 Mühlberger-Zimmer
Zielgruppe:	Mitarbeiterinnen	
Teilnehmerzahl:	max 20 Personen	
Referent:	Günter Stolz, Ju-Jutsu-Trainer – DOSB Trainer Prävention	

Ziele und Inhalt:

In Göppingen haben zwei Männer versucht, jungen Frauen die Kleider vom Leib zu reißen. – so eine Zeitungsmeldung erst vor ein paar Tagen. Angst vor Bedrohung im Alltag und Beruf ist keine Seltenheit. Man fragt sich, ob man sich im Ernstfall wehren könnte. Sich vor Gewalt zu schützen stellt ein wichtiges Grundbedürfnis eines jeden Menschen dar. Das durch den Deutschen Ju-Jutsu Verband initiierte Kurskonzept soll helfen, Gefahren zu vermeiden, gefährliche Situationen zu erkennen und sich im Notfall zur Wehr setzen zu können.

Sensibilisierung – sich mit dem Thema auf unterschiedlichen Ebenen auseinander zu setzen – steht im Mittelpunkt des Konzepts.

Verschiedene Handlungsmöglichkeiten für verschiedene Situationen werden in drei Stufen vermittelt:

- Gefahrenbewusstsein – Prävention: Erkennen und Vermeiden bedrohlicher Situationen
- Selbstbehauptung: Flucht / Hilfe leisten oder anfordern
- Körperliche Verteidigung: Verteidigungstechniken
- Einsatz von alltäglichen Hilfsmitteln zur Verteidigung (Handtasche, Schirm u.a.)

Dieser Schnupperkurs ist ein Angebot zum Internationalen Frauentag in Kooperation mit dem betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM)!

Anmeldung unbedingt notwendig bei b.jankowsky@lkgp.de. Bitte in Alltagskleidung kommen. Keine sportlichen Voraussetzungen notwendig!

Die Teilnahme zu dieser Veranstaltung gilt als Arbeitszeit.

Anmeldung:

Brigitte Jankowsky-Krause
07161 202-1007
b.jankowsky@lkgp.de

Auskünfte:

Lidwine Reustle
07161 202-1008
l.reustle@lkgp.de

Anmeldeschluss:

05.03.2020

