



SICHERHEITSTRAININGS FÜR KINDER UND FRAUEN IN

Veröffentlicht am 07.03.2022 um

Selbstbehauptungskurs sind für Mädchen und Jungen im Alter von 6-11 Jahren findet von 10 bis 12 Uhr und, falls ein zweiter Kurs zustande kommt, von 12:15 bis 14:15 Uhr statt. Der für Frauen ab 16 Jahren findet von 10 bis 14 Uhr statt.

Endlich können am Samstag den 23. April 2022 wieder Selbstbehauptungskurse für Kinder und ein Sicherheitstraining für Frauen durchgeführt werden.

Das Ziel von „STOP! HEISST STOP!“ ist, ein Gespür für bedrohliche Situationen und mehr Selbstsicherheit zu bekommen, um sich im Ernstfall richtig zu verhalten.

Die Selbstbehauptungskurse sind für Mädchen und Jungen im Alter von 6-11 Jahren. Sie werden auf spielerische Weise dazu ermutigt, respektvoll aber unmissverständlich Grenzen zu setzen. Der Schwerpunkt liegt im Erkennen der Situation und im Einsatz von Stimme und Körpersprache. Außerdem werden verschiedene unangenehme und bedrohliche Alltagssituationen mit den Kindern durchgespielt, um das Erlernte zu vertiefen.

Die Kurse werden von einem Kinder- und Jugendtrainer von „STOP! HEISST STOP!“ geleitet und finden von 10 bis 12 Uhr und, falls ein zweiter Kurs zustande kommt, von 12:15 bis 14:15 Uhr im Flur vor dem Sitzungssaal im Stockelsdorfer Rathaus statt. Der Teilnahmebeitrag in Höhe von 7 € wird vor Ort bezahlt.

Das Sicherheitstraining für Frauen ab 16 Jahren findet von 10 bis 14 Uhr im Sitzungssaal des Rathauses statt und kostet 15 € incl. Kaffee. Auch hier werden einfache, effektive Techniken der Selbstbehauptung in kritischen Situationen unter Einbezug von Stimme und Körpersprache trainiert. Ergänzt werden die Übungen mit Informationen über rechtliche Aspekte der Selbstverteidigung. Der Trainer, Branko Bersa, arbeitet schon lange im Bereich Selbstbehauptung, Kampfsport und Verhaltenstraining und ist Kriminologe und Beamter der Hansestadt Hamburg. Schwerpunkte seines Studiums waren die Themen Jugendgewalt und Seriegewalttäter. Weitere Informationen unter www.stop-heisst-stop.de

Verbindliche Anmeldungen nimmt bis zum 30.03.2022 die Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Stockelsdorf unter g.dietrich@stockelsdorf.de entgegen.



Selbst- behauptung

für Mädchen und Jungen
von 6-11 Jahren

Samstag, 23. April 2022

Kurs 1: 10-12 Uhr

evtl. Kurs 2: 12:15-14:15 Uhr

Wir üben, wie wir unserem Gegenüber eindeutig „STOP!“ sagen und auf Provokationen gelassen und schlagfertig reagieren. Dabei benutzen wir unsere Stimme und Körpersprache. Wir vertiefen das Erlernte, indem wir verschiedene Situationen durchspielen.

Trainer Marcel Sarkautzki ist Kinder- und Jugendtrainer für Selbstbehauptung. Er gehört seit 2015 zum Team von STOP! HEISST STOP!

Mehr Infos: www.stop-heisst-stop.de

7 € vor Ort zu bezahlen

Ort: Erdgeschoss im Rathaus der Gemeinde Stockelsdorf, Ahrensböcker Str. 7

Anmeldung bis 30.03.22 an:
g.dietrich@stockelsdorf.de

Veranstalterin:
Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Stockelsdorf

/ Foto: Gemeinde Stockelsdorf