

Neuer Frauensebstbehauptungskurs der Polizei in Bergkamen

Das Kommissariat Vorbeugung der Kreispolizei bietet ab 23. September einen Frauensebstbehauptungskurs in Bergkamen an. Leiten wird den Kurs Kriminaloberkommissarin Petra Landwehr. Daran teilnehmen können alle Frauen des Kreises Unna ab 18 Jahren. In Ralf Konkel konnte ein erfahrener Wing Tsun Trainer für realistische Selbstverteidigung gefunden werden, der selber in Gevelsberg eine Wing Tsun Kampfkunstschule leitet. Wing Tsun ist ein realistisches und effektives Selbstverteidigungssystem das vor mehr als 250 Jahren in China von zwei Frauen entwickelt wurde, um sich gegen stärkere Angreifer erfolgreich zu wehren. Die Grundidee des WingTsun kommt auch den Trainerinnen des Kommissariates Vorbeugung entgegen: **Intelligente Technik besiegt die rohe Kraft!**

Ziele des Kurses sollen sein:

1. Erkennen von Gefahren
2. Erlangen von Handlungssicherheit bezüglich der Abwehrmaßnahmen
3. Trainieren und entwickeln von Handlungsmustern
4. Mut machen zu aktiver Gegenwehr

Inhalte des Kurses sind u.a.

1. Sachliche Aufklärung zum Thema " Sexuelle Gewalt gegen Frauen "
2. Bedeutung der Körpersprache und der Sprache
3. Aufklärung und Präventionshinweise zu speziellen Delikten (z.B. Telefonterror)
4. Rollenspiele

5. Rechtliche Fragen (z.B. Notwehr / Unterlassene Hilfeleistung)
6. Kennen lernen von geeigneten Abwehrgeräten und die damit verbundenen Gefahren
7. Arbeit von Polizei und Justiz in diesem Bereich und Überblick über örtliche Hilfseinrichtungen
8. Erarbeiten und erlernen von einfachen und effektiven Abwehrtechniken

Die Termine des Kurses: Jeweils montags von 20.00 – 21.30 Uhr (23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12.2013) In den Ferien findet kein Kurstreffen statt.

Pro Teilnehmerin wird für den praktischen Teil des Selbstbehauptungskurses eine Kursgebühr von 60 Euro erhoben. Die Teilnehmerinnen sind für die Dauer des Kurses versichert.

Informationen erhalten interessierte Frauen unter der Telefonnummer 02307 / 965339. **Aufgrund der begrenzten Teilnehmerinnenzahl ist eine schnelle Anmeldung von Vorteil.**

Anmeldungen sind nur schriftlich möglich bei:

Stadt Bergkamen, Gleichstellungsbeauftragte

Martina Bierkämper

Rathausplatz 1

59192 Bergkamen

Tel: 0 23 07 / 965339

oder per Fax (0 23 07 /69299

oder per E-Mail (m.bierkaemper@bergkamen.de).