



Frauenselbstsicherheitskurs

- **Sachliche Informationen**
Tätervorgehen, Tatorte, Opfer, Täter- / Opfer-Beziehungen, Notwehr, Vorstellung möglicher Hilfsmittel /Waffen, usw.
- **Anlassbezogene Übungen zum selbstbewussten Auftreten**
Sprache, Körpersprache, Stimmeinsatz, Grenzen setzen, thematische Rollenspiele (Aktion/Reaktion), Videoanalysen
- **Vorstellung polizeilicher Arbeit**
Anlässe zur Kontaktaufnahme, Informationen über polizeiliche Möglichkeiten, Besichtigungen der Kriminaldauerwache und der Einsatzleitstelle
- **Selbstverteidigung**
Einfach zu erlernende Selbstverteidigungstechniken durch besonders erfahrene Trainer des Polzeisportvereins Dortmund (PSV)

Ein Kurs besteht aus 6 x je 2,5 Stunden Theorie und 5 x 2 Stunden Selbstverteidigung. Er findet einmal wöchentlich ab 19:00 Uhr im Polizeipräsidium / Turnhalle am Polizeipräsidium statt.

Sollten sich Gruppen anmelden, so besteht die Möglichkeit, dass die Veranstaltungen auch extern stattfinden können.

Ein Kostenbeitrag in Höhe von 30,- € wird durch den Kooperationspartner (Polizei-Sport-Verein) erhoben.

Teilnahme ab 18 Jahren!

Anmeldung unter: Polizeipräsidium Dortmund
Kommissariat Vorbeugung
Markgrafenstraße 102
44139 Dortmund
Tel.: 0231- 132 7585 oder 7586
andrea.keimberg@polizei.nrw.de
daniela.jankiewitz@.polizei.nrw.de