

Veranstaltungsort



**Moltkestr. 56
74076 Heilbronn**

Anmeldung an:

pro familia Beratungsstelle

Tel 07131/ 89 17 7

Fax 07131/ 59 44 896

Email heilbronn@profamilia.de

Web www.profamilia-heilbronn.de

Anmeldung: (wir verschicken **keine**
Anmeldebestätigung)



Name

Institution / Schule

Anschrift

Telefon/Fax

Email

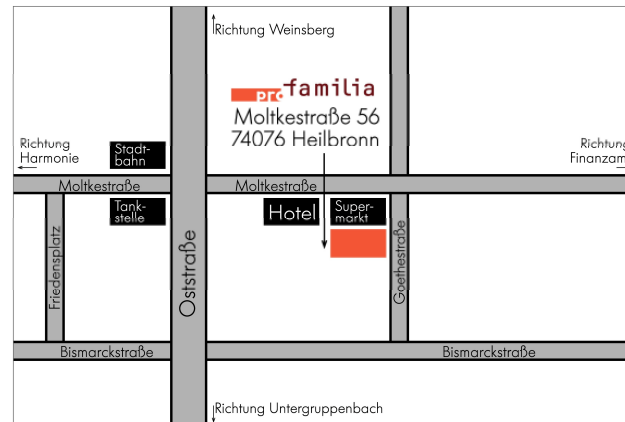
Wegbeschreibung

Mit der **Straßenbahn**

Linie S4 nehmen und Haltestelle „Friedensplatz“ aussteigen. Der Moltkestraße stadtauswärts in Richtung Finanzamt folgen.

Mit dem **PKW**

Von der Oststraße an der Aral-Tankstelle in die Moltkestraße einbiegen. Der Eingang der pro familia ist gleich hinter der Kreuzung zwischen dem Hotel Newton und dem Supermarkt Rewe.



Selbstverteidigung und Selbstbehauptung

**für
Mädchen und
junge Frauen
mit
geistiger
Behinderung**



Ein Angebot von



BERATUNGSSTELLE
NOTRUF
bei sexueller & häuslicher Gewalt

**Moltkestraße 56
74076 Heilbronn**

Durchgeführt von:

Uschi Daub
Selbstbehauptungs- und
Selbstverteidigungstrainerin

www.stark-sicher-fair.de

Im Kurs lernst Du

- Stark und selbstbewusst aufzutreten
- Anderen Grenzen zu setzen
- Klar und deutlich „NEIN“ zu sagen, wenn Dir etwas unangenehm ist
- Cool zu bleiben, wenn Dich jemand ärgert
- Handeln zu können, wenn Du Dich bedroht fühlst

Einfache, aber wirkungsvolle
Selbstverteidigungstechniken für den
Ernstfall

Termine

Der Kurs findet an folgenden Tagen statt:

- Montag, 11.03.2019, 17.00 bis 18.30 Uhr
- Montag, 18.03.2019, 17.00 bis 18.30 Uhr
- Montag, 25.03.2019, 17.00 bis 18.30 Uhr
- Montag, 01.04.2019, 17.00 bis 18.30 Uhr

→ Kostenbeitrag pro Teilnehmerin: 20 €
(bitte zum ersten **Termin** in bar mitbringen)