



Selbstbehauptungskurs für Frauen

Die Betriebssportgemeinschaft im Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft in Bonn (BSG BML e. V.) veranstaltet ab Donnerstag, dem **12.01.2023 am Dienstsitz in Bonn** einen Selbstbehauptungskurs für Frauen.

Der Kurs richtet sich an Frauen im Alter ab 18 Jahren. Die Inhalte der Trainingssequenzen bestehen aus psychologischen, sportlichen und kriminologischen Teilbereichen.

In bestimmten Bereichen der Kriminalität sind Frauen eher Opfer als Täter; z. B. bei Vergewaltigung, sexueller Nötigung oder Handtaschenraub. Viele dieser Straftaten laufen nach gleichen oder ähnlichen Mustern ab und könnten vielleicht bei einer Verhaltensänderung der Frau vermieden werden.

Untersuchungen des Bundeskriminalamtes und der Polizei Hannover haben ergeben, dass eine Frau, die sich gegen einen Sexualstraftäter wehrt, eine größere Chance hat, die Vollendung der Tat zu verhindern. Auf dieser Erkenntnis beruht die Konzeption der Selbstbehauptungskurse für Frauen.

Im psychologischen Teil wird den Teilnehmerinnen in Übungen und Rollenspielen Selbststärkung vermittelt; also z. B. den eigenen Gefühlen vertrauen, frühzeitige Wahrnehmung von Gefahren, selbstbewusste Körperhaltung und zielgerichteter Einsatz der Stimme. Im sportlichen Teil, der Selbstverteidigung, werden einfache Schläge, Tritte und Befreiungstechniken aus verschiedenen Kampfsportarten geübt, die leicht erlernbar und sofort anwendbar sind.

Im kriminologischen Teil werden Täter-/Opferverhalten, Tatgelegenheiten und Tatsituationen besprochen und die Hilfsmittel der körperlichen Selbstverteidigung erörtert.

Der Selbstbehauptungskurs für Frauen ist ein reiner Präventionskurs. Sie ersetzen oder ergänzen keine Therapiemaßnahme. Zu Übungszwecken wird konfrontierend gearbeitet, um Übergriffen im Alltag besser begegnen zu können. Sofern Sie sich in therapeutischer Behandlung befinden oder befunden haben, werden Sie gebeten, vor Kursanmeldung mit Ihrer Therapeutin/Ihrem Therapeuten Rücksprache zu nehmen! Machen Sie die Teilnahme am Kurs von der ausdrücklichen Zustimmung der Therapeutin/des Therapeuten abhängig.

Der Kurs läuft über 6 Wochen jeweils **donnerstags**, von **17:00 - 18:00 Uhr** (12.01., 19.01., 26.01., 02.02., 09.02. und 23.02.2023; nicht an Weiberfastnacht).

Ort: BMEI Bonn, Rochusstr. 1, Haus 3, Raum 308
Termin: donnerstags, 17:00 - 18:00 Uhr, Start: 12.01.2023
Kosten: 50 € für BSG-Mitglieder, 60 € für Nichtmitglieder
Trainer: Herr Goyard, Trainer für Selbstbehauptung
Höchstteilnehmerzahl: 15

Bitte melden Sie sich bis zum **12.12.2022** bei Iris Troll (- 4868; Iris.Troll@bmei.bund.de) an.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Für entstandene Schäden übernimmt der Veranstalter keine Haftung. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind angehalten, die allgemeinen Hygiene- und Abstandsempfehlungen anzuwenden, das Tragen einer OP-oder FFP 2-Maske wird anheimgestellt. Die BSG behält sich vor, die Durchführung und Teilnahme am Kurs von der Einhaltung eventueller amtlicher Coronaschutzmaßnahmen oder- vorgaben abhängig zu machen.

Eingehende Anmeldungen können erst bei Vorliegen der Ermächtigung zum Lastschrifteinzug (im Original) berücksichtigt werden. Bei Stornierung Ihrer Anmeldung müssen wir vor Kursbeginn 50 %, nach Kursbeginn 100 % des Kursbetrags berechnen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Für entstandene Schäden übernimmt der Veranstalter keine Haftung. An gesetzlichen Feiertagen findet kein Unterricht statt. Die Einheiten werden auf das Halbjahr verteilt.

Die Kursgebühr wird ca. 3-4 Wochen nach Kursbeginn von Ihrem Konto eingezogen.	
Name des Zahlungsempfängers BSG BML e.V. im Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft	
Anschrift des Zahlungsempfängers Straße und Hausnummer Rochusstraße 1	
Postleitzahl und Ort 53123 Bonn	Land Deutschland
Gläubiger-Identifikationsnummer DE35ZZZ00000142511	
Mandatsreferenz (vom Zahlungsempfänger auszufüllen)	
<p>Ich ermächtige / Wir ermächtigen (A) den Zahlungsempfänger (Name siehe oben), Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich (B) weise ich mein / weisen wir unser Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger (Name siehe oben) auf mein / unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.</p> <p>Hinweis: Ich kann / Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.</p> <p>Wenn mein Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens des kontoführenden Kreditinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung. Teileinlösungen werden im Lastschriftverfahren nicht vorgenommen.</p>	
Ort	Datum (TT/MM/JJJJ)
Unterschrift(en) des/der Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/-in)	

Zurück an (Zahlungsempfänger)

BSG BML e.V.
im Bundesministerium für
Ernährung und Landwirtschaft
z.Hd. Iris Troll
Iris.Troll@bmel.bund.de