

- **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,
- **Selbstverteidigung**  
Einfach zu erlernende Selbstverteidigungstechniken

Ein Kurs besteht aus 10 x je 1,5 Stunden Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstraining.  
(Termine: 07.09.2022, 14.09.2022, 21.09.2022, 28.09.2022, 19.10.2022, 26.10.2022, 02.11.2022, 09.11.2022, 16.11.2022, 23.11.2022)

Er findet einmal wöchentlich (mittwochs) in der Zeit von 18:30 – 20:00 Uhr im Bürgerzentrum Gahmen (Kümperheide 2 / 44532 Lünen) statt. Teilnahme ab 18 Jahren!

## FRAUENSELBSTSICHERHEITSKURS

- von Frauen für Frauen -

**Informationen unter:** Gleichstellungsbüro der Stadt Lünen  
Heike Tatsch (Gleichstellungsbeauftragte)  
Tel. 02306 104 1350  
[heike.tatsch.04@luenen.de](mailto:heike.tatsch.04@luenen.de)

**Anmeldung unter:** Polizeipräsidium Dortmund  
Kriminalkommissariat Kriminalprävention/Opferschutz  
Tel.: 0231- 132 7056 oder 7462  
[daniela.jankiewitz@polizei.nrw.de](mailto:daniela.jankiewitz@polizei.nrw.de)  
[ute.dierks@polizei.nrw.de](mailto:ute.dierks@polizei.nrw.de)



**POLIZEI**  
Nordrhein-Westfalen  
Dortmund

