

Selbstbewusstsein durch Selbstvertrauen

Haben Sie sich schon einmal gefragt,

- ✘ ob Sie Angst haben, wenn Sie allein in der Dunkelheit unterwegs sind?
- ✘ ob Sie auf Aktivitäten verzichten, weil Sie sich fürchten?
- ✘ was Sie gefährdet - und wie Sie diese Gefährdung realistisch einschätzen können?
- ✘ wie Sie sich bei einem Überfall verhalten sollen?
- ✘ ob und wie Sie sich wirkungsvoll wehren können ... oder ob Sie sich alles gefallen lassen müssen?
- ✘ was Sie in einem Ermittlungsverfahren bei der Polizei und Justiz erwartet, wenn "es doch passiert"?
- ✘ welche Rechte Sie haben?

In unseren Seminaren wollen wir Ihnen diese und weitere Fragen beantworten.

Erleben und erlernen Sie

- ✘ Handlungsmöglichkeiten
- ✘ Verhaltenshilfen
- ✘ mentale Vorbereitung

um künftig Gefahrensituationen besser erkennen und vermeiden zu können.



Seminarbeschreibung

- ✘ Bis zu 20 Personen können an einem Seminar teilnehmen.
- ✘ Teilnahmeberechtigt sind Mädchen und Frauen.
- ✘ Darüberhinaus bieten wir für bestimmte Personengruppen spezielle Seminare an – auch an Senioren und Behinderte
- ✘ Für die Teilnahme ist keine besondere körperliche Fitneß erforderlich. Übliche bequeme Kleidung ist ausreichend.
- ✘ Die Teilnahme ist grundsätzlich kostenlos.

Haben Sie Interesse daran, Ihre persönliche Handlungskompetenz zu erhöhen?