

#SÜD-WEST 01. April 2019

# OV Mainz – Erfolgreiches Seminar „Alltagstaugliche Selbstbehauptung & Selbstverteidigung“

Bereits vor zwei Jahren hat der Ortsverband Mainz zwei Seminare für Frauen durchgeführt. Am 16. März 2019 gab es nun ein weiteres Seminar, für Kolleginnen und Kollegen im Kundenkontakt (Busfahrer, Zugbegleiter, usw.), das zusammen mit dem VDES organisiert wurde. Sponsor war der Fonds soziale Sicherung.



Unsere Kolleginnen waren begeistert. Für das Catering sorgte der Ortsverband, die Zeit hat jeder selbst mitgebracht.

Themen waren unter anderem:

- Präventives Verhalten
- psychologische Einstellung
- Selbstbewusstsein

- Abwehrtechniken

Wer Interesse an einer Fortsetzung oder Wiederholung hat kann sich gerne melden.

Wir brauchen dazu mindestens 8 – 12 Anmeldungen.

#### **Downloads**



Aushang

(PDF, 581.97 KB, Wird in neuem Fenster/Tab geöffnet.)

(/fileadmin/Regionen/Sued-

West/2019/Aushangnach\_Durchfuehrung160319-200319.pdf)