

# Selbstbehauptungskurs

---

## Selbstbehauptungskurs kompakt

Sexualisierte Gewalt ist ein allgegenwärtiges Problem. Martin Gerstner, Polizeihauptkommissar, erfahrener Trainer und Experte auf dem Gebiet physischer und psychischer Gewalt, beschäftigt sich seit fast 40 Jahren mit diesem Thema und hat über 300 Seminare hierzu durchgeführt.

In diesem „Kurzseminar“ liegt der Schwerpunkt in der Aufklärung, wo, wann und wie Übergriffe stattfinden, wer die Täter sind und wie man sich davor schützen kann. Dabei werden den Teilnehmer\*innen praktische Tipps zur Selbstbehauptung in Bedrohungssituationen an die Hand gegeben.

**Zielgruppe:** Alle Mitarbeitenden der Stadtverwaltung Bühl

**Termine:** Donnerstag, 30. Juni 2022  
8:30 – 12:30 Uhr

**Ort:** Ratssaal, Friedrichsbau

**Übungsleiter:** Martin Gerstner

**Mitzubringen:** Getränk und Snack, je nach persönlichem Bedarf

**Teilnehmerzahl:** maximal 15 Personen

**Anmeldefrist:** 15. Juni

Das Seminar findet während der Arbeitszeit statt. Die aktuell gültigen Corona-Regeln sind zu beachten.