



Sei dabei für nur 49 €

Das Training ist speziell auf die Lebenssituation von Senioren zugeschnitten. Themen sind Verhaltensweisen bei Übergriffen. Wie verhalte ich mich bei Bedrängnis an der Haustür, im Bus oder in der Öffentlichkeit? Oder wie halte ich am besten meine Handtasche, damit sie nicht entwendet wird?

5-STÜNDIGER WORKSHOP

# Sicherheitstraining für Ältere im Alltag

24. Mai 2025 | 10:00-15:00 Uhr in Hagen

Es geht um die Vermittlung von Hintergrundinformationen, das Erkennen von Gefahren & einfachen Selbstverteidigungstechniken **bei verbalen & körperlichen Übergriffen**. Wie trete ich auf, um in Stress- & Konfliktsituationen handlungsfähig zu bleiben oder Konflikte möglichst zu vermeiden? Dazu spielen wir ein paar Alltagssituationen durch...

angeleitet von der Kriminologin  
Ramona Stöpghoff Fit gegen Gewalt®

SPORT  
BILDUNGSWERK  
HAGEN E.V.  
IM STADTSPORTBUND

Freiheitstr. 3  
58119 Hagen  
02331-207-5111

**Anke Tauer**

a.tauer-sbw@ssb-hagen.de  
www.sportbildungswerk-  
nrw.de/hagen  
einfach QR-Code scannen:



**SBWNRW**  
DAS SPORTBILDUNGSWERK