

## Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Frauen Workshop

20.04.2024 09:00 Uhr bis 16:00 Uhr  
in Regensburg

Veranstaltung 24/22/315

### Zielgruppe

Frauen des ver.di Bezirkes Oberpfalz und interessierte Bürgerinnen

### Seminarinhalt

Vielfältig sind die Formen von Gewalt, denen Frauen ausgesetzt sind. Ihnen mehr Sicherheit und Selbstbewußtsein in gewaltträchtigen und diskriminierenden Situationen zu vermitteln, ist das Anliegen dieses Seminars.

Dieser Kurs soll helfen, mögliche Gefährdungssituationen im Vorfeld zu erkennen und Strategien zu entwickeln, diese zu umgehen oder ohne Schaden zu überstehen. Sichereres Auftreten und Stärkung der eigenen Kompetenz im öffentlichen Raum sind Schwerpunkte der Veranstaltung, der kleinere Teil Selbstverteidigung wird mit einfachen und effektiven Techniken geschult und erprobt.

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung. Die Plätze sind auf 16 Personen berenzt. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist versichert.

### Veranstaltungsort

Gewerkschaftshaus Regensburg  
Paradiesgarten  
Richard-Wagner-Straße 2  
93055 Regensburg



## Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Frauen Workshop

Veranstaltung 24/22/315 : 20.04.2024

### Teilnahmegebühr

€ 105,00 pro Person

(inkl. Verpflegung und zzgl. evtl. der Kosten für Unterkunft)

Diese Veranstaltungen stehen allen Teilnehmer/innen offen. Jedoch erhalten ver.di-Mitglieder eine Ermäßigung für diese Seminare. Mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie eine Rechnung, die Sie bitte vor Seminarbeginn unter Angabe Ihres Namens und der Veranstaltungsnummer auf das angegebene Konto überweisen.

Bei Seminaren in Kooperation mit dem ver.di Landesbezirk erfolgt die Anmeldung grundsätzlich zunächst über den Bezirk, die Personengruppe oder den Fachbereich (Bestätigung durch Unterschrift). Andere Anmeldungen zu diesen Veranstaltungen werden nachrangig behandelt und werden erst bei Nichtauslastung berücksichtigt.

Grundsätzlich übernimmt das Bildungswerk der ver.di in Bayern e. V. keine Reisekosten für Seminare und Veranstaltungen.



## Verbindliche Anmeldung für das Seminar

(bitte in Druckschrift und leserlich ausfüllen)

### Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Frauen

24-22-315

20.04.2024

Privatanschrift

-----  
Name, Vorname

-----  
Straße

-----  
PLZ/Ort

-----  
Email-Adresse

-----  
Telefon

Übernachtung:  Ja  Nein

ver.di-Mitglied:  Ja  Nein

Firmen/Rechnungsanschrift

-----  
Name, Vorname

-----  
Straße

-----  
PLZ/Ort

-----  
Email-Adresse

-----  
Telefon

Fax

Kostenübernahmeerklärung des Arbeitgebers

Die Seminarkosten für den Teilnehmer werden von uns übernommen

-----  
Ort, Datum

-----  
Unterschrift und Firmenstempel

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen des Bildungswerkes der ver.di in Bayern e.V. die Sie mit der Anmeldung anerkennen. Die Angaben werden nach § 4 Abs. 1 i.V.m. §28 Abs. 2 BDSG "zum Zwecke der Veranstaltungs-organisation und weiteren Bildungsplanung" mit Hilfe der elektronischen Datenverarbeitung gespeichert und verarbeitet. Bestimmungen zum Datenschutz werden selbstverständlich eingehalten.