

ANTIGEWALTWOCHE STRALSUND 2023

Montag 20.11.23

Selbstverteidigungskurs

Deeskalation, Stresstraining, einfache Techniken für Selbstverteidigung für Frauen

13:00 – 15:00 Uhr

Kampfsportschule WuDao | Bielkenhagen 5

Workshop 1

Worauf liegt mein Fokus und wie kann ich meine Ziele erreichen?

16:00 – 18:00 Uhr

Ev. Kirchengemeinde Luther-Auferstehungsgemeinde Stralsund
Tetzlawstraße 68

Dienstag 21.11.23

Infoveranstaltung

mit Präventionspolizistin bzw. Opferschutzbeauftragtem „Wie weit darf ich gehen?“ Rechtliche Grundlagen der Selbstverteidigung.

14:00 – 16:00 Uhr

Ev. Kirchengemeinde Luther-Auferstehungsgemeinde Stralsund
Tetzlawstraße 68

Workshop 2

Stärkung Selbstwert und was hat das mit meinem Partner zu tun?

neue Anfangszeit: 16:00 – 18:00 Uhr

Hochschule Stralsund

Zur Schwedenschanze 15 | Haus Nr. 4, Raum 136

Donnerstag 23. November

Auftaktveranstaltung

„Integrative Karte für Frauen und Mädchen in Stralsund“

11:00 – 13:00 Uhr

Rathaus | Konferenzsaal

Freitag 24. November

Selbstverteidigungskurs

Deeskalation, Stresstraining, einfache Techniken für Selbstverteidigung für Frauen.

13:00 -15:00 Uhr

Kampfsportschule WuDao | Bielkenhagen 5

Samstag 25. November

Workshop 3

„Me-Time“ in der heutigen schnelllebigen Zeit bewusst genießen. Warum schaffen es manche Menschen nicht, einfach in Stille zu sitzen und sich wohlzufühlen?

10:00 – 12:00 Uhr

Maritimes Stadtteilzentrum des Kreisdiakonischen Werkes | Großer Diebsteig 3