

# „Mädels unschlagbar – sicher durchs Leben“

## Selbstsicherheits- und Selbstbehauptungskurs für Mädchen von 8 - 17 Jahren

Mädchen und Frauen haben einen höheren Gefahrenquotienten und fühlen sich häufiger hilflos in übergriffigen Situationen. Silvia und Kelly Sach, Gewaltprävention-Pädagogen zeigen Mittel und Wege, wie sich Mädchen und junge Frauen wirksam verteidigen und wehren können.

Wie kann „frau“ Übergriffen von Fremden z.B. beim Joggen, im Bus, in der Schule wirkungsvoll begegnen. Wie kann „frau“ einen beginnenden Konflikt entschärfen und sich bei einem eskalierenden Konflikt verhalten? Gewaltprävention bietet hierfür die besten Grundlagen. Genau das vermitteln die beiden Trainer\*innen auf begeisternde Art den Teilnehmerinnen. Selbstverteidigungstechniken, Mobbing und dabei cool bleiben, mit einfachen Mitteln selbstbewusst und stark werden.

Freitag, 22.04.2022, 14:00 - 17:30 Uhr  
Heinrich-Heine-Realschule plus, Neuwied

Jetzt anmelden unter 02631 390730 oder  
per E-Mail [mgh@fbs-neuwied.de](mailto:mgh@fbs-neuwied.de)

"Mädels unschlagbar" ist kostenfrei. Die Plätze sind begrenzt. Anmeldungen werden nach Datum der Anmeldung berücksichtigt.

Anmeldungen:  
MGH Neuwied, Wilhelm-Leuschner-Str. 5  
Telefon: 02631 - 390 730,  
Email: [mgh@fbs-neuwied.de](mailto:mgh@fbs-neuwied.de)



**Doris Eyl-Müller**

Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Neuwied

**Rita Hoffmann-Roth**

Gesundheitsförderung und Prävention des Landkreises Neuwied

**Bea Röder-Simon**

Koordinatorin Mehrgenerationenhaus Neuwied



GKV-Bündnis für  
**GESUNDHEIT**

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V



**Mehr  
Generationen  
Haus**

Miteinander – Füreinander