



## **„Fit für die Party“**

Selbstverteidigungskurs für Jugendliche von 13-16 Jahren  
am 27.04.24 von 10 – 16:00 Uhr  
in der katholischen Kirche St. Albert, Bertramstraße 45, 60320 Frankfurt

Inhalt dieses Kurses ist die Sicherheit der Jugendlichen rund um die Party.

- Was kann ich tun, damit ich trotz viel Spaß sicher wieder nach Hause komme
- Gefahren erkennen (z. B. richtiges Verhalten in der Bahn, mit wem fahre ich im Auto mit, wer kann mir unterwegs helfen usw.)
- Verhalten auf der Party und unterwegs unter anderem z.B.
  - wenn ein Typ aufdringlich wird
  - ich möchte etwas Anderes, als alle anderen (gehen, bleiben, nicht konsumieren...)
  - „im Rausch der Sinne“ vermeiden von Drogen, Alkohol und KO Tropfen
- „Notfallequipment“
- Wenn reden nicht mehr hilft .....  
(geübt werden leicht erlernbare Techniken der Selbstverteidigung)

Eine Alkoholbrille lässt die Teilnehmer/innen erfahren, wie eingeschränkt die Möglichkeiten unter Alkoholeinfluss sind.

Wir helfen ein gesundes Gefahrenbewusstsein zu entwickeln!

Die Kursgebühr beträgt pro Teilnehmenden € 60,00

Eine Teilnahme ist unabhängig von einer Mitgliedschaft im Polizeisportverein GW Frankfurt

Anmeldung und weitere Informationen unter:

Polizeisportverein GW Frankfurt

Kursleiter: *Ilona Flick und Dieter Neumüller*

E-Mail: [Dieter.Neumueller@psv-frankfurt.de](mailto:Dieter.Neumueller@psv-frankfurt.de)

Tel.: 0157 / 589 72 033