



## Selbstverteidigungskurse „Drehungen“

**Kurse für  
Mädchen  
und Frauen**

Details siehe  
Rückseite

# Selbstverteidigung

[frauenbuero@stadt-salzburg.at](mailto:frauenbuero@stadt-salzburg.at)  
0662 8072-2046



Frauen  
Büro

# STOPP! AB HIER SETZE ICH GRENZEN.

Du hast keine Lust auf anzügliche Bemerkungen, Übergriffe und sexuelle Belästigung.

Du weißt aber nicht, wie du dich wehren kannst?

Dann bist du hier richtig.

## Selbstverteidigungskurse „Drehungen“ von Frauen für Mädchen und Frauen!

- Die eigenen Grenzen kennen
- Die eigenen Grenzen deutlich machen
- Wirkungsvoll „nein“ sagen
- Sich Übergriffen widersetzen
- Selbstbestimmt auftreten

### Für Mädchen und Frauen:

Kurse in St. Virgil:

Anmeldung, Kosten und Termine unter  
[www.stadt-salzburg.at/frauen](http://www.stadt-salzburg.at/frauen)

**Kurse für Mädchen an Mittelschulen**, am Sonderpädagogischen Zentrum und an der Polytechnische Schule. Als schulbezogene Veranstaltung direkt einen Termin mit der Trainerin Franziska Wührer vereinbaren:  
0664/73 61 26 46.

### Du bist dabei?

Dann melde dich bitte im Team Vielfalt der Stadt Salzburg unter  
0662 / 8072-2045 an.

Franziska Wührer: zertifizierte Drehungen-Trainerin, Sozialarbeiterin, Erziehungswissenschaftlerin, Psychotherapeutin in freier Praxis.