

Einladung zum Gesprächskreis

- Achtsamkeit -

Gewalt in der Öffentlichkeit erkennen und angemessen reagieren

Diese Veranstaltung richtet sich an interessierte Personen ab 40 Jahren, die sich durch steigende Gewalt in der Öffentlichkeit verunsichert fühlen.



Vor dem Hintergrund steigender Gewaltbereitschaft hat Hanno Schneider ein Konzept erarbeitet, um den Gesprächsteilnehmern die Bedeutung der Achtsamkeit in Bezug auf potentielle Gewaltsituationen zu vermitteln.

Die Teilnehmer sollen durch Sensibilisierung "Spielräume" erkennen, um sich in Gewaltsituationen besser zurechtzufinden.

Im Fokus steht dabei nicht das Einüben von Verteidigungshandlungen. Vielmehr werden kritisch empfundene Situationen aufmerksam betrachtet, strukturiert und auf alle Reaktionsmöglichkeiten hin ausgelotet.

Das Thema wird an zwei Abenden behandelt:

- 18.04.2016, 18.30-21.00 Uhr:
Sensibilisierung und Tipps zur Verbesserung der Achtsamkeit
(2 Std. mit kurzer Pause)
- 25.04.2016, 18.30-21.00 Uhr:
Praktische Tipps zur Gewaltvermeidung, aber auch zur Gewaltabwehr
(2 Std. mit kurzer Pause)

Die Teilnahmegebühr beträgt 25,00 EUR.
Die Teilnehmeranzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Anmeldung beim ASB OV Illingen
Poststraße 7, 66557 Illingen
Telefon: 06825 / 46290
email: illingen@asb-saarland.de