



Liebe Freundinnen und Freunde von SOG. THEATER!

So knapp vor Weihnachten gibt es noch ein paar News und eine Geschenkidee für 12 - 14 jährige Kinder, Nichten oder Neffen. SOG. THEATER spielt am Freitag, 13. Jänner 12 im Akzent Theater Wien. Karten dafür sind noch zu haben. Zwei weitere Freitag Abende und zwar den 11.5. und den 5.10. kann man im Kalender 2012 für SOG playback THEATER reservieren.

Danke für die Treue im heurigen Jahr, das Interesse an uns und unserem Theater und hoffentlich auf ein Wiedersehen im Jahr 2012,

das SOG. THEATER Team

Brigitte, Edith, Franz, Ingrid, Ivanka, Julia, Leo, Margarete, Martina, Sabine, Sebastian, Susanne und Thomas

Freitag, 13. Jänner 2012 um 19.00 h Wien, Akzent Theater

Wir spielen mit deinem Leben

Du kannst auf die Bühne kommen, dich auf den Erzählerstuhl setzen und erzählen was dich bewegt: ernste, witzige, traurige, dumme oder g'scheite Gschichten. Und sofort erlebst du live, wie deine Geschichte auf der Bühne lebendig wird. Alles entsteht im Moment. die Moderation und die SpielerInnen passen jedenfalls gut auf, dass mit den erzählten Geschichten respektvoll umgegangen wird. Alle Geschichten sind willkommen: Du kannst die Themen, die dir wichtig sind und zu denen du eventuell eine Geschichte erzählen willst, bei uns deponieren. Die vorgeschlagenen Themen werden zu Beginn der Vorstellung vom Publikum, also auch von dir, gevotet. Komm, rede mit und erlebe dein *story on stage!* Oder du schaust einfach nur zu und genießt.

Für Kids zwischen 12 und 14 Jahren und ihren Begleitpersonen

Karten: Mo - Sa von 13 - 18 h, Karten Hotline: 01 / 501 65 / 3306

<http://www.akzent.at>

Vorankündigung:

Freitag, 11. Mai 2012 - 19.30 h und

Freitag, 5. Oktober 2012 - 19.30 h

Playback Theater

in und mit dem Stadtmuseum Wr. Neustadt. Näheres folgt.

Ausgezeichnet

Über zwei Auszeichnungen durfte sich SOG. THEATER im November freuen. Das Projekt *Frauen.Arbeit* in und mit der Gemeinde Grafenbach - St. Valentin wurde mit dem Kulturpreis des Landes NÖ ausgezeichnet. Genaueres zum Projekt gibt es in einer Broschüre zum Nachlesen. (siehe www.sog-theater.com)

Das Projekt TIM - Theater im Museum mit und im Industrieviertel Museum Wr. Neustadt, gesponsert von der Wr. Neustädter Sparkasse, wurde für MAECENAS der WKO nominiert. Beides waren Projekte im Rahmen des Industrieviertel Festivals 2011.

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir von

THEATER selber machen

möchten Sie auf unsere völlig neu gestaltete Website

www.nudelburg.at

aufmerksam machen.

THEATER selber machen

Mag. Raphael Protiwensky-Schenk

*Staudgasse 5/9
A-1180 Wien*

Tel/Fax: 0043 +1 406 83 59

Mobil: 0043 +664 41 59 473

raphael.protiwensky@utanet.at

Besuchen Sie auch: www.nudelburg.at



A-3910 Zwettl, Galgenbergstraße 2
Tel: 02822/52271 Fax: 52271-5 office@frauenberatung.zwettl.at
www.frauenberatung.zwettl.at

Öffnungszeiten: Mo 8-13 Uhr, Di und Fr 9-13 Uhr, Do 9-13 Uhr und 16-19 Uhr
und gegen Voranmeldung

Beratung Betreuung Information für Frauen und Mädchen

Alltagskonflikte und Lebenskrisen

Psychische Probleme (Depression, Angst,
Sucht, ...)

Essstörungen

Trauer

Isolation und Entmutigung

Wunsch nach Stärkung des Selbstvertrauens

Kommunikationsbedürfnis

Finanzielle Angelegenheiten

Partnerschaft und Familie

Beziehungsprobleme

Schwierigkeiten in und mit der Schwangerschaft

Erziehungsprobleme

Trennung, Scheidung

Gewalt, sexueller Missbrauch

Generationenkonflikt

Rund um die Erwerbstätigkeit

Arbeitsplatz und Lehrstelle

Berufswahl, Wiedereinstieg

Förderungen und Beihilfen

Qualifizierung, zweiter Bildungsweg

Konflikte am Arbeitsplatz, Mobbing

Erwerbslosigkeit

Gleichbehandlung

Marion Luksch BA pth.

Hauptplatz 6, 3002 Purkersdorf, Telefon: 0664/3931888, Fax: 02231/66898
E-Mail: kisa@kinderschutzakademie.at, www.kinderschutzakademie.at

Kooperation der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems mit der Kinderschutzakademie

SCHILF und SCHÜLF zum Thema Gewalt unter Kindern: gewalt.macht.schule

Für das Schuljahr 2010/2011 gibt es in Kooperation der KiJA, kisa Kinderschutzakademie, Kirchl. Päd. Hochschule, Fachstelle für Gewaltprävention u.a., ein Fortbildungsangebot (SCHILF bzw. SCHÜLF) für Schulen in Niederösterreich, um Präventions- und Interventionsmaßnahmen auf der Ebene der Erwachsenen zu beginnen

Inhalt:

ReferentInnen der Kinderschutzakademie geben Hilfestellung bei Gewalt unter Kindern in Schulklassen und schulen im Rahmen von 5UE bzw. zweimal 4UE, u.a. einen Handlungsleitfaden zur Arbeit mit Kindern und Eltern im System Schule, stellen Präventions- und Interventionsprojekte vor, geben Anleitungen zu Elterngesprächen und die Möglichkeit zu Fallbesprechungen. Die TeilnehmerInnen erhalten nach Absolvierung der Fortbildung ein Zertifikat der Kinderschutzakademie.

Organisation:

Termin: nach Vereinbarung

Ort: Schulen in NÖ

Zeit: 5UE bzw. zweimal 4UE

Kosten: finanziert von der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule

ReferentInnen: MitarbeiterInnen der Kinderschutzakademie

Wenn Sie ergänzend zur SCHILF/SCHÜLF auch auf der Ebene der Kinder ansetzen möchten, gibt es die Möglichkeit der **Krisenintervention nach dem „protection modell“**. Hier wird im Rahmen des Unterrichts 3UE gemeinsam mit Kindern und LehrerInnen anlässlich eines Gewaltvorfalles gearbeitet. Ziel ist es, die beängstigende Situation möglichst schnell zu beenden, Schutz herzustellen und wieder zum Schulalltag überzugehen. Ergänzt wird dies im Sinne der Ganzheitlichkeit durch einen Elternabend (3UE).
Kosten: auf Anfrage, ReferentInnen: MitarbeiterInnen der Kinderschutzakademie

Nähere Informationen und Anmeldung:

www.kinderschutzakademie.at, per Mail an kisa@kinderschutzakademie.at oder telefonisch unter 0664/39 31 888 (dienstags und donnerstags jeweils von 08.30-12.30)

Marion Luksch BA pth.
Hauptplatz 6, 3002 Purkersdorf, Telefon: 0664/3931888, Fax: 02231/66898
E-Mail: kisa@kinderschutzakademie.at, www.kinderschutzakademie.at

NEU!

Kooperation der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems mit der Kinderschutzakademie

SCHILF und SCHÜLF zum Thema Gewalt an Kindern: Kinderschutzleitfaden (SCHUG §48 und JWG §37)

Für das Schuljahr 2010/2011 gibt es in Kooperation der KiJA, kisa Kinderschutzakademie, Kirchl. Päd. Hochschule, Fachstelle für Gewaltprävention u.a., nun auch ein Fortbildungsangebot (SCHILF bzw. SCHÜLF) zum Thema **Gewalt an Kindern** für Schulen in Niederösterreich, um Präventions- und Interventionsmaßnahmen auf der Ebene der Erwachsenen zu beginnen (strategische Prävention)

Inhalt:

ReferentInnen der Kinderschutzakademie geben Hilfestellung bei Gewalt an Kindern und schulen im Rahmen von 5UE bzw. zweimal 4UE, u.a. einen Kinderschutzleitfaden zur Arbeit mit Kindern und Eltern im System Schule, stellen Präventions- und Interventionsprojekte vor, geben Anleitungen zu Elterngesprächen und die Möglichkeit zu Fallbesprechungen. Die TeilnehmerInnen erhalten nach Absolvierung der Fortbildung ein Zertifikat der Kinderschutzakademie.

Organisation:

Termin: nach Vereinbarung
Ort: Schulen in NÖ
Zeit: 5UE bzw. zweimal 4UE
Kosten: finanziert von der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule
ReferentInnen: MitarbeiterInnen der Kinderschutzakademie

Nähere Informationen und Anmeldung:

www.kinderschutzakademie.at, per Mail an kisa@kinderschutzakademie.at oder telefonisch unter 0664/39 31 888 (dienstags und donnerstags jeweils von 08.30-12.30)



Sigmund Freud
Privat Universität
Wien Paris

**DIPLOMKURS:
*PSYCHOEDUKATION UND COUNSELLING
BEI KINDERN, JUGENLICHEN UND ELTERN***

Diplomkurs an der
SIGMUND FREUD PRIVATUNIVERSITÄT WIEN
für Angehörige aller Berufsgruppen,
die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten

Termine finden Sie unter
<http://www.sindelar.at/>



**DIPLOMKURS:
PSYCHOEDUKATION
UND
COUNSELLING
BEI KINDERN, JUGENDLICHEN
UND ELTERN**

**AN DER
SIGMUND FREUD PRIVATUNIVERSITÄT WIEN**

Konzept des Diplomkurses Counselling und Psychoedukation bei Kindern, Jugendlichen und Eltern

Counselling ist der Prozess der Unterstützung und Begleitung von Menschen, die nicht unter einer psychischen Störung leiden, aber Hilfestellung in individuellen Veränderungsprozessen oder zu speziellen Fragestellungen der individuellen Entwicklung suchen. Counselling ist also eine Interventionsform, die niederschwellig, weil nicht stigmatisierend, in besonderem Maße bei Fragen der Erziehung und gezielten Hilfestellung in Entwicklungsfragen zum Einsatz kommen kann.

Psychoedukation ist ein Begriff, der ursprünglich die Aufklärung von psychiatrischen, insbesondere psychotischen Patienten, über ihre psychische Störung meinte und dabei vom Vulnerabilitäts-Stress-Modell (Zubin und Spring, 1977) ausging. Inzwischen wird dieses Modell, das nahtlos an das Konzept des „anfälligen Organs“ der Individualpsychologie Alfred Adlers anschließt, als allgemeines Erklärungsmodell bei vielen psychischen Erkrankungen herangezogen. Sowohl die Individualpsychologie als auch das Vulnerabilitäts-Stress-Modell besagen, dass eine Erkrankung nur dann ausbricht, wenn zwei Faktoren zusammen wirken: die jeweils individuell unterschiedliche Verletzlichkeit oder Anfälligkeit (Vulnerabilität), die anlagebedingt oder lebensgeschichtlich erworben sein kann, und zusätzliche Stressfaktoren, die hinzukommen müssen, damit es zum Ausbruch einer Krankheit kommt. Protektive Faktoren, die in der Umwelt, dem sozialen Netz und den eigenen Bewältigungsmöglichkeiten zu finden sind, spielen eine entscheidende Rolle dabei, ob eine psychische Störung manifest wird.

In der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie und –psychiatrie wird Vulnerabilität als individuelle Bereitschaft, unter Risikobedingungen einen negativen Entwicklungsverlauf zu nehmen, verstanden. Genetische oder frühkindliche Risikofaktoren führen nicht direkt zu

klinisch manifesten psychischen Erkrankungen, sondern zu einer besonderen Umweltempfindlichkeit, die ungünstige Entwicklungsfaktoren besonders wirksam werden lassen. Dies führt zu einer Labilisierung der Umwelthanpassung. Infolge dieser dekompensiert das vulnerable Kind bzw. der vulnerable Jugendliche durch geringfügige Anlässe oder neue Entwicklungsaufgaben. Angeborene Risiken alleine machen noch keine seelische Erkrankung. Als adaptives Potential wird die Resultante von Vulnerabilitätsfaktoren und protektiven Faktoren verstanden (Resch, 1999, 2005). Aktuelle Ergebnisse der neurobiologischen Forschungen bestätigen dieses Konzept. (Hüther, 2005)

In diesem Sinne kommen dem Counselling und der Psychoedukation als psychosoziale Interventionsformen eine zunehmende Bedeutung in der Primärprävention von psychischen, Leistungs- und Entwicklungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen zu.

Vor allem die VertreterInnen pädagogischer und psychosozialer Berufe sowie von Gesundheitsberufen sind in ihrer Beratungskompetenz in Beziehungs- und Erziehungsfragen immer mehr gefordert, ebenso sind Kinderärzte vermehrt mit Fragestellungen konfrontiert, die nicht genuin der Pädiatrie zuzuordnen sind. Ziel dieser Interventionen ist, die protektiven Faktoren der kindlichen Entwicklung zu stärken und damit das adaptive Potential des einzelnen Kindes und Jugendlichen zu erhöhen.

Die Umsetzung wissenschaftlicher Forschungsergebnisse sowie praxisbezogener Erfahrungen der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie kann einen entscheidenden Beitrag zur Prävention psychischer Störungen im Kindes- und Jugendalter leisten.

Die Sigmund Freud PrivatUniversität Wien bietet daher einen Diplomkurs: „Counselling und Psychoedukation bei Kindern, Jugendlichen und Eltern“ an, in dem die für diese Tätigkeit notwendigen theoretischen und praktischen Weiterbildungsinhalte und Kenntnisse vermittelt werden.

Leitung:

Dr. Brigitte Sindelar

Curriculum

Der Diplomkurs: „Counselling und Psychoedukation bei Kindern, Jugendlichen und Eltern“ ist viersemestrig konzipiert, kann berufsbegleitend absolviert werden und umfasst folgende Module:

Modul 1: Grundlagen

Titel der Lehrveranstaltung	Lehrende/r	Anzahl Lehr-einheiten
Grundzüge der Kinder- und Jugendlichenpsychiatrie	Univ.Prof. Dr. Max Friedrich, Dr ⁱⁿ . Brigitte Sindelar	6
Vertiefende Entwicklungspsychologie	Dr ⁱⁿ . Brigitte Sindelar	6
Entwicklungsneurologie	Prim. Dr. Klaus Vavrik	6
Psychopharmakologie im Kindes- und Jugendalter	OA Dr.Christian Kienbacher	6
Grundzüge der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie	Dr ⁱⁿ . Brigitte Sindelar	6
klinisch-psychologische Diagnostik im Kindes- und Jugendalter	Dr ⁱⁿ . Marialuise Platz	6
Schulwesen in Österreich	VD ⁱⁿ . Gertrud Stockinger	6
Teilleistungsschwächen als Ursache von Legasthenie, Dyskalkulie und Verhaltensstörungen Modul 1	Dr ⁱⁿ . Brigitte Sindelar, Mag. Alexander Grüneis, Mag ^a . Silvia Kohnert	24
Summe Lehreinheiten		66

Modul 2: Spezielle Themen des Counselling und der Psychoedukation

Titel der Lehrveranstaltung	Lehrende/r	Anzahl Lehr-einheiten
Das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom	Prim. Dr. Karl Ableidinger, Dr ⁱⁿ Brigitte Sindelar	16
Migration	Dr ⁱⁿ Sonja Frucht	6
Erziehung und Beziehung	Dr ⁱⁿ Brigitte Sindelar	10
Kinderschutz	Dr ⁱⁿ Martina Schmucker-Csokor	10
Kind und Recht	Mag. Alexander Sadilek	6
Summe Lehreinheiten		48

Modul 3: Praxeologie

Titel der Lehrveranstaltung	Lehrende/r	Anzahl Lehr-einheiten
Dyskalkulie I	Mag. Alexander Grüneis	6
Dyskalkulie II (Voraussetzung: Dyskalkulie I)	Mag. Alexander Grüneis	6
Lerntechnik I	Mag. Alexander Grüneis, Mag ^a . Silvia Kohnert	14
Lerntechnik II (Voraussetzung: Lerntechnik I)	Mag. Alexander Grüneis, Mag ^a . Silvia Kohnert	14
Energiearbeit	Mag ^a . Silvia Kohnert	6
Sonder- und Heilpädagogik	Dr ⁱⁿ . Susanne Tschiesner	6
Gesprächsführung in der Beratung	Dr ⁱⁿ . Brigitte Sindelar	10
Summe Lehreinheiten		62

Modul 4: Selbsterfahrung und Supervision

Titel der Lehrveranstaltung	Lehrende/r	Anzahl Lehr-einheiten
Selbsterfahrung: Lebensstil – Lebensziel: die Dynamik des unbewussten Regisseurs	Dr. Gert Ahrer	18
Teilleistungsschwächen: Modul 2: Diagnostik-Supervision (Voraussetzung: Teilleistungsschwächen Modul 1)	Dr. Brigitte Sindelar, Mag. Alexander Grüneis, Mag ^a . Silvia Kohnert	18
Teilleistungsschwächen: Modul 3: Diagnostik- und Behandlungssupervision (Voraussetzung: Teilleistungsschwächen Modul 1 und 2)	Dr ⁱⁿ . Brigitte Sindelar, Mag. Alexander Grüneis, Mag ^a . Silvia Kohnert	18
Teilleistungsschwächen: Modul 4: Behandlungssupervision (Voraussetzung: Teilleistungsschwächen Modul 1 und 2 und 3)	Dr ⁱⁿ . Brigitte Sindelar, Mag. Alexander Grüneis, Mag ^a . Silvia Kohnert	18
Supervision (Voraussetzung: Teilleistungsschwächen, Modul 1,2,3,4; Vertiefende Entwicklungspsychologie)	Dr ⁱⁿ Brigitte Sindelar	10
Summe Lehreinheiten		82

Modul 5: praktische Arbeit

Summe Stunden	150
---------------	-----

Summe der Lehreinheiten mit Anwesenheitspflicht

Modul 1	66
Modul 2	48
Modul 3	62
Modul 4	82
Summe	258

Der Diplomkurs kann in vier aufeinander folgenden Semestern absolviert werden, aber auch in einzelnen Blöcken (Wochenendblöcken) besucht werden. Der praktische Teil kann ab dem zweiten Semester begonnen werden. Insgesamt ist für die Verleihung des Diploms eine Absolvierung des gesamten Kurses im Laufe von höchstens sechs Semestern vorgesehen, der theoretische Teil muss innerhalb von vier Semestern absolviert werden.

Zulassung

Zugelassen sind Angehörige pädagogischer und sozialer Berufe sowie aus Gesundheitsberufen nach einem Aufnahmegespräch zur Abklärung der persönlichen Eignung. Angehörige anderer Berufsgruppen nach Aufnahmegespräch, in dem notwendige Vorstudien vor Eintritt in den Diplomkurs sowie die persönliche Eignung abgeklärt werden.

Kosten

	Kosten	Ort
Kinder- und Jugendpsychiatrie	€ 80,00	1
Vertiefende Entwicklungspsychologie	€ 80,00	2
Entwicklungsneurologie	€ 80,00	2
Psychopharmakologie im Kindesalter	€ 80,00	2
Grundzüge der Kinder- und Jugendpsychotherapie	€ 80,00	2
klinisch-psychologische Diagnostik im Kindes- und Jugendalter	€ 80,00	2
Schulwesen	€ 80,00	2
Teilleistungsschwächen: Grundlagenmodul: Modul 1	€ 480,00	3
Das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom	€ 280,00	2
Migration	€ 80,00	2
Erziehung	€ 180,00	2
Kinderschutz	€ 180,00	2
Kind und Recht	€ 100,00	2
Dyskalkulie I	€ 85,00	3
Dyskalkulie II	€ 95,00	3
Lerntechnik I	€ 205,00	3
Lerntechnik II	€ 205,00	3
Energiearbeit	€ 115,00	3
Sonder- und Heilpädagogik	€ 80,00	2
Gesprächsführung in der Beratung	€ 180,00	2
Teilleistungsschwächen: Modul 2	€ 280,00	3
Teilleistungsschwächen: Modul 3	€ 280,00	3
Teilleistungsschwächen: Modul 4	€ 280,00	3
Supervision	€ 200,00	2
Selbsterfahrung: Lebensstil – Lebensziel	€ 280,00	2
Abschlussarbeit und Abschlusskolloquium)	€ 400,00	
Gesamtkosten:	€ 4.545,00	

Seminarorte:

- 1: Sigmund Freud PrivatUniversität Wien, 1030, Schnirchgasse 9a
- 2: Praxis Dr. Sindelar, 1190, Rudolfinergasse 1/ 4+5
- 3: Schmunzelclub Döbling, 1190, Paradisgasse 62

Wochenendblöcke können einzeln gebucht werden.

Sie erhalten für jede besuchte Wochenendveranstaltung eine Teilnahmebestätigung.

Für die Verleihung eines Diploms über die erfolgreiche Absolvierung des gesamten Diplomaltes schreiben Sie eine Abschlussarbeit in Form einer schriftlichen Falldarstellung und legen ein Kolloquium über diese Arbeit ab. Die Gesamtkosten des Diplommurses inklusive Abschlussarbeit und Kolloquium betragen € 4.545,00

Bei inhaltlicher Gleichwertigkeit können Vorstudien angerechnet werden. Über die Anrechenbarkeit entscheidet die Kursleiterin, die auch die Anrechnung vornimmt.

Kosten für das Anrechnungsverfahren: € 120

Anmeldung

Bitte, schreiben Sie an: seminare@sindelar.at
Sie bekommen das Anmeldeformular per Mail zugeschickt.
Preise gültig bis Dezember 2009

Stand März 2009

Sigmund Freud PrivatUniversität Wien
A 1030, Schnirchgasse 9a

KIDS

WingTsun ▶



GEWALTPRÄVENTION FÜR FRAUEN

Frauenorganisationen, Frauenhäuser und Selbstverteidigungs-Schulen haben eine gemeinsame Problematik: **Gewalt an Frauen.**

- Frauenhäuser bieten Schutz und Unterkunft;
- Staatliche und private Organisationen geben Unterstützung und Beratung;
- Kampfkunstschulen fördern das Selbstvertrauen durch das Training einfacher Techniken, mit denen sich jede Frau verteidigen kann.

Unser Ziel ist eine Sensibilisierung der Öffentlichkeit in Bezug auf Gewalt, speziell an Frauen und Kindern. Wir behandeln Themen wie Schuldfrage und Opferrolle und bieten individuelle Lösungsansätze.

Die Europäische WingTsun Organisation (EWTO) hat über 50 Schulen in Österreich. In diesen Schulen wird „WingTsun“ unterrichtet. Wir möchten Ihnen im Folgenden gerne das Frauenselbstverteidigungskonzept der WingTsun Schulen West-Niederösterreichs (St. Pölten, Melk, Ybbs/D, Krems, Horn, Pischelsdorf/Tulln, Eichgraben) vorstellen.

WingTsun - das ist effektivste Selbstverteidigung auf Basis einer chinesischen Kampfkunst. Dieses System wurde von einer Frau (!) vor ca. 250 Jahren entwickelt. Das Prinzip beruht nicht auf Kraft, da Frauen generell schwächer als Ihre Angreifer sind, sondern auf Technik und Effektivität.

Sie werden sich jetzt wahrscheinlich denken, dass Gewalt und Brutalität keine Lösung für eben diese sind. Mit diesen Vorurteilen haben wir leider sehr oft zu kämpfen, da wir mit Techniken arbeiten, die nach außen hin sehr aggressiv wirken, aber unser wichtigstes Motto lautet: **ein vermiedener Kampf ist ein gewonnener Kampf!**

Findet ein Angriff jedoch statt, hat jeder Mensch das Recht, sich mit entsprechender Vehemenz zu wehren: niemand muss Gewalt erdulden! Auch nicht innerhalb der Familie!

Und durch diese Selbstsicherheit, sich in jeder erdenklichen Situation wehren zu können, gewinnt man an Selbstbewusstsein. Durch dieses Selbstvertrauen und das dadurch veränderte Auftreten nach außen hin verlässt man automatisch die Opferrolle. Das hört sich sehr einfach an, und das ist es auch. Man muss lernen, sich zu behaupten! Man muss lernen, in gefährlichen Situationen das Richtige zu tun! Man muss lernen und erfahren, wie weit jemand gehen darf und wo die persönlichen Grenzen eines jeden liegen!

Die WingTsun-Schulen West-Niederösterreichs bieten an jedem Wochentag Trainingseinheiten an und veranstalten regelmäßig Frauenselbstverteidigungsworkshops.

Jede Frau ist natürlich herzlich eingeladen, jederzeit in unseren Schulen vorbeizuschauen.

Wer mehr unseren Verband erfahren möchte, kann dies unter folgenden Links tun:

- ▶ www.ewto.at (Frauen-Selbstbehauptung und Selbstverteidigung, Gewaltprävention und Kids-WingTsun). Die EWTO ist der größte professionelle Kampfkunstverband der Welt. Dort finden Sie alle Schulen in Ihrer Nähe (St.Pölten: <http://ewto.at/schools/4>)
- ▶ www.wingtsun.de (deutsche Seite mit noch mehr Infos)
- ▶ www.verteidigedich3.com (darauf basieren unsere Workshops für Frauen. Leseproben des dazugehörigen Buches gibt es direkt auf der Homepage.)

Gerne schicken wir Ihnen auch Informationen oder beantworten Ihre Fragen.

Mit freundlichen Grüßen

Daniela Haselberger
i. A. Kampfkunstschule St. Pölten
0650 411 80 56

WT- Trainingszeiten

Disziplin	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
KidsWT	16:00-17:00		16:30-17:30	16:30-17:30	
JugendWT	17:30-18:30		18:00-19:00		
Gesundheitsklasse		17:45-18:45			
WT-FitFight				17:45-18:45	
WingTsun	19:00-20:30	19:00-20:30	18:00-19:30	18:00-19:30	19:00-20:30
Technikerklasse				19:30-21:00	