10.10.2018
Fachtag für die Bewohnervertretungen im Freizeitheim Vahrenwald Hannover

Arbeitsgruppe zum Thema: Mein Körper gehört mir

In der Arbeitsgruppe wurde darüber gesprochen, was man tun kann, wenn einem jemand zu nah kommt.

- Ich sage deutlich STOP sagen und sehe die Person dabei an.
- Wenn derjenige das trotzdem wieder macht, kann man eine Person, die man mag, um Hilfe bitten.
- Man kann die Frauenbeauftragte um Unterstützung bitten.

Frauen bekommen auch Rat und Hilfe beim Frauennotruf in Hannover.
Der Frauennotruf ist telefonisch unter 0511-332112 zu erreichen.
Wenn sie nicht aus Hannover kommen, können die Mitarbeiterinnen trotzdem helfen.
Sie haben ein Verzeichnis von Adressen in ganz Niedersachsen.
Die Mitarbeiterinnen nehmen sich Zeit für sie und glauben ihnen. Es gibt auch die Möglichkeit, dass sie eine Mitarbeiterin vom Frauennotruf besucht. Das kostet nichts.

Männer bekommen Rat und Hilfe beim Männerbüro in Hannover.
Das Männerbüro ist telefonisch unter 0511- 123589 zu erreichen.
Wenn sie nicht aus Hannover kommen, können die Mitarbeiter trotzdem helfen.
Sie haben ein Verzeichnis von Adressen in ganz Niedersachsen.
Die Mitarbeiter nehmen sich Zeit für sie und glauben ihnen. Es gibt auch die Möglichkeit,
dass sie ein Mitarbeiter vom Männerbüro besucht. Das kostet nichts.

Selbstverteidigung Wen do

Man kann auch Menschen einladen, die einen Selbstverteidigungskurs, Wen do, machen. An so einem Kurs können Menschen mit allen Behinderungen teilnehmen.
Es gibt Kurse für Frauen und Männer.
Sehr gut macht das Ira Morgan.
Ihre Internetseite ist www.perspectiva-morgan,de.
Ihre Telefonnummer ist 05043-961514.