

## **Werde aktiv am Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen und erlebe dieses einzigartige Event von Frauen für Frauen in Hamburg!**

**In diesem Workshop lernst Du von Kampfkünstlerinnen, Sportlerinnen und Polizistinnen wie Du Dich vor Gewalt schützen kannst.**

**Mitmachen kannst Du, wenn Du zwischen 18 und 100 Jahren alt bist,  
sportliche Vorkenntnisse sind nicht notwendig!**

**In den Pausen bietet unser „Kasten-Café“ in der Turnhalle heiße Getränke und süße Teilchen an.**

**Die Teilnehmerzahl ist begrenzt,**

**darum sichere Dir hier schnell Dein Ticket für 15 €: [frauensport@djjv.de](mailto:frauensport@djjv.de)**

**Bitte selbst mitbringen:**

**Bequeme Sportkleidung (z.B. Jogginganzug) und Turnschuhe**

**Getränke + Verpflegung**

### **Die Referentinnen und ihre Themen:**

**Lina Khalifeh, Gründerin von „she-fighter“,**

der ersten Schule für Frauen-Selbstverteidigung in Amman/Jordanien. Für dieses aufsehenerregende Engagement *erhält sie inzwischen weltweite Anerkennung, darunter sogar von*

*US-Präsident Barack Obama: <https://www.youtube.com/watch?v=ru8MoRS1xWY>*

Extra für diesen Workshop kommt Lina zu uns nach Hamburg.

Sie wird ihre Unterrichtseinheiten in englischer und arabischer Sprache halten und natürlich gibt es eine deutsche Übersetzung.

**Fatma Keckstein, Frauenreferentin des Deutschen Ju-Jitsu Verbandes e.V.**

Die Hamburger Ju-Jitsu-Trainerin engagiert sich schon seit vielen Jahren ehrenamtlich gegen Gewalt an Frauen und Mädchen und leitet Selbstverteidigungsseminare für Frauen jedes Alters in ganz Deutschland. Als Initiatorin des Events freut sie sich schon sehr auf alle, die dabei mitmachen und auf ein Wiedersehen mit Teilnehmerinnen ihrer bisherigen Kurse.

**Daniela Brandt** und ihre Sportkolleginnen des **Deutschen Turnerbundes e.V.**

präsentieren mit einfachen Yoga-Übungen wie viel Spaß es macht, sich zu bewegen und fit zu werden.

Mit Umsicht und Sachverstand führen die ausgebildeten Trainerinnen ihre Teilnehmerinnen in die Übungen hinein – und auch wieder heraus :)

**Beamtinnen der Kriminalpolizei Hamburg**

geben im Rahmen eines Vortrages allgemeine Informationen zur Gewaltprävention sowie zum polizeilichen Handeln bei Beziehungsgewalt.

Die Schwerpunkte liegen dabei auf der Früherkennung von möglicherweise gefährlichen Situationen und der Notwendigkeit, frühzeitig Position zu beziehen. Außerdem beleuchten sie die Rolle der Polizei bei Gewaltstraftaten im häuslichen Bereich und stellen konkrete Maßnahmen hinsichtlich der Parteien Opfer, Kinder und Täter vor.