

Unser Ziel ist es, eine optimale Nachhaltigkeit zu erreichen.

Entscheidende Verhaltensänderungen sind nicht ausschließlich an einem Vormittag möglich.

In unserem Seminar wird die Basis geschaffen, auf der gemeinsam weiter aufgebaut wird: Eltern, Lehrkräfte und das WO-DE-Team.

Die Lehrkräfte sind während der Schulung anwesend.

Für die Eltern findet ein Informationsabend mit Tipps zum Inhalt der WO-DE-Schulungen statt.

**Dauer:**  
Pro Gruppe ca. 3 Schulstunden  
plus Elternabend

**Preis:**  
10,00€ / Kind inkl. Eltern

**Information / Organisation**  
Deutschland, Österreich, Schweiz, Belgien, Italien

WO-DE-Sicherheitsschulungen  
Ickelsamerstr. 32  
D-81825 München  
office@wo-de.info  
Fon: +49 (0) 89-889 888 58  
Fax: +49 (0) 89-42724193

### **Geschäftsführung**

Holger Schumacher  
Lütjenseer Str. 18 a  
D-22946 Großensee  
Fon: +49 (0) 4154-99 490 11  
Fax: +49 (0) 4154-99 490 13  
holger.schumacher@wo-de.info  
US-Id-Nr.: DE 1577 53591



[www.wo-de.de](http://www.wo-de.de)

**wo-de**®

Sicherheitsschulungen  
Kompetenz durch Erfahrung

**Neu!**

## **Sicher unterwegs**

ein Projekt zur Gewaltprävention an  
Schulen für Jugendliche



**seit 1983**



Jugendliche sollen zu selbständigen und selbstbewussten Menschen heranwachsen.

Wir, das WO-DE-Team, haben es uns zur Aufgabe gemacht, Menschen -Kinder, Jugendliche und Erwachsene- im Bereich Selbstbehauptung und Selbstverteidigung zu schulen und weiterzubilden.

Ein Ziel unserer Seminare ist, sich die Handlungsfähigkeit auch unter Stress (z.B. in Notwehrsituationen) zu erhalten, denn Konflikte lassen sich besser lösen, wenn wir darauf vorbereitet sind!

1983 entwickelte Holger Schumacher (ehemaliger Angehöriger der Polizei-Spezialeinheit MEK / SEK beim Landeskriminalamt Hamburg, ausgebildeter Erstsprecher bei Geiselnahmen, 8-facher deutscher Meister im Karate/Ju-Jutsu-Wettkampf, Sportübungsleiter gem. DLV, Buchautor („Starke Kinder wehren sich“, Kösel- Verlag) mit Unterstützung von Diplom-Psychologen, Polizeibeamten, Psychotherapeuten und Erziehern das WO-DE-Konzept.

Über 90.000 Frauen, Männer und Kinder haben bereits an WO-DE-Schulungen teilgenommen. Für viele hat sich das Konzept in unterschiedlichen Situationen und im Ernstfall bewährt, wie ehemalige Seminarteilnehmer/-innen berichteten.

Jetzt wurden auch typische Teilbereiche für Schulen ausgearbeitet und weiterentwickelt.

## Ziele unseres WO-DE-Konzeptes

Das Selbstbewusstsein ist nicht angeboren, sondern eine zentrale Eigenschaft, die sich von Kindheit an entwickelt. Ein Mensch, der Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit ausstrahlt, veranlasst seine Umgebung, ihm mit Wertschätzung gegenüber zu treten.

Die Unantastbarkeit ist weitgehend gesichert. Mehr Selbstbewusstsein hat auch Auswirkung auf den eigenen Körper. Konflikte vermeiden und eindeutige Signale nach außen geben, kann durch die Körpersprache hervorgerufen werden.

Selbstbewusstsein können Menschen nicht durch theoretisch vermittelte Verhaltensweisen erwerben, sondern nur durch das Wissen um ihre spezifischen psychischen und physischen sowie praktischen Fähigkeiten und Möglichkeiten.

Die einzelnen Themen werden mit Empathie und Feingefühl und je nach Alter und Entwicklungsstand der Kinder individuell vermittelt.

Es werden keine Ängste vermittelt, sondern Lösungsstrategien, die die Jugendlichen noch stärker und sicherer machen sollen.

### Unser Motto lautet:

**Das Leben ist schön, und nicht an jeder Ecke lauern schlechte Menschen!**

## WO-DE-Schulungsprogramm

### -Sicherheit auf den Schulweg-

#### Dauer:

ca. 3 Schulstunden

Die Schulung findet, abhängig von der Schülerzahl, mit ein bis zwei Trainern statt.

#### Inhalte:

- Reden und „Nein“ sagen
- Verhalten in öffentlichen Verkehrsmitteln
- Wie und wo bekomme ich Hilfe
- Verhaltenssteuerung unter Stress
- Wie helfe ich, ohne selbst in Gefahr zu kommen
- Raub / räuberische Erpressung
- Praktische Übungen für jede(n) Jugendliche(n)
- Besprechung individueller Fragen und Probleme