



*for* **life** by dolife  
ANTI-GEWALTSEMINAR



## **FORLIFE - DAS ANTI-GEWALT ZIVILCOURAGE SEMINAR VON DOLIFE**

Überfall in der U-Bahn, Schlägerei auf dem Schulhof, Übergriff nach Discobesuch – Solche Schlagzeilen sind heutzutage fast alltäglich. Jedoch kein Grund, sich daran zu gewöhnen.

Gewalt und Kriminalität befinden sich de facto auf einem unglaublich hohen Niveau. Dementsprechend verbreitet ist die Angst, Opfer eines solchen Übergriffes zu werden.

Erfahrungen und Statistiken zeigen jedoch, dass es unausweichliche oder gar schicksalshafte Gewaltangriffe nicht gibt. Wer sich in Situationen akuter Gefahr durch Aggressionen und Gewalt richtig verhält, der signalisiert: Ich stehe als Opfer nicht zur Verfügung. Denn generell gilt: Täter suchen Opfer, keine Gegner.

Sich und andere effektiv gegen Gewalt und Kriminalität zu schützen ist keine angeborene Begabung. Es ist eine soziale Kompetenz, die erlernt werden muss, und bei dolife erlernt werden kann. Auch wenn sie bereits Opfer eines Übergriffes geworden sind.

In unserem forlife-Seminar lehren wir Ihnen, wie Sie sich jederzeit optimal schützen und körperlichen Übergriffen wirksam vorbeugen können. Wir vermitteln Ihnen ein psychologisch, kriminologisch-kriminalistisch fundiertes Konzept im Umgang mit bedrohlichen Situationen.

Sie profitieren von den langjährigen Erfahrungen und Erkenntnissen eines von uns entwickelten, effektiven Selbstschutzsystems. Erfahrene Trainer zeigen Ihnen auf lockere, ungezwungene Art, wie Sie kritische Situationen schon im Ansatz erkennen und richtig reagieren. Des weiteren lernen Sie, wie Sie anderen Menschen in gefährlichen Situationen zur Seite stehen können, ohne dabei selbst ins Fadenkreuz der Gefahr zu geraten.

Wir konzipieren die forlife-Seminare ganz nach Ihren persönlichen Wünschen und Vorstellungen. Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns. Wir freuen uns auf Sie.

---



**TRAININGSANGEBOT:**

forlife - "Umgang mit Aggression und Gewalt im öffentlichen Raum"  
in Zusammenarbeit mit dem Anti-Gewalt-Projekt der Berliner Polizei

**ZIELGRUPPE:**

Menschen ab 10 Jahre

**TRAININGSZIEL:**

Jederzeit optimaler Schutz vor körperlichen Übergriffen

**KOSTEN:**

Kosten des Seminars sind 210 Euro, Jugendliche zahlen 110 Euro.

Es gibt 10 % Familienrabatt

Es besteht die Möglichkeit bei geringem Einkommen einen Teil der Kosten finanziert zu bekommen

---

*weiterführende Informationen: [www.dolife.de](http://www.dolife.de)*

**KONTAKT:**

dolife KG  
Geschäftsführer Stefan Boehm

Eisenzahnstr. 64  
10709 Berlin  
Telefon: (030) 809 62 937  
Fax: (030) 809 62 938  
Email: [post\[at\]dolife.de](mailto:post[at]dolife.de)