

# SAMO:UVERENI!

SAMOODBRANA

SELBSTVERTEIDIGUNG



SAMOZAŠTITA

SELBSTSCHUTZ

SAMOPOTVRĐIVANJE

SELBSTBEHAUPTUNG



SAMOPOUZDANJE

SELBSTVERTRAUEN

SAMOPOMOĆ

SELBSTHILFEKOMPETENZ

# SAMOODBRANA

## za i sa ženama izbeglicama

- Kada? 18./19. i 25./26.09.2021  
(od 09.00-16.00 časova)
- Gde? Kleine Turnhalle Lindlar  
(Brionner Str. 1, 51789 Lindlar)
- Šta? - Jačanje samouverenosti/ samopouzdanja  
- Učenje efikasnih tehnika samoodbrane
- Ko? Učesnice/ žene starije od 16 godina
- Cena? 0,-€ (uključeno: obroci/briga o deci/prevoz u oba  
smera)
- Lider de curs? Taekwondo Team Kocer

### Registracija i pitanja:

Kreissportbund Rheinisch-Bergischer Kreis e.V.

Gospođa Miriam Kretzer

E-pošta: [kretzer@kreissportbund-rhein-berg.de](mailto:kretzer@kreissportbund-rhein-berg.de)

Telefon: 02202 2003 - 76

### Informacije i prijevodi:



- English / english
- Arabisch / عربي
- Türkisch / türk
- Rumänisch / română
- Russisch / русский
- Albanisch / shqiptare
- Somalisch / somali
- Serbokroatisch / srpskohrvatski

Financirano iz:

WILLKOMMEN  
IM SPORT



Die Beauftragte der Bundesregierung  
für Migration, Flüchtlinge und  
Integration



Organizator:



OBERBERGISCHER KREIS  
DER LANDRAT