

## » Kurz aber schmerzlich «

### Weiterbildungsnachmittag der zentralen Dienste zum Thema Gewaltprävention

Am Weiterbildungsnachmittag der zentralen Dienste vom 5. Mai 2017, wurde das Thema Gewaltprävention näher behandelt. Der Nachmittag begann im Konferenzzimmer der Kommende 1906. Das Thema Gewalt, körperlich wie auch psychisch, wurde uns durch die Abteilungsleitenden erläutert. Ab und zu ist es überall ein Problem. Angesprochen wurden z. B eine spezielle Weste, welche Kinder zur Beruhigung verhilft oder die sogenannten Käsetüren in den Internaten.

Nach diesem theoretischen Input ging es mit einem praktischen Teil in der kleinen Turnhalle weiter. Es gab diverse Übungen zur Selbstverteidigung. Dies sind einige davon:



Diese Griffe kommen dann zum Einsatz, wenn direkter Kontakt zum Angreifer besteht. Die Schnelligkeit und Technik spielen eine grosse Rolle. Mit diesen Griffen soll der Angreifer dazu bewogen werden, uns wieder loszulassen, damit wir an Distanz gewinnen. Zusätzlich gibt es Griffe, die sich gegen weniger exponierte Körperteile richten. Sehr wirkungsvoll sind beispielsweise auch Griffe gegen Körperpunkte, an denen die Nerven "blank" liegen. Also eigentlich eine kurze Aktion. "Kurz aber schmerzlich."

Anschliessend wurde der Nachmittag bei einem gemütlichen Apéro im Foyer ausgeklungen. Die Weiterbildung war sehr eindrücklich, interessant und lehrreich. Wir alle fühlen uns nun besser auf eine Notfallsituation vorbereitet.