
P R E S S E M I T T E I L U N G | 27.06.2017

FAHRRADTRAINING FÜR GEFLÜCHTETE FRAUEN

21. Juli 2017 | 15:00 Uhr

In diesem speziell für geflüchtete Frauen ausgeschriebenem Fahrradkurs lernen die Teilnehmerinnen Verkehrsregeln und alles Wichtige zum sicheren Radfahren kennen. Im Anschluss wird auf einem Parcours das Fahrradfahren geübt.

Es wird Sprachmittlung für Englisch, Arabisch, Portugiesisch und Paschtu/Farsi angeboten. Weitere können organisiert werden. Eine Kinderbetreuung ist vorhanden.

Um verbindliche Anmeldung per E-Mail an info@resonanzboden.global oder telefonisch unter **0391 24451-77** bis zum **17. Juli 2017** wird gebeten.

Eine Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Stadtverkehrswacht Magdeburg.

Die Teilnahme ist kostenlos!

!!!Für dieses Fahrradtraining suchen wir noch dringend fahrbereite Fahrräder!!!!

Seminarreihe PRESSE- ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Resonanzboden // House of Resources Magdeburg veranstaltet eine Seminarreihe zu Öffentlichkeits- und Pressearbeit. Neben einer allgemeinen Einführung in das Thema PR/ÖA werden in vertiefenden Seminaren Pressearbeit und die Nutzung von social media angeboten.

Die Seminarreihe richtet sich insbesondere an Vereine und Initiativen der Integrationsarbeit

Workshop – Basisbausteine professioneller Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Freitag, 28. Juli 2017 | 16:00-20:00 Uhr

Dozentin: **Alice Lanzke**

Erfolgreiche Pressearbeit

Dienstag 15. August | 16:00-20:00 Uhr

Dozentin: **Ilona Wuschig**

Social Media für Einsteiger und Fortgeschrittene

Dienstag, 29. August (Einsteiger) und Mittwoch, 6. September (Fortgeschrittene)

Dozent: **Christian Allner, M.A.**

Ort: .lkj) Sachsen-Anhalt e.V. | Brandenburger Straße 9 | 39104 Magdeburg | 2. Etage/Raum 2.12

Alle Seminare sind kostenfrei und auch unabhängig voneinander buchbar!

Bei Bedarf kann Sprachmittlung angeboten werden. Bitte die benötigte Sprache angeben!

Anmeldung per Mail unter info@resonanzboden.global oder telefonisch unter

Resonanzboden

Absprechpartnerin Presse: Sonja Renner | Email: sonja.renner@jugend-lsa.de
.lkj) Landesvereinigung kulturelle Kinder- und Jugendbildung Sachsen-Anhalt e.V.
Brandenburger Str. 9 | 39104 Magdeburg | Email: info@resonanzboden.global
Telefon: 0391-244 51 77 | Telefax: 0391-244 51 70 | www.resonanzboden.global

0391 24451-76. Weiterführende Informationen finden Sie [hier](#)

SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR FRAUEN

Samstag, 26. & Sonntag 27. August | jeweils 12:00-16:00 Uhr

Dozentin: **Theresa Schulz/ [Lowkick-Berlin](#)**

Du musst keine geborene Kämpferin sein, um mit uns zu trainieren. Im Workshop wird eine Kombination aus Wendo und Thaiboxen. Im Allgemeinen geht es um Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Es werden einerseits die Grundlagen vermittelt wie Auftreten, die Stimme benutzen, laut sein, die eigenen Grenzen wahrnehmen, wenn ich etwas nicht möchte und die Grenzen von anderen wahrnehmen. Es werden simple Schläge und Tritte bis hin zu Befreiungsgriffen gelehrt. Rollenspiele mit Situationen aus dem Alltag können helfen, diese besser zu verstehen und Handlungsoptionen zu eröffnen.

Der Kurs wendet sich im Speziellen an geflüchtete Frauen, es sind selbstverständlich aber alle Frauen willkommen. Keine Vorkenntnisse notwendig!

Ort: .lkj) Sachsen-Anhalt e.V. | Brandenburger Straße 9 | 39104 Magdeburg | Raum 0.05

Anmeldung erbeten bis 18.8. per E-Mail: info@resonanzboden.global oder
Telefon: 0391-244 51 76/-77. Bitte geben Sie dabei auch die benötigte Sprache an!

Sprachmittlung für Englisch, Arabisch, Portugiesisch, Paschtu/Farsi ist vorgesehen. Weitere können organisiert werden. Eine Kinderbetreuung ist vorhanden.

Teilnahme kostenlos!

Weiterführende Informationen finden Sie auf unserer Webseite www.resonanzboden.global

Über eine redaktionelle Erwähnung würden wir uns freuen, bei Fragen können Sie sich jederzeit auch telefonisch an uns wenden.

Mit den besten Grüßen aus dem

Resonanzboden//House of Resources Magdeburg

Resonanzboden

Absprechpartnerin Presse: Sonja Renner | Email: sonja.renner@jugend-lsa.de
.lkj) Landesvereinigung kulturelle Kinder- und Jugendbildung Sachsen-Anhalt e.V.
Brandenburger Str. 9 | 39104 Magdeburg | Email: info@resonanzboden.global
Telefon: 0391-244 51 77 | Telefax: 0391-244 51 70 | www.resonanzboden.global