

**Ohne Gefahr  
selbstsicher helfen!**

**Anmeldung bei**

Ihrer Polizeidienststelle



**P**otentielle

**O**pfer

**L**ernen

**I**ndividuell

**Z**ivilcourage

**E**igensicherheit

**I**m  
– Kurs

Kommissariat 105

Telefon: (089) 2910 - 4444

Fax: (089) 2910 - 4400

Email:

pp-mue.muenchen.k105@polizei.bayern.de

Internet:

www.polizei.bayern.de/muenchen/schuetzenvorbeugen



**POLIZEI – Kurs  
für Zivilcourage &  
Selbstsicherheit**



Herausgeber:

Kriminalfachdezernat 10 München, Kommissariat 105

Bayerstraße 35-37, 80335 München, Tel.: (089) 55172-0

Druck: Polizeipräsidium München, Abteilung Versorgung

Tegernseer Landstr. 210, 81549 München V51/Nr. 518/März 2010

**Polizeipräsidium München  
Kommissariat 105**

## Mut zur Zivilcourage



**Vermittlung von  
Kompetenzen für Ihre  
und unser aller  
Sicherheit!**

## Allein unterwegs ...

... in der Dämmerung,  
... durch den Park,  
... unter Vielen.

Sicher ist es überall dort, wo

**L icht**

**L ärm**

und **L eute !!!** sind



## Selbstsicherheit

Das Polizeipräsidium München bietet  
allen Erwachsenen einen Kurs an, der  
zu

**Selbstbehauptung  
ermutigt**

und die



**Selbstsicherheit stärkt**

Unser Produkt: SICHERHEIT

KEIN Selbstverteidigungskurs

Im POLIZEI-Kurs lernen Sie...

**Die Angst, etwas  
Falsches zu tun  
ist sehr groß!**



**Falsch wäre  
nichts  
zu tun!**



- ✓ **W**ie Sie Gefahren rechtzeitig erkennen können
- ✓ **W**ie Sie sich in Gefahrensituationen verhalten sollen
- ✓ **W**ie Sie Ihre Stimme effektiv einsetzen können
- ✓ **W**elche Chancen der körperlichen Verteidigung Sie haben
- ✓ **W**o Risikobereiche sein können
- ✓ **W**as Notwehr/ Nothilfe ist