

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Leitfaden zu dieser Broschüre, Einleitung	5
Allgemeine Strategien	
Der Intuition vertrauen	6
Die Situation einschätzen	6
Bewußt agieren	6
Es gibt kein Patentrezept für jede Gelegenheit	7
„Weibliches“ Verhalten bringt nichts	7
Haltung und Blick, Atem und Stimme	8
Selbstverteidigungskurse für Frauen und Mädchen	
Drehungen - Kurse des kriminalpolizeilichen Beratungsdienstes - Wen Do - Seito Boei	10
Selbstverteidigungskurse für Frauen in Linz - Warum?	11
Stadtrat Dr. Peter Sonnberger	
Spezielle Gefahren-Situationen	
Der nächtliche Heimweg	12
Belästigung auf der Straße	13
Belästigung in Bus und Straßenbahn	15
Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz	15
Der Aufriß im Wirtshaus	16
Ausländer sind um nichts bedrohlicher	17
Unterwegs mit dem Auto	17
Bedrohung in der Wohnung	19
Obszöne Anrufe	20
Bedrohung im privaten Bereich	20
Gewalt gegen Mädchen	23
Vergewaltigung	25
Wichtige Telefonnummern	26
Literatur-Tips	27