

CAVEO- „ICH SCHÜTZE MICH“ DEFENDO- „ICH VERTEIDIGE MICH“

Schutz und Verteidigung
gegen aggressive und gewaltbereite
Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Anlass für CAVEO und DEFENDO KIDS Ferien Camps

Der tägliche Alltag unserer Kinder umfasst den Kontakt mit vielen bekannten und unbekannt Menschen. Hier treffen unserer Kinder immer wieder auf Menschen, die in Ihrem Verhalten keine Grenzen akzeptieren, aggressiv und gewaltbereit sind. Diese Personen respektieren nicht die Privatzone und ein „NEIN“. Wenn diese Personen nicht zu ihrem Ziel kommen, agieren Sie feindselig und ungehalten.

Diese Erlebnisse machen leider immer häufiger unsere Kinder in Ihrem schulischen Umfeld und in ihrer Freizeit. Sie müssen sich mit verbalen Angriffen, wie Beleidigungen auseinandersetzen.

Eskalieren diese Situationen und Aggression schlägt in Gewalt um, folgen Sachbeschädigung und körperliche Übergriffe. Die aggressiven und gewaltbereiten Verhaltensweisen dieser gewalt-bereiten Personen haben Auswirkungen auf die betroffenen Kinder und Jugendlichen und somit auch auf uns.

Die Unsicherheit und psychische Belastung steigen mit jedem negativen Erleben. Die Vorurteile steigen und das Verhalten gegenüber der Familie, ihren Freunden, Bekannten und allen anderen Menschen wird immer angespannter, was unter anderen zu Folge hat, dass sich die betroffenen Kinder- und Jugendlichen immer stärker vom sozialen Leben isolieren und seelisch erkranken.

INHALTE

DENKEN+ REDEN+ HANDELN

- **CAVEO- WAHRNEHMUNG**
 - Gefahren erkennen
- **CAVEO- Kommunikation u. Distanzen**
 - Grenzen setzen/ Grenzen halten
 - Körpersprache bewusst einsetzen
 - Helfen
- **DEFENDO**
 - Selbstverteidigungstechniken
 - Fremdschutz
- **Praktisches Training**
 - CAVEO/ DEFENDO- Training im **gesicherten und öffentlichen Bereich**
 - **Verkehrssicherheit** Sicher Fahrrad fahren
 - **Erste Hilfe**

SCHWERPUNKTE

altersgerechte, einfache, schnelle und effektive Schutzmaßnahmen und Abwehrtechniken zur Vermeidung von Gefahren und zur Verteidigung gegen Angriffe durch gewaltbereite Menschen.

Zielgruppen

Kindern ab 6 Jahren, die sich im privaten Umfeld durchsetzen und behaupten wollen bzw. müssen. Und die, die lernen wollen, sich vor aggressiven und gewaltbereiten Verhalten ändern Menschen zu schützen und zu verteidigen.

FERIEN Camps 2026

27. - 31. Juli

 **CAVEO-Kids Camp**

03. – 07. August

 **DEFENDO - Kids Camp**

Zeit

Mo.-Fr. ab 07:00 Uhr Hort mit Frühstück
Mo.-Do. 09:00-16:00 Uhr / **Fr.** bis 15:00 Uhr

Ort

Trainingszentrum für Gewaltprävention
Werftstraße 20 18057 Rostock

Kosten

Hort auf Anfrage Kosten pro Woche 30,00 Euro

Woche		Gäste	Vereinsmitglieder
erste Woche		200,00 €	180,00 €
zweite Woche		200,00 €	180,00 €
beide Wochen		360,00 €	320,00 €

Im Preis enthalten

- **Mittagessen** (WIR KOCHEN SELBER)
- **Getränke** (Selters);
- **Pausensnacks** (Erfrischung: z.B. Obst)
- **Eine Übernachtung pro Woche** im Trainingszentrum, mit Abendbrot und kleinen Events
- **Camp T-Shirt** mit Teilnahmebescheinigung
- **DEFENDO Prüfung** (Selbstverteidigung)
- **Fahrsicherheitstraining** mit Fahrrad


CAVEO (lat. ICH SCHÜTZE MICH) & **DEFENDO** (lat. ICH VERTEIDIGE MICH) beginnt mit der **Selbst- und Fremdreflexion** in angespannten Situationen. Hierauf baut unser Training auf. Es werden theoretische Grundlagen im Umgang mit angespannten bzw. gefährlichen Situationen zielgruppenorientiert vermittelt. Die Kinder lernen ihre **Umwelt bewusster wahrzunehmen**, um somit die Gefahrensituation schneller zu erkennen und richtig auf diese zu reagieren.

Von der **Körpersprache bis zur Abwehrtechnik** erlernen und trainieren die Kids **Handlungsabläufe**, um sich oder ein anderes Kind in einer Gefahrensituationen, selbstbewusst und handlungssicher, vor dem aggressiven Verhalten und den körperlichen Angriffen zu schützen. Die Kinder lernen wie sie in Gewaltaktionen mit Ihrer Körpersprache und Ihrer Stimme in Verbindung mit einfachen Schutz- und Abwehrtechniken angespannte und gefährliche Situation meistern können. In einer aggressiven bzw. gewaltbereiten Situation, lernen die Kids, Fluchtmöglichkeiten zu erkennen und diese für sich zu nutzen.

Zum Schutz vor körperlichen Angriffen vermitteln wir **einfache und effektive Selbst- und Fremdschutztechniken** aus dem DEFENDO System. Im praktischen Training werden die erlernten Kenntnisse und Handlungsabläufe gefestigt, um in aggressiven und gewaltbereiten Situationen handlungssicher aufzutreten. Diese Bewegungsabläufe werden in kurzen Situationen trainiert, korrigiert und verbessert. Durch dieses Training erlangen die Kinder und Jugendlichen Handlungssicherheit im Umgang mit aggressiven Verhalten und können sich vor aggressiven Verhalten und körperlichen Angriffen effektiv schützen.

ist ein gemeinnütziger Verein und ist bundesweit im Bereich Gewaltprävention tätig.

Unsere Angebote reichen von Gewaltpräventionsprojekten im Kinder- und Jugendbereich für Schulen, Organisationen und Einrichtungen sowie Fort- und Weiterbildungsangebote in allen sozialen

Bereichen.  **Cavemus** e.V. hat sich 2006 gegründet und ist heute fester und zuverlässiger Ansprechpartner für Schulen, Organisationen und Einrichtungen im Bereich der Gewaltprävention. Das von uns erarbeitete Gewaltpräventionsprojekt wurde 2013 durch das vom Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur M-V zertifiziert. Wir arbeiten mit den kommunalen- und Landespräventionsräten zusammen. Im Bereich der Erwachsenenfort- und Weiterbildung arbeiten wir bundesweit mit sozialen Trägern zusammen.

ANMELDUNG

Cavemus e.V.

-Trainingszentrum für Gewaltprävention Rostock-
Werftstraße 20-25 --- 18057 Rostock

Ansprechpartner:

Rico Adolph

Telefon: 0381 68 69 18 27

Mobil: 0173 240 52 33

E-Mail: info@cavemus-ev.de

Homepage: www.cavemus-ev.de



Ferien- Camps 2026

*behaupten/schützen/
verteidigen*



SICHERER SCHULWEG

*Unser Gewaltpräventionskonzept wurde vom Ministerium
für
Bildung, Wissenschaft und Kultur M-V zertifiziert*

