

Anmeldung und Kontakt

Sonja Böhme

Telefon: 02941 752-146

E-Mail: sonja.boehme@ini.de

Veranstaltungsort

INI Schulungs- und Ausbildungszentrum

Südstrasse 18, 59557 Lippstadt

Die Referentin

Larissa Braun

Sozialarbeiterin BSW & Traumazentrierte
Fachberaterin,
Frauenberatung Soest

Über uns

INTUS ist eine staatlich anerkannte
Weiterbildungseinrichtung der INI.

Barrierefreiheit


Sie benötigen ein barrierefreies Angebot?
Kontaktieren Sie uns!



kostenfrei

 **Freitag,**

29.04.2026

 **9:30 – 11 Uhr**

Sicher und selbstbestimmt im digitalen Raum

Themen, die im digitalen Alltag

Wirklich zählen!





INTUS Weiterbildung

Südstraße 18
59557 Lippstadt
02941 752 146
intus@ini.de

Besuchen Sie uns im Internet: www.ini.de

Was will dieser Kurs erreichen?

Das Ziel ist klar: Stärkung statt Verunsicherung.

Viele Menschen erleben digitale Übergriffe, wissen aber nicht, wie sie reagieren sollen – oder schämen sich, darüber zu sprechen. Diese Veranstaltung schafft einen sicheren Rahmen, um genau das zu ändern.

Du gehst gestärkt nach Hause: mit mehr Wissen, mehr Sicherheit im Umgang mit heiklen Situationen und dem Wissen, dass du nicht allein bist.

Denn selbstbestimmtes Leben im digitalen Raum ist möglich – und du hast das Recht darauf.

Inhalte

„Schick mal ein Bild 😊“ — „Warum antwortest du nicht??“ — „Wenn du Schluss machst, poste ich alles“

Nachrichten wie diese sind keine Seltenheit. Sie zeigen, wie schnell aus digitaler Kommunikation Druck, Angst und Kontrollverlust entstehen können. Diese Veranstaltung gibt dir Werkzeuge an die Hand, um dich und andere zu schützen.

Wir beschäftigen uns mit den Themen, die im digitalen Alltag wirklich zählen:

- **Gefahren erkennen** – Wir beleuchten typische Risiken wie Cybermobbing, Grooming, Sextortion und Hate Speech und zeigen, wie sie entstehen und wie sie sich anfühlen.
- **Warnsignale einschätzen** – Du lernst, beunruhigende Situationen frühzeitig zu erkennen und deine eigenen Grenzen klar zu benennen.
- **Schutzstrategien & Maßnahmen** – Wir stellen konkrete Handlungsmöglichkeiten vor, die du sofort umsetzen kannst.
- **Unterstützungsangebote** – Du erfährst, welche (regionalen) Beratungs- und Hilfsangebote es gibt und wie du sie erreichst.
- **Raum für Fragen & Austausch** – Deine Erfahrungen und Fragen sind willkommen – wir nehmen uns Zeit für das Gespräch.

