

VON DENNIS SCHERER

**DUISDORF.** Sie waren zu fünf und warteten vor dem Club auf ihn. „Die waren besoffen“, sagt Joudi. Schon drinnen hatte es Stress gegeben, sie hatten ihn geschubst. Als er dann mit seinem Bruder aus dem Laden kam, verprügelten sie ihn. „Ich habe richtig auf die Fresse bekommen“, sagt der 18-Jährige. Danach war für ihn klar: Es muss sich etwas ändern.

Auf Youtube schaute sich der Schüler Box- und Kickbox-Videos an, kaufte sich einen Boxsack, lernte die Tritte und Schläge. „Es geht nicht darum, Leuten auf die Fresse zu geben“, sagt er. „Ich will mich verteidigen.“ Kampfsport hat für ihn nichts mit Gewalt zu tun. Zu wissen, wie er sich verteidigen kann, gibt ihm Selbstvertrauen.

Davon berichtet auch Krav-Maga-Lehrer Patrick Coneé, der an diesem Tag am Duisdorfer Berufskolleg ist, um die Technik zur Selbstverteidigung mit Joudi und seinen Mitschülern zu üben (siehe Infobox „Krav Maga“). Es geht darum, sich gegen Tritte und Schläge zu wehren, sich vor Angreifern zu schützen oder einen Streit zu deeskalieren.

#### Mehr Selbstsicherheit auch in Konflikten

Wer wisse, wie er sich verteidigen kann, sei selbstsicherer und strahle das auch in Konflikten aus, sagt Coneé. Allein das könne schon dafür sorgen, dass eine Situation nicht so schnell eskaliert, es zu einer Schlägerei kommt oder Schlimmerem. „Viele Leute suchen keine Gegner, sondern Opfer“, sagt Coneé.

Die Schule hat Coneé zu einem Projekttag eingeladen. Bei dem steht nicht nur der Krav-Maga-Kurs an, sondern noch einige weitere. In denen geht es etwa um Beleidigung im Internet, um Vielfalt in der Schule oder um abwertende Aussagen in der Musik. Das Ganze organisiert Sozialpädagogin Viola Schwermer, die für die Katholische Jugendagentur arbeitet und als Teil des Programms „Respekt Coaches“ unter anderem das Berufskolleg betreut.

Schwermer erläutert, wobei es darum geht: Die Schüler sollen lernen, respektvoll miteinander umzugehen und Konflikte zu lösen. Die Themen, die das Projekt behandelt, können die Schülerinnen mitbestimmen. Das können Rassismus im Alltag sein, Homophobie oder



Joudi trainiert mit einem Mitschüler, wie er sich gegen Schläge verteidigen kann.

FOTO: BENJAMIN WESTHOFF

Gewalt. Zum Thema Gewalt sagt Schwermer: „Die gibt es an jeder Schule – in der einen oder anderen Form.“ Sie findet, dass generell der Ton in der Gesellschaft rauer geworden ist. Das spiegelte sich dann auch an den Schulen wider.

Bei ihrer Arbeit an den verschiedenen Schulen bekomme sie mit, dass Lehrer und Lehrerinnen sich ohnehin schon um extrem viele Dinge kümmern müssen. Kommen Probleme wie Gewalt unter den Schülern hinzu, fehle es manchmal an Personal und Zeit. Hilfe von außen könne da etwas bewegen.

Wie viele Fälle von Gewalt es gibt, nicht nur an Schulen, erlebt auch Krav-Maga-Trainer Coneé. Die Opfer kommen danach nämlich oft in seine Kurse. „Viele haben schwere Gewalt erlebt“, sagt er. „Die kommen geknickt und bauen dann durch das Training neues Selbstbewusstsein auf.“ Die Jüngsten, die zu ihm kommen, sind Grundschüler. Bei denen gehe es meist um ein bisschen Rumgeschubse auf dem Schulhof.

„Ab der vierten, fünften Klasse wird aber auch abgezogen“, sagt Coneé. „Oder Kinder werden von mehreren Angreifern attackiert.“ Er berichtet davon, dass eine seiner Krav-Maga-Schülerinnen mal auf dem Weg zur Schule von einem Mann in ein Gebüsch gezerrt wurde. Dabei hielt er ihr ein Messer an die Kehle. Als der Mann seine Hose öffnen wollte, verpasste sie ihm einen Tritt und floh. „Die hat mir nachher erzählt, sie habe sich einfach vorgestellt, es wäre das Gummimesser aus dem Training“, sagt Coneé.

#### KRAV MAGA

##### Armeen und Polizei setzen auf Technik

Krav Maga ist eine Form der Selbstverteidigung, die vor allem auf Schlag- und Tritttechniken setzt. Die Ursprünge gehen auf Imrich Lichtenfeld zurück. Aus Jiu Jitsu, Boxen und Ringen entwickelte er Anfang des 20. Jahrhunderts eine

eigene Technik zur Selbstverteidigung – auch, um sich und seine jüdischen Mitbürger vor antisemitischen Übergriffen zu schützen. Nach der Gründung Israels wurde Lichtenfeld Nahkampfausbilder in der israelischen Armee. Die setzt bis heute auf Krav Maga, genau wie Streitkräfte anderer Länder und Sondereinheiten der Polizei. sdn

## Kampf um Respekt

Am Berufskolleg in Duisdorf lernen Schüler, sich selbst zu verteidigen – mit einer Technik des Militärs. Erfahrungen mit Gewalt haben einige schon machen müssen

Während die Jungs im Kurs das gerade üben, sitzen Radhia und zwei Mitschülerinnen auf einer Bank am Rand der Sporthalle. Die 17-Jährige hat sich für den Kurs entschieden, weil sie wissen wollte, wie sie sich verteidigen kann, wenn sie abends rausgeht. Gewalt hat sie bisher weder in der Schule noch außerhalb erlebt. Etwas anders ist es bei ihrem Mitschüler Tim. Der hat durchaus schon mal mitbekommen, wie aus einem Streit eine Schubserei wurde – dabei blieb es dann aber.

Auch Joudi wäre in der Schule fast mal in eine Schlägerei geraten. Aber da ging jemand dazwischen. Er sagt, er habe an diesem Tag viel gelernt: wie er sich aus dem Schwitzkasten befreit oder wie er seine Jacke nutzen kann, um einen Angreifer mit Messer abzuwehren. Das gibt ihm ein Gefühl der Sicherheit. Denn Angst zu haben, Opfer eines Angriffs zu werden, sei nicht schön, sagt Joudi. „Ich trainiere, damit die Leute mich ernst nehmen.“

## Frauen in Afghanistan

Kirchengemeinde lädt zum Vortrag

**RÖTTGEN.** Die Ökumenische Flüchtlingshilfe der Kirchengemeinde am Kottenforst lädt zu einem Vortrag von Homa Rahmatzai am Donnerstag um 19.30 Uhr in die Thomaskirche am Herzogsfreudenweg 42 ein. Im August 2021 verließen die von der Nato geführten Truppen Hals über Kopf die afghanische Hauptstadt Kabul. Damit endete ein jahrelanger Krieg, aus dem die Taliban als Gewinner hervorgingen. Was ist aus den Frauen zwei Jahre nach der Machtübernahme durch die Taliban in Afghanistan geworden? Vor vier Jahren berichtete Rahmatzai von ihrer Flucht aus Kabul. Jetzt wird sie nach ihrem letzten Aufenthalt in diesem Sommer über ihre aktuellen Eindrücke und die Situation vor Ort berichten. hsf

#### NOTDIENSTE

|  |                     |
|--|---------------------|
| Schulpsychologie Bonn                                | 774563              |
| Polizei - Notruf                                     | 110                 |
| Feuer, Hilfeleistung, Notarzt                        | 112                 |
| Unwetter-Notruf                                      | 717171              |
| Einheitliche Arzttruftermine                         | 116 117             |
| Kindernotfallpraxis                                  | 116 117             |
| Ambulanz Uni-Kinderklinik                            | 28733200            |
| Zahnärztl. Notdienst                                 | 01805 986 700       |
| Krankentransport                                     | 65 22 11            |
| Notfallpraxis Duisdorf                               | 64 81 91 91         |
| Privatärztlicher Notdienst                           | 19 257              |
| Infozentrale „Gift“                                  | 19 240              |
| Nachruf Krankenpflege                                | 0172/2809374        |
| Telefonseelsorge                                     | 0800/11 10-111/-222 |
| Hospiztelefon Bonn                                   | 24 28 194           |
| Krisentelefon für psychisch Erkrankte und Angehörige | 0800/11 10 444      |
| Kinder-/Jugendtelefon                                | 0800/1110333        |
| Familientelefon Stadt Bonn                           | 774077              |
| Seniorenruf Stadt Bonn                               | 77 66 99            |
| Stadtdienstleistungen                                | 77 33 33            |
| Selbsthilfe-Kontaktstelle Bonn                       | 94933317            |
| Weißer Ring  | 0151/55 16 47 58    |
| Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen                     | 0800/01 16 016      |

#### APOTHEKENNOTDIENST

**Notdienst Apotheken: 08 00/0 02 28 33**  
Donnerstag, 9, bis Freitag, 9 Uhr:  
Merkur-Apotheke, Adenauerallee 62, Südstadt, 22 32 01; Herz-Apotheke, Oppelner Straße 130, Tannenbusch, 97 62 68 45; Apotheke am Schlossplatz, Reichstraße 49, Röttgen, 25 22 89.



Gutes für alle.

# Willkommen IM NEULAND.

## Heute feiern wir die große Wiedereröffnung

In deinem ALDI SÜD Markt gibt es viel Neues zu entdecken. Freu dich auf mehr Orientierung und Übersicht, mehr Frische direkt am Eingangsbereich, noch mehr Einkaufsspaß für Kinder und Familien, frische Backwaren und vieles mehr. Für einen noch schnelleren und bequemeren Einkauf – natürlich in gewohnter ALDI Qualität.

Es erwarten dich tolle **Eröffnungsangebote, Rabatte, Coupons** und mehr.

**Dein neuer ALDI SÜD Markt:**  
Am Burgweiher 73, 53123 Bonn-Duisdorf

WERDE TEIL  
UNSERES  
FILIAL-TEAMS!  
[karriere.aldi-sued.de](http://karriere.aldi-sued.de)

