

Spitex-Mitarbeitende üben sich in Selbstverteidigung

Spitex-Mitarbeitende sind bei jedem Wetter, in Dunkelheit bis spät abends und bei Bedarf sogar nachts immer alleine unterwegs. Aus diesem Grund führte die Spitex Matzingen Stettfurt Thundorf in Zusammenarbeit mit dem Karate Center Frauenfeld einen zweiteiligen Selbstverteidigungskurs durch. Hoch konzentriert, motiviert und mit viel Freude lernten die Spitex-Mitarbeitenden einfache Abwehr- und Befreiungstechniken sowie effektive Schlagtechniken. Diese Weiterbildung fand im Rahmen der Arbeitssicherheit statt.

