

# WenDo

## Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Frauen in Rösrath

**Sa. 07.12 & So. 08.12.2019**



WenDo wurde 1970 von Frauen entwickelt und heißt übersetzt: "Der Weg der Frauen".

WenDo ist kein Kampfsport, sondern eine ganzheitliche Antwort  
auf (sexuelle) Gewalt gegen Mädchen und Frauen.

Dieser Grundkurs vermittelt verschiedene Strategien und Möglichkeiten,  
um mit unangenehmen und bedrohlichen Situationen umzugehen.

Es werden verschiedene Techniken geübt, um sich bei körperlichen Angriffen zu wehren.

Körperliche Fitness ist dafür nicht notwendig!

**- für Frauen ab 16 -**

WenDo Trainerin: Petra Berg

**07.-08.12.2019 jeweils von 10:00-15:00 Uhr**

Kosten: 20 Euro; Ermäßigung bis hin zur kostenlosen Teilnahme ist möglich.

Bitte sprechen Sie uns an!

**Anmeldung:**

**Frauenberatung Frauen-Zimmer e.V. Burscheid**

*Fachberatungsstelle gegen sex. Gewalt im RBK*

02174 1047 oder [team@frauenberatung-burscheid.de](mailto:team@frauenberatung-burscheid.de)

**Veranstaltungsort:** Bürgersaal, Hauptstraße 248, 51503 Rösrath

Eine Kooperation der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Rösrath und  
Frauenberatung Frauen-Zimmer e.V. Burscheid, Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt im RBK.  
Ein Projekt des Runden Tisches gegen häusliche Gewalt im Rheinisch-Bergischen Kreis.

Gefördert vom

Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen

