

MITMACHEN macht MUT in Overath!

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen ab 12



**Im WenDo-Kurs geht es um Geschichten und Erlebnisse,
die Dir ein komisches Gefühl oder Angst machen:**

Wir üben und trainieren gemeinsam, wie du dich in peinlichen, unangenehmen
oder bedrohlichen Situationen verhalten und wehren kannst.

Es gibt viele Ideen und Tricks, wie du dein *NEIN!* zeigen kannst.

Du musst nicht besonders groß, stark oder trainiert sein.

WenDo ist kein Kampfsport.

Die Teilnahme ist kostenlos!

**WenDo ermutigt, stärkt, macht selbstbewusst
und ist nicht schwer zu lernen.**

Sa. 09.11 und So. 10.11.2019

Gut Eichthal, Waldpavillon, 51491Overath

WenDo Trainerin: Moriah Siedner

Anmeldung:

Frauenberatung Frauen-Zimmer e.V. Burscheid

- Fachberatungsstelle gegen sex. Gewalt im RBK -

02174 / 1047 oder team@frauenberatung-burscheid.de

Eine Kooperation der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Overath 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

