

WenDo

Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Frauen in Burscheid

Sa. 30.03 und So. 31.03. 2019



WenDo wurde 1970 von Frauen entwickelt und heißt übersetzt: "Der Weg der Frauen". Ausgangspunkt dieses Konzeptes ist die alltägliche Gewalt, die Mädchen und Frauen erleben - vom "nicht-ernst-genommen-werden" über Anmache und Bedrohung bis hin zu tätlichen Angriffen und Vergewaltigung.

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

Der Kurs vermittelt Strategien und Möglichkeiten, um mit unangenehmen und bedrohlichen Situationen umzugehen. Außerdem werden Techniken geübt, um sich bei körperlichen Angriffen zu wehren. Körperliche Fitness ist dafür nicht notwendig!

- für Frauen ab 16 -

30.-31.03.2019 jeweils von 09:30-15:30 Uhr

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

Bitte sprechen Sie uns an!

WenDo Trainerin: Petra Berg

Anmeldung:

Frauenberatung Frauen-Zimmer e.V. Burscheid

Fachberatungsstelle gegen sex. Gewalt im RBK

Telefonisch unter 02174 1047 oder per Mail: antje.winterscheidt@frauenberatung-burscheid.de

Veranstaltungsort: Frauen-Zimmer e.V. Burscheid, Höhestraße 76, 51399 Burscheid

Gefördert vom

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



Rheinisch-Bergischer  Kreis

