

WenDo Kurs

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Am
02.10.22
11-18 Uhr

WenDo ist ein Training, das sich an den Bedürfnissen der Teilnehmenden orientiert. Wie können wir uns gegen (erlebte) Diskriminierung behaupten? Wie können wir bei und nach ätzenden Erlebnissen gut für uns selbst sorgen? Sich zu wehren ist oft schwer. In diesem Workshop könnt ihr in einem geschützten Raum ausprobieren, Angsträume zu durchbrechen und handlungsfähig zu werden.

Für
FLINTA*
14-21 Jahre

Für FLINTA* von 14 - 21 Jahren
Der Kurs richtet sich an alle Mädchen und junge Frauen, Lesben und alle Personen, die inter, non-binary, trans und agender sind.

Am Sonntag, 02.10.22 von 11:00 - 18:00 Uhr
inkl. Mittagessen und ausreichend Pausen

Die Teilnahme ist kostenlos
Anmeldung bis zum 25.09.22

Empowerment

Infos

Anmeldung

Vorherige Anmeldung per Mail, Insta oder Telefon bis zum **25.09.22**

Bei Minderjährigen benötigen wir eine schriftliche Einverständniserklärung einer erziehungsberechtigten Person. Den Zettel bekommt ihr bei uns oder wir schicken ihn euch zu. Meldet euch dafür gerne kurz bei uns.

Trainerin



Katja Kolodzig, Diplompädagogin
und WenDo-Trainerin
im BellZett e.V.


Fokus ist die geschlechter- und
rassismuskritische Bildungsarbeit

Veranstaltungsort & Kontakt

AWO Kinder- und Jugendzentrum "die9"

Auf der Freiheit 9, 32052 Herford
05221-1749613 / die9@awo-owl.de

Homepage: www.awo-jz-die9.de

 [jugendzentrum_die9](https://www.instagram.com/jugendzentrum_die9/) / [biju_herford](https://www.instagram.com/biju_herford/)

