



© Robert Kneschke – stock.adobe.com

Selbstbehauptung für Mädchen – WenDo-Kurs

■ Jetzt einen Platz für den 9./10. Oktober sichern

Die Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Pirna bietet in Kooperation mit dem FAMIL e.V. allen interessierten Mädchen im Alter von 13 bis 16 Jahren einen WenDo-Kurs an. Dieser Kurs vermittelt Grundlagen zur **Selbstverteidigung und Selbstbehauptung**. WenDo ist ein Konzept zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung speziell für Mädchen und Frauen, welches hilft, verbale und körperliche Übergriffe abzuwehren. WenDo ist kein Kampfsport. Vielmehr reflektieren und erweitern die Teilnehmerinnen ihre eigenen Handlungsmöglichkeiten (u. a. Selbsterfahrungs- und Selbstbehauptungsübungen, Übungen zu Wahrnehmung, Reaktion und Körpersprache, einfache Selbstverteidigungstechniken und -tricks, Situations- und Rollenspiele)

- **Wann?** Montag, den 9. Oktober und Dienstag, den 10. Oktober 2023 von 10:00 bis 15:00 Uhr (Ankommen ab 9:30 Uhr möglich)
- **Wo?** MehrGenerationenHaus FAMIL in Pirna-Copitz, Schillerstraße 35
- **Anmeldung?** Bis zum 29. September 2023 per E-Mail an gleichstellung@pirna.de oder telefonisch unter 03501 556-387
- **Fragen?** Stadtverwaltung Pirna, Gleichstellungsbeauftragte Sandra Wels (Kontakt siehe Anmeldung)
- **Kosten:** 7,50 Euro für Verpflegung
- **Trainerin:** Kathrin Bein (Dipl. Sozialpädagogin (FH), Staatlich anerkannte Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin und WenDo-Trainerin)

Mitzubringen sind bequeme Kleidung und Sportschuhe.

**Engagement für Gleichberechtigung
und Chancengleichheit in Pirna**

www.pirna.de/gleichstellung



In Kooperation mit:

