

WenDo - Sicher, Schlagfertig und selbstbewusst
WenDo – Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen

Mädchen von 6-10 Jahren sind willkommen!

Wochenende 08.-09.07. 2011

Freitag von 15-18 Uhr, Samstag von 10-15 Uhr

Teilnehmerinnenkosten: 75 €

Wo: Krefelder Str. 23 in Aachen

Kennst Du das auch.....

- dass Dein Bruder/Deine Schwester Dich ständig piesacken ?
- dass Du alleine im Dunkeln Angst hast ?
- dass Dich die Jungs in der Schule in den Schwitzkasten nehmen ?
- dass Dich jemand so anfasst wie Du das nicht willst ?
- dass Dir keiner zuhört ?
- dass Du neugierig bist was alles in Dir steckt ?

Ja ? – na wie wäre es dann mit WenDo ?

WenDo heißt „Weg der Frau“ und wird von Frauen an Mädchen und Frauen weitergegeben.

Du lernst: Deinen Gefühlen zu vertrauen, d.h. Gefahren zu erkennen, Situationen einzuschätzen, Dich ernst zu nehmen.

Du übst für den Notfall: d.h. kämpfen, schreien, treten, losreißen, weglaufen, Hilfe holen, alles für Deinen Schutz zu tun.

Du übst für den Alltag: d.h. Du zeigst was Dich stört und findest heraus wozu Du Deine Power einsetzen möchtest.

WenDo ist für alle Mädchen, ob Du klein, groß
dick, dünn
laut, leise
schüchtern, mutig
sportlich oder nicht,
kurz-,weit-oder hell-sichtig.....bist.

Wenn Du Lust hast teilzunehmen, bring bitte einen Imbiss für die Pause, bequeme Kleidung und eine Decke mit.

Leiterin: Claudia Becker, WenDo Trainerin, Dipl.Sozialarbeiterin

(weitere Informationen und **Seminare für Frauen/Mädchen/Mütter-Töchter** auf Anfrage:

Anmeldung unter: per mail www.wendo-aachen.de oder telefonisch:

0241-1590567 UND auch bei INVIA:

IN VIA Aachen e.V.

Tel.: 0241 60908-10

Fax: 0241 60908-20

Mail: zentrale@invia-aachen.de

Bankverbindung

INVIA Aachen

Sparkasse Aachen

BLZ 390 500 00, Konto 513

Teilnahmegebühr pro Mädchen: 75 €

Ich freue mich auf Dich, liebe Grüße

Claudia Becker