Welche Kurse gibt es?



Wir bieten diese Wendo-Kurse an:
• Kurse für Frauen,
• Kurse für Mütter und Töchter.

Wendo-Kurse für Frauen

In den Kursen lernen Frauen:
• selbst-bewusst zu sein,
• mutig zu sein,

• über sich selbst zu bestimmen,
• sich zu verteidigen.

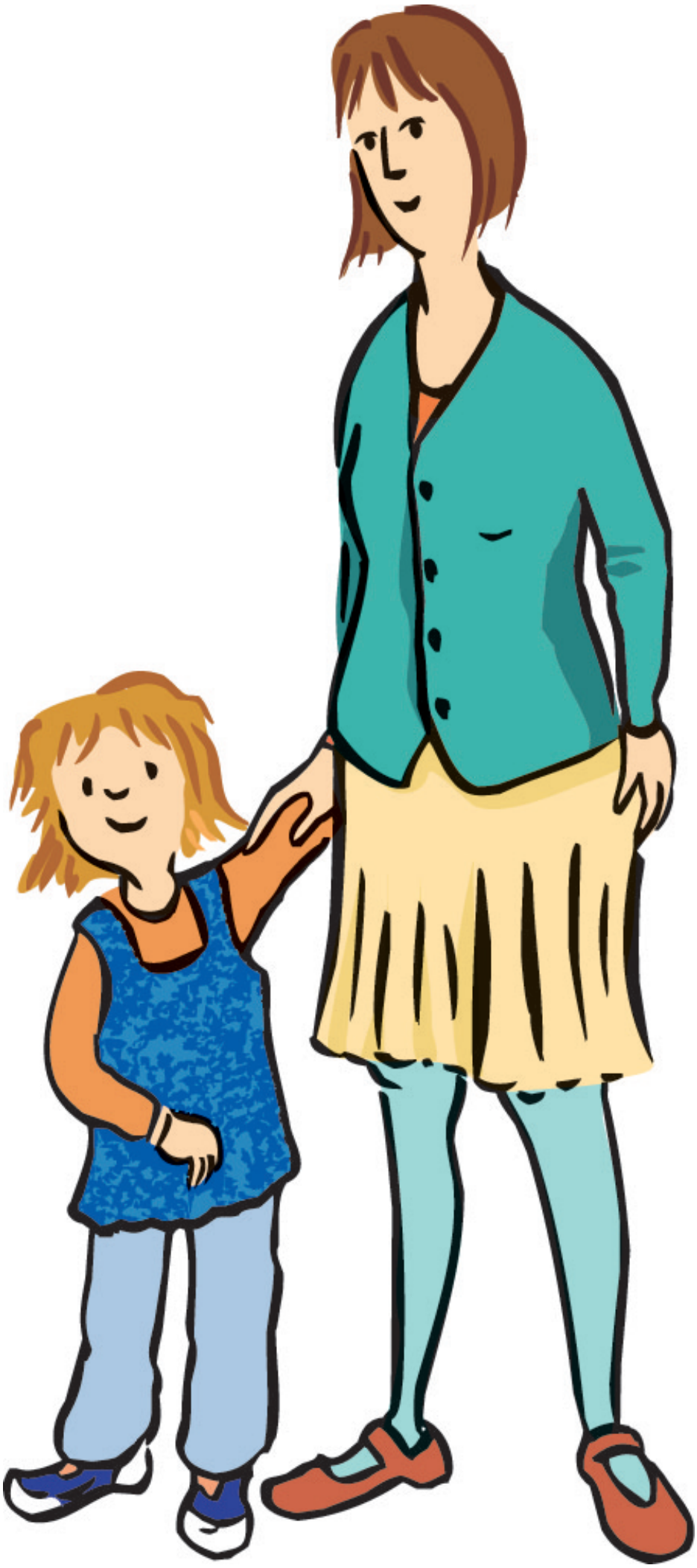
Niemand soll sich trauen,
ihnen Gewalt anzutun.

Wir reden über viele Dinge:
• Gründe für Gewalt,
• eigene Erfahrungen,
• wie man Gewalt vermeiden kann.

Wir üben:
• laut und deutlich sprechen
• sagen, was wir wollen
und was wir nicht wollen,
• uns gegen einen Angriff verteidigen
• und vieles mehr.

Wichtiger Hinweis
Wenn Sie an einem Kurs teilnehmen wollen,
dann melden Sie sich möglichst früh an.
Manchmal sind die Kurse schon voll,
dann bekommen Sie keinen Platz mehr.
Manchmal wollen zu wenige Leute teilnehmen,
dann kann der Kurs leider nicht stattfinden.

Wendo-Kurse für Mütter und Töchter



Zu diesem Kurs kommen immer 2 Personen zusammen:
ein Mädchen und eine erwachsene Frau.

Das Mädchen sollte zwischen 6 und 9 Jahre alt sein.
Die erwachsene Frau kann:
• die Mutter des Mädchens sein,
• die Oma,
• die Tante oder
• eine Freundin des Mädchens.

In dem Kurs lernen und üben beide gemeinsam.
Die erwachsene Frau lernt auch,
das Mädchen gut zu unterstützen.
Das Mädchen soll wissen,
wo es Hilfe bekommen kann.

Frauen sind immer Vorbilder für Mädchen.
Die Mädchen machen die Frauen nach,
ohne darüber nachzudenken.
Sie machen auch die Fehler nach.

Im Wendo-Kurs lernt die Frau deshalb,
ein gutes Vorbild zu sein.
Zum Beispiel:
Wenn eine Mutter selbst-bewusst ist,
dann wird auch die Tochter selbst-bewusst sein.

Wichtiger Hinweis
Wenn Sie an einem Kurs teilnehmen wollen,
dann melden Sie sich möglichst früh an.
Manchmal sind die Kurse schon voll,
dann bekommen Sie keinen Platz mehr.
Manchmal wollen zu wenige Leute teilnehmen,
dann kann der Kurs leider nicht stattfinden.