

WENDO WOCHENEND-KURS

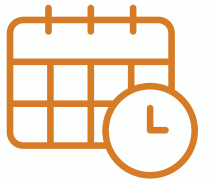


SELBST-VERTEIDIGUNG FÜR FRAUEN* MIT UND OHNE BEHINDERUNGEN

Wann?

Samstag und Sonntag

14. - 15.12.



Wo?

Kreisverwaltung Ostholstein

Ostholstein Saal

Lübecker Straße 41

23701 Eutin



Anmelden:

Bis Montag, 9.12.

bei Aleksandra Karadeniz

von Mixed Pickles e.V.



 **0163 1594388**

 **a.karadeniz@mixedpickles-ev.de**

Kosten:

Kostenlos



Was ist Wendo ?

Wendo ist Selbst-Verteidigung.

Selbst-Verteidigung heißt:

Sich selbst schützen.

Jede Frau* kann Wendo machen.

Egal, wie alt sie ist.

Egal, ob sie eine Behinderung hat.

Egal, wo sie herkommt.

Frauen* werden oft nicht ernst genommen.

Ihre Grenzen werden überschritten.

Häufig erleben Frauen* Gewalt.

In einem Wendo-Kurs wird gezeigt,
wie man sich gegen Gewalt wehren kann.

Durch Wendo fühlen sich Frauen* stark und mutig.
Sie bekommen mehr Selbst-Vertrauen.

Der Kurs wird organisiert von:

Suse-Netzwerk Kreis Ostholstein

bff: Suse
SICHER UND SELBSTBESTIMMT



Gleichstellung
KREIS OSTHOLSTEIN



Verein für Mädchen* und Frauen*
mit und ohne Behinderungen
in Schleswig-Holstein e.V.

Weitere Infos

**Der Kurs geht am Samstag von 10 bis 16 Uhr
und am Sonntag von 11 bis 15 Uhr.**

Es gibt eine Mittags-Pause.

Es gibt kostenlose Getränke und Essen.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

**Es gibt kostenlose Parkplätze direkt neben der
Kreisverwaltung auf dem großen
Mitarbeiterinnenparkplatz, an der Oldenburger
Landstraße
oder auf dem Parkplatz Alter Bauhof.**

Wie finde ich den Ostholstein Saal?

**Haupteingang Gebäude A,
die großen Treppen hoch,
bei den Marmorsäulen nach links in den Anbau Haus B.
Es wird eine Aus-Schilderung geben.**