



Wendo-Projekt: „Starke Mütter* – starke Töchter*“

Wann: am 18.11. von 17 – 20 Uhr und am 19.11.2022 von 10-17 Uhr

Wo: Stadtteiltreff „Oase“ (Pablo-Neroda-Str. 11)

Für Wen: Mütter (weibliche Bezugspersonen) mit Töchtern im Alter von 12 – 16 J.

Wer: Wendo-Trainerinnen Aline Felger und Ines Hattermann

Was: Mutter-Tochter-Projekt mit Wendo

Wendo ist ein feministisches Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept, das sich gezielt an Mädchen* und Frauen* richtet. Es stärkt das Selbstbewusstsein der Mädchen* und Frauen*, erhöht die Selbstwirksamkeitskompetenz und vermittelt ein positives Körpergefühl. Wendo wirkt präventiv und trägt damit zum Schutz von Mädchen* und Frauen* vor Gewalt bei.

Die Frauen* und Mädchen* lernen im geschützten Rahmen Handwerkszeug, Techniken und Strategien, um sich gegen einschränkende Grenzüberschreitungen und gegen die alltäglich erlebte Gewalt zu wehren. Es werden in unterschiedlichen Gruppenzusammensetzungen Techniken gelernt, die helfen in bedrohlichen oder grenzüberschreitenden Situationen zu handeln. Die Frauen* und Mädchen* werden befähigt, Gewalt als solche wahrzunehmen und diese frühzeitig zu erkennen, um sich entsprechend Hilfe und Unterstützung einzufordern oder die entsprechende Situation frühzeitig zu beenden. Dazu lernen die Frauen* und Mädchen* in geschützter Atmosphäre u.a. ihren Gefühlen zu vertrauen, achtsam mit sich zu sein und selbstbewusst im Alltag aufzutreten.

WENDO umfasst sowohl körperliche Abwehr- und Angriffstechniken, als auch wirksame Methoden sich mit Worten, Blicken oder Körperausdruck gegen unterschiedlichste Formen von Grenzüberschreitung und Gewalt zur Wehr zu setzen. Zudem kann an diesem Wochenende die Bindung zwischen Mutter und Tochter durch gemeinsame Erlebnisse gestärkt werden.

Kostenfreies Angebot/ für Verpflegung ist gesorgt!

Anmeldung und Informationen bis 07.11.2022 unter

daniela.diestelberg@stadt.magdeburg.de (Tel.-Nr. 5402205) – Teilnahme begrenzt



SACHSEN-ANHALT

Ministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

#moderndenken