

SELBSTBEHAUPTUNG UND SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR MÄDCHEN* VON 9-12 JAHREN

AM 27. UND 28. JULI 2024

KURS

Samstag, 27.07.24 10 - 15:30 Uhr und
Sonntag, 28.07.24, 10 - 15:30 Uhr

-> Der Kurs kann nur zweitägig gebucht werden.

INFOVERANSTALTUNG FÜR ELTERN UND BEZUGSPERSONEN:

Mittwoch, 17.07.24, 18:30 bis ca. 20 Uhr

Ort: Digital oder in Präsenz (nach Bedarf)
bei Wildwasser München

Thomas-Wimmer-Ring 9, 80539 München

TRAINERIN:

Franziska Ziegner, Sozialarbeiterin B.A.,
feministische Selbstbehauptungs- und
Selbstverteidigungstrainerin
(Ausbildung bei In Nae e.V. Karlsruhe)

MÄDCHEN* LERNEN

- ihre eigenen Fähigkeiten und Stärken wahrzunehmen
- individuelle Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen wahr und ernst zunehmen
- Grenzverletzungen und (sexualisierte) Gewalt als solche zu erkennen
- Handlungsmöglichkeiten, um sich in grenzverletzenden Situationen verbal und nonverbal behaupten zu können (auch im digitalen Raum)
- (körperliche) Selbstbestimmungsrechte kennen
- konkrete Strategien für bedrohlichen Situationen u.a. einfache aber effektive Selbstverteidigungstechniken
- dass sie sich Erwachsenen anvertrauen dürfen und sollen, um Unterstützung zu bekommen
- Adressen kennen, bei denen sie im Bedarfsfall Hilfe bekommen

*Die Kurse erfüllen die Qualitätsstandards der Landeshauptstadt München (LHM) und des Bayerischen Jugendrings (PräTect).

TEILNAHMEBEITRAG

- Regulärer Preis 80€
- Reduzierter Preis: hier finden wir eine individuelle Lösung.

*Wenn Sie beabsichtigen Geschwisterkinder anzumelden, bitten wir Sie um vorherige Rücksprache.

ANMELDUNG

praevention@wildwasser-muenchen.de
oder telefonisch unter 089/ 614 66 351
(Anmeldefrist: 8.7.24)

DAS IST UNS WICHTIG

- Trotz der Schwere des Themas mit Leichtigkeit und Freude die vielfältigen Schutzmöglichkeiten von Mädchen* gemeinsam zu entdecken
- Stärkung von Mädchen* und deren Eltern und Bezugspersonen
- Mit einer feministischen Grundhaltung parteilich für Mädchen*

