

Wendo - alltagsnahe Selbstsicherheit, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung
für Mädchen / junge Frauen (ab 14/15 J.):
Samstag, 23. 1. 2010, 10 - 17 h

Wendo♀

"Der Ausgehführerschein"

Geschickter reagieren,
Stimme und Körpersprache gezielt einsetzen,
sich bei Gruppendruck stärker fühlen.

Sich klug Hilfe holen,
durchdacht den Rückzug antreten,
tricksen.

Sich notfalls auch körperlich wehren können.

Belästigungen im Chat,
über´s Handy,
Gerüchte über K.O.-Tropfen:

Durch diesen Wendokurs werdet ihr nicht unangreifbar,
aber ihr habt ein paar gute Ideen mehr, was wichtig ist,
wenn eine ihr eigener
verlässlicher **Bodyguard**, Ihre eigene **Security**
sein will!

ANMELDUNG (bitte ausfüllen und ankreuzen ☒):

