

WenDo in Einfacher Sprache

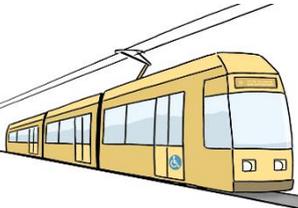
für Mädchen 13-16 Jahre

	<p>WenDo ist Selbst-Verteidigung für Frauen und Mädchen. Du kannst bei uns einen WenDo-Kurs machen.</p>
	<p>Du lernst:</p> <ul style="list-style-type: none">- wie du dich wehren kannst- wie viel Kraft du hast- wie du merkst, dass etwas gefährlich ist- was du machen musst, wenn dich jemand angreift <p>Das alles bedeutet sich selbst zu verteidigen.</p>
	<p>Du übst, was du tun kannst, wenn du etwas nicht willst. Was kannst du tun?</p> <p>Du kannst:</p> <ul style="list-style-type: none">- laut Nein sagen.- laut schreien. Das macht Mut.- treten und Hilfe holen. <p>Das alles üben wir.</p>
	<p>Beim Kurs kannst du andere Mädchen kennen lernen. Und dich mit ihnen unterhalten. Und mit den anderen Mädchen üben.</p>
	<p>Bitte bringe mit:</p> <ul style="list-style-type: none">- bequeme Sachen- Turnschuhe (keine Straßenschuhe)- etwas zu Essen und zu Trinken
Wann?	<p>am 5. und 6. August 2025</p> <p>10.30 Uhr bis 14 Uhr</p>



Die **Bilder** sind von:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,
Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.

<p>Wo?</p>	<p>Der Kurs findet statt im: Johannstädter Kulturtreff e.V. Elisenstraße 35 Infos zum Kursort: www.johannstaedterkulturtreff.de</p>
	<p>Du kannst zum Kurs kommen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit der Straßen-Bahn Linie 6, 8, 13 bis Halte-Stelle Sachsen-Allee. • Mit dem Bus der Linie 62 bis Halte-Stelle Bönisch-Platz.
	<p>Wie kannst Du Dich anmelden?</p> <p>Du kannst uns anrufen.</p> <p>Die Telefon-Nummer ist: 0351 – 895 12 09.</p> <hr/> <p>Die Telefon-Nummer für den Kurs-Tag ist: 01520 - 535 90 83.</p>
	<p>Du kannst uns eine E-Mail schreiben.</p> <p>Die Adresse ist: maxi@medea-dresden.de.</p>
	<p>Unsere Adresse ist: Frauen- und Mädchen-Gesundheitszentrum MEDEA e.V. Dürerstraße 99, 01307 Dresden</p> <p>Bei MEDEA machen wir viele Sachen, die nur für Mädchen sind. Zum Beispiel Beratungen und Kurse. Dafür haben wir ein Mädchen-Projekt gegründet. Das Projekt heißt MAXI. Auf dem Bild neben dem Text siehst Du das Zeichen vom Mädchen-Projekt MAXI</p>