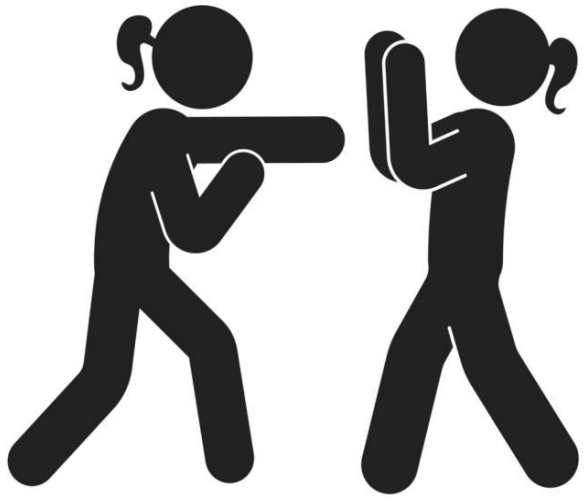
WenDo – Kurs in der Wedemark

Wann: **Samstag, 8.11. + Sonntag, 9.11.2025,**
je von 10.00 - 15.00 Uhr
Wer: **Frauen* ab 18 Jahren**
Wo: **Bürgerhaus, Am Markt 1, 30900 Wedemark**
Der Raum im 1.OG ist per Aufzug erreichbar.



Das Angebot ist kostenfrei.

Bitte meldet Euch an:

info@frauen-maedchenberatung.de

05139 - 9849570

Frauen- und Mädchenberatung
Burgwedel • Isernhagen • Wedemark

WenDo bedeutet…

- **Verbindung** einfacher körperlicher **Techniken** mit **mentaler Stärkung**
- **Sensibilisierung** für die Wahrnehmung eigener **Grenzen**
- Arbeit mit **Stimme**, **Körper** und **Haltung**
- Begleitung in einem geschützten Rahmen für **Mädchen und nicht-binäre Personen**
- Erlernen **hilfreicher Strategien** für die Schule, den Freundeskreis, auf der Straße oder im Netz

Kursleitung: Ursula Mathyl (WenDo-Trainerin, Tanz – und Gestalttherapeutin, Zertifizierte Kinderschutz-fachkraft (SGB VIII), und tätig im Feld Fachberatung sexualisierte Gewalt in Kindheit und Jugend.