



Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Du kannst dich wehren!

Einladung zum WenDo-Kurs für geschlechtsdiverse Menschen

Du bist Lesbe, trans, nicht-binär, agender, inter oder benutzt ein anderes Wort, das beschreibt, dass die Worte Frau oder Mann für dich nicht (ganz) passen?

Du kennst solche oder ähnliche Situationen?

- deine Cousine glotzt dich auf der Familienfeier immerzu an
- dein*e Expartner*in beleidigt dich
- deine Kolleg*innen nutzen ständig das falsche Pronomen für dich
- der Typ neben dir in der S-Bahn macht sich total breit
- dein Onkel kommentiert deine Kleidung und dein Aussehen
- Leute missgndern dich, wenn du eine öffentliche Toilette aufsuchst

Du hast Lust zu lernen, wie du dich dagegen wehren kannst

zum Beispiel durch

- Blicke und Körpersprache
- Worte und Aufforderungen
- laute Stimme oder Brüllen und Lärmen
- oder dadurch dir Hilfe zu holen
- dich mit Fäusten zu wehren
- oder weg zu laufen

Dann komm zum WenDo-Kurs!

WenDo ist feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Wann?

Samstag, 15. März, 10 – 17 Uhr und

Sonntag 16. März, 10 – 15 Uhr

Wo:

Haus der Kirche, Max-Zelck-Straße 1, Niendorf

Organisatorin:

Frauenwerk des Ev.-Luth. Kirchenkreis Hamburg West/Südholstein.

Von der Organisation wird keine Person anwesend sein.

Kosten: 100 €, ermäßigt 60€, weitere Ermäßigung möglich

Anmeldung unter frauenwerk@kirchenkreis-hhsh.de

oder per Telefon unter 040 558 220-217

mit wem?

Trainer*in ist Anika Ziemba vom WenDo-Kollektiv 5 Finger bilden eine Faust. Anika ist weiß, cis weiblich und queer.

Mehr Infos?

[Website des 5Finger Kollektivs](#)

[Programm des Frauenwerks](#)