

# **Selbstbehauptung für Mädchen: Ich bin stark!4**

Die Bergkamener Gleichstellungsstelle und das Streetwork bietet am 15. November unter dem Motto „Ich bin stark“ eine Selbstbehauptung für Mädchen an.

Einfach mal lautstark „Nein“ sagen. Vehement den eigenen Willen durchsetzen. Die eigene Kraft spüren, das eigene Durchsetzungsvermögen entdecken und einfache aber wirkungsvolle Techniken zur körperlichen Verteidigung erlernen und Warnsignale erkennen. Ziel des Kurses ist die mentale und körperliche Stärkung der Mädchen als Prävention gegen Gewalt.

Auch in diesem Jahr bietet die Bergkamener Gleichstellungsstelle gemeinsam mit Streetwork Bergkamen wieder ein „Selbstbehauptungstraining für Mädchen“ im Alter von 10 bis 13 Jahren unter Anleitung der Kriminaloberkommissarin Frau Petra Landwehr aus dem Kommissariat Kriminalprävention/Opferschutz des Kreises Unna an.

„Ich bin stark“ heißt es am Samstag, 15. November 2014, in der Zeit von 10 Uhr bis 16 Uhr in der Turnhalle „Am Stadion“ in der Lessingstraße.

Der Kostenbeitrag für den Kurs beträgt 5 Euro. Hierin ist auch ein Mittagessen enthalten. Für den sportlichen Teil sollen die Teilnehmerinnen dementsprechende Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Anmeldungen nimmt ab sofort das Kinder und Jugendbüro der Stadt Bergkamen, Zimmer 208, persönlich entgegen. Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Mädchen begrenzt.