

# Selbstbehauptungstraining für Mädchen in der Pestalozzi-Turnhalle

„Selbstbehauptung für Mädchen“ heißt es wieder am Samstag, 28. November, während eines Trainingstages in der Turnhalle Pestalozzihaus, Pestalozzistraße 6, in Bergkamen-Mitte. Die Tagesveranstaltung spricht Mädchen von 10 bis 13 Jahren an, die lernen sollen, sich in unterschiedlichen Situationen zu behaupten.

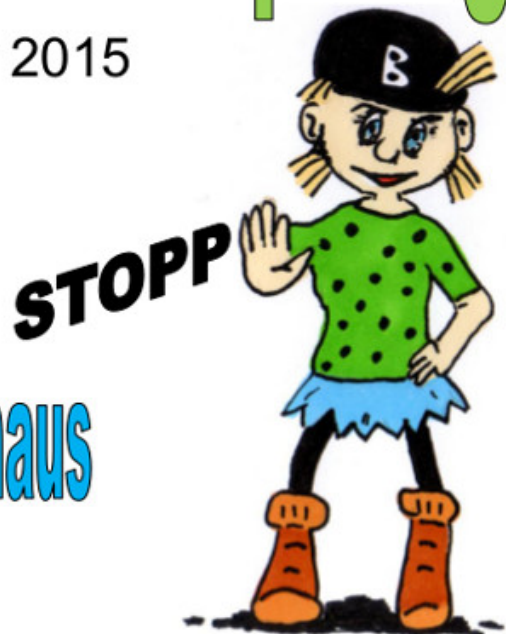
## Mädchenselbstbehauptung

Samstag, den 28. November 2015

für Mädchen im Alter von 10 – 13 Jahren

Zeit: **10.00 bis 16.00 Uhr**

Ort: **Turnhalle am Pestalozzihaus  
Pestalozzistr. 6  
59192 Bergkamen**



Der Alltag mit den Gefahren von grenzüberschreitender oder sexualisierter Gewalt prägt die Bewegungsfreiheit und das Lebensgefühl von Mädchen in allen Lebensbereichen. Hinzu kommt, dass ein einfaches „Nein“ von Mädchen nicht viel zählt.

Brave Mädchen sind bequem, weil sie nicht gelernt haben, Signalen der Gewalt angemessen zu begegnen und sich zu schützen.

Ziel der Übung wird es sein, Wege zur persönlichen Einstellung „Ich bin Stark“ zu finden. Die Mädchen kommen hierbei in Kontakt mit ihren Fähigkeiten und Stärken, um sie neu zu entdecken oder um sie wieder für sich nutzbar zu machen. Sie lernen, wie sie sich im Alltag durchsetzen und mit Stimme, Mimik und Gestik angemessen behaupten können.

Der Kostenbeitrag für die Veranstaltung beträgt 5 Euro. Hierin ist auch ein Mittagessen enthalten. Für den sportlichen Teil sollen die Teilnehmerinnen dementsprechende Bekleidung mitbringen. Persönliche Anmeldungen nimmt ab sofort das Kinder und Jugendbüro der Stadt Bergkamen, Tel.: 02307/965381, Zimmer 208, entgegen. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Mädchen begrenzt.

Die Veranstaltung wird gemeinsam von der Gleichstellungsstelle und der Streetwork der Stadt Bergkamen sowie dem Fachbereich „Kriminalprävention und Opferschutz“ der Kreispolizeibehörde in Unna durchgeführt.

### **Allgemeine Information zum Bergkamener Mädchen- und Frauennetzwerk**

Das Bergkamener Mädchen- und Frauennetzwerk existiert seit 1998. In ihm sind Vertreterinnen von über 19 Beratungseinrichtungen vertreten, von der Agentur für Arbeit über die AWO und das Frauenforum bis hin zu Beratungseinrichtungen der Kommune selbst.

Das Netzwerk bündelt und verstärkt die Aktivitäten für Mädchen und Frauen. Die einzelnen Mitglieder wirken als Multiplikatorinnen und sorgen für die Vertretung von Frauenbelangen in ihren einzelnen Einrichtungen und auch darüber hinaus durch gezielte Aktionen in der gesamten Stadt.