

Finanzierung:

Pfleg VP

SZ

Pfleg = zusätzliche Entlastungsleistungen

VP = Verhinderungspflege

SZ = Selbstzahler

Unterschrift (des/der gesetzl. VertreterIn)

Verein für Behinderte e.V.
z.Hd. Andrea Stadermann
Rudolf-Diesel-Straße 11
40670 Meerbusch

✂ Hier abtrennen und ab die Post oder per mail ☒

Verein für Behinderte e.V.

Rudolf -Diesel-Straße 11
40670 Meerbusch

Ihre Ansprechpartnerin:
Andrea Stadermann

Tel.: 02159 - 67 89 78

Fax: 02159 - 67 89 79

Mail:

a.stadermann@vfb-meerbusch.de

Web www.vfb-meerbusch.de

WenDo - Seminar für Mädchen und junge Frauen



Verein für Behinderte e.V.

WenDo-Seminar für Mädchen und junge Frauen

Ein **WenDo-Seminar** ist ein Kurs für Frauen und Mädchen.

Das Wort „WenDo“ kommt von:

- „**Women**“ (englisch für Frauen)
- „**Do**“ (wie bei Judo oder Karate - das bedeutet „Weg“ oder „Methode“)

Was macht man in einem WenDo-Seminar?

In einem WenDo-Seminar lernen Frauen und Mädchen:

- sich **selbst zu verteidigen**
- **laut und klar Nein zu sagen**
- selbstbewusst aufzutreten
- sich bei Gefahr zu schützen
- auf das eigene Gefühl zu hören

Wichtig zu wissen

- WenDo ist **keine Kampfsportart** wie Judo oder Karate.
- Man braucht **keine Kraft oder besondere Fitness**.
- Es geht darum, sich mit einfachen Tricks zu schützen.

Ziel von WenDo

Das Ziel ist: Frauen und Mädchen sollen sich **stark, sicher und selbstbewusst** fühlen.

Das Seminar findet statt am

Freitag, 08.05.2026 von 16:00 - 20:00h

und

Samstag, 09.05.2026 von 10:00 - 16:00h

Seminarort: Rudolf- Diesel Straße 11,
40670 Meerbusch

Teilnahmegebühr: 70,00 €

Beide Termine gehören zusammen und wir haben insgesamt 10 Plätze.

Für die Verpflegung wird gesorgt.

Dank der großzügigen Spende einer Familie aus dem Verein können wir dieses Seminar sehr kostengünstig anbieten.

Vielen Dank dafür!

Im Rahmen des Seminars werden am Freitag zwei Frauen dazu kommen, die den Kurs evaluieren möchten. Dafür ist eine Einverständnis Erklärung angehängt, die ich zusammen mit der Anmeldung zurück benötige.

Anmeldung

Infos zum Kurs

Kurs: WenDo - Stark und sicher
Datum: 08.05.2026 und 09.05.2026
Uhrzeit: Fr 16:00- 20:00h
und
Sa 10:00 - 16:00h
Ort: Rudolf Diesel Straße 11,
40670 Meerbusch
Leitung: Frau Dr. Rosa Schneider

Angaben zur Teilnehmerin

Vorname: _____
Nachname: _____
Geburtsdatum: _____

Kursgebühr: 70,00 € (die Abrechnung kann über die Pflegekasse erfolgen)

Ort, Datum: _____

Unterschrift der Teilnehmerin

Ort, Datum: _____

Unterschrift eines Elternteils /eines gesetzlichen Vertreters