

Selbstbehauptung für junge Frauen

Der eigene Körper, Liebe und Sexualität sind spannend. Aber manchmal ist das alles gar nicht so einfach.

Im Kurs Wendo üben wir zusammen:

- Wie kannst du sagen, was du dir wünschst?
- Wie kannst du sagen, was du nicht möchtest?
- Was kannst du machen, wenn du Angst hast?

Gemeinsam suchen wir Antworten und stärken so das Selbstbewusstsein. Wir zeigen dir, wie du dich selbst verteidigen kannst. Tausche Erfahrungen mit Anderen aus. Das kann dir helfen, selbstbewusst und mutig zu werden.

Mit Juls Hausdorf, Neele Jargstorf

Ab 16 Jahren.

Hinweise: Kostenlos mit Reha- Verordnung, sonst Preise auf Anfrage

Ein Angebot von:

Martinsclub Bremen e.V.

BDP Mädchen_kulturhaus

Veranstaltungsort:

BDP Mädchen_kulturhaus

Adresse:

Heinrichstraße 21

28203 Bremen

Internetadresse:

www.martinsclub.de

Nächste Termine:

Termine bitte erfragen

Anmeldungsinfo:

Anmeldung erforderlich

Kosten:

Kostenfrei / auf Anfrage