Was Sie zu den Jungenkursen wissen sollten:

Sie wollen Ihrem Sohn eine Orientierung bieten, sich in Konflikten angemessen und selbstbewusst zu verhalten? – Wir unterstützen Sie dabei!

Jungen brauchen positive männliche Vorbilder, um sich gut entwickeln zu können.
Unser Kursprogramm speziell für Jungen bietet die Möglichkeit, Selbstvertrauen und persönliche Sicherheit zu finden, um sich in schwierigen Situationen behaupten zu können und einen angemessenen Umgang mit Aggressionen zu lernen.

Wie in den Jungenkursen gearbeitet wird:

Zur Entwicklung von sozialer Kompetenz brauchen auch Jungen Raum um ihre Gefühle zeigen und ausdrücken zu können. Bestandteil des Konzepts in den Jungenkursen ist die Förderung von Verhaltenssicherheit in Konfliktsituationen und die Wahrnehmung von Grenzen anderer. In diesem Kurs lernen die Jungen sich selbst spielerisch kennen und üben Selbstbehauptung in konkreten Stresssituationen. Dabei machen sie die Erfahrung in der Gruppe akzeptiert zu werden, so wie sie sind.

Wir arbeiten mit freiberuflich tätigen, qualifizierten und erfahrenen Trainern zusammen.

Folgende Methoden kommen in den Kursen zum Einsatz:

- Rollenspiele zu Alltagssituationen, z.B. Konflikte und Mobbing in der Schule
- Übungen zur Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Fantasie- und Rollenspiele
- Spiele zum Kräftemessen
- Team- und Kooperationsspiele
- Entspannungsübungen

Nähere Informationen und Anmeldung:

- Stadt Halle (Westf.), Sandra Werner, Tel. 05201/183-181
- Stadt Harsewinkel, Marina Schomburg, Tel. 05247/935-169
- Gemeinde Steinhagen, Bettina Ruks, Tel. 05204/997-206
- Stadt Versmold, Ulrike Brunneke, Tel. 05423/930207
- Stadt Werther (Westf.), Nora Breuer, Tel. 05203/705-62

Termine der Jungenkurse 2025

Grundkurse – für Jungen im Grundschulalter

Datum:	**Sa, 08. und So, 09. Februar 2025**
Ort:	Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Heinz Kirchner
Anmeldung:	Tel. 05204/ 997-206 und bettina.ruks@steinhagen.de

Datum:	**Sa, 01. und So, 02. März 2025**
Ort:	Halle (Westf.), Turnhalle der Lindenschule, Bismarckstr. 8
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Heinz Kirchner
Anmeldung:	www.hallewestfalen.de/Selbstbehauptungskurse25 Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Datum:	**Sa, 05. und So, 06. April 2025**
Ort:	Harsewinkel, Kardinal-von-Galen-Turnhalle, Am Pfingstknapp 8
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Björn Hansen
Anmeldung:	Tel. 05247/ 935-169 und marina.schomburg@harsewinkel.de

Datum:	**Sa, 10. und So, 11. Mai 2025**
Ort:	Versmold, kleine Turnhalle, Schulstraße 14
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Björn Hansen
Anmeldung:	Tel. 05423/ 930207 und online: www.versmold.de/de/rathaus/Gleichstellung.php

Datum:	**Sa, 14. und So, 15. Juni 2025**
Ort:	Werther (Westf.), Turnhalle der Grundschule, Mühlenstraße 4
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Heinz Kirchner
Anmeldung:	nora.breuer@stadt-werther.de und über die Gleichstellungsstelle auf: www.stadt-werther.de

Datum:	**Sa, 13. und So, 14. September 2025**
Ort:	Versmold, kleine Turnhalle, Schulstraße 14
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Björn Hansen
Anmeldung:	Tel. 05423/ 930207 und online www.versmold.de/de/rathaus/Gleichstellung.php

Datum:	**Sa, 27. und So, 28. September 2025**
Ort:	Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Heinz Kirchner
Anmeldung:	Tel. 05204/ 997-206 und bettina.ruks@steinhagen.de

Datum:	**Sa, 08. und So, 09. November 2025**
Ort:	Werther (Westf.), Turnhalle der Grundschule, Mühlenstraße 4
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Heinz Kirchner
Anmeldung:	nora.breuer@stadt-werther.de und über die Gleichstellungsstelle auf: www.stadt-werther.de

Datum:	**Sa, 29. und So, 30. November 2025**
Ort:	Halle (Westf.), Turnhalle der Lindenschule, Bismarckstr. 8
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Heinz Kirchner
Anmeldung;	www.hallewestfalen.de/Selbstbehauptungskurse25 Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Aufbaukurs für Jungen im Grundschulalter

Datum:	**Sa, 15. und So, 16. November 2025**
Ort:	Harsewinkel, Kardinal-von-Galen-Turnhalle, Am Pfingstknapp 8
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainer:	Björn Hansen
Anmeldung:	Tel. 05247/ 935-169 und marina.schomburg@harsewinkel.de

Kurse zur Selbstbehauptung

für Mädchen | **für Jungen**

Titelbild: © BillionPhotos.com - stock.adobe.com

Geschlechtsspezifische Angebote der Gleichstellungsstellen Halle (Westf.), Harsewinkel, Steinhagen, Versmold und Werther (Westf.)

Jahresprogramm 2025

Kurse zur Selbstbehauptung für Mädchen und für Jungen

Die Wahrnehmung von bedrohlichen Situationen, Konflikte und der Umgang mit Handgreiflichkeiten werden von Mädchen und Jungen verschieden erlebt. Deshalb wollen wir die Kinder in der Entwicklung ihrer persönlichen Stärken in gleichgeschlechtlichen Gruppen fördern.

Wir bieten:

- Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse speziell für Mädchen sowie
- Selbstbehauptungs- und Konflikttrainingskurse speziell für Jungen an.

Für alle Kurse gilt:

- Die Anmeldung erfolgt bei der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt oder Gemeinde, in der der gewünschte Kurs stattfindet.
- Die Zahl der Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmer pro Kurs ist begrenzt.
  Die Anmeldungen werden nach der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.
- Die Teilnahmegebühr beträgt jeweils 40,00 Euro für einen zweitägigen Kurs.
  Eine Ermäßigung ist eventuell möglich, bitte im Einzelfall erfragen.
- Eine Kostenübernahme der Kursgebühr im Rahmen des Bildungs- und Teilhabegesetztes ist für Berechtigte möglich.
- Die Veranstalterinnen behalten sich das Recht vor, den Kurs bei zu geringer Anmeldezahl abzusagen.

Die in diesem Programm aufgeführten Kurse werden von den Gleichstellungsbeauftragten der Städte und Gemeinden Halle (Westf.), Harsewinkel, Steinhagen, Versmold und Werther (Westf.) veranstaltet und vom Kreis Gütersloh, Abteilung Jugend, gefördert.

Was Sie zu den Mädchenkursen wissen sollten:

Sie wollen Ihrer Tochter den Rücken stärken? – Wir unterstützen Sie dabei!

Die Freiheiten für Mädchen sind gewachsen. Trotzdem gibt es oft genug Situationen, in denen sie gehänselt, bedroht, missachtet oder sexuell belästigt werden, ebenso Situationen, in denen es schwer ist, NEIN zu sagen und eigene Interessen und Bedürfnisse durchzusetzen. Unser Kursprogramm speziell für Mädchen will Selbstbewusstsein stärken, Informationen geben, Angst nehmen und Mut machen – das sind die Ziele. Dabei arbeiten wir mit qualifizierten und erfahrenen Trainerinnen zusammen.

Wie in den Mädchenkursen gearbeitet wird:

In den Mädchenkursen wird nach dem WenDo-Konzept gearbeitet. WenDo heißt Weg der Frau. Das Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskonzept des WenDo baut auf den Stärken der Mädchen auf. WenDo-Kurse machen Spaß, verbinden Bewegungslust und spielerisches Lernen. Die Mädchen erleben sich als stark und gewinnen so an Selbstvertrauen. In den Kursen wird altersgerecht gearbeitet. So stehen der Lebenshintergrund und die Erfahrungen jedes einzelnen Mädchens im Mittelpunkt.

Folgende Methoden kommen in den Kursen zum Einsatz:

- Rollenspiele zu Alltagssituationen, z. B. „blöde Sprüche“ auf der Straße oder Mobbing in der Schule
- Wahrnehmungsübungen, z.B. zu festem Stand und fester Stimme
- Gespräche, z.B. über gute und schlechte Gefühle
- das Einüben gezielter Befreiungsgriffe und Abwehrtechniken
- Entspannungsübungen

Nähere Informationen und Anmeldung:

- Stadt Halle (Westf.), Sandra Werner, Tel. 05201/183-181
- Stadt Harsewinkel, Marina Schomburg, Tel. 05247/935-169
- Gemeinde Steinhagen, Bettina Ruks, Tel. 05204/997-206
- Stadt Versmold, Ulrike Brunneke, Tel. 05423/930207
- Stadt Werther (Westf.), Nora Breuer, Tel. 05203/705-62

Termine der Mädchenkurse 2025

Grundkurse – für Mädchen im Grundschulalter

Datum:	**Sa, 18. und So, 19. Januar 2025**
Ort:	Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Regina Rawe
Anmeldung:	Tel. 05204/ 997-206 und bettina.ruks@steinhagen.de

Datum:	**Sa, 15. und So, 16. Februar 2025**
Ort:	Halle (Westf.), DRK-Begegnungsstätte, Bismarckstraße 1
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Katja Schierbaum
Anmeldung:	www.hallewestfalen.de/Selbstbehauptungskurse25 Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Datum:	**Sa, 15. und So, 16. März 2025**
Ort:	Werther (Westf.), Turnhalle der Grundschule, Mühlenstraße 4
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Regina Rawe
Anmeldung:	nora.breuer@stadt-werther.de und über die Gleichstellungsstelle auf: www.stadt-werther.de

Datum:	**Sa, 05. und So, 06. April 2025**
Ort:	Versmold, kleine Turnhalle, Schulstraße 14
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Katja Schierbaum
Anmeldung:	Tel. 05423/ 930207 und online: www.versmold.de/de/rathaus/Gleichstellung.php

Datum:	**Sa, 17. und So, 18. Mai 2025**
Ort:	Harsewinkel, Kardinal-von-Galen-Turnhalle, Am Pfingstknapp 8
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerinn:	Mira Tkacz
Anmeldung:	Tel. 05247/ 935-169 und marina.schomburg@harsewinkel.de

Datum:	**Sa, 05. und So, 06. Juli 2025**
Ort:	Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Mira Tkacz
Anmeldung:	Tel. 05204/ 997-206 und bettina.ruks@steinhagen.de

Datum:	**Sa, 27. und So, 28. September 2025**
Ort:	Harsewinkel, Kardinal-von-Galen-Turnhalle, Am Pfingstknapp 8
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Mira Tkacz
Anmeldung:	Tel. 05247/ 935-169 und marina.schomburg@harsewinkel.de

Datum:	**Sa, 08. und So, 09. November 2025**
Ort:	Halle (Westf.), DRK-Begegnungsstätte, Bismarckstraße 1
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Katja Schierbaum
Anmeldung:	www.hallewestfalen.de/ Selbstbehauptungskurse25 Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Aufbaukurs für Mädchen im Grundschulalter

Datum:	**Sa, 15. und So, 16. November 2025**
Ort:	Versmold, kleine Turnhalle, Schulstraße 14
Zeiten:	Sa 13.00 – 17.30, So 10.00 – 14.30 Uhr
Trainerin:	Regina Rawe
Anmeldung:	Tel. 05423/ 930207 und online: www.versmold.de/de/rathaus/Gleichstellung.php