

## Zentrum für inklusive Bildung und Beratung ZIBB e.V.

Generationenweg 5 • D-44225 Dortmund

[www.zibb-beratung.de](http://www.zibb-beratung.de)

E-Mail: [info@zibb-beratung.de](mailto:info@zibb-beratung.de)

Telefon: 02 31 / 18 97 109



# frauen.stärken.frauen.

## Ausbildung für Frauen mit Lernschwierigkeiten zur Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungs-Trainerin (WenDo<sup>2</sup>)

### Was lernen Sie?

Sie werden Trainerin für Selbstbehauptungs-Kurse. Für Mädchen und Frauen mit Lernschwierigkeiten. Als Trainerin sind Sie ein wichtiges Vorbild! Sie machen Mädchen und Frauen mit Lernschwierigkeiten Mut, über Gewalt zu erzählen. Und sich Hilfe zu holen.

*In der Ausbildung lernen Sie:*

1. Wie kann ich mich selber wehren. Mit Worten. Mit Körpersprache. Notfalls: mit Tricks und Techniken.
2. Wie bringe ich anderen Frauen und Mädchen bei, sich zu wehren.

*Nach der Ausbildung geht es so weiter:*

Sie treffen sich mit anderen Trainerinnen. Dann sprechen Sie: Über Ihre Trainerinnen-Arbeit. Oder: Was Sie noch lernen wollen. Oder: Was Sie noch wiederholen wollen.

### Wer leitet die Ausbildung?

Rosa Schneider ist Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungs-Trainerin (WenDo). Sie gibt schon seit vielen Jahren Kurse für Frauen und Mädchen. Zum Beispiel in Werkstätten und Wohneinrichtungen. Rosa Schneider ist bei jedem Termin dabei. Andere Referentinnen (mit und ohne Lernschwierigkeiten) kommen zu einzelnen Terminen dazu.

### Wo ist die Ausbildung?

Die Ausbildung findet in Köln-Deutz statt: in den Räumen des LVR.

Sie können dort in der Jugendherberge übernachten.

Sie brauchen vom Bahnhof Köln-Deutz 5 Minuten zu Fuß: zum LVR und auch zur Jugendherberge.

### Wann ist die Ausbildung?

Die Ausbildung startet im September 2018.

Die Ausbildung hat drei Teile (Module). Sie melden sich zunächst für ein Jahr an.

Und entscheiden dann neu.

Im ersten Jahr treffen wir uns 6 Mal für 4 Tage (Mittwoch-Samstag).

Im zweiten Jahr treffen wir uns auch 6 Mal für 4 Tage. (Mittwoch-Samstag)

Im dritten Jahr treffen wir uns 3 Mal für 2 Tage (Mittwoch-Donnerstag)

### Können Sie das überhaupt?

Bestimmt! Es gibt eine Assistentin. Sie kann Ihnen helfen. Zum Beispiel beim Lesen, beim Weg finden, beim Essen, bei der Pflege. Am Tag und auch in der Nacht. Wenn Sie einen Rollstuhl nutzen: Es gibt Rollstuhl-Zimmer und überall Aufzüge. Sie müssen noch kein WenDo gemacht haben.

### **Was kostet die Ausbildung?**

Die Ausbildung kostet im ersten Jahr 600 €, im zweiten Jahr 600 €, im dritten Jahr 300 €.

Sie zahlen alle drei Monate 150 €.

Sie bekommen dafür: die Ausbildung zur WenDo-Trainerin, Übernachtung und Verpflegung (Halbpension).

Die Reisekosten nach Köln bezahlen Sie selbst.

Wenn Sie nicht genug Geld haben: Bitte rufen Sie uns an! Vielleicht können wir helfen.

### **Wollen Sie mitmachen?**

Frauen mit Lernschwierigkeiten können sich zusammen mit einer Unterstützerin anmelden.

Sie lernen und arbeiten dann als Team.

Sie können sich noch bis zum 30. Juni 2018 bewerben.

Oder Sie melden Sie sich schon bis zum 31. Mai 2018 an:

Dann erhalten Sie einen Frühbucher-Rabatt: Die Ausbildung kostet dann weniger (540 €, 540 €, 270 €)

Rufen Sie uns an: 0231 / 1897109 (Anrufbeantworter)

Schreiben Sie uns eine E-Mail: [info@zibb-beratung.de](mailto:info@zibb-beratung.de)

Oder gehen Sie auf unsere Internet-Seite. Hier finden Sie noch mehr Informationen:

<https://www.zibb-beratung.de/angebote/frauen-st%C3%A4rken-frauen/>

Wir freuen uns auf Sie!

Rosa Schneider und das gesamte ZIBB-Team

