

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!

Familie, Kindergärten und Grundschulen bieten wenige männliche Vorbilder. Jungen suchen sich deshalb oft Idole, z.B. in Filmhelden. Es gibt typische Verhaltensweisen, die gesellschaftlich nicht in Frage gestellt werden. Jungen dürfen nicht weinen, sie haben ihren „Mann“ zu stehen. Gefühle haben dort keinen Platz. Dieser enorme Druck verklärt die Eigenwahrnehmung. Jungen brauchen aber Raum, um Gefühle zeigen zu können. Nur so kann sich soziale Kompetenz entwickeln, die nötig ist, um Konkurrenzverhalten abzubauen. Wenn Jungen ihre Probleme verbalisieren und gemeinsam Lösungen finden, verlieren sie auch den Zwang zur ständigen Überlegenheit. Unser Kursprogramm speziell für Jungen will Selbstbewusstsein stärken, Gemeinschaftsgefühl fördern, Angst nehmen und Mut machen – das sind die Ziele. Dabei arbeiten wir mit freiberuflich tätigen, qualifizierten und erfahrenen Trainern zusammen.

Wie in den Jungenkursen gearbeitet wird:

Die Jungen lernen auf spielerische Art und Weise, mit viel Spaß und Bewegung, sich selbst mehr zu öffnen und zuzutrauen. Sie lernen mit abwechslungsreichen Methoden, eigene Fähigkeiten und Grenzen wahrzunehmen, neue Handlungsmöglichkeiten in Konfliktsituationen auszuprobieren und erfahren dabei, dass ihr Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl gestärkt wird.

Folgende Methoden kommen in den Kursen zum Einsatz:

- Spiele, wie z.B. Ball, Tobe- und Raufspiele
- Rollenspiele zu Alltags- oder auch Phantasiesituationen
- Partner- und Wahrnehmungsübungen
- Gespräche, z.B. über Konflikte und Konfliktlösungsmöglichkeiten
- Körper- und Entspannungsübungen

In den **Aufbaukursen** werden bereits bekannte Methoden wiederholt und neue erarbeitet.

Vater-Sohn-Kurse bieten darüber hinaus die Möglichkeiten, das Vater-Sohn-Verhältnis neu und anders zu erleben und zu vertiefen.

Termine der Jungenkurse

Grundkurse – für Jungen im Grundschulalter

Datum: 20. und 21. Februar 2010
Ort: Werther (Westf.), Turnhalle der Grundschule Werther, Mühlenstr.
Zeiten: Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05203/ 705-62

Datum: Sa, 27. März und Mo, 29. März bis Do, 01. April 2010
Ferienkurs für 8 – 11jährige Jungen
Ort: Vermold, Jugendzentrum Westside, Schulstr. 12 a
Zeiten: täglich 9.30 – 12.15 Uhr
Trainer: Ralf Brester
Anmeldung: Tel. 05423/ 930-207

Datum: 08. und 09. Mai 2010
Ort: Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten: Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05204/ 997-313

Datum: 25. und 26. September 2010
Ort: Halle (Westf.), Turnhalle der Lindenschule, Bismarckstr. 8
Zeiten: Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Datum: 11. bis 15. Oktober 2010
Ferienkurs für 6 – 8jährige Jungen
Ort: Vermold, Jugendzentrum Westside, Schulstr. 12 a
Zeiten: täglich 9.30 – 12.15 Uhr
Trainer: Ralf Brester
Anmeldung: Tel. 05423/ 930-207

Aufbaukurse – für Jungen im Grundschulalter

Datum: 06. und 07. Februar 2010
Ort: Harsewinkel, Kardinal-von-Galen-Turnhalle, Am Pflingstknapp 8
Zeiten: Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05247/ 935-169

Datum: 17. und 18. April 2010
Ort: Halle (Westf.), Turnhalle der Lindenschule, Bismarckstr. 8
Zeiten: Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Datum: 02. und 03. Oktober 2010
Ort: Werther (Westf.), Turnhalle der Grundschule Werther, Mühlenstraße
Zeiten: Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05203/ 705-62

Datum: 27. und 28. November 2010
Ort: Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten: Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05204/ 997-313

Vater-Sohn-Kurs

Datum: 04. und 05. Dezember 2010
Ort: Halle (Westf.), Turnhalle der Lindenschule, Bismarckstr. 8
Zeiten: Sa 10.00 – 13.00, So 10.00 – 13.00 Uhr
Trainer: Heinz Kirchner
Anmeldung: Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Kurse zur Selbstbehauptung

für Mädchen

für Jungen



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

Jahresprogramm 2010

Kurse zur Selbstbehauptung für Mädchen und für Jungen

Jungen und Mädchen sind verschieden. Verschieden in ihren Interessen und Bedürfnissen, in der Art, wie sie sich ausdrücken und der Art, wie sie sich erreichen lassen. Sie haben unterschiedliche Vorbilder und sie sprechen auf unterschiedliche Angebote an. Die Wahrnehmung von bedrohlichen Situationen, Konflikte und der Umgang mit Handgreiflichkeiten werden von Mädchen und Jungen verschieden erlebt. Wir wollen Mädchen und Jungen für die Entwicklung ihrer persönlichen Stärken in geschlechtshomogenen Gruppen fördern. Deshalb bieten wir

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

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, Familie und Sozialer Dienst, gefördert.

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. Eine Ermäßigung durch Stadt- oder Familienpass ist eventuell möglich, bitte im Einzelfall erfragen.
- Die Gebühr für den Vater/Sohnkurs beträgt pro Paar (Vater und Sohn) 40,00 Euro.
- Eine Erstattung der Kursgebühr kann nur bei Abmeldung bis 10 Tage vor Kursbeginn erfolgen.
- Da es sich um ein freiwilliges Angebot handelt, besteht für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer kein kommunaler Unfallversicherungsschutz. Im Schadensfall greift die private Kranken-, Unfall- bzw. Haftpflichtversicherung.
- Die Veranstalterinnen behalten sich das Recht vor, den Kurs bei zu geringer Anmeldezahl abzusagen.

Was Sie zu den Mädchenkursen wissen sollten:

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

Ist Ihre Tochter nicht viel selbstbewusster als Sie es früher sein konnten? 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 des anerkannten Vereins BellZett Bielefeld (Selbstverteidigungs- und Bewegungszentrum für Frauen und Mädchen e.V.), zusammen.

Wie in den Mädchenkursen gearbeitet wird:

In den Mädchenkursen wird nach dem WenDo-Konzept gearbeitet (WenDo = Weg der Frau) Das Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskonzept WenDo baut auf die Stärken der Mädchen. 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 Anmache“ 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

In den **Aufbaukursen** werden bereits bekannte Methoden wiederholt und neue erarbeitet.

Termine der Mädchenkurse

Grundkurse - für Mädchen im Grundschulalter

Datum:	27. und 28. Februar 2010
Ort:	Halle (Westf.), DRK-Begegnungsstätte, Bismarckstr. 1
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Datum:	20. und 21. März 2010
Ort:	Werther (Westf.), Turnhalle der Grundschule Werther, Mühlenstr.
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05203/ 705-62

Datum:	08. und 09. Mai 2010
Ort:	Harsewinkel, Kardinal-von-Galen-Turnhalle, Am Pfingstknapp 8
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05247/ 935-169

Datum:	03. und 04. Juli 2010
Ort:	Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05204/ 997-313

Datum:	04. und 05. September 2010
Ort:	Werther (Westf.), Turnhalle der Grundschule Werther, Mühlenstr.
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05203/ 705-62

Datum:	18. und 19. September 2010
Ort:	Halle (Westf.), DRK-Begegnungsstätte, Bismarckstr. 1
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Datum:	02. und 03. Oktober 2010
Ort:	Versmold, Turnhalle Sonnenschule, Wersestr. 18
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05423/ 930-207

Datum:	30. und 31. Oktober 2010
Ort:	Steinhagen, Turnhalle der Grundschule Amshausen, Auf dem Kampe 2
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05204/ 997-313

Aufbaukurse - für Mädchen im Grundschulalter

Datum:	24. und 25. April 2010
Ort:	Versmold, Turnhalle Sonnenschule, Wersestr. 18
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05423/ 930-207

Datum:	19. und 20. Juni 2010
Ort:	Halle (Westf.), DRK-Begegnungsstätte, Bismarckstr. 1
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05201/ 183-181 oder -182

Kursangebot für 11-13jährige Mädchen

Datum:	13. und 14. November 2010
Ort:	Halle (Westf.), DRK-Begegnungsstätte, Bismarckstr. 1
Zeiten:	Sa 13.00 – 18.30, So 10.00 – 15.30 Uhr
Trainerin:	Christa Anders
Anmeldung:	Tel. 05201/ 183-181 oder -182