

## Organisation, Anmeldungen und Rückfragen



Stadt Dinslaken  
Gleichstellungsstelle  
Tel.: 02064 66469  
Mail: gs-office@dinslaken.de

Gestaltung: julia benning.de

### In Kooperation mit:

**Diakonisches Werk  
Dinslaken**  
Soziale Beratung

**Diakonisches Werk  
Dinslaken**  
Schwangerschafts-  
konfliktberatung

**Stadt Dinslaken**  
Behindertenbeauftragte

**Lebenshilfe  
Dinslaken e.V.**  
Offene Hilfen

**KoKoBe  
Dinslaken**

**KoKoBe  
Duisburg-Walsum**

**Arbeiterwohlfahrt  
Kreis Wesel e.V.**  
Anlaufstelle gegen  
sexualisierte Gewalt

**Arbeiterwohlfahrt  
Kreis Wesel e.V.**  
Beratungsstelle für  
Schwangerschaft und  
Sexualität

**IB West gGmbH**  
NRW Nord Betrieb  
Dinslaken-Münsterland

# Sicher und selbst- bestimmt



**Veranstaltungen zum 25.11.** dem  
internationalen Tag zur Beseitigung  
von Gewalt gegen Frauen

# Programm zum 25.11.2022

## Frauencafé

24.11.2022 ab 16 Uhr

KoKoBe, Willy-Brandt-Str.112, 46535 Dinslaken

Das KoKoBe-Café ist ein niederschwelliges Kontaktangebot für Menschen mit und ohne Behinderung, welches dienstags und donnerstags geöffnet hat. Am Donnerstag, den 24.11.22 wird das KoKoBe-Café zum Frauen-Café. Gemäß dem eigentlichen Charakter des KoKoBe Cafés – offen und ungezwungen nach dem Motto „kommt doch auf ne Tasse Kaffee vorbei“ sind Frauen dazu eingeladen in geselliger Runde – mit Kaffee und Kuchen – ins Gespräch zu kommen und vielleicht dabei die ein oder andere wichtige Ansprechpartnerinnen kennenzulernen und sich zu vernetzen.

**Kommt gerne spontan auf eine Tasse Kaffee vorbei!**



## WenDo Kurs für Frauen mit und ohne Behinderungen 02.12.2022 17 - 20 Uhr und 03.12.2022 10 - 17 Uhr

### Ort

WenDo ist ein feministisches Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept für Mädchen und Frauen. Das Besondere an WenDo ist: Jedes Mädchen und jede Frau kann WenDo lernen, ganz gleich ihr Alter und ihre körperlichen Fähigkeiten. WenDo stärkt Frauen und Mädchen in allen Lebensbereichen, in denen sie Grenzverletzungen erfahren. Zum Beispiel in der Familie, bei Bekannten, im Beruf, im Alltag oder auf der Straße.

So vielfältig wie die Frauen\* und Mädchen\* und ihre Leben sind auch die Arten wie sie ihre Grenzen behaupten. Die Teilnehmerinnen sind dazu eingeladen, ihre Wahrnehmung zu schärfen und ihre eigene Art sich zu schützen und sich zu abzugrenzen herauszufinden.

Im WenDo erfahren Frauen\* und Mädchen\* ihre Stärken. Wen-Do fördert die Kreativität und ermächtigt Frauen\* und Mädchen\* selbstbewusst und selbstbestimmt ihr Leben zu gestalten.

**Eine verbindliche Anmeldung ist unbedingt erforderlich. Tel: 02064-66 469 oder per Mail [gs-office@dinslaken.de](mailto:gs-office@dinslaken.de)**