

"Stark werden" – ein Seminar für junge Frauen und Mädchen ab 16 Jahren^①

- Du hast Lust, neue Mädchen* und Frauen* kennenzulernen und dich auszutauschen?
- Du hast vielleicht die Erfahrung gemacht, dass deine Grenzen verletzt worden sind?
- Du hast Lust zu üben, „Nein“ zu sagen und Grenzen zu setzen?
- Du möchtest deine eigenen Stärken besser kennenlernen?
- Du möchtest wissen, welche Rechte du hast und wo du Hilfe bekommst?

In der Gruppe reden wir zusammen über diese Themen und probieren uns in Übungen und Spielen aus.

termin

Samstag, 20.06.2026, 10.00 - 15.00 Uhr

ort

Kulturhaus Bienenkorb, Beim Rauhen Hause 21
Eingang über Horner Weg 190, 22111 Hamburg

Die Räumlichkeiten sind barrierefrei.

Der Workshop findet in Leichter Sprache statt.

Wir bieten auf Anfrage eine Verdolmetschung in DGS oder andere Unterstützung an. Sprecht uns gerne bei der Anmeldung auf eure Bedarfe an.

zielgruppe

Mädchen* und Frauen* mit Beeinträchtigung oder Behinderung

seminarleitung



**Anne
SIEPE**

Heilerzieherin, Sozialpädagogin (B.A.), Präventionsfachkraft in der Behindertenhilfe und Beraterin bei Allerleirauh



**Bibi
BOTULI**

Honorarkraft in der Präventionsarbeit bei Allerleirauh

**Bitte
telefonisch anmelden:**



0176 56 63 78 14

^① Mädchen* und Frauen* schreiben wir mit Sternchen. Wir verstehen diese Begriffe als Selbstbezeichnung. Unser Angebot ist für weibliche, genderqueere und nicht-binäre Menschen.