

Gemeinde Herzebrock-Clarholz

Presse und Öffentlichkeit: Anja Valentien
Tel. 05245 / 444-216
A.Valentien@herzebrock-clarholz.de



Kontakt: Rückfragen der Presse bitte direkt an die Gleichstellungsbeauftragte Agnes Growe, Tel: 05245 / 444-217, a.growe@herzebrock-clarholz.de

PRESSEMITTEILUNG

14. Januar 2026

Selbstbehauptungskurs in Herzebrock-Clarholz für Mädchen im Grundschulalter

Persönlichkeit bestätigen und stärken

Vielen Mädchen fällt es schwer, sich im Alltag zu behaupten, eigene Interessen wahrzunehmen oder sich gegen Grenzverletzungen zu schützen. „Eigene Wünsche und Bedürfnisse durchzusetzen sowie persönliche Grenzen klar zu zeigen, können die Mädchen jedoch gezielt lernen“, sagt Agnes Growe, die neue Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Herzebrock-Clarholz.

Deshalb gibt es bald wieder die Möglichkeit für Mädchen im Alter von sieben bis zehn Jahren an einem Kurs teilzunehmen. Unter Anleitung von Katja Schierbaum, Diplompädagogin im Bielefelder Selbstverteidigungs- und Bewegungszentrum für Frauen und Mädchen BellZett, können die Mädchen lernen, sich zu behaupten. Ziel ist es, in Situationen, in denen sie geärgert, bedroht, gemobbt, missachtet, angemacht oder sexuell belästigt werden, entsprechend reagieren zu können.

Am Samstag, 7. Februar von 13 bis 17.30 Uhr und am Sonntag, 8. Februar von 10 bis 14.30 Uhr findet der Selbstbehauptungskurs in der Turnhalle der ehemaligen St. Michael-Schule im Ortsteil Pixel in Herzebrock-Clarholz statt. Die Teilnahmegebühr beträgt 25 Euro. Anmeldungen sind ab Montag, 19. Januar, 8 Uhr bis zum 30. Januar über die Internetseite www.herzebrock-clarholz.de möglich.

Informationen gibt die Gleichstellungsbeauftragte Agnes Growe montags bis donnerstags von 8.30 bis 12.30 Uhr unter der Telefonnummer 05245/444-217 oder per Email unter a.growe@herzebrock-clarholz.de.