

Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für BIPOC FLINTA



Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für BIPOC FLINTA

Diese Kurse sind ein Space für BIPOC FLINTA
(Frauen, Lesben, inter-, nicht-binäre, trans - und agender Personen)
FLINTA, die Rassismuserfahrungen machen.

Wann: Mai 2023 bis Dezember 2023 jeden 1. Und 3. Sonntag des Monats
Uhrzeit: 12:30 – 15:00 Uhr
Wo: Studierendenhaus Mertonstraße 26, 60325 Frankfurt am Main
(an der Pforte nach dem Raum fragen)
Keine Anmeldung notwendig.

Der Raum und die Toilette sind barrierearm und zugänglich für Menschen mit Rollstuhl.

Inhalt der Kurse:

- Verbale Techniken
- Körperliche Techniken
- Mentale Übungen
- Rollenspiele
- Körpersprachübungen
- Strategien gegen diskriminierende Gewalt

Die Inhalte der Kurse bauen nicht aufeinander auf, ihr könnt jederzeit einsteigen.
Auf Instagram kündigen wir den Fokus der jeweiligen Termine und Änderungen an.

Wir werden während der Kurse immer wieder verschiedene Machtstrukturen und die Gewalt, die diese mit sich bringen thematisieren. Daher ist es uns wichtig, während der Kurse, einen Raum zu schaffen, in dem wir gemeinsam auf uns und die Menschen um uns herum achten und einen wohlwollenden Umgang miteinander pflegen. Bitte seid euch bewusst, dass wir Konflikte und Probleme die außerhalb des Raumes aufgetreten sind nicht während der Kurse lösen können.

Mit viel Spaß sind wir laut, stark und kämpferisch! Wir freuen uns auf euch!

Bei Fragen oder Anliegen meldet euch gerne unter:
E-Mail: queercollective@riseup.net oder
Instagram: @queervisible

Für
mehr
Infos
zum
Kurs



Gefördert durch

STADT  FRANKFURT AM MAIN



AMT FÜR MULTIKULTURELLE
ANGELEGENHEITEN
FRANKFURT AM MAIN

QUEER
VISIBLE
COLLECTIVE
BIPOC
RHEIN-MAIN