

Anmeldung Bitte ausfüllen und zurückschicken – danke!



Vorname + Name: _____ Geburtsdatum: _____

Straße + Hausnummer: _____

PLZ + Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Bei meiner Tochter_ ist auf Folgendes zu achten, z.B. Allergien, Medikamente, Assistenzbedarf: _____

Die Haftpflicht- und Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmerinnen_. Die Anmeldung ist erst gültig mit dem Eingang des Teilnehmerinnen_beitrags. Bei Abmeldungen kann dieser nur erstattet werden, wenn sie uns 4 Wochen (bei mehrtägigen Veranstaltungen) bzw. 2 Wochen (bei eintägigen oder fortlaufenden Veranstaltungen) vorher bekannt sind.

Ja, ich will mitmachen!

Unterschrift der Teilnehmerin_

Ja, ich melde meine Tochter_ an!

Datum und Unterschrift eine_r/s Erziehungsberechtigten

**Tritta e.V. | Verein für
feministische Mädchenarbeit**

Basler Straße 8
79100 Freiburg
Telefon 0761-29 27 508
info@tritta-freiburg.de
www.tritta-freiburg.de

Wen-Do von 6 – 17

Wenn nicht anders angegeben,
finden die Kurse bei Tritta e.V., Basler Str. 8 statt.



Selbstbehauptung und Selbstverteidigung



Wen-Do ist für Mädchen_ und junge Frauen_ die ihre Kräfte nutzen wollen um zu lernen, sich zu behaupten und zu verteidigen.

Du lernst dabei deine Stärken kennen und besser für dich einsetzen – nicht nur in gefährlichen Situationen, sondern auch im ganz gewöhnlichen Alltag: »Nein«-sagen – Grenzen setzen. Was kannst du tun bei Belästigungen und Anmache? Wie kannst du dich wehren, wenn du lächerlich gemacht oder nicht ernst genommen wirst? Wir reden über Ängste und über Gewalt, üben Techniken und Lösungen in beängstigenden oder wut-machenden Situationen. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Teilnehmerinnen_ sich sportlich fühlen oder nicht. Denn Wen-Do geht von den Fähigkeiten aus, die jede einzelne hat. Mehr zu hören und zu sehen gibt es auch auf unserer website www.tritta-freiburg.de/programm.html#selbstbehauptung

Zum Wen-Do-Kurs bitte mitbringen: Schlafsack in fester Hülle zum Draufschlagen (falls vorhanden), Turnschuhe, bequeme Kleidung, Trinken und Vesper für die Mittagspausen. Unsere Kursleiterinnen_ sind: Oruscha Rinn, Kristin Stalder, Annette Krings und Felicitas Seibert

→ **Grundkurs, 11 – 14 Jahre**, am 20.–22.10.2017
Fr 16:30–18:30 Uhr, Sa 10–14 Uhr, So 10–13 Uhr
Kosten: 70 € / 45 € / 30 €, Feministisches Zentrum Freiburg, Faulerstr. 20

→ **Grundkurs, 8 – 12 Jahre** am 11. + 12.11.2017
Sa 10–16 Uhr, So 10–15 Uhr, Kosten: 64 €, in St. Georgen,
Anmeldung nur über die **VHS Freiburg; Tel. (0761) 36895-10**

→ **Grundkurs, 14 – 17 Jahre**, am 24. + 25.11.2017
Fr 16:30–19 Uhr, Sa, 11–15:30 Uhr, Kosten: 55 € / 35 € / 25 €

INKLUSIV → **Grundkurs für Frauen_** am 24. + 25.11.2017
Fr 17:30–20 Uhr, Sa 10–15 Uhr, Kosten: 80 € / 60 € / 35 €
Auch für Frauen_ mit körperlichen Handicaps
Feministisches Zentrum, Faulerstr. 20 (Barrierefrei)
mit den Einrichtungen „Basler 8“ und dem Feministischen Zentrum

→ **Aufbaukurs, 11 – 14 Jahre**, am 01. + 2.12.2017,
Fr 16:30–18:30 Uhr, Sa 10–14 Uhr, Kosten: 45 € / 30 € / 20 €

→ **Grundkurs, 12 – 15 Jahre, für Mädchen_ mit Handicaps**
9.12.2017, 20.1.2018, 17.2.2018 und 17.3.2018
vier Mal Samstags, 16–18 Uhr, Kosten: 70 € / 45 € / 30 €
mit der Lebenshilfe Breisgau und Arbeitskreis ABC

→ **Grundkurs, 16 – 19 Jahre**, am 2. + 3.2.2018
Fr 16:30–19 Uhr, Sa, 11–15:30 Uhr, Kosten: 55 € / 35 € / 25 €

→ **Grundkurs, 5. + 6. Klasse**, am 2.–4.2.2018
Fr 16–18 Uhr, Sa 11–15 Uhr, So 10–13 Uhr, Kosten: 70 € / 45 € / 30 €
Aula der Weiherhof-Realschule, Schlüsselstr. 5
mit der Weiherhof-Realschule und dem Jugendforum Herdern e.V.

→ **Grundkurs, 6 – 9 Jahre**, am 23.–25.2.2018
Fr 15:30–17:30 Uhr, Sa 10–14 Uhr, So 10–13 Uhr
Kosten: 70 € / 45 € / 30 €
Glashaus, Maria-von-Rudloff-Platz 2, mit kjk – Kinder und Jugend im K.I.O.S.K.

→ **Aufbaukurs, 8 – 11 Jahre**, am 16.–18.3.2018
Fr 15:30–17:30 Uhr, Sa 10–14 Uhr, So 10–13 Uhr
Kosten: 70 € / 45 € / 30 €
Glashaus, Maria-von-Rudloff-Platz 2, mit kjk – Kinder und Jugend im K.I.O.S.K.

für Mädchen_ von 12 – 16

Noch mehr Longboards

Hast du Lust mit anderen »Asphaltsurferinnen_« die »Dreisamtal-Tour« zu fahren? Wir fahren mit dem Zug nach Himmelreich und rollen zurück nach Freiburg. Vorkenntnisse erforderlich!
Kosten: 12 € / 9 € / 6 € (inkl. Longboards)

→ für Mädchen_ von 12 – 16 Jahren
am Sa, 21.10.2017, 10 – 13 Uhr
mitbringen: Regiokarte, Schoner und Helm (Helmpflicht!)
mit Yvi Stecher und Bianca Baßler

INKLUSIV einzigartig – Ein Fotokurs

Wie viele Gesichter stecken in dir? Welche Rollen magst du ausprobieren? Allein oder zu zweit, witzig oder ernst, langweilig oder abgefahren ... ?! Ein Wochenende mit viel Spaß beim Fotografieren und fotografiert werden! Kosten: 30 € / 22 € / 15 € (einschl. Material)

→ für Mädchen_ von 12 – 16 Jahren mit und ohne Handicaps
am 09. + 10.12.2017, Sa + So, 10 – 15 Uhr
mitbringen: wenn vorhanden: Fotokamera; wer möchte: Kleidung, Perücken, Hüte, Schminke ..., mit Lenja Haas und Paula Bock

Trickfilm

Hast du Lust ein Drehbuch zu schreiben, hinter der Kamera zu stehen, Kulissen und Figuren zu basteln und einen eigenen Film zu drehen? Wir machen einen Animationsfilm, in dem wir Knetfiguren zum Leben erwecken und mit ihnen eine Geschichte erzählen.
Kosten: 40 € / 30 € / 20 €

→ für Mädchen_ von 13 – 16 Jahren
von Di – Do, 13. – 15.2.2018, 11 – 16 Uhr (Fasnachtsferien)
Langemarckstr. 97, mit Lara Moseler

für Mädchen_ und Mütter_

Wir sitzen in einem Boot! Kanutag für Mädchen_ und Mütter_

Als Team zusammen im einem Boot sitzen heißt: sich abstimmen beim Paddeln und Steuern! Wir durchfahren mit kentersicheren Schlauchkanadiern die wunderschönen Auenlandschaften auf der elsässischen Seite des Rheins. Kosten: 55 € / 40 € / 27 € für beide zusammen

→ für Mädchen_ ab 8 Jahren und ihre Begleiterinnen_
am Sa, 28.10.2017, 10 – 18 Uhr, mit Martina Hocke

Organisatorisches / An- und Abmeldung

Wir benötigen eine **schriftliche Anmeldung**. Bitte **überweisen** Sie den Kursbeitrag unter Angabe des Kurses und des Namens des Mädchens_ auf unserem Konto

Tritta e.V.

IBAN DE95 6809 0000 0023 6572 01
BIC GENODE 61 FR1

Wir bestätigen die Anmeldung per E-Mail oder per Telefon. Eine Woche vor dem Kurs verschicken wir zusätzlich eine Info-Mail. Abmelden geht kostenfrei bis 4 Wochen vor Beginn bei mehrtägigen Veranstaltungen bzw. bis 2 Wochen vor Beginn bei eintägigen Veranstaltungen. Danach muss der Beitrag bezahlt werden, es sei denn wir haben Mädchen_ auf der Warteliste oder Sie finden eine Ersatzteilnehmerin_.

Die Haftpflicht- und Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmerin_.

Wir möchten, dass möglichst viele Mädchen_ an unseren Kursen und Aktionen teilnehmen können. Deshalb gibt es nach Einkommen gestaffelte Teilnahmebeiträge: Die drei Preise bedeuten:

1. Preis: ohne Ermäßigung
 2. Preis: ermäßigter Preis bei Bezug von Wohngeld oder ALG I
 3. Preis: ermäßigter Preis bei ALG II-Bezug.
- Mädchen_ im Asylverfahren können ohne Kostenbeitrag teilnehmen!

Wir nehmen auch Bildungs- und Teilhabegutscheine an!

Unser Haus ist über einen Außentreppenlift für Rollstuhlfahrerinnen_ zugänglich, aber wir haben leider keine rolligerechte Toilette.

www.tritta-freiburg.de

Tritta
Tritta e.V. | Verein für
feministische Mädchenarbeit

**Oktober 2017
bis März 2018**

**Aktionen
für Mädchen_**

**Tritta e.V. | Verein für
feministische Mädchenarbeit**

Basler Straße 8
79100 Freiburg
Telefon 0761-29 27 508

info@tritta-freiburg.de

www.tritta-freiburg.de

für Mädchen_ von 10 – 15

Wenn nicht anders angegeben, finden die Kurse bei Tritta e.V., Basler Str. 8 statt.

Kanutag für Mädchen_

Ein Tag im Zweier-Kanu auf kleinen Flüssen der französischen Rheinauen mit Wind, Sonne und lichtem Schatten, Pausen am Flussufer, ... Kanufahren lernen alle fast nebenbei! Wir benutzen Schlauchcanadier, die sehr kenersicher sind. Zusätzlich tragen alle Rettungswesten. Kosten: 30 € / 22 € / 15 €

→ für Mädchen_ von 10 – 15 Jahren
am **So, 22.10.2017, 10 – 18 Uhr**, mit Martina Hocke und Team

Stockkampf

Mit cooler Musik und viel Rhythmus lernen wir Stockkampf ... – die eigene Kraft spüren und mit viel Spaß sich wehren lernen und die Stöcke so richtig krachen lassen! Kosten: 22 € / 16 € / 11 €

→ für Mädchen_ von 10–15 Jahren
am **28. + 29.10.2017, Sa + So, 10 – 13 Uhr**, mit Fé André
Turnseeschule, Turnseestr. 14, 79102 Freiburg

INKLUSIV Heilpflanzen-Hüttenwochenende

Heilpflanzen kennen lernen, Naturkosmetik und einfache Heilmittel selbst herstellen, am knisternden Lagerfeuer in den Sternenhimmel schauen, ganz lecker kochen in der Kräuterküche, Kunstwerke aus Naturmaterialien, den eigenen Mut spüren bei einer Nachtaktion ... – in der gemütlichen Ramshalde-Hütte in Breitenau / Schwarzwald. Kosten: 70 € / 50 € / 35 €

→ für Mädchen_ von 10 – 15 Jahren mit und ohne Handicaps
am **10. – 12.11.2017, Fr 17 Uhr bis So 16 Uhr**
mit Martina Hocke und Team

INKLUSIV Kräuterwerkstatt Winterkräuter

In der Kräuterwerkstatt stellen wir selbst tolle Sachen her: Badesalz mit Blüten, ein Kräuterduftsäckchen, eine eigene Teemischung und einen Lippenpflegestift. Mittags kochen wir gemeinsam. Kosten: 22 € / 16 € / 11 € (inkl. Verpflegung)

→ für Mädchen_ von 10–15 Jahren mit und ohne Handicaps
am **Sa, 18.11.2017, 10–16 Uhr**
mit Stefanie Blankenburg und Sylvia Übelein

Bouldern

Bouldern ist Klettern ohne Seil in niedriger Höhe – Das macht durchaus einen kleinen Nervenkitzel, ist aber ungefährlich. Kosten: 22 € / 20 € / 14 € (einschl. Eintritt Boulderhalle und Kletterschuhe)

→ für Mädchen_ von 10–15 Jahren
am **So, 3.12.2017, 11 – 15 h**, mit Mona Bierer und Kristina Zähringer

Ein Genusstag

Die Schönheit des Lebens genießen! Wellness, Entspannung und Leckereien sind angesagt: Gesichtsmasken, Spiele, Massagen und selbstgemachte Pralinen lassen uns den Alltagsstress vergessen! Kosten: 22 € / 16 € / 11 € (inkl. Verpflegung)

→ für Mädchen_ von 10–12 Jahren,
am **So, 25.2.2018, 11 – 16 Uhr**, mit Yana Ampatziadis

Theater

»Prinzip Katamaran und andere Identitäten«

Prinzip Katamaran ist die Geschichte von Toni Silberstein, die sich weigert in die Schublade geschlechtlicher Zuschreibungen gesteckt zu werden. Schon als Kind mit dem Unverständnis ihrer Umwelt konfrontiert erschafft sie sich trotzig eine eigene Identität als Gnoi – ein Wesen, das immer wieder in irrwitzig-scurrile bis tieftraurige Alltagssituationen gerät.

→ für alle, ab 15 Jahren
Montag, **23.10.2017, 18 – 19 h**, mit dem Theaterkollektiv RaumZeit
Ort: Pädagogische Werkstatt an der PH, Kunzenweg 21
In Kooperation mit der PH und gefördert durch die Hannchen-Mehrzweck-Stiftung

Fortlaufende Mädchen_gruppen

Mädchen_gruppe „Mut tut gut!“

Stress in der Schule oder mit Gleichaltrigen ... Ärger zuhause ... fühlst du dich manchmal allein mit solchen Sachen oder nicht wohl in deiner Haut? Es gibt andere, denen es ähnlich geht! Wir nehmen uns Zeit für das, was euch beschäftigt und frustig ist ... und auch für das, was ihr toll und spannend findet. Du kannst andere Mädchen_ kennenlernen, wir machen tolle Sachen und immer wieder gibt es neuen Mut zu entdecken! Mehr erfährst du in einem Vorgespräch, in dem du auch die Begleiterin_ der Gruppe kennen lernst. Kosten: 30 € / 22 € / 15 € pro Halbjahr

→ für Mädchen_ von 13–16 Jahren,
mittwochs **16:30 – 18:30 Uhr (nicht in den Ferien)**
Beginn der Gruppe: Mittwoch, **8.11.2017**, mit Martina Hocke, N.N.

Mädchen_gruppen im Viertel „Westlich der Merzhauser Straße“

In den beiden Mädchen_gruppen im kleinen Unterwiehremer Viertel „Westlich der Merzhauser Straße“ gestalten die Mädchen_ möglichst viel vom Programm selbst. Neben den Freizeitaktivitäten ist das Miteinander in der Gruppe und die Freundschaften sehr wichtig, es gibt natürlich auch Konflikte und Streit und dann auch wieder gute Lösungen... Kosten: keine (nur für Ausflüge)

→ für Mädchen_ der 1. – 4. Klasse
jeden Montag, von **16 – 18 Uhr im 1.OG** der Langemarckstr. 97
→ für Mädchen_ der 5. – 7. Klasse
jeden Montag, von **16 – 19 Uhr im UG** der Langemarckstr. 97
mit Lenja Haas, Kathrin Hälker, Marina Noussan und Karin Zimmermann

16 days – gegen Gewalt an Frauen und Mädchen!

Jedes Jahr findet vom 25.11., dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen bis zum 10.12. dem Internationalen Tag der Menschenrechte die Kampagne »16 Tage gegen Gewalt an Frauen und Mädchen« statt. Das Ziel der weltweiten Kampagne ist es, Gewalt an Frauen_ und Mädchen zu ächten und zu beenden. In Freiburg werden vielfältige Aktionen wie: Filme, Vorträge, Theater, ... veranstaltet. Tritta beteiligt sich mit mehreren Wen-Do-Kursen an den 16 Tagen!

Das ganze Programm findet ihr unter www.16days-freiburg.de

Liebe Mädchen_ und junge Frauen_, liebe Eltern, liebe Interessierte,

das erste Halbjahr mit vielen »Jubiläum 30 + 1 Jahre«-Veranstaltungen, Mädchen_Aktionen und dem Sommerfest war eine aufregende und schöne Zeit für uns und wir möchten allen herzlich danken, die auf irgendeine Art mitgearbeitet, gestaltet, unterstützt, gesprochen, gesungen, gespielt, finanziert und und und ... haben!

Nun wird es wieder ruhiger und es gibt ganz viel Wen-Do für Mädchen_ und Frauen_ jeglichen Alters. Dazu noch die beliebtesten Aktionen_ für Mädchen_ draußen und drinnen! Einige der Aktionen und Kurse sind inklusiv, d.h. wir laden auch Mädchen_ mit Handicap herzlich dazu ein.

Seit diesem Jahr erhält Tritta e.V. auch einen kommunalen Zuschuss für die Vernetzung und Qualifizierung aller Pädagoginnen_ in der Arbeit mit Mädchen_. Wir danken dem Gemeinderat herzlich für diese wichtige und zukunftsweisende Entscheidung! Dieser Arbeitsbereich heißt „AG Mädchen in der Jugendhilfe“ – mehr dazu auf www.ag-maedchen-freiburg.de

Für die Hauptamtlichen bedeutet das, dass Miriam Krell nun für die AG Mädchen in ein neues Büro umzieht und Kathrin Hälker im Tritta-Büro bei den Mädchen_Aktionen einsteigt. Herzlich willkommen an Kathrin und guten Einstieg für Miri im neuen Büro!

Nun freuen wir uns auf euch bei der einen oder anderen Aktion! Sonnige Grüße und bis dann

Martina Hocke, Kathrin Hälker, Miriam Krell und alle weiteren Mitmacherinnen_, Kurs- und Gruppenleiterinnen_ von Tritta e.V.

Und zum Schluss: Wir schreiben „Mädchen_“ bzw. „junge Frauen_“, was heißt: es gibt nicht nur die zwei Geschlechter „Mädchen“ und „Junge“, sondern auch „beides“ oder „dazwischen“ oder „ganz anders“ oder „gar nicht festgelegt“. Wir laden alle zu unseren Mädchen_Aktionen ein, die sich aktuell als Mädchen_ oder als junge Frau_ verstehen.

Besondere Termine

Vom **13. – 15.10.2017** findet das **LADIYFEST 2017** in Freiburg statt.

Beim feministischen Festival LADIYFEST wird zu verschiedensten Themen diskutiert, experimentiert, gelernt, getanzt, gefeiert! Alles ist selbstorganisiert, unkommerziell, auf Spendenbasis und offen für Ideen, Inputs und Beteiligung. Programm, Orte und Selbstverständnis sind zu finden auf www.ladyfestfr2017.blogspot.eu

Tritta e.V. unterstützt das Ladyfest!



★ **Anmeldung** Bitte ausfüllen und zurückschicken – danke!

- Mädchen_gruppe..... (ab 8.11.2017)
- Noch mehr Longboarden(21.10.2017)
- Kanutag für Mädchen_(22.10.2017)
- Kanutag für Mädchen_ & Mütter_(28.10.2017)
- Stockkampf (28. + 29.10.2017)
- Heilpflanzen Herbst-Hütte – inklusiv!.....(10.–12.11.2017)
- Kräuterwerkstatt Winterkräuter – inklusiv!(18.11.2017)
- Bouldern(3.12.2017)
- einzigartig – Ein Fotokurs – inklusiv! (9. + 10.12.2017)
- Trickfilm (Fasnachtsferien)(13. – 15.2.2018)
- Genusstag(25.2.2018)

Wen-Do / Selbstverteidigung und Selbstbehauptung

- Wen Do, Grundkurs 11 – 14 Jahre(20.–22.10.2017)
- Wen Do, Grundkurs 14 – 17 Jahre (24. + 25.11.2017)
- Wen-Do, Grundkurs für Frauen_..... (24. + 25.11.2017)
- Wen Do, Aufbaukurs 11 – 14 Jahre (1. + 2.12.2017)
- Wen Do, Grundkurs 12 – 15 Jahre, für Mädchen_ mit Handicaps (9.12.2017, 20.1.2018, 17.2.2018, 17.3.2018)
- Wen Do, Grundkurs 16 – 19 Jahre (2. + 3.2.2018)
- Wen Do, Grundkurs 5. + 6. Klasse.....(2.–4.2.2018)
- Wen Do, Grundkurs 6 – 9 Jahre(23.–25.2.2018)
- Wen Do, Aufbaukurs 8 – 11 Jahre(16.–18.3.2018)
- ★ Wen-Do, Grundkurs 8 – 12 Jahre
Anmeldung direkt über vhs Freiburg (11. + 12.11.2017)