

WENDO
MARBURG e.V.

Jahresbericht

2025

Feministische Selbstbehauptung und Gewaltprävention

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort | 2 |
| 1 Wendo – feministische Selbstbehauptung und Gewaltprävention | 4 |
| 2 Wendo für verschiedene Zielgruppen | 5 |
| 2.1 Frauen | 5 |
| 2.2 Frauen mit Gewalterfahrungen | 6 |
| 2.3 Wendo im Stadtteil | 7 |
| 2.4 Frauen mit Behinderung | 7 |
| 2.5 Mütter und Töchter | 9 |
| 2.6 LINTA* | 9 |
| 3 Stärke und Mut für Mädchen | 10 |
| 4 Wendo im Arbeitsumfeld | 12 |
| 4.1 Selbstbehauptung in Alltag und Beruf | 12 |
| 4.2 Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt | 13 |
| 5 Die Basis unserer Arbeit | 14 |
| 5.1 Büro und Erreichbarkeit | 14 |
| 5.2 Studio/Lounge | 14 |
| 5.3 Vernetzung | 15 |
| 5.4 Informations- und Schulungsmaterialien | 15 |
| 6 Öffentlichkeitsarbeit | 17 |
| 6.1 Kursprogramme und Aushänge | 17 |
| 6.2 Homepage | 19 |
| 6.3 Instagram | 20 |
| 6.4 Aktionen zum 25. November | 20 |
| 6.5 Banner | 21 |
| 7 Veranstaltungen | 22 |
| 7.1 Wendokurse und Seminare für Frauen | 22 |
| 7.2 Wendo im Stadtteil | 23 |
| 7.3 Wendokurse für Mütter und Töchter | 23 |
| 7.4 Wendokurse für Mädchen | 24 |
| 7.5 Workshop „Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt im pädagogischen Alltag“ all gender | 25 |
| 7.6 Weitere Aktivitäten | 25 |
| 8 Finanzen | 26 |
| 9 Spenden | 27 |



Vorwort

Liebe Leser*innen,

das im November 2025 zum zweiten Mal veröffentlichte Lagebild zu geschlechtsspezifisch gegen Frauen gerichteten Straftaten des Bundesinnenministeriums hat einen Anstieg in den Bereichen Sexualstraftaten, Häusliche Gewalt, Menschenhandel und Digitale Gewalt verzeichnet. Hervorstechend ist zudem die Zunahme an Straftaten der Hasskriminalität um 73,3%, die verdeutlichen, wie tief Misogynie gesellschaftlich verankert ist. Mit dem Wissen darum, dass die Dunkelziffer bei geschlechtsbezogener Gewalt um ein Vielfaches höher geschätzt wird, ergibt dies ein erschütterndes Bild. Täter sind im Bereich der sexualisierten Gewalt zu 98,9% Männer.

Umso wichtiger ist es, dass es neben den Möglichkeiten für Frauen sich aus Gewaltverhältnissen zu befreien, Handlungsansätze gibt, die präventiv und selbstwirksamkeitsstärkend ausgerichtet sind. Wendo – feministische Selbstbehauptung und Gewaltprävention – ist ein solcher Ansatz, den Wendo Marburg e.V. mit allen seinen Kursmodellen, Vorträgen und Workshops verfolgt. Seit 2002 hält Wendo Marburg vielfältige Angebote vor, damit Frauen und andere marginalisierte Geschlechter, die von Gewalt bedroht oder betroffen sind, Handwerkszeug und Bestärkung gegen diese Gewalt erhalten. Das bedeutet bei der Frage, wann Grenzverletzung und Gewalt überhaupt beginnen, Klarheit zu gewinnen, eigene Ressourcen zu erkennen und wertzuschätzen und neue Handlungsmöglichkeiten kennenzulernen. Dazu gehört auch immer der Verweis auf die Unterstützungsangebote in der Region. Vor allem Mädchen lernen, dass sie ein Recht auf Unterstützung haben und wie sie diese einfordern können.

In der Stadt Marburg und im Landkreis Marburg-Biedenkopf wurden 2025 zahlreiche Frauen, nicht-binäre Menschen und trans Menschen sowie Mädchen mit und ohne Behinderungen in unseren Wendokursen bestärkt und empowert. Dies geschah sowohl in unseren offen ausgeschrieben Kursen als auch in Kooperation mit anderen Trägern, Einrichtungen oder Einzelpersonen.

Dank der Förderung seitens der Stadt Marburg, einer größeren Spende der Sparkasse Marburg-Biedenkopf, weiterer privater Spenden, Gerichtszuweisungen sowie der Erwirtschaftung von Eigenmitteln waren 2025 bei Wendo Marburg zwei qualifizierte Wendotrainerinnen in Teilzeit sowie eine auf Minijobbasis und eine Verwaltungsmitarbeiterin in Teilzeit beschäftigt. Zudem war eine Mitarbeiterin auf Minijobbasis für die Verteilung von Kursankündigungen im Stadtgebiet zuständig und steht uns für Übersetzungen zur Verfügung. Unterstützt wurden wir 2025 durch vier Wendotrainerinnen, die ehrenamtlich auf Honorarbasis Kurse übernommen haben.

2025 gab es erneut eine personelle Veränderung: Zum Sommer verließ uns eine langjährige Trainee. Dafür ist im zweiten Halbjahr eine Wendotrainerin, die eine Weiterbildung nach den



Qualitätskriterien des Bundesfachverbandes Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung e.V. durchlaufen hat, zu unserem Team dazugekommen.

Für Mädchen und Frauen mit wenig Geld ermöglichen wir weiterhin reduzierte Teilnahmegebühren, die wir durch Spenden und Förderbeiträge ausgleichen. Wir freuen uns nach wie vor über die Unterstützung von Spender*innen und Förderer*innen. Allen Unterstützer*innen sagen wir an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön!

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen unseres diesjährigen Berichtes und der Vorstellung der vielfältigen Arbeit.das Team von Wendo Marburg e.V.

ISTANBUL- KONVENTION

Seit 2018 ist in Deutschland das „Übereinkommen des Europarats zur Verhütung und Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häuslicher Gewalt“ in Kraft, die sogenannte Istanbul-Konvention. Die Istanbul-Konvention ist ein völkerrechtlicher Menschenrechtsvertrag, an deren Vorgaben der Staat sich mit der Ratifizierung gebunden hat. Sie zielt ab auf die Bekämpfung von und den Schutz vor geschlechtsspezifischer Gewalt. Die Konvention weist bereits in der Präambel auf den engen Zusammenhang zwischen mangelnder Gleichberechtigung und Gewalt gegen Frauen in einer Gesellschaft hin. Daraus ist abzuleiten, dass eine Stärkung von Frauen als Primärprävention nötig ist.

Maßnahmen sollten auf verschiedenen Ebenen ergriffen werden, von der flächendeckenden Finanzierung von (inklusive auszugestaltenden) Selbstbehauptungs- und Empowerment-Kursen bis hin zu Kampagnen zum Abbau von Geschlechterrollenstereotypen.

Damit gibt es ein rechtsverbindliches Dokument, in dem die Notwendigkeit der Arbeit, welche Wendo Marburg e.V. leistet, festgehalten ist: Der Verein Wendo Marburg e.V. wurde 2002 mit dem Ziel gegründet, der Gewalt gegen Frauen und Mädchen sowie weiterer marginalisierter Geschlechter tatkräftig etwas entgegenzusetzen.



1 Wendo – feministische Selbstbehauptung und Gewaltprävention

Wendo ist ein feministisches Konzept zur Selbstbehauptung und Prävention bei geschlechterbezogener Gewalt. Entwickelt und verbreitet in der zweiten Frauenbewegung in den 70er und 80er Jahren gehört Wendo inzwischen an vielen Orten zum wichtigen Baustein im Kampf gegen Gewalt im Geschlechterverhältnis. In Kursen, Seminaren, Workshops und Vorträgen verfolgt Wendo Marburg ein Ziel: Gewalt gegen Frauen und andere geschlechtliche Minderheiten zu bekämpfen, Frauen und LINTA*Personen Handlungswerkzeug gegen erfahrene oder sie bedrohende Gewalt und Grenzverletzungen zu vermitteln.

Allen Wendoangeboten liegt die Analyse zugrunde, dass sexistische oder sexualisierte Gewalt kein individuelles Problem ist. Wendokurse ermöglichen es, patriarchale Strukturen in ihren verschiedenen Ausformungen zu erkennen, sie zu benennen und gemeinsam auf vielfältigen Wegen an ihrer Beseitigung zu arbeiten. Dazu gehört auch das Wissen um innere Hemmnisse, die es oft erschweren, sich gegen patriarchale Gewalt zu wehren. Angst davor, dass eine Situation schlimmer werden könnte oder bereits die Erfahrungen gemacht zu haben, dass es nicht aufhört oder auch die Sorge, die andere Person zu verletzen, sind nur einige Beispiele, die diese Hemmung hervorrufen.

Alle Teilnehmer*innen werden in Wendokursen darin unterstützt, Grenzverletzungen und Gewalt frühzeitig zu erkennen und Grenzen deutlich zu setzen, damit keine mehr Grenzverletzungen, Beschämungen und Gewalt erfahren muss.

„Indem die Frau nicht mehr gefällt, tut sie den ersten Schritt zu ihrer Freiwerdung. Ein Tritt gegen die Basis einer Pyramide aus stiller Gewalt.“

Elfriede Jelinek
Schriftstellerin



2 Wendo für verschiedene Zielgruppen

Wendo ist für jede Frau, unabhängig von biologischen Zuschreibungen, Alter, Herkunft und Hautfarbe, Religionszugehörigkeit, ihrer Lebenssituation und Liebesorientierung. Wendo setzt an den Lebensrealitäten der Teilnehmer*innen an; somit sind keine bestimmten körperlichen Voraussetzungen, Wissen oder Vorerfahrungen notwendig.

Alle Kurse sind inklusiv angelegt und somit für Frauen mit und ohne Behinderungen (Lernschwierigkeiten/kognitive Einschränkungen, blind/sehbehindert, taub/gehörlos, körperliche Einschränkungen, psychische Erkrankungen, chronische Erkrankungen und anderes). In unseren Kursen sind cis und trans Frauen sowie nicht-binäre Personen, die von patriarchaler Bedrohung und Gewalt betroffen sind, willkommen. Außerdem bieten wir Kurse an, die verstärkt auf die Lebensrealitäten einer bestimmten Zielgruppe eingehen.

2.1 Frauen

Gewalt zu erkennen und zu wissen, was eine dagegen tun kann, hilft vielen Frauen sich im Alltag sicherer und mutiger zu bewegen. Zu dieser Gewalt zählen scheinbar kleine Grenzverletzungen, Beschämungen und Respektlosigkeiten ebenso wie sexuelle Belästigung, Vergewaltigung, körperliche und psychische Gewalt und Stalking. Dadurch, dass fast jede Frau oder weiblich wahrgenommene Person im Alltag diese Gewalt erfährt, wird diese oft normalisiert. Mit dem Wissen darum, dass geschlechtsbezogene Gewalt für andere tödlich endet, werden weniger eskalierte Erfahrungen als „es ist ja nichts passiert“ verharmlost. Der sexistische Spruch vom Arbeitskollegen wird hingenommen, die anzügliche Geste im Vorbeigehen beim Einkaufen verdrängt, die wandernde Hand des Onkels ertragen und die eigenen Bedürfnisse hinter die Bedürfnisse der Familie, der Partner*innen oder der Arbeitsstellen gestellt.

„Frauen, die nichts fordern, werden beim Wort genommen – sie bekommen nichts.“

Simone de Beauvoir
Philosophin & Schriftstellerin

Der Zwang zur Höflichkeit und Nettigkeit ist eine weitere Bürde, die Frauen in unserer Gesellschaft aufgeladen wird: selbst, wenn Grenzen bereits massiv verletzt werden, sollen Frauen noch freundlich lächeln und nett und rücksichtsvoll reagieren. In Wendokursen können neue Strategien ausprobiert werden, die mit geschlechtsspezifischen Erwartungen brechen und diese verändern können. Dadurch wird das

Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen gestärkt. Wendo ermöglicht sowohl mit Unterstützung der Leitung als auch der Gruppe, Grenzüberschreitungen in all ihren Formen zu erkennen und sie zu



benennen. Damit gewinnen Frauen neue Möglichkeiten, Einschränkungen zu überwinden und Situationen selbst zu gestalten.

Wendokurse für Frauen fanden 2025 sowohl im offenen Angebot, zugänglich für alle interessierten Frauen aus der Stadt und dem Landkreis Marburg-Biedenkopf statt, als auch in Kooperationen mit verschiedenen Institutionen, Trägern und Einrichtungen. Diese Kooperationen ermöglichen es, spezifische Zielgruppen zu erreichen und Wendo auch in Institutionen und Einrichtungen zu tragen.

2.2 Frauen mit Gewalterfahrungen

Wendo ist einerseits in dem Feld der sogenannten Primärprävention angesiedelt. Teilnehmende können Techniken lernen, damit sie bereits im Vorfeld von massiver Gewalt Grenzen ziehen können und für sich, ihre Unversehrtheit und Würde sorgen können. Wendo ist andererseits aber auch sehr wirkungsvoll für Teilnehmerinnen, die bereits vielfältige und langanhaltende Gewalt erlebt haben.

Wendo Marburg e.V. kooperiert regelmäßig mit Gewaltschutzeinrichtungen und bietet beispielsweise Kurse für ehemalige oder aktuelle Bewohnerinnen von Frauenhäusern oder anderen Schutzeinrichtungen an, ebenso für Frauen mit psychischen Erkrankungen aufgrund von Gewalterfahrungen in den Lebensbiografien.

“Self-defence acknowledges that women and girls do frequently successfully resist violence and it does not increase the risk of injury. Feminist self-defence is empowerment through knowledge and know-how, it has the potential to reduce trauma symptoms.”

Liz Kelly and Nicola Sharp-Jeffs: Knowledge and Know-How:
The Role of Self-Defence in the Prevention of Violence against Women, 2016.



2.3 Wendo im Stadtteil



Aus dem 2016 entwickelten Konzept Refugee Wendo für geflüchtete und migrierte Frauen wurde im Laufe der Jahre Wendo im Stadtteil entwickelt. Finanziert über die Mittel des Leistungsvertrages war es 2025 letztmalig möglich, dieses Angebot im Stadtteil Stadtwald-Ockershausen kostenlos für die Teilnehmerinnen durchzuführen.

Die Möglichkeit einer Übersetzung in Persisch, Arabisch, Englisch, Französisch und Ukrainisch, die Kinderbetreuung sowie das niedrigschwellige Konzept auch nur an einzelnen Terminen teilzunehmen, haben dieses Angebot zu einem sehr speziellen gemacht.

Bedauerlicherweise sind durch die gestiegenen Kosten genau diese Kurse in ihrem Fortbestand bedroht. Insbesondere für die Kosten der Übersetzungen, der Kinderbetreuung und für die Raumkosten bedarf es zusätzlicher Finanzierungen

2.4 Frauen mit Behinderung

Viele Studien belegen inzwischen, dass Frauen mit Behinderungen deutlich mehr Gewalt erfahren als Frauen ohne Behinderungen. Gleichzeitig können sich Frauen mit Behinderungen oft nicht oder nicht gut vorstellen, dass auch sie Möglichkeiten haben, sich erfolgreich abzugrenzen und zu wehren.



Wehrhaftigkeit wird häufig mit körperlicher Befähigung gleichgesetzt, Wendo ist jedoch ein ressourcenorientiertes Konzept. Es ermutigt und bestärkt Frauen mit unterschiedlichen Behinderungen darin, sich für sich selbst einzusetzen und sich trotz vieler Abhängigkeiten und die dadurch bedingten Hürden und Hemmnisse nicht alles gefallen zu lassen.

An unseren offen ausgeschriebenen Kursen nehmen regelmäßig Frauen mit Lernschwierigkeiten/kognitiven Einschränkungen sowie blinde und sehbehinderte Frauen teil. Darüber hinaus kooperieren wir ebenfalls mit Einrichtungen der Behindertenhilfe, um Frauen mit Behinderungen, die nicht in die offen ausgeschriebenen Kurse kommen können, zusätzlich die Möglichkeit der Selbststärkung zu geben. 2025 waren das die Reha-Werkstätten, die Lahn-Werkstätten und die Gemeinschaft in Kehna. Außerdem haben wir 2025 mit der Osteogenesis imperfecta Gesellschaft in Hessen, Rheinland-Pfalz und Saarland e.V. einen Kurs für Frauen mit Osteogenesis imperfecta durchführen können.

Wendo Marburg e.V. ist Teil des 2. Marburger Aktionsplanes zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention, die Deutschland 2009 ratifiziert hat.

Eine Maßnahme war hier, ebenso wie im vergangenen Jahr, die Weiterbildung von Trainerinnen in dem Feld der Arbeit mit tauben/gehörlosen Teilnehmerinnen. An einem Workshop von einer schwerhörigen Wendotrainerin, welcher über den Bundesfachverband Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung e.V. organisiert wurde, nahmen vier unserer Trainerinnen teil. Mit diesem Wissen und zusätzlichen finanziellen Mitteln können in Zukunft gezielt Kurse auch für diese Zielgruppe angeboten werden.



2.5 Mütter und Töchter

Gewaltprävention ist besonders wirkungsvoll, wenn Mädchen von Müttern oder anderen weiblichen Bezugspersonen bestärkt und unterstützt werden und diese Grenzziehung und Nein-Sagen-Können vorleben. In den speziell für diese Zielgruppe entwickelten Kursen können Mütter und Töchter gemeinsam ausprobieren, wie man sich wehrt und auch gegenseitig unterstützen kann.

Mit verschiedenen Übungen zu Körpersprache und Stimme, Geschichten zu guten und schlechten Gefühlen und Geheimnissen sowie in kleinen und großen Rollenspielen lernen die Frauen und Mädchen, eigene Grenzen ernst zu nehmen und für sich selbst einzustehen. Die Mütter erfahren, wie sie eine gute Unterstützung für ihre Töchter sein können und die Mädchen werden darin bestärkt, auf das eigene Gefühl zu vertrauen, Grenzen wahrzunehmen und sich gegebenenfalls auch Hilfe zu holen. Die speziellen Wochenendkurse für Mädchen (6-9 Jahre) und ihre Mütter oder andere weibliche Bezugspersonen beinhalten sowohl gemeinsame Einheiten als auch getrennte Einheiten von Mädchen und Frauen.

2025 fanden zwei Wendokurse *Starke Mütter, Starke Töchter* im offenen Angebot statt.

2.6 LINTA*

Queere Menschen sind einerseits häufig und sehr spezifisch auf ihre Identität und/oder Lebensweise abzielenden Abwertungen und Gewalt ausgesetzt. Anfeindungen im öffentlichen Raum und digitalen Umfeld nehmen zu. Umso wichtiger sind Orte, an denen sich queere Menschen direkt vernetzen und mit Erfahrungen von Grenzverletzungen und Gewalt im Sinne von Handlungsermächtigung auseinandersetzen können.

Aufgrund von zu geringen Anmeldezahlen hat das Angebot für LINTA* dieses Jahr nicht stattgefunden. Stattdessen wurde dieses Jahr genutzt, um einen neuen Kurs für queere Menschen zu konzipieren. Dieser legt den Schwerpunkt auf Selbstverteidigung bei Anfeindungen und Angriffen im öffentlichen Raum und wird erstmalig im April 2026 angeboten.



3 Stärke und Mut für Mädchen

Mädchen sollten mit dem Bewusstsein großwerden, dass sie mutig und selbstbewusst durchs Leben gehen können und sich nichts gefallen lassen müssen. Seit vielen Jahren gibt es spezielle Mädchentage und Mädchenaktionswochen. Hierdurch sollen Mädchen in ihren Rechten und Möglichkeiten gestärkt werden. Ihnen soll vermittelt werden, dass sie alles machen können, was sie wollen – sei es die Wahl des Hobbies oder auch des Berufes. Doch das Aufzeigen dieser ganzen Möglichkeiten steht in einem Spannungsverhältnis mit den Erfahrungen von Zurechtweisung und Grenzverletzungen, die viele Mädchen erfahren müssen. Bereits im Kindergarten und später in der Schule wird ihr Verhalten, ihre Kleidung und ihr Aussehen von anderen Kindern und mitunter auch Erwachsenen kommentiert und bewertet. Auch diese Bewertungen stehen in einem Spannungsfeld von zu laut und zu wild oder zu leise und zaghaft.

Hinzu kommt, dass viele Mädchen nicht ernst genommen oder ausgelacht werden und ihnen Durchsetzungsfähigkeiten oder körperliche Stärke oft nicht zugetraut werden. All das hat Auswirkungen auf alle Mädchen, denn sie lernen daraus, wenig Platz einzunehmen, um nicht aufzufallen, immer nett zu anderen zu sein, auch wenn diese ihre Grenzen verletzen, und herausfordernde Situationen zu vermeiden. Leider sind in vielen Fällen von Grenzverletzungen Ratschläge von Erwachsenen wie „Ignorier das einfach, dann hört es schon auf“ oder „Lass dich doch nicht ärgern“ immer noch weit verbreitet. Das führt dazu, dass ein Gefühl für die eigenen Bedürfnisse und das eigene Wollen verringert wird oder ganz verloren geht und es in der Folge schwieriger wird, Grenzverletzungen wahrzunehmen und sie zu benennen.

Das feministische Gewaltpräventionskonzept Wendo setzt dabei an, Mädchen zu bestärken, das eigene Gefühl ernst zu nehmen, sich selbst zu achten und für die eigenen Grenzen einzutreten. Dazu gehört, die eigene Würde und Unversehrtheit nicht hinter den Ansprüchen anderer zurückzustellen. Mädchen werden im Wendo situations- und altersangemessene, vielfältige Möglichkeiten der Gegenwehr aufgezeigt: so werden zum Beispiel der Einsatz von Stimme, Körpersprache und was Mädchen sprechen können, geübt. Auch einfache Befreiungs- und Abwehrtechniken sind Teil eines Kurses. Die teilnehmenden Mädchen werden zudem ermutigt, Erniedrigungen und Beschämung nicht auszuhalten, sondern Worte zu finden, um Grenzverletzungen zu benennen, selbständig Grenzen zu setzen ebenso wie sich Hilfe zu holen.

2025 haben wir Wendokurse für Mädchen sowohl im offenen Angebot als auch in Kooperation mit Schulen, anderen Vereinen und Trägern der Kinder- und Jugendarbeit durchgeführt. Die Kurse in Kooperation mit anderen ermöglichen Mädchen die Teilnahme, die oft nicht ist an einem Wendokurs im offenen Angebot teilnehmen können.



Das gilt insbesondere für die Kurse „Mädchen werden stark!“, die in Kooperation mit der vhs Marburg-Biedenkopf durchgeführt werden. Dies ist eine Möglichkeit das Gewaltpräventionskonzept Wendo für Mädchen auch als offenes Angebot in den Landkreis zu bringen.

2025 haben

- 6 Kurse für Mädchen von 8-11 Jahren aus dem offenen Angebot und in Kooperation mit der vhs Marburg-Biedenkopf,
- 2 Kurse für Mädchen von 12-15 Jahren aus dem offenen Angebot und
- 11 Kurse in Kooperationen mit Schulen, Jugendförderung und Jugendzentren

stattgefunden.

Die Kurse waren für die Teilnehmerinnen ein wichtiger Begegnungs- und Bewegungsraum und ein Ort, an dem sie gegenseitige Unterstützung und Bestärkung erfahren konnten. Alle Kurse für Mädchen sind ebenfalls inklusiv angelegt, damit auch Mädchen mit Behinderungen problemlos teilnehmen können.



4 Wendo im Arbeitsumfeld

Arbeitgeber*innen sind zunehmend für geschlechterbezogene Gewalt am Arbeitsplatz sensibilisiert und werden stärker in die Pflicht genommen, ihre Mitarbeiter*innen vor Gewalt zu schützen. Dies hat in den letzten Jahren zu vermehrten Anfragen für Seminare, Inhouseschulungen und Vorträge in diesem Bereich geführt.

4.1 Selbstbehauptung in Alltag und Beruf

Angelegt als Tagesveranstaltung legt dieses Seminar den Fokus auf Herausforderungen, die im beruflichen Alltag entstehen können. Neben Respektlosigkeiten und Grenzverletzungen durch Kolleg*innen oder Vorgesetzte können ebenfalls übergriffige Verhaltensweisen von Kund*innen oder Klient*innen oder zu Betreuenden Thema sein.

Lösungsorientierung und Handlungsoptionen für den Beruf lassen sich gleichermaßen auf den Alltag übertragen. Das Konzept „Selbstbehauptung in Alltag und Beruf“ wird jeweils auf die anfragende Zielgruppe angepasst. So können die Teilnehmerinnen aus einem pädagogischen, pflegerischen oder betreuenden Umfeld stammen, aber auch aus ganz anderen Bereichen, wie Verkauf, Raumpflege und vielem mehr.

Das Seminar „Selbstbehauptung in Alltag und Beruf“ hat in den letzten Jahren immer größeren Anklang gefunden und wurde 2025 drei Mal durchgeführt.



4.2 Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt

Der neuentwickelte Workshop „Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt im pädagogischen Alltag“ richtet sich an pädagogische Fachkräfte aller Geschlechter in unterschiedlichen pädagogischen Settings. Eine Anpassung auf unterschiedliche Arbeitskontexte, wie beispielsweise den pflegerischen Bereich, ist ebenfalls möglich.

Ein bedeutsamer Schritt im Sich-Wehren ist auch das Hilfe holen. In pädagogischen Einrichtungen kommt die Aufgabe des Helfens Lehrkräften, Betreuer*innen und anderen pädagogischen Fachkräften zu. Damit sie eine gute Unterstützung leisten können, ist es unabdinglich, dass sie geschlechterbezogene Gewalt als solche erkennen können, sich für ihre Prävention einsetzen und wenn Grenzverletzungen verübt werden, mit einer starken Haltung reagieren können. In dem Workshop werden die unterschiedlichen Hemmnisse für Mädchen und Jungen besprochen und welche Herangehensweisen als Hilfestellung sinnvoll sind.



5 Die Basis unserer Arbeit

Grundlage für die Organisation und Durchführung aller Angebote von Wendo Marburg e.V. ist eine weitreichende Öffentlichkeitsarbeit, kommunale und überregionale Vernetzung sowie qualitative Schulungs- und Informationsmaterialien. Die Räumlichkeiten in der Oberstadt, bestehend aus Büro und Studio/Lounge, bieten hierfür den Ausgangspunkt und garantieren unsere Erreichbarkeit.

5.1 Büro und Erreichbarkeit

Wendo Marburg e.V. unterhält zentrale Büroräume in der Reitgasse in der Marburger Oberstadt. Während der telefonischen Sprechzeit montags zwischen 10:00-12:00 Uhr, aber auch an anderen Tagen, ist eine Mitarbeiterin für Anfragen und telefonische Beratungen zu erreichen. Es stehen vier Arbeitsplätze zur Verfügung, von denen aus wir E-Mailkorrespondenz führen und organisatorische und administrative Aufgaben erledigen.

5.2 Studio/Lounge

Unser Studio/Lounge in den Büroräumen nutzen wir für digitale sowie analoge Veranstaltungen, Team- und Vernetzungstreffen. Das technische Equipment ermöglicht die Durchführung von digitalen Veranstaltungen und Vernetzungstreffen, Videokonferenzen oder auch Teamtreffen, die nicht in Präsenz stattfinden können. Die technische Ausstattung kann gegen eine Gebühr ausgeliehen werden.

Überwiegend wird das Studio bzw. die Lounge für Arbeits- und Teamtreffen genutzt, auch die Supervision zur Qualitätssicherung unserer Arbeit findet hier statt. Gelegentlich werden hier außerdem Vernetzungstreffen oder Beratungen durchgeführt.



5.3 Vernetzung

In Stadt und Landkreis ist unser Verein in verschiedenen Arbeitskreisen und Runden Tischen vertreten, um dort unsere Expertise zu geschlechtsbezogener Gewalt und ihrer Prävention einzubringen.

Dazu gehören:

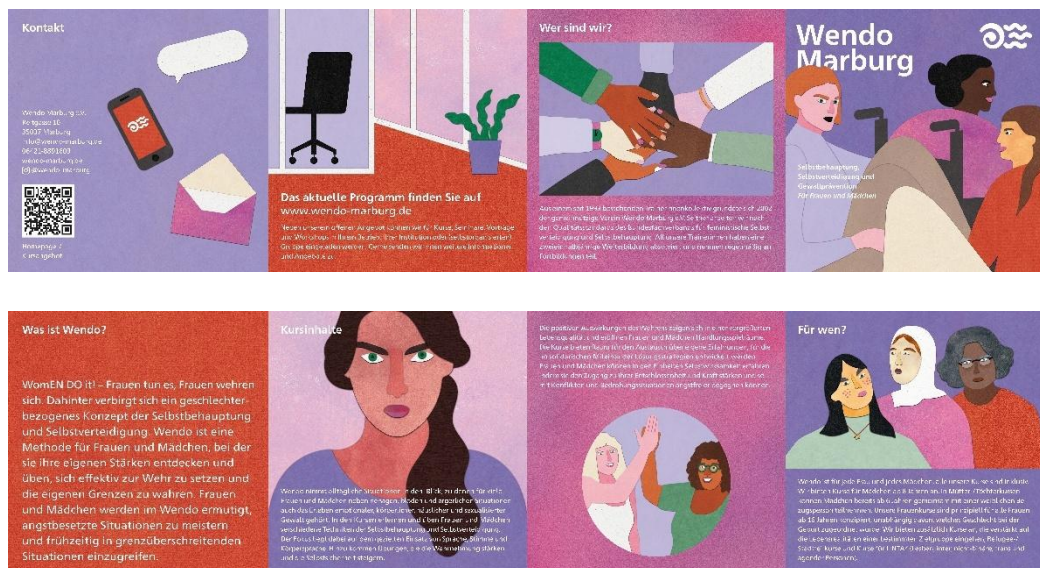
- der Arbeitskreis Prävention der Stadt Marburg,
- der Runde Tisch Keine Gewalt gegen Frauen und Kinder im Landkreis Marburg-Biedenkopf,
- die Arbeitsgemeinschaft Mädchengerechte Jugendarbeit des Landkreises Marburg-Biedenkopf,
- der Arbeitskreis Frauen und Behinderungen der Stadt Marburg,
- der Arbeitskreis Jungenarbeit der Stadt Marburg.

Zusätzlich zu den regelmäßig stattfindenden Arbeitskreisen und Runden Tischen ist Wendo Marburg auch in anlassbezogenen und themenspezifischen Vernetzungstreffen vertreten und mit Vereinen und Vertretungen der migrantischen Communities vernetzt.

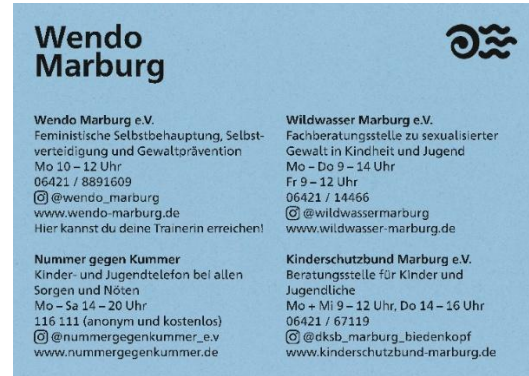
Auf hessischer Ebene ist Wendo Marburg e.V. insbesondere mit dem Verein Unvergesslich Weiblich e.V. in Gießen eng verbunden. Auf der Bundesebene sind wir aktiv im Bundesfachverband Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung BV FeSt e.V.

5.4 Informations- und Schulungsmaterialien

Im Februar wurde unser neuerstellter, allgemeiner Informationsflyer für Frauenkurse gedruckt. Diesen nutzen wir, um potenzielle Kooperationspartner*innen über unser vielfältiges Angebot an Kursen, Workshops und Vorträgen zu informieren.



In den Mädchenkursen verteilen einen Beratungsstellenflyer an die Teilnehmenden und besprechen diesen mit ihnen. Somit haben sie Informationen, wenn sie zu einem späteren Zeitpunkt auf professionelle Hilfe zurückgreifen möchten. Neben ermutigenden Worten finden die Mädchen hier Kontaktdaten zu verschiedenen Beratungsstellen. Der Beratungsstellenflyer wurde inhaltlich aktualisiert und hat ein frisches Layout bekommen.



6 Öffentlichkeitsarbeit

Nur durch eine erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit können Wendokurse aus dem offenen Angebot und Kooperationen zustande kommen. Teilnehmer*innen und Kooperationspartner*innen erfahren über vielfältige Kanäle über unser Angebot. Dazu zählen Kursprogramme, Aushänge, unsere Homepage sowie Aktionen und Infostände, an denen wir uns beteiligen. Seit Februar 2025 bespielen wir außerdem regelmäßig den neu entstandenen Instagram-Account.

6.1 Kursprogramme und Aushänge



Zwei Mal im Jahr erscheint unser Kursprogramm. Dieses verschicken wir sowohl postalisch als auch digital an interessierte Einzelpersonen und Familien sowie Institutionen, Schulen und Vereine. Damit auch Personen erstmalig von uns erfahren, legen wir die Kursprogramme zusätzlich an öffentlichen Orten wie Cafés, Läden und der Stadtbibliothek aus.

Das im November herausgegebene Kursprogramm erstrahlt erstmalig im neuen Design. Die Anpassung erfolgte zur Vereinheitlichung unseres Öffentlichkeitsauftritts. Unsere neuen Imageflyer, der Instagram-Account und weitere Informations- und Schulungsmaterialien greifen somit auf ein gemeinsames Farb- und Darstellungskonzept zurück. Die neugestalteten Abbildungen spiegeln die Vielfalt an Frauen und anderen marginalisierten Geschlechtern, die uns in unseren Kursen begegnen, wider. Durch die ähnliche Gestaltung erlangen wir in unserem öffentlichen Auftreten einen höheren Wiedererkennungswert.



Wendokurs für Mädchen 12 - 15 Jahre
6. + 7. Dezember 2025



Jedes Mädchen kann sich wehren!
 Vielleicht kennt ihr das:

- Ihr werdet auf dem Schulhof geärgert.
- Jemand kommt Euch zu nah, obwohl ihr das unangenehm findet.
- Ihr habt Angst vor bestimmten Wegen und Orten.

Im Wendokurs üben wir mit Euch verschiedene Techniken:

- eine selbstsichere Körperhaltung
- was man sagen kann, wenn man geärgert wird
- mit körperlicher Gegenwehr

Dabei könnt ihr die eigene Kraft und Entschlossenheit spüren!

Kurszeiten: Samstag, 6.12.25 von 12 - 17 Uhr
 Sonntag, 7.12.25 von 10 - 14 Uhr
Kosten: 80,- € (ein ermäßigter Platz 55,- €)
Kursort: zentral in Marburg

Wir freuen uns auf eure Anmeldungen!
 info@wendo-marburg.de
 www.wendo-marburg.de



WENDO MARBURG e.V.

© 2025 Wendo Marburg e.V.

Viele Veranstaltungen begleiten wir durch Plakataushänge. Diese haben wir im vergangenem Jahr ebenfalls an unser Design angepasst.

Wir schicken regelmäßig Veranstaltungshinweise an die örtliche Presse und verschiedene Newsletter wie z.B. des Referates für Gleichberechtigung, Vielfalt und Antidiskriminierung, des Genderzentrums und andere. Zudem schalten wir Kleinanzeigen im Marburger Magazin Express.



6.2 Homepage

Die Homepage ist unser wichtigstes digitales Repräsentationsorgan. Daher aktualisieren wir sie regelmäßig und ergänzen sie mit neuen Konzepten und Inhalten. 95% der Anmeldungen für die offen ausgeschriebenen Kurse werden über das Anmeldeformular auf der Homepage getätigt.



WENDO
SELBSTSICHERHEIT, SELBSTBEHAUPTUNG, SELBSTVERTEIDIGUNG UND GEWALTPRÄVENTION FÜR FRAUEN UND MÄDCHEN

WILLKOMMEN BEI WENDO MARBURG E.V.

Wendo steht für "WomEN DO it", Frauen tun es, Frauen wehren sich. Mit Kursen, Seminaren und Workshops zu Selbstbehauptung, Selbstverteidigung und Gewaltprävention stärken wir Frauen und Mädchen. Wendo ermutigt und unterstützt Frauen und Mädchen für sich selbst einzutreten, eigene Grenzen wahrzunehmen und zu verteidigen.
Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie uns gerne an!

[KONTAKT](#)

Nein heißt Nein. Ein Leitfaden für Frauen mit Behinderungen

Der Leitfaden 'Nein heißt Nein' ist im Rahmen des EU-Projektes 'No means No - preventing violence against women with disabilities (2020-2021)' entstanden. Die Printfassung in schwerer und leichter Sprache kann direkt bei uns bestellt oder abgeholt werden. Die Videofassung in Deutscher Gebärdensprache (DGS) können Sie auf unserer Homepage anschauen. Die Hörfassung können Sie als DAISY-Format bei uns herunterladen sowie bei Spotify als Podcast anhören. Weiterhin stehen screenreadertaugliche PDFs für Sie zur Verfügung.
[Link zum Leitfaden](#)



6.3 Instagram



Seit Februar 2025 haben wir unsere Öffentlichkeitsarbeit im digitalen Raum um einen Account bei Instagram erweitert.

Feministische Selbstbehauptung, Selbstverteidigung und Gewaltprävention.
Wendokurse und Workshops für Frauen, Mädchen und genderqueere Personen.

wendo-marburg.de

Auf diesem informieren wir mit Posts und Stories über unser Kursangebot sowie unsere Arbeit im Allgemeinen.



6.4 Aktionen zum 25. November

Am 25. November, dem Internationalen Tag zur Abschaffung von Gewalt gegen Frauen, haben wir gemeinsam mit dem Frauennotruf Marburg und anderen Trägern einen symbolischen Streik organisiert.

Mit einem Banner haben wir auf die Veranstaltung am Marktplatz aufmerksam gemacht und mit einer Rede unsere Wut über die Gewalt gegen Frauen ausgedrückt und auf die Relevanz und Bedeutung unserer Arbeit aufmerksam gemacht.





Außerdem haben wir uns an der Fotoaktion „Orange the World“ vom Zonta Club Marburg beteiligt. Gemeinsam mit vielen anderen feministischen Akteur*innen wurde unser Foto auf dem Großdisplay vor dem Erwin-Piscator-Haus gezeigt.

6.5 Banner

Seit Herbst 2025 schmückt ein Banner – ebenfalls im Corporate Design – die großen Bogenfenster unserer Räumlichkeiten. Mit der zentralen Lage direkt gegenüber vom Ausgang des Oberstadtaufzug erhöhen wir dadurch die Sichtbarkeit unseres Vereins und unserer Arbeit in der Stadt.



7 Veranstaltungen

Alle Veranstaltungen 2025 fanden offen ausgeschrieben oder als Inhouse-Veranstaltungen in Kooperation mit Einrichtungen, Institutionen oder Trägern statt.

7.1 Wendokurse und Seminare für Frauen

| Datum | Kurse und Seminare |
|--------------------------------|--|
| 01. + 02. Februar 2025 | Wendowochenende für Frauen |
| 18. Februar 2025 | Workshop – „Selbstbehauptung und Stärkung der Selbstwirksamkeit in Alltag und pädagogischer Praxis“ für Frauen* in Kooperation mit der Käthe-Kollwitz-Schule |
| 19. Februar bis 02. April 2025 | Mehrwöchiger Wendokurs für Frauen |
| 11. bis 25. März 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Frauen aus der Werkstatt in Kooperation mit den Lahn-Werkstätten Marburg |
| 05. April 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Frauen mit kognitiven Einschränkungen in Kooperation mit der Gemeinschaft in Kehna |
| 23. April 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Gewaltprävention für junge Frauen (16 – 20 Jahre) in Kooperation mit der Adolf-Reichwein-Schule |
| 10. + 11. Mai 2025 | Wendowochenende für Frauen |
| 14. Mai 2025 | Tagesseminar „Selbstbehauptung und Gewaltprävention für wissenschaftlichen Nachwuchs – FLINTA*“ in Kooperation mit dem Fachbereich 21 der Philipps-Universität Marburg |
| 11. Juni 2025 | Workshop – „Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt im pädagogischen Alltag“ für pädagogische Fachkräfte und Lehrkräfte in Kooperation mit der Adolf-Reichwein-Schule Marburg |
| 16. August 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstsicherheit und Gewaltprävention für Frauen des Frauentandemprojekts des Landkreises Marburg-Biedenkopf |
| 30. + 31. August 2025 | Wendowochenende für Frauen |
| 26. + 27. September 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Frauen in Kooperation mit dem Frauenhaus Eisenach und dem Büro für Chancengleichheit und Vielfalt Eisenach |



| | |
|-----------------------------------|---|
| 28. August bis 02. Oktober 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Frauen mit psychischen Erkrankungen in Kooperation mit den Reha-Werkstätten Marburg |
| 22. + 29. Oktober 2025 | Vertiefungskurs Wendo – Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Frauen aus der Werkstatt in Kooperation mit den Lahn-Werkstätten Marburg |
| 29. Oktober bis 10. Dezember 2025 | Mehrwöchiger Wendokurs für Frauen |
| 08. + 09. November 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstsicherheit und Gewaltprävention für Frauen mit Osteogenesis imperfecta in Kooperation mit der Osteogenesis imperfecta-Gesellschaft in Hessen, Rheinland-Pfalz und Saarland e.V. |
| 11. November 2025 | Inhouseschulung „Wendo – Selbstbehauptung im beruflichen Alltag“ für Mitarbeiterinnen der Sozialen Hilfe Marburg e.V. |
| 29. + 30. November 2025 | Wendowochenende für Frauen |

7.2 Wendo im Stadtteil

| | |
|---------------------------|---|
| 08. Mai bis 12. Juni 2025 | Mehrwöchiger Wendokurs für Frauen aus dem Stadtteil Stadtwald |
|---------------------------|---|

7.3 Wendokurse für Mütter und Töchter

| Datum | Kurse und Seminare |
|-------------------------|--|
| 03. + 04. Mai 2025 | Wendowochenende für Mütter und Töchter (6 - 9 Jahre) |
| 01. + 02. November 2025 | Wendowochenende für Mütter und Töchter (6 - 9 Jahre) |



7.4 Wendokurse für Mädchen

| Datum | Kurse und Seminare |
|-------------------------------|---|
| 04. Februar bis 18. März 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Gewaltprävention für Mädchen (3. + 4. Klasse) in Kooperation mit der Grundschule Schweinsberg |
| 10. Februar bis 31. März 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstverteidigung und Gewaltprävention für Mädchen (6. - 8. Klasse) in Kooperation mit der Bettina von Arnim Schule |
| 24. bis 26. Februar 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstverteidigung und Gewaltprävention für Mädchen (9. - 12. Klasse) in Kooperation mit der Bettina von Arnim Schule |
| 15. + 16. März 2025 | Wendowochenende für Mädchen (8 - 11 Jahre) |
| 22. + 23. März 2025 | Wendowochenende für Mädchen (8 - 11 Jahre) in Frohnhausen in Kooperation mit der vhs Marburg-Biedenkopf |
| 29. + 30. März 2025 | Wendowochenende für Mädchen (8 - 11 Jahre) in Neustadt in Kooperation mit der vhs Marburg-Biedenkopf |
| 22. April bis 03. Juni 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Gewaltprävention für Mädchen (1. + 2. Klasse) in Kooperation mit der Grundschule Schweinsberg |
| 22. April bis 03. Juni 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstsicherheit und Gewaltprävention für Mädchen (5. + 6. Klasse) in Kooperation mit dem Gymnasium Philippinum Marburg |
| 30. April bis 11. Juni 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstsicherheit und Gewaltprävention für Mädchen (2. - 4. Klasse) in Kooperation mit der Brüder-Grimm-Schule Marburg |
| 31. Mai + 01. Juni 2025 | Wendowochenende für Mädchen (12 - 15 Jahre) |
| 14. + 15. Juni 2025 | Wendowochenende für Mädchen (8 - 11 Jahre) |
| 16. bis 18. Juni 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstsicherheit und Gewaltprävention für Mädchen (5. + 6. Klasse) in Kooperation mit der Hinterlandsschule Breidenbach |
| 01. bis 03. Juli 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Empowerment für Mädchen (7. + 8. Klasse) in Kooperation mit der Wollenbergschule Wetter |
| 26. + 27. September 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Selbstsicherheit für Mädchen (8. - 10. Klasse) in Kooperation mit dem Büro für Chancengleichheit und Vielfalt Eisenach |



| | |
|-------------------------------------|---|
| 10. September bis 05. November 2025 | Wendo – Selbstbehauptung, Selbstsicherheit und Gewaltprävention für Mädchen mit dem Förderschwerpunkt geistige Entwicklung in Kooperation mit der Astrid-Lindgren-Schule Stadtallendorf |
| 15. + 16. November 2025 | Wendowochenende für Mädchen (8 - 11 Jahre) |
| 15. + 16. November 2025 | Wendo – Selbstbehauptung und Gewaltprävention für Mädchen (11 - 13 Jahre) in Kooperation mit Junge Entwicklung Fördern e.V. |
| 06. + 07. Dezember 2025 | Wendowochenende für Mädchen (12 - 15 Jahre) |
| 06. + 07. Dezember 2025 | Wendowochenende für Mädchen (8 - 11 Jahre) in Kirchhain in Kooperation mit der vhs Marburg-Biedenkopf |

7.5 Workshop „Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt im pädagogischen Alltag“ all gender

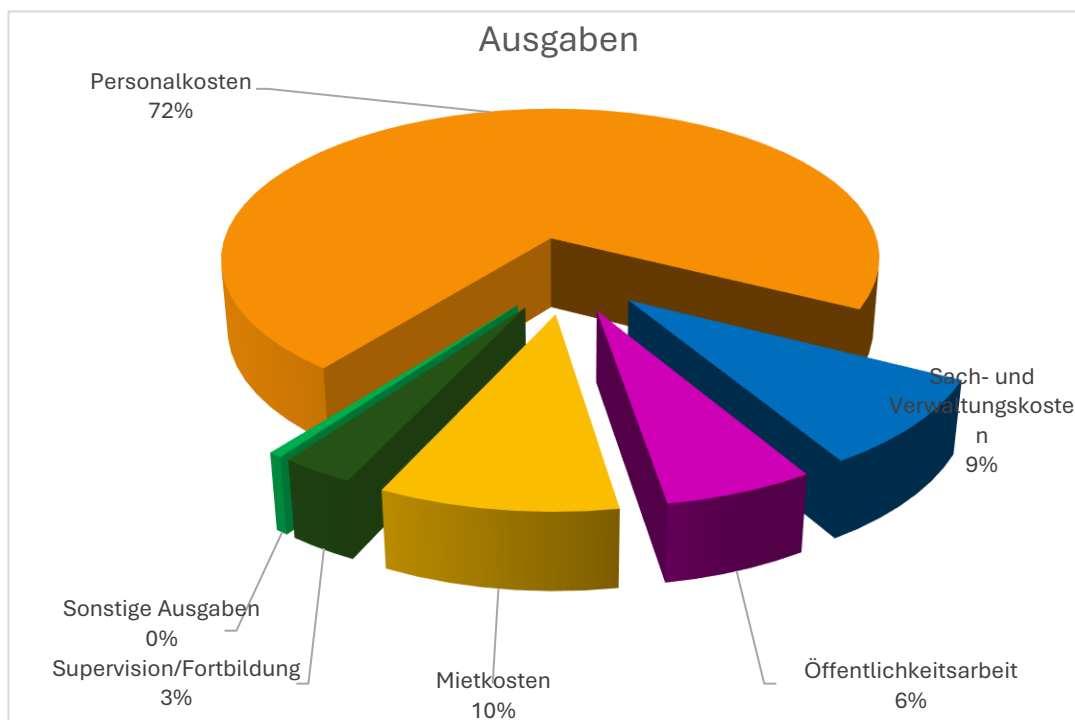
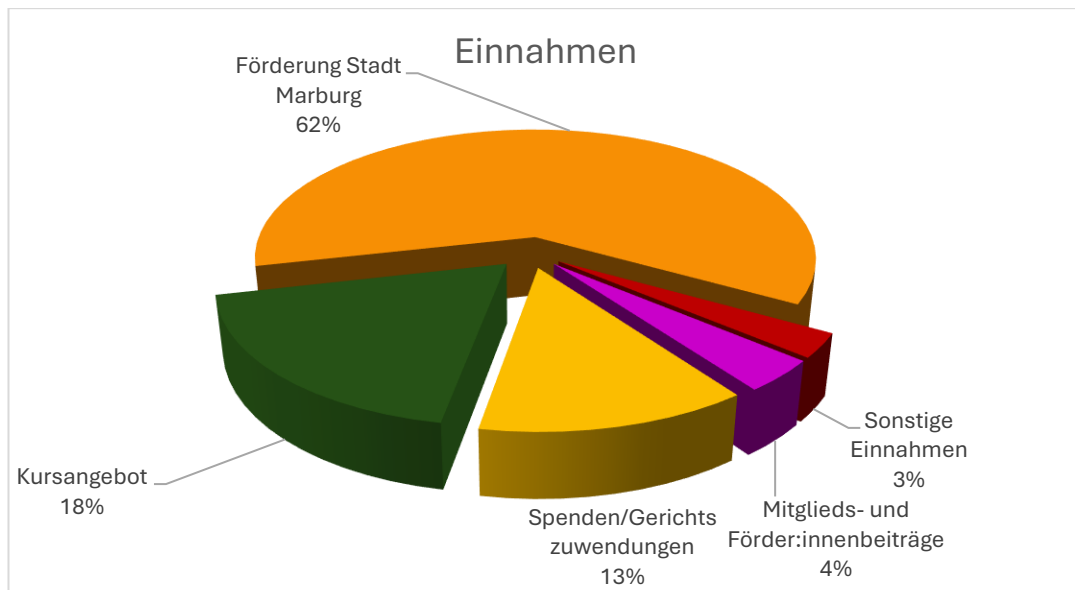
| | |
|-------------------|---|
| 03. März 2025 | Workshop „Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt im pädagogischen Alltag“ für pädagogische Fachkräfte und Lehrkräfte in Kooperation mit der Deutschen Blindenstudienanstalt e.V. (blista) |
| 24. November 2025 | Vortrag „Geschlechterbewusste Prävention von Grenzverletzungen und Gewalt im pädagogischen Alltag“ in Kooperation mit dem Frauen- und Familienzentrum Louise Bad Salzungen |

7.6 Weitere Aktivitäten

Und auch Kampfkunst gab es 2025 bei Wendo Marburg e.V.: Ganzjährig fand das anderthalbstündige wöchentliche Training – Nördliches Shaolin Kung Fu statt.



8 Finanzen



9 Spenden

Vielen Dank an alle, die Wendo Marburg e.V. 2025 Geld gespendet haben.

Das waren neben Spenden von Privatpersonen die Golden Z Marburg.

