

Gewalt vorzubeugen setzt voraus, ein Bewusstsein für die eigenen **Rechte**, **Stärken** und **Ressourcen** zu entwickeln. Wir bieten seit 1984 Maßnahmen der **Gewaltprävention** und **Persönlichkeitsstärkung** für Mädchen ab fünf Jahren (seit 2010 auch für Jungen), für Frauen jeden Alters, Multiplikatorinnen und Eltern an. Wir entwickeln Angebote zur **Selbstbehauptung** und **Selbstverteidigung** nach dem frauenspezifischen Ansatz des »WenDo«, sowie über Methoden präventiver **Bewegungs- und Körperarbeit**, die darauf ausgerichtet sind, psychisches und physisches **Selbstvertrauen** zu entwickeln. Alle Konzepte sind gendersensibel, altersspezifisch, interkulturell und inklusiv ausgerichtet. Kurse finden im BellZett und in Kooperation außer Haus statt.

**BELLZETT e.V.** – Frauen machen Frauen fit  
Sudbrackstraße 36 a, 33611 Bielefeld  
Tel. 0521-122109 / eMail info@bellzett.de

Bürozeiten:

Montag, Dienstag, Mittwoch 9 – 12 h  
Dienstag und Donnerstag 15 – 18 h

[www.bellzett.de](http://www.bellzett.de)

Bild: fotolia.com | Grafik: aigiko.de



## BEITRITTSERKLÄRUNG

Hiermit erkläre ich mich zur Förderfrau des Vereins BellZett, Selbstverteidigungs- und Bewegungszentrum für Frauen und Mädchen e.V., Sudbrackstr. 36a, 33611 Bielefeld.

Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

eMail \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Ich bin Förderfrau ab \_\_\_\_\_ und zahle einen Förderbeitrag von \_\_\_\_\_ € pro Monat (Mind.beitrag 6 €). Ich überweise monatlich \_\_\_ / pro Quartal \_\_\_ / jährlich \_\_\_

per Dauerauftrag aufs Konto  
IBAN: DE43480501610062008701, BIC: SPBIDE3BXXX  
Sparkasse Bielefeld

Ich bin damit einverstanden, dass der Förderbeitrag von meinem Konto abgebucht wird.

Bank \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_

BIC \_\_\_\_\_

Die Kündigungsfrist für den Förderbeitrag beträgt 3 Monate.



HERZLICH WILLKOMMEN!