



»Hier habe ich das erste Mal gelernt, NEIN zu sagen.«
 »Bielefelder Aktion 2016: Mein Standpunkt gegen Gewalt«

Das BellZett arbeitet wirkungsvoll daran,
 Frauen und Mädchen stark zu machen:

Selbst-Behauptung heißt:

NEIN SAGEN

STOPP SAGEN

GRENZEN SETZEN

Ziel ist es, dass Mädchen und Frauen **sich selbstbestimmt die Welt erobern**. Mit ihrer Körper-Sprache und / oder Stimme.

Unsere Arbeit ist auf Ihre Spende angewiesen.

Seit über 33 Jahren
 bewährt und ausgezeichnet:

- Sterne des Sports 2014
- NRW-Preis Frauen und Mädchen
- Goldener Hammer 2008
- INITIATIVEN-Preis 2007

Schenken Sie Sicherheit!
Danke für Ihre Unterstützung!



Besuchen Sie unsere Homepage:
www.bellzett.de

Spendenkonto:

IBAN: DE43 4805 0161 0062 0087 01

BIC: SPBIDE33XXX



**Sicherheit
 schenken**

**Das Selbstverteidigungs- und
 Bewegungszentrum für Frauen und
 Mädchen e.V.**

Sudbrackstraße 36 a, 33611 Bielefeld
 Telefon: 0521 - 12 21 09, info@bellzett.de



www.bellzett.de

Das BellZett

engagiert sich für Frauen und Mädchen.

Das **BellZett stärkt Frauen und Mädchen** darin, sich wertzuschätzen und zu sehen:

Ich bin nicht allein.

Sie lernen, der eigenen Intuition zu vertrauen, an sich zu glauben und sich gegenseitig zu inspirieren.

Das **BellZett macht Frauen und Mädchen stark** durch Ausprobieren und ein Erleben der eigenen Kraft.

Frauen und Mädchen erfahren, dass sie sich selbst und in der Welt etwas bewegen können.

Es ist unsere Überzeugung und Erfahrung, dass Körperbewusstsein und ein bewegter Geist einen guten Schutz vor Gewalt und Machtmissbrauch bieten und der beste Weg zur Stärkung der eigenen Persönlichkeit sind!



ICH BIN STARK.

Mädchen und Frauen sollen lernen, mittels Stimme, Körpersprache und Bewegung klar zu signalisieren:

**STOPP –
ICH SAGE NEIN,
ICH ZEIGE NEIN –
ICH BIN STARK!**

Das BellZett braucht Unterstützung, um alle Frauen und Mädchen erreichen zu können:

- Mit einer Spende helfen Sie, einen Platz in unseren Kursen für Frauen und Mädchen zu finanzieren, die sich eine Teilnahme sonst nicht leisten könnten.
- Mit Ihrer Spende unterstützen Sie den Verein bei seiner politischen Lobbyarbeit für eine gewaltfreie Gesellschaft.

Bitte schenken Sie Sicherheit für Frauen und Mädchen. Mit Ihrer Spende setzen Sie aktiv ein Zeichen gegen Gewalt.

HIER BIN ICH RICHTIG.



NEIN HEIßT NEIN!



HIER WERDE ICH GEHÖRT.

