



# schön stark für Kita Kids



BellZett e.V. · das Selbstverteidigungs- und Bewegungs-  
zentrum für Frauen und Mädchen in Bielefeld  
Sudbrackstraße 36a, 33611 Bielefeld  
Tel. 0521-122109, [info@bellzett.de](mailto:info@bellzett.de), [www.bellzett.de](http://www.bellzett.de)

# schön stark für Kita Kids

## Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder im Vorschulalter

Um neue Situationen selbstsicher meistern zu können, ist es für Mädchen im Vorschulalter besonders wichtig zu lernen, wie sie ihrem Bauchgefühl vertrauen, eigene Grenzen wahrnehmen und behaupten können, wie sie Gefahren einschätzen, Hilfe und Unterstützung holen und auch geben können. Wir unterstützen Mädchen darin, soziale Kompetenzen auszubauen und ihre Handlungsstrategien zu erweitern. Die Themenschwerpunkte unserer WenDo-Kurse orientieren sich an den individuellen Fähigkeiten und Bedürfnissen der jeweiligen Gruppe. Das WenDo-Konzept ›Mädchen\*Stärken‹ ist spielerisch gestaltet und greift die Themen von Mädchen in altersadäquater Weise auf.

Fachkräften und Eltern bieten wir begleitende Infoveranstaltungen an, um einen möglichst umfassenden inhaltlichen Austausch zu gewährleisten. Auf Anfrage bieten wir auch Kurse für Jungen\*, trans\* und inter\*sexuelle Kinder.

### Kursformat für die Kita

**Zeit:** 1 – 2 Std. pro Woche oder als Kompaktveranstaltung/Projektwoche. Wir empfehlen 5 – 8 Stunden.

**Kosten:** 75 Euro / pro Stunde und Referentin, inkl. Material und Anfahrt innerhalb Bielefelds

**Raumgröße:** Bewegungsraum/Turnhalle (mind. 60 m<sup>2</sup>)

**Termine:** nach Vereinbarung bei Ihnen oder bei uns in den Räumen des BellZett

**Gruppe:** 6 – 10 Kinder im Alter von 5 bis 6 Jahren

**Referentinnen/Trainerinnen:** Die Trainerinnen im BellZett sind pädagogisch qualifiziert mit Zusatzausbildungen u.a. in WenDo/Selbstbehauptung/Trauma.

Wir entwickeln gemeinsam mit Ihnen ein individuell auf Ihre Gruppe zugeschnittenes Kursformat. Wir bilden interessierte Pädagoginnen/Kitateams übrigens auch gern im gewaltpräventiven Bereich fort. Bitte sprechen Sie uns an.

### Kontakt

**Beratung & Buchung:** [mira.tkacz@bellzett.de](mailto:mira.tkacz@bellzett.de); Tel.: 0521-122109



BellZett e.V. · das Selbstverteidigungs- und Bewegungszentrum für Frauen und Mädchen in Bielefeld  
Sudbrackstraße 36a, 33611 Bielefeld  
Tel. 0521-122109, [info@bellzett.de](mailto:info@bellzett.de), [www.bellzett.de](http://www.bellzett.de)