

## Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Kinder

### Ferien Workshop

### für Kinder von 5 bis 6 Jahren ohne Begleitung

Trainerin Andrea Ney zeigt den maximal 12 teilnehmenden Kindern auf liebevolle und wertschätzende Art und Weise, wie sie verbal und körperlich Grenzen aufzeigen können und damit ihr Selbstvertrauen stärken. Durch Bewegungsübungen, Rollenspiele und den Einsatz der Stimme üben die Kinder unterschiedliche Situationen und wie sie auf diese reagieren können.

Bitte etwas zu trinken und bei Bedarf etwas zu essen, sowie bequeme Kleidung und Turnschuhe oder Stoppersocken mitbringen.

#### Termine:

Dienstag, 31. März 2026, 13.00 – 15.00 Uhr

Mittwoch, 1. April 2026, 13.00 – 15.00 Uhr

Ort: Stadtteil- und Familienzentrum KiDoZ, Friedrich-Ebert-Straße 101, 28199 Bremen

Kosten: 15 Euro oder mit der KiDoZ Karte 5 Euro

**Anmeldung erforderlich im KiDoZ-Büro unter 0421 59712330 oder unter [kidoz@sos-kinderdorf.de](mailto:kidoz@sos-kinderdorf.de)**

Wichtig: Erst mit der Bezahlung des Teilnahmebeitrages wird die Anmeldung verbindlich. Die Bezahlung ist ausschließlich in bar im KiDoZ-Büro möglich.

#### **Ein Angebot von:**

Stadtteil- und Familienzentrum KiDoZ

#### **Veranstaltungsort:**

Bewegungsraum (1. Etage)

#### **Adresse:**

Friedrich-Ebert-Straße 101

28199 Bremen

#### **Ansprechperson:**

KiDoZ-Büro

#### **Telefon:**

0421 597 12 330

#### **E-Mail-Adresse:**

[kidoz@sos-kinderdorf.de](mailto:kidoz@sos-kinderdorf.de)

#### **Internetadresse:**

[www.sos-kinderdorf.de/kinderdorf-bremen/angebote/sos-kinderdorf-zentrum/uebersicht](http://www.sos-kinderdorf.de/kinderdorf-bremen/angebote/sos-kinderdorf-zentrum/uebersicht)

#### **Nächste Termine:**

- 31.03.2026, 13:00 – 15:00
- 01.04.2026, 13:00 – 15:00

#### **Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich

#### **Kosten:**

15 € (mit KiDoZ-Karte: 5 €)