

Was ist eigentlich WENDO?

Bei unserem zweitägigen WENDO-Kurs mit Sabine Lubetzki erlernt ihr Methoden um euer Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl zu stärken. Es geht darum wie ihr gefährliche Situationen rechtzeitig wahrnehmen und diese vermeiden oder meistern könnt.



Kosten:
20 € inkl. 3 Übernachtungen und
Vollverpflegung

Unterkunft:
Kloster St. Ludgerus
Am Ludgerihof 1
38350 Helmstedt

www.KlosterLudgerus.de

**Anmeldungen bis zum
25.01.2016**

unter:

Mädchen- und
Frauenkommunikationszentrum
"Tea-TREFF"
Jugendwerk Rolandmühle gGmbH
August-Bebel-Straße 30
39288 Burg

Tel.: 03921-3158
Mail:

Gefördert durch die
**Aktion
MENSCH**



JUGENDWERK ROLANDMÜHLE

MELISSA- Mädchenauszeit

Wann:

07.02.2016—10.02.2016

Wo:

Helmstedt



Ein Projekt des
Heimatverein Reesen e.V.





MELISSA steht für:

Mädchen. Engagiert.
Lebendig. Individuell.
Selbstbewusst. Stark.
Autonom.

Eine Ferienfreizeit nur für Mädchen

mit Platz
für Kreativität
für eigene Ideen
zum Chillen
für gemeinsame Gespräche
für neue Erfahrungen

TAGESABLAUF

Sonntag, 07.02.2016

- 12:00 Abfahrt aus Burg
- 13:00 – 14:00 Ankunft und Beziehen der
Zimmer
- 14:00 – 17:30 Erkundungstour durch Helmstedt
(Stadtrallye)
- 18:15 – 19:00 gemeinsames Abendbrot
- 19:00 – 22:00 Reflexion/gemeinsames
Beisammensein/Freizeit

Montag, 08.02.2016

- 8:15 – 9:00 gemeinsames Frühstück
- 9:00 – 10:30 Freizeit
- 10:30 – 12:00 WENDO-Training
- 12:15 – 13:00 gemeinsames Mittagessen
- 13:00 – 14:00 Freizeit
- 14:00 – 15:30 WENDO-Training
- 15:30 – 16:00 Kaffeepause
- 16:00 – 17:30 WENDO-Training
- 18:15 – 19:00 gemeinsames Abendbrot
- 19:00 – 22:00 Reflexion/gemeinsames
Beisammensein/Freizeit

Dienstag, 09.02.2015

- 8:15 – 9:00 gemeinsames Frühstück
- 9:30 – 11:00 WENDO-Training
- 11:00 – 12:15 Zeit für Gespräche und
eigene Ideen
- 12:15 – 13:00 gemeinsames Mittagessen
- 13:30 – 15:00 WENDO-Training
- 15:00 – 15:30 Kaffeepause
- 15:30 – 17:00 WENDO-Training
- 17:00 – 18:15 Freizeit
- 18:15 – 19:00 gemeinsames Abendbrot
- 19:00 – 22:00 Reflexion/gemeinsames
Beisammensein/Freizeit

Mittwoch, 10.02.2016

- 8:15 – 9:00 gemeinsames Frühstück
- 9:00 – 10:00 Sachen packen
- Ca. 10:00 Abreise