

## Mädels in Action 2020 ab 10 Jahren

### „Up geht's“ – ein Nachmittag in der Trampolinhalle

**Samstag, 15.02.2020, 14 – 17 Uhr, 10 € p.P. (inkl. Sprungsocken)**

Ihr habt Lust euch einen Nachmittag mal richtig auszupowern? Mit uns könnt ihr heute einen Tag in der Trampolinhalle UpSprung verbringen. Hier könnt ihr euer Sprungtalent unter Beweis stellen oder euch bei Trampolinspielen und Parcours ausprobieren. **Treffpunkt: Haus der Jugend**

### Upcycling – aus Alt mach Neu

**Samstag, 14.03.2020, 14 – 18 Uhr, kostenlos**

Heute werden wir kreativ! Ihr habt die Möglichkeit eure alten, mitgebrachten Gegenstände oder Kleidungsstücke neu zu verzieren oder dekorativ zu gestalten. Außerdem werden wir aus alltäglichen Abfall der sonst weggeworfen wird, neue brauchbare Objekte herstellen, wie Körbchen, Blumenbehältnisse, Schlüsselanhänger oder was immer ihr wollt.

### „I feel Pretty“ – Beauty, Wellness, Selbststärkung

**Samstag, 18.04.2020, 15 – 20 Uhr, kostenlos**

Was bedeutet eigentlich Schönheit und wann finde ich mich selber schön? Bei Beautyexperimenten, Filme schauen und ganz viel quatschen, wollen wir diesen Fragen auf den Grund gehen. Wir machen uns einen schönen Tag und fühlen uns wohl!

### Ab ins Erdbeerfeld – Fahrradtour

**Samstag, 11.07.2020, 9-15 Uhr kostenlos**

Ihr habt Lust auf eine Radtour an einem schönen Sommertag zum Erdbeerfeld? Heute schnappen wir uns unsere Fahrräder und fahren ins Nettetal zum Erdbeerpflücken. Aus den vielen leckeren Erdbeeren können wir im Haus der Jugend einen Erdbeerkuchen, Smoothies oder Erdbeerquark zubereiten und gemeinsam verspeisen.

## Mädels in Action 2020 ab 10 Jahren

# SPECIALS!

### Film ab & Action! – Videoprojekt für Mädchen

**Dienstag, 04.02.2020 ab 15 Uhr, ab 12 Jahre Mit Anmeldung, kostenlos**

Ihr schaut gerne Filme oder suchtet Serien? Wie wäre es, wenn andere mal deinen eigenen Film gucken können? Drehbuch schreiben, Schauspielern und Kamera führen – sei deine eigene Regisseurin und produziere mit anderen Mädel einen Kurzfilm. Heute können wir eure Vorschläge sammeln, regelmäßige Termine absprechen und gemeinsame Ideen entwickeln. Auch nach diesem Termin könnt ihr noch gerne bei uns mitmachen.

### Sommer, Sonne, Strand und Me(e)hr – Freizeit für Mädchen von 10 – 15 Jahren

**Donnerstag, 21.05. – Sonntag, 24.05.2020, 80€ p.P.**

Mädels unter sich! Wir fahren gemeinsam in das Selbstversorgerhaus „Hof Apfelherz“ - zusammen kochen, eine Radtour zum Meer, ein riesiges Außengelände und auch Zeit für Gemütlichkeit warten auf dich!

### Mütter und Töchter in Action – Erlebnistag in Barkhausen

**Samstag, 06.06.2020, 08:30 – 16:30Uhr, 10 – 14 Jahre: 12€, ab 15 Jahre 18€ p.P.**

Heute erlebt ihr mit eurer Mama ein besonderes Abenteuer! Wir fahren gemeinsam zum Schullandheim Barkhausen - im Niedrigseilgarten könnt ihr euch aufeinander verlassen, gemeinsam klettern und außerdem warten ein riesiges Außengelände, Gruppenspiele und verschiedene Tiere zum Streicheln und Füttern auf euch. Mittags wird gemeinsam gegrillt. **Treffpunkt: Domparkplatz**