



Familien und Bildung

# Sommerangebote 2018

## Sommerferien (26.7. – 8.9.2018)

### Programmübersicht

Termin	Uhrzeit	Angebot	
2. August	13 – 17 Uhr	Wanderung – (Tour 1)	
8. August	13 – 15.30 Uhr	Besuch beim Amtsgericht	
16. August	10 – 13 Uhr	move&relax	
21. August 23. August	10 – 13 Uhr 10 – 13 Uhr	No stress!	
30. August	11 – 15 Uhr	Wanderung – (Tour 2)	
5. September	11 – 16 Uhr	Streetdance / HipHop (nur für Mädchen und junge Frauen)	
6. September	14 – 17 Uhr	Besuch beim SWR	

**Anmeldung** Die Termine sind **unabhängig** voneinander und können einzeln besucht werden. Die Anmeldung ist jeweils bis **einen Tag vor dem Angebot** über folgenden Kontakt möglich:

**Kontakt**  
 telefonisch  
 oder per E-Mail an  
 Jugendmigrationsdienst Freiburg  
 Regina Blattmann (0761) 137 82 –14  
[jugendmigrationsdienst@caritas-freiburg.de](mailto:jugendmigrationsdienst@caritas-freiburg.de)

**Treffpunkt / Ort** Sundgauallee 8, 79110 Freiburg (**gilt für alle Termine**)

**Kosten** alle Angebote sind **kostenlos**

### „JMD – just make friends“

- Ist für **ALLE** jungen Menschen aus Freiburg im Alter zwischen **12 – 26 Jahren**, ganz egal ob **MIT** oder **OHNE** Migrationshintergrund. Das heißt, Du kannst gerne Freundinnen und Freunde mitbringen!

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung! ☺

# Sommerangebote 2018

## Programmbeschreibung

Termin	Angebot
Donnerstag <b>2.8.2018</b> 13 – 17 Uhr	<b>Wanderung – (Tour 1)</b> Bei einer gemeinsamen Wanderung in der Nähe von Freiburg können wir Natur genießen, uns unterhalten und beim Picknick entspannen. Bitte dem Wetter angepasste Kleidung anziehen! 
Mittwoch <b>8.8.2018</b> 13 – 15.30 Uhr	<b>Besuch beim Amtsgericht</b> Zusammen besuchen wir eine Gerichtsverhandlung beim Amtsgericht Freiburg und schauen uns die Arbeit bei Gericht an. 
Donnerstag <b>16.8.2018</b> 10 – 13 Uhr	<b>move&amp;relax</b> Passen Bewegung und Entspannung zusammen? Gemeinsam probieren wir es aus, mit einer Mischung aus verschiedenen Methoden und Techniken, darunter z.B. Elemente aus Yoga, Meditation und Qigong. 
Dienstag + Donnerstag <b>21.8.2018 + 23.8.2018</b> 10 – 13 Uhr	<b>No stress!</b> Wer kennt das nicht? Prüfungen bringen uns schlaflose Nächte, die Suche nach dem richtigen Job bereitet Bauchschmerzen, Ärger mit Familie und Freunden macht uns Kopfzerbrechen. Wir wollen zusammen über Ursachen und Folgen von Stress sprechen und praktische Strategien entwickeln, wie wir auch in stressigen Zeiten durchatmen und einen kühlen Kopf bewahren können. 
Donnerstag <b>30.8.2018</b> 11 – 15 Uhr	<b>Wanderung – (Tour 2)</b> Bei einer gemeinsamen Wanderung in der Nähe von Freiburg können wir Natur genießen, uns unterhalten und beim Picknick entspannen. Bitte dem Wetter angepasste Kleidung anziehen! 
Mittwoch <b>5.9.2018</b> 11 – 16 Uhr	<b>Streetdance / HipHop</b> (nur für Mädchen und junge Frauen) Tanzlehrerin Nele Prestel bietet für interessierte Mädchen und junge Frauen einen Tanzworkshop zum Ausprobieren an. Gemeinsam wird mit der Gruppe eine Choreographie erarbeitet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. 
Donnerstag <b>6.9.2018</b> 14 – 17 Uhr	<b>Besuch beim SWR</b> Der SWR bietet uns die Möglichkeit das SWR Studio Freiburg zu besichtigen und einen Blick hinter die Kulissen von Radio und Fernsehen zu werfen. 

### Anmeldung

- jeweils bis **einen Tag vor dem Angebot** möglich
- telefonisch Regina Blattmann (0761) 137 82 –14
- per E-Mail [jugendmigrationsdienst@caritas-freiburg.de](mailto:jugendmigrationsdienst@caritas-freiburg.de)
- folgende Informationen brauchen wir von Dir für die Anmeldung:

**Vorname, Nachname** \_\_\_\_\_

**Telefon / Handy** \_\_\_\_\_

**E-Mail** \_\_\_\_\_