

1 KREIERT EURE EIGENE FITNESS-APP

Powert Euch bei Eurem selbst gestalteten Workout wieder mal so richtig aus! Wir suchen gemeinsam nach geeigneten Übungen, von denen Ihr Eure Lieblingsübungen auswählt. Dazu entwerfen wir zusammen die entsprechenden Bilder und mixen abschließend passende Musik dazu. Fertig ist Euer eigenes Workout-Programm. Das Ganze stellen wir in einem Scratch-Programm zusammen, das Ihr dann auch via Internetbrowser jederzeit auf Eurem Handy dabeihaben könnt. Wer hat, darf gerne sein Smartphone + USB-Kabel mitbringen. Sandra Soback („wissenswerkstatt“ Friedrichshafen e.V.)

2 HANDGELETTERT- MIT STIFT, PAPIER UND CO“

Wir tauchen zusammen in die Welt der Stifte, des Papiers und der kreativen Ideen ab. Verschiedene Schriftarten und Stifte werden wir kennenlernen und ausprobieren. Nach ein bisschen Übung auf Papier, werden wir uns auch mit anderem Material kreativ ausleben. Du brauchst keine Vorkenntnisse. Ich freue mich auf dich! Helena, Schulsozialarbeit Tettngang

3 MAGIC - SCHWARZLICHT-THEATER

Wenn du einmal in die phantastischen Traumwelten des Schwarzlichttheaters eintauchen möchtest, bist du hier genau richtig. Du hast Interesse? Dann bringe gerne dunkle Klamotten (schwarz oder dunkelblau) und einen Haargummi. Ich freue mich auf dich, Alexandra Krause

4 POWER ON - VERANSTALTUNGSTECHNIK

Dich interessiert nicht nur, was auf der Bühne gespielt wird, sondern auch was hinter der Bühne abläuft? Gemeinsam mit einer Veranstaltungstechnikerin sorgt ihr dafür, dass bei der Abschlusspräsentation alles läuft und lernt dabei jede Menge bühnentechnisches Know-how kennen. Ich freue mich auf dich, Suze Keeves, Dipl.Ing. Theater- und Veranstaltungstechnik

5 GRAFFITI- UND SIEBDRUCKWORKSHOP

Drucke dir dein eigenes Shirt mit coolen Prints oder spray dein eigenes Streetart-Gemälde. In diesen Workshops kannst du eigene Ideen umsetzen, dein eigenes Shirt designen, professionell drucken und dein neues Lieblingsteil mit nach Hause nehmen. Du kannst dein Lieblingstextil von Zuhause mitbringen oder du nutzt unsere Materialien vor Ort. Es sind alle willkommen egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Lerne erste Spraytechniken mit Lena und tauche ein in den Siebdruck mit Katha (Jugendhaus Tettngang) und Kathi (Molke).

6 NATURKOSMETIK

Naturkosmetik selber herzustellen ist kreativ, duftet himmlisch und ist einfacher als Kuchen backen. Haut und Haare werden wunderbar gepflegt, frau spart Geld hat immer ein Geschenk parat und Spaß macht es obendrein. Von Lippenbalsam bis Dusch-Smoothie. Die Produkte dürft ihr selbstverständlich mit nach Hause nehmen und die Rezepte gibt es auch dazu. Ich freue mich auf einen duften Tag mit euch, Karin Bauer, Heilpraktikerin

7 PIMP YOUR ROOM

Selbermachen bedeutet Power und Unabhängigkeit, gestalte dein Zimmer persönlich und außergewöhnlich! Technik & Holz: Baue einen dekorativen Lichtkasten aus Holz und schaffe Leuchtkraft mit LED und Lötten mit dem Lötkolben. Metallkunst: Schmieden und Formen mit glühendem Eisen an der Feldesse. Dabei kannst du ein traditionelles Handwerk ausprobieren und kreativ sein beim Entwerfen von Schmiedestücken. Kunst und Kreativität: Designe ein neues Deck für dein Zimmer mit Farbe, Brandtechnik und vor allem deinen Ideen. Wir freuen uns auf Dich, dein Spielehausteam

8 ESCAPE ROOM

Ihr seid heute nicht nur Teilnehmerinnen, sondern auch Hauptdarstellerinnen in einer mysteriösen Geschichte. Kreiert in zwei Teams Rätsel und Herausforderungen für einander. Euer Ziel? Löst die Rätsel und findet den Weg heraus! Was ihr dafür benötigt? Starke Nerven, Geduld und vielleicht ein bisschen Glück. Wir freuen uns auf euch, Jasi (Jugendhaus Tettngang) und Sarah (Jugendcafe Meckenbeuren)

9 AYURVEDA COOKING CLASS

Sooooo lecker – kaum zu glauben, dass das alles auch noch gesund ist. In der Ayurveda cooking class probieren wir zusammen verschiedene Rezepte aus, süße und gleichzeitig gesunde Leckereien und Köstlichkeiten aus hochwertigen Inhaltsstoffen. Du erfährst nebenbei ein bisschen was darüber, wie ayurvedische Ernährung dich ganz einfach im Alltag unterstützen kann und bekommst Rezepte, mit denen du in Zukunft auch deine Familie und Freund*innen verwöhnen kannst! Ich freu mich auf dich, deine Claudia und Team

* im Rahmen der Gleichstellung aller Geschlechter verwenden wir in Zukunft die Schreibweise Mädchen* mit „Gendersternchen“ = Asterisk * um alle Personen die sich als Mädchen* oder weiblich identifizieren mit einzuschließen. Geschlecht ist keine feste Kategorie, sondern veränderbar und dies wird durch das Sternchen/Asterisk verdeutlicht.

NOCH FRAGEN?

Julia Porsche
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Friedrichshafen
Kontaktzeiten
Mo - Fr Tel.: 07541 203-2005
j.porsche@friedrichshafen.de

ANMELDUNG

NEU: Du wirst vor Ort am Mädchenkreativtag in deinen Workshop eingeteilt!

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Mädchen*kreativtag am 23.11.2024 an. **Eine Anmeldebestätigung gibt es nicht. Bitte achte auf bequeme und unempfindliche Kleidung.**

Vorname, Name

Geburtsdatum

Straße, Ort

Telefon / Handy

E-Mail

Schule

Gesundheitliche Einschränkungen

Die Teilnahmebedingungen inkl. Datenschutz und Bildrechte habe ich gelesen und erkenne sie mit meiner Unterschrift an und stimme der Speicherung und Verwendung für o.g. Zwecke im Sinne der Veranstaltung zu.

Ich gebe mein Einverständnis zu den Bildrechten/ ich darf fotografiert werden

Ich gebe mein Einverständnis zu den Bildrechten nicht/ ich möchte nicht fotografiert werden

Ort, Datum

Unterschrift Erziehungsberechtigte*/r
(Bei nur einer Unterschrift versichert die*der Unterzeichnende allein vertretungsberechtigt zu sein)

Die vollständig ausgefüllte Anmeldung + 10 Euro bei einer der mitwirkenden Organisatorinnen des Mädchen*arbeitskreis abgeben:

Katholisches Jugendreferat FN • Abteilung Integration der Stadt Friedrichshafen • BBQ Berufliche Bildung und Qualifizierung gGmbH • Spielehaus & Spielbus FN • Molke FN • Schulsozialarbeit FN: Merianschule + Graf Soden + GZG + GMS Schreienesch + Ludwig-Dürr-Schule • Jugendhaus Tettngang • Jugendbüro Tettngang • Schulsozialarbeit Grundschule Manzenberg Tettngang • Jugendreferat Meckenbeuren

