



# inklusives Frühlings- Ferien- Programm

vom 10. April 2022  
bis 22. April 2022

## SONNTAG

### Manga zeichnen



Ihr dürft  
auch in  
Cosplay  
kommen

Wir gehen gemeinsam in die Stadt-Bücherei. Dort lernen wir von einer Manga-Zeichnerin wie man Mangas zeichnet. Bringt gerne eine Trinkflasche mit und vielleicht eine Mappe in denen ihr eure Zeichnungen aufbewahren könnt.

**10. APRIL 11.00 BIS 18.00**

## MONTAG

### Origami basteln



Wir wollen Origami machen. Das ist ein japanisches Wort und heißt "Papier falten". Aus buntem Papier machen wir verschiedene Tiere und Gegenstände. Wir gucken kleine Filme zu dem Thema an. Wir machen es uns gemütlich.

**11. APRIL 14.00 BIS 18.00**

## DIENSTAG

### Yoga

10-14 Jahre

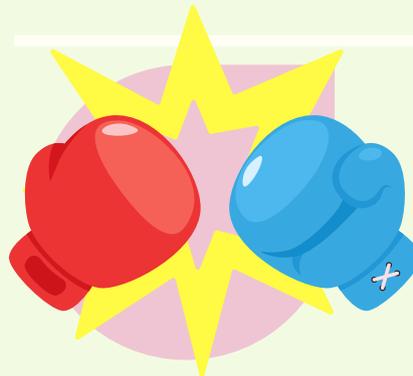


Wir machen gemeinsam Yoga, spielen Spiele und setzen uns mit unserem Körper auseinander! Yoga kann uns helfen in stressigen Situationen besser klar zu kommen. Und es macht Spaß. Bringt bitte Sportklamotten und eine Trinkflasche mit!

**12. APRIL 14.00 BIS 18.00**

## MITTWOCH

### Box-Training



Wir fahren gemeinsam zu einem Box-Training. Eine Box-Trainerin zeigt uns Box-Techniken. Die Sport-Halle ist barriere-frei. Jede kann ihr eigenes Tempo machen. Bringt bequeme Sport-Kleidung mit.

**13. APRIL 14.00 BIS 18.00**

## DONNERSTAG

### Wohlfühl-Tag



Wir üben zusammen wie man sich wohlfühlen kann. Wir überlegen welche Gefühle es gibt und wofür sie da sind. Es gibt viele Spiele und schöne Dinge, die gut tun. Wir probieren sie aus. Bringt bequeme Kleidung mit. Es gibt Snacks und Getränke.

**14. APRIL 14.00 BIS 18.00**

## DIENSTAG

### Yoga ab 15 Jahren



Wir machen gemeinsam Yoga. Wir spielen und setzen uns mit unserem Körper auseinander! Yoga kann uns helfen in stressigen Situationen besser klar zu kommen. Und es macht Spaß. Bring gerne Sportklamotten und einen Trinkflasche mit!

**19. APRIL 14.00 BIS 18.00**

## MITTWOCH

### Schatz-Suche



Wir machen eine Schatz-Suche. Wir machen eine eigene Schatz-Karte. Wir gehen gemeinsam raus. Und suchen den Schatz. Wir machen dafür Fotos und schreiben in ein Heft.

**20. APRIL 14.00 BIS 18.00**

## DONNERSTAG

### Was ihr über Drogen wissen solltet!



Fachfrauen aus der Drogen-Beratungsstelle Komm-pass kommen zu uns. Sie sprechen mit uns über Alkohol, Tabak, Marihuana und Co. Natürlich dürfen auch viele Fragen gestellt werden und Spiel und Spaß wird auch dabei sein!

**21. APRIL 14.00 BIS 18.00**

## FREITAG

### Spiele - Tag



Wir spielen zusammen Spiele. Ihr könnt eure Lieblings-Spiele mitbringen. Wir probieren sie zusammen aus.

Es gibt Snacks und Getränke.

**22. APRIL 14.00 BIS 18.00**

**Kosten:** 4 € pro Tag

20 € für 2 Wochen

Falls Sie den Betrag nicht zahlen können, melden Sie sich bei uns. Wir finden eine Lösung!

Mädchentreff Leyla  
Corneliusstraße 59  
40215 Düsseldorf

Telefon: 0211 157 95 90  
maedchentreff@  
promaedchen.de  
www.promaedchen.de

**ProMädchen**  
Mädchenhaus Düsseldorf e.V.

Der Mädchen-Treff ist barriere-arm. Wir haben eine mobile Rampe. Die Toiletten sind nicht barriere-frei.



