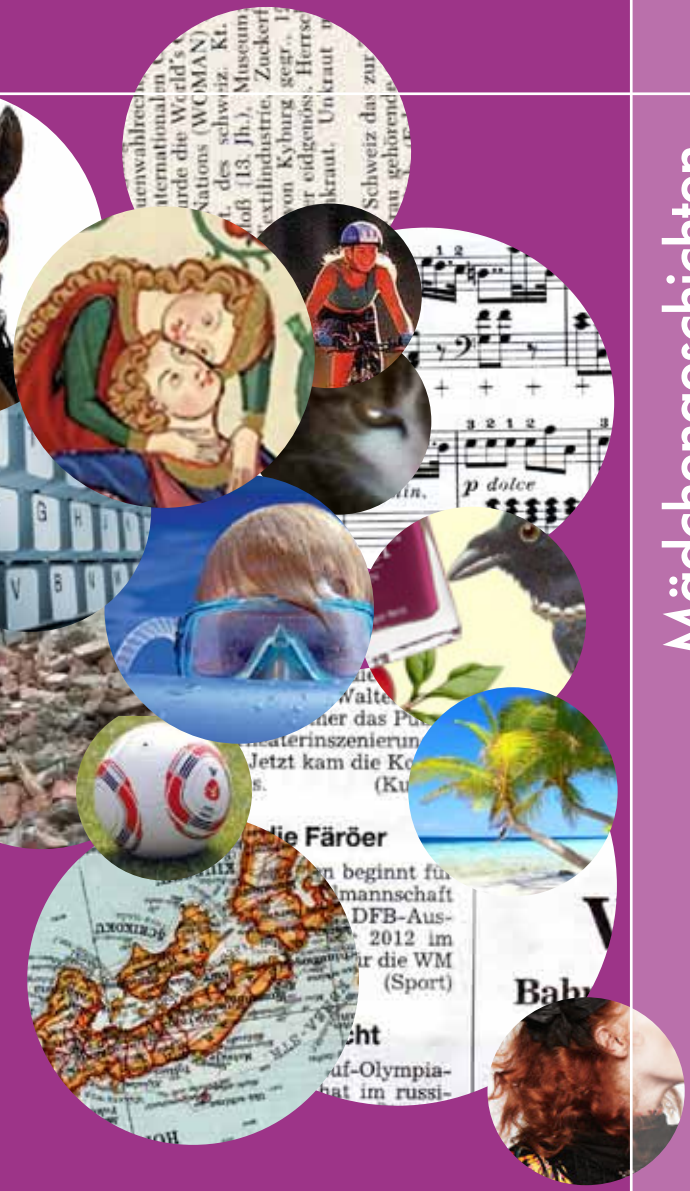
Schwäbisch Gmünd

Mädchengeschichten



22. Schwäbisch Gmünder Mädchenwochen von 10. - 28. April 2012

www.ksk-ostalb.de

Kreissparkasse Ostalb.
Gut für die Region.








LB≡BW

LBS

Sparkassen Versicherung

Kreissparkasse Ostalb

Der Ostalbkreis, seine Bürgerinnen und Bürger, die Unternehmen, Kommunen und Vereine zeichnen sich durch außergewöhnliche Qualitäten und Leistungen aus. Die Kreissparkasse Ostalb engagiert sich auch in Zukunft als verlässlicher Partner für die weiterhin positive Entwicklung der Region. **Kreissparkasse Ostalb. Gut für die Region.**

Programm der
22. Schwäbisch Gmünder Mädchenwochen

Inhalt

Vorwort 2
Anmeldung 3
Programm 4
Dank 27

Impressum

Herausgeber
Stadt Schwäbisch Gmünd/Arbeitskreis Mädchenwochen

Zusammenstellung
Heidi Macho, Sozialraumkoordinatorin Nord-Ost/Jugend
Elke Heer, Frauenbüro

Titelbild:
Angela Herzog
Druck
Druckservice Stütz

Dank an:
Kreissparkasse Ostalb
Squash & Fit
Weleda AG
Sabine Widmann Studios
AOK Schwäbisch Gmünd
BARMER-GEK

Vorwort zu den 22. Mädchenwochen

An die Mädchen!

Das sind bewegte Mädchenwochen 2012: ZUMBA und nochmals ZUMBA! Also es heißt, sich bewegen und tanzen und Spaß haben. Im Hallenbad könnt ihr genauso eure Fitness testen, wie auf dem Rücken der Pferde.

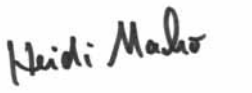
So viele Mädchen, so viele Mädchengeschichten: Schmökert durch euer Mädchenwochenprogramm und sucht euch das aus, worauf ihr Lust habt. Sportliche Angebote, Kreativwerkstätten, Computerkurse, Selbstbehauptungs-trainings, Techniklabor, Wohlfühlnachmittage und und und.

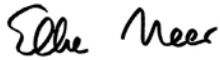
Es ist wie in jedem Jahr ein buntes Spektrum von Angeboten für Mädchen entstanden. Wir freuen uns über eure Vorschläge zur weiteren Gestaltung und über eure Begeisterung an euren Mädchenwochen.

Habt viel Spaß und Freude an euren Mädchenwochen!

Für die Jungs werden in diesem Jahr erstmals Jungenwochen mit pfiffigen Veranstaltungen angeboten. Sagt es den Jungs weiter – es gibt einen Flyer mit den Jungengeschichten. Infos dazu bei Ademir da Silva, Tel. 07173/7163220

Für das Planungsteam der Mädchenwochen.





Heidi Macho
Sozialraumkoordinatorin
Nord-Ost/Jugend
Tel. 8799575

Elke Heer
Frauenbeauftragte der
Stadt Schwäbisch Gmünd
Tel. 6 03 – 16 10

So funktioniert die Anmeldung:

Sofern nichts anderes bei den Veranstaltungen vermerkt ist, könnt ihr euch persönlich anmelden beim **eintägigen Vorverkauf im Rathaus Schwäbisch Gmünd am Samstag, 10. März 2012, 09.30 – 12.30 Uhr.**

Ab Montag, 12. März 2012, werden die Restkarten persönlich oder telefonisch im i-Punkt verkauft.
i-Punkt
Marktplatz 37/1
73525 Schwäbisch Gmünd
Tel: 07171/603-4250
Öffnungszeiten des i-Punkts:
Mo – Fr 9 – 17:30 Uhr
Sa 9 – 13 Uhr

Fax und E-Mail-Anmeldungen nehmen wir nicht an.
Die Teilnahmekarten bitte zur jeweiligen Veranstaltung mitbringen.



1. Vom Abenteuer ein Mädchen zu sein

Dienstag, 10. April 2012 bis Samstag, 28. April 2012
Spannende, unterhaltsame und nachdenkliche Geschichten über Mädchen damals und heute. Die Ausstellung in der Stadtbibliothek zeigt Romane, Erzählungen und Sachbücher für Mädchen von 6 bis 16 Jahren.
Öffnungszeiten der Stadtbibliothek:
Di – Fr 10 – 18 Uhr, Sa 9:30 –14 Uhr
Veranstalterin: Stadtbibliothek, Nicole Berti, Konstanze Naujocks

2. Girl's Zumba

Dienstag,10. April 2012
und die nächsten beiden Dienstage
Liebst du es, die Musik aufzudrehen, zu tanzen und viel Spaß mit deinen Freundinnen zu haben? Wenn ja ist dieser Zumbakurs genau das Richtige!!! Wir tanzen uns fit auf explosiver LatinoMusik! Bitte kommt in Sportbekleidung, guten Turnschuhen und bringt etwas zum Trinken und ein Handtuch mit.

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Gymnastikraum
Wann:	jeweils von 14.30 – 15.30 Uhr
Alter:	ab 10 Jahren
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 28. März 2012, Nr. V302171
UKB:	12,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Ingrid Künstler

3. Einradfahren für Anfängerinnen (Kurs 1) und Fortgeschrittene (Kurs 2)

Dienstag, 10. April 2012, Mittwoch, 11. April 2012, Donnerstag, 12. April 2012

Habt ihr das nicht auch schon bewundert? Sich geschickt und koordinativ bewegen ist nicht nur eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung, sondern auch eine hervorragende Möglichkeit euer Gleichgewicht, Reaktion und Rhythmusgefühl zu verbessern. Also versucht es doch einmal selbst. Vorwärts fahren, rückwärts fahren, springen, pendeln, einen vorgegebenen Parcours bewältigen, paarweise an der Hand, im Kreis, oder andere Kombinationen zu dritt, viert, usw. wollen wir nach entsprechenden Leistungsstand probieren. Bitte mitbringen: Einrad (wer keines besitzt, bekommt eins gestellt), Hallenturnschuhe, bequeme Kleidung, Getränk, eine kleine Pausenmahlzeit und Fahrradhelm wird empfohlen.

Wo:	Jugendhaus
Wann:	jeweils von 8.30 – 10.30 Uhr (Kurs 1) jeweils von 10.30 – 12.30 Uhr (Kurs 2)
Alter:	ab 7 Jahre
Teilnehmerinnen:	6 - 13
Anmeldung:	ja, bei Jochen Bühner, 0175/7403916 bis 5. April 2012
UKB:	35,-- Euro
Veranstalter:	Jochen Bühner

4. Girl's Hip Hop

Dienstag. 10. April 2012
und die zwei nächsten Dienstage
Hier lernst du die ersten coolen moves des Hip Hop und verbindest diese zu Tanzchoreos. Wir legen aber auch Wert auf Technik und Feeling. Nach einem leichten Warmup werden wir Tanzchoreos erarbeiten, wobei Grundschritte, Koordination, Rhythmus und der Spaß am Tanzen nicht zu kurz kommen werden! Bitte kommt in Sportbekleidung, guten Turnschuhen und bringt ein Getränk und ein Handtuch mit.

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Gymnastikraum
Wann:	15.45 – 16.45 Uhr
Alter:	12 – 15 Jahre
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 28. März 2012, Nr. V302170
UKB:	12,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Ingrid Künstler

5. Häkelspaß

Dienstag,10. April 2012
Der Häkelkurs für Mädchen schlägt eine soziale Brücke zur älteren Generation. Denn die Anleiterin ist eine Frau aus dem Viertel, die sehr viel Erfahrung im Häkeln hat. Mit viel Geduld und Phantasie hilft sie euch etwas Dekoratives wie auch Nützliches anfertigen.

Wo:	JuFuN e.V. Antiberstraße 17
Wann:	15.00 – 17.00Uhr
Alter:	6 - 12 Jahre
Teilnehmerinnen:	5 - 10
Anmeldung:	ja, **an Nelli Joos, Tel: 07171/68576** bis 4. April 2012 (Mo 9.00 – 12.00 Uhr)
UKB:	3,-- Euro
Veranstalterin:	AhA e.V. ,Nelli Joos

Shibori

Dienstag,10. April 2012
Shibori: Eine Technik, mit der du mit Farbe und ganz nach deinem Geschmack dein eigenes Seidentuch oder einen Langschal kreierst. Gemeinsam erleben wir, wie in den drei Stunden ein sehr persönliches Kunstwerk entsteht. Das solltet ihr unbedingt mal austesten!

Wo:	Jugendhaus
Wann:	14.00 – 17.00 Uhr
Alter:	8 – 14 Jahre
Teilnehmerinnen:	8
Anmeldung:	ja
UKB:	10,-- Euro
Veranstalterin:	Trautelore Schmidt

6. Wir lernen den PC kennen – für Mädchen

Mittwoch, 11. April , Donnerstag, 12. April, Freitag, 13. April 2012
Der Kurs möchte Mädchen Spaß und Freude am Computer vermitteln. Spielerisch werden der sachgerechte Umgang mit dem PC und den dazugehörigen Geräten (Maus, Tastatur, Drucker, etc) geübt und die Möglichkeiten von Standardsoftware für Freizeit und Schule gezeigt.

Wo:	VHS am Münsterplatz, EDV-Raum
Wann:	jeweils von 9.30 – 12.00 Uhr
Alter:	10 – 12 Jahre
Teilnehmerinnen:	7 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 30. März 2012, Nr. V501171
UKB:	36,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Waltraut Kuhnert

7. Coole Mode für Puppen

Mittwoch, 11. April 2012
Wir entwerfen eine eigene Modepuppe aus Karton, für die wir auch eine kleine Garderobe zusammenstellen. Will sie ausgehen oder Freunde besuchen, für jeden Anlass basteln wir hübsche Kleider aus verschiedenen Materialien.

Wo:	Stadtteilzentrum Ost, Buchstr. 145/1
Wann:	16.00 – 18.00 Uhr
Alter:	5 – 9 Jahre
Teilnehmerinnen:	5 - 15
Anmeldung:	ja, an Nelli Joos, Tel. 07171/68576 bis 11. April 2012 (Mo 9.00 – 12.00 Uhr)
UKB:	3,-- Euro
Veranstalterin:	AhA, Nelli Joos

8. Nadelfilzen

Mittwoch, 11. April 2012
Aus Wollfasern und mit Filznadeln könnt ihr bunte Filzperlen, -scheiben oder -blumen machen.

Wo:	Jugendhaus
Wann:	9 – 12 Uhr
Alter:	8 – 14 Jahre
Teilnehmerinnen:	8
Anmeldung:	ja
UKB:	7,-- Euro
Veranstalterin	Trautelore Schmidt

9. Badepralinen selbstgemacht

Mittwoch, 11. April 2012
Wir stellen mit Euch zusammen tolle Badepralinen her. Ihr könnt euch verschiedene Formen mit verschiedenen Duftrichtungen aussuchen. Zum selber benutzen oder als Geschenk für Eure Lieben.

Wo:	VHS am Münsterplatz, Raum B 1.3
Wann:	10.00 – 12.00 Uhr
Alter:	ab 10 Jahren
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 3. April 2012, Nr. V304104
UKB:	5,-- Euro + Materialkosten
Veranstalterin:	VHS, Claudia Schaal

10. Modeschmuck

Mittwoch, 11. April 2012
Mit Draht, euren Filzperlen oder –scheiben, Glas- oder Holzperlen, Faden …. Und etwas Geduld könnt ihr hier eure eigenen Ohrringe, Ketten, Armbänder und viele andere Schmuckstücke herstellen.

Wo:	Jugendhaus
Wann:	14.00 – 17.00 Uhr
Alter:	8 – 14 Jahre
Teilnehmerinnen:	8
Anmeldung:	ja
UKB:	8,-- Euro
Veranstalterin:	Trautelore Schmidt

11. Creme & Co

Mittwoch, 11. April 2012, Donnerstag, 12. April, Freitag, 13. April 2012 (3 Kurse)
Was macht das Bienenwachs in der Handcreme,

und wofür ist das Vitamin E im Lippenpflegestift? Wenn dich diese Fragen interessieren und du gerne deine eigenen Kosmetika herstellen möchtest, bist du bei uns genau richtig! Neben der Creme und dem Balsam kannst du noch deine eigene Seife kreieren und mit nach Hause nehmen!

Wo:	Pädagogische Hochschule, Oberbettringerstr. 200, Gebäudeteil B, 1. Stock, Raum B 103
Wann:	jeweils 15.00 – 17.00 Uhr
Alter:	13 – 17 Jahre
Teilnehmerinnen:	6
Anmeldung:	**Ja, im Internet unter www.mut-zum-forschen.de** bis 4. April 2012
UKB:	3,-- Euro
Veranstalterin:	Schülerlabor „Mut zum Forschen“, Dr. Susanne Ihringer

12. Aquajogging

Mittwoch, 11. April 2012
Aquajogging im flachen Wasser. Spiel und Spaß mit Hilfsmitteln im Wasser.

Wo:	Hallenbad Schwäbisch Gmünd
Wann:	14.00 – 14.45 Uhr
Alter:	12 – 16 Jahre
Teilnehmerinnen:	10 - 20
Anmeldung:	**ja, an das Hallenbad, Tel. 07171/ 9271531** bis 31. März 2012
UKB:	Eintrittskarte ins Hallenbad
Veranstalterin:	Bäderbetriebe Schwäbisch Gmünd

13. Lippenbalsam

Donnerstag, 12. April 2012
Mädels! Wir stellen miteinander einen tollen Lippenbalsam her. In dem selbst hergestellten Balsam könnt ihr verschiedene Aromastoffe (Himbeere, Banane, Orange) einarbeiten. Zur Verschönerung dürft ihr auch, wenn ihr wollt, ein bisschen Farbe beimischen.

Wo:	VHS am Münsterplatz, Raum B 1.3
Wann:	10.00 – 12.00 Uhr
Alter:	ab 6 Jahren
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 3. April 2012**,** Nr. V304105
UKB:	5,-- Euro+ Materialkosten
Veranstalterin:	VHS, Claudia Schaal

14. Zitronengelb im Zauberland

Donnerstag, 12. April und Freitag, 13. April 2012
Tausend Meilen weit von hier, hinter den sieben Bergen, weit hinten bei den sieben Zwergen liegt das Wunderland. Dort triffst du Marmelo, das Murmeltier. Es liegt ausgebreitet auf seinem Floß, lässt sich von der Sonne streicheln und gleitet übers Wasser. "Komm doch mit!", flüstert Marmelo dir zu. Dann liegst du neben ihm. Mit jeder kleinen Welle breiten sich Entspannung und Ruhe aus. Ihr genießt das Gluckern und Rauschen der Wogen, das sanfte Schaukeln. Allmählich könnt ihr von Ferne das Wunderland erblicken. Es liegt auf einer Insel, inmitten von Palmen. Dazwischen blinken tausend bunte Türmchen. Im Farbenschloss ist eine goldene Truhe versteckt. Darin liegen die schönsten Farben: Zitronengelb, Himbeerrot und Märchenblau. Auf großem Papier malt ihr mit Pinsel, Schwämmchen und Kosmetikstäbchen Euer eigenes Zauberland.

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Malraum
Wann:	jeweils 10.00 – 11.30 Uhr
Alter:	5 – 8 Jahre
Teilnehmerinnen:	6- 8
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 30. März 2012, Nr. V205141
UKB:	12,-- Euro+ 3,-- Euro Materialkosten (Farben, Papier, Kreiden)
Veranstalterin:	VHS, Rena Lange

15. Sport macht Spaß

Donnerstag, 12. April 2012
Mix aus Dance und Zirkeltraining.

Wo:	Sabine Widmann Studios Schwerzerallee 60, Schwäbisch Gmünd
Wann:	17.00 – 18.00 Uhr
Alter:	ab 12 Jahren
Teilnehmerinnen:	10
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Widmann Studios, Tel: 07171/38351**, bis 11. April 2012
Veranstalterin:	Sabine Widmann Studios

16. I feel good – ein Wellnesstag für Mädchen

Donnerstag, 12. April 2012
Gemeinsam erleben wir an diesem Tag eine Wellnessbehandlung für Gesicht und Hände, stellen unseren eigenen Lipgloss her, toben uns zu fetziger Musik beim Rope-Skipping aus und durchlaufen einen Sinnesparcours.

Mit einem leckeren selbstgemachten Essen stärken wir uns für diesen (ent-)spannenden Tag!.
Bitte Sportsachen, Handtuch und Turnschuhe mitbringen.

Wo:	Mozartschule Hussenhofen, Steinweg 9
Wann:	11 – 17 Uhr
Alter:	12 – 15 Jahre
Teilnehmerinnen:	20 - 30
Anmeldung:	ja, bis 26. März 2012
UKB:	3,-- Euro
Veranstalterinnen:	Schulsozialarbeit St. Canisius, Mobile Jugendarbeit Schwäbisch Gmünd, Katrin Dambacher, Simone Mühlek

17. Wie gestaltet man eine gute Präsentation?

Donnerstag, 12. April und Freitag, 13. April 2012
Anhand von Powerpoint wird gezeigt, wie eine gelungene Präsentation aufgebaut sein und über den PC oder mit Overhead-Folien vorgetragen werden sollte. Vorkenntnisse im Umgang mit dem PC sind erforderlich.

Wo:	VHS am Münsterplatz 15, EDV-Raum
Wann:	jeweils von 9.30 – 13.00 Uhr
Alter:	13 – 16 Jahre
Teilnehmerinnen:	7 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 30. März 2012, Nr. V501170
UKB:	36,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Myriam Thume

18. Schmuckherstellung

Donnerstag. 12. April 2012
In allen Völkern schmücken sich die Menschen, besonders natürlich die Frauen. Das ist bei kleinen Mädchen nicht anders. Es ist gar nicht nötig, dass dieser Schmuck wertvoll ist. Hauptsache er sieht gut aus. Vielleicht sogar ein bisschen schrill. Unsere Bastelideen sind nicht nur ein schönes Accessoire für kleine Mädchen, auch bei Mamas kommen diese bestimmt gut an.

Wo:	Stadtteilzentrum Ost, Buchstr. 145/1
Wann:	16.00 – 18.00 Uhr
Alter:	6 – 12 Jahre
Teilnehmerinnen:	5 - 15
Anmeldung:	ja, **an Nelli Joos, Tel: 07171/68576** bis 11. April 2012 (Mo 9.00 – 12.00 Uhr)
UKB:	3,-- Euro
Veranstalterin:	AhA e.V. ,Nelli Joos

19. Indische Küche – neue Rezepte

Freitag, 13. April 2012
Das Teilen von Mahlzeiten symbolisiert in der indischen Kultur Liebe und Gemeinsamkeit. In diesem exotischen Kurs kocht Ihr gemeinsam indische Menüs mit Hülsenfrüchten, Gemüse der Saison, Fleisch , Fladenbrot und typisch indischen Gewürzen. Bitte Geschirrtuch, Spültuch und Gefäße für Kostproben mitbringen.

Wo:	BARMER GEK, Oberbettringer Straße, Lehrküche (Eingang Buchstraße, 1. OG)
Wann:	14 - 17 Uhr
Alter:	ab 12 Jahren
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** V307102
UKB:	14,-- Euro (inkl. Lebensmittel)
Veranstalterin:	VHS, Susan Feifel

20. Wohlfühlnachmittag für Mädchen

Freitag, 13. April 2012
Herzliche Einladung zu einem Nachmittag zum Wohlfühlen: Wir wollen gemeinsam lachen, tanzen, spielen, singen, hören, still sein. Wir werden Märchen erleben, begeben uns mit Klängen auf eine Reise durch unseren Körper und lernen uns bei Muffins und Tee besser kennen. Ganz sicher werden wir viel Spaß zusammen haben. Bitte mitbringen: Matte und Decke, dicke Socken, Becher und gute Laune.

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Gymnastikraum
Wann:	14.00 – 17.00 Uhr
Alter:	8 – 11 Jahre
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 10. April 2012, Nr. V304107
UKB:	5,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Regine Carl

21. Mädchendisco

Freitag, 13. April 2012
Spiel, Spaß und tolle Musik! Disco-Spaß pur bietet unsere Discothek, ausgestattet mit allem, was das Herz einer Discobesucherin höher schlagen lässt. Da sind die Mädchen dann ganz unter sich. Die Discjockeys bieten aber nicht nur Musik bis zum Abwinken, sie bieten lockere Tanzspiele an, und das gibt es dann manchmal auch etwas zu gewinnen. Also, einfach mal vorbei schauen und Spaß haben!

Wo:	JuFun, Antiber Str. 17
Wann:	16.00 – 18.00 Uhr
Alter:	4 – 10 Jahre
Teilnehmerinnen:	15 -30
Anmeldung:	**ja, an Nelli Joos, Tel: 07171/68576**, bis 11. April 2012 (Mo 9.00 – 12.00 Uhr)
UKB:	3,-- Euro
Veranstalterinnen:	AhA e.V. , Nelli Joos, Jugendtreff Hardt, Jugendtreff Oderstrasse 8, Sabine Rink

22. Zauberschnüre für Girlies

Freitag. 13 April 2012
Kennt Ihr die Technik der Zauberschnüre? Wir tauchen Bindfäden in Farbe, legen sie in unterschiedlichen Kringeln auf die Leinwand, schichten ein Papier oben auf und drücken das Papier fest auf die Schnüre. Während ein Mädchen oben drückt, zieht ein anderes die Bindfäden im Zickzack wieder heraus - auf der Leinwand entsteht eine ausdrucksstarke Fadenspur, die anschließend weiter gestaltet wird: Zwischenräume werden mit reinen und ermischten Farben angemalt. Auch das Übermalen oder Abkleben mit Klebeband ist möglich. Ihr erhaltet tolle Kunstwerke zum Verschenken oder selber behalten. Bitte unempfindliche Kleidung, ein Pausengetränk & Snack mitbringen.

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Malraum
Wann:	15.00 – 18.00 Uhr
Alter:	ab 11 Jahren
Teilnehmerinnen:	8
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 10. April 2012, Nr. V205142
UKB:	10,50 Euro + 16,-- Euro Materialkosten (Acrylfarbe, Schnur, Paletten, Leinwand)
Veranstalterin:	VHS, Rena Lange

23. „My Story“ Stopptrickfilm-Workshop

Freitag, 13. April 2012
Heute erlernst du mit dem Stopptrick-Verfahren die Kunst Bilder oder Dinge zum Leben zu erwecken. Unter dem Motto „ My Story“ erstellt ihr in Kleingruppen Stopptrickfilme mit eurer ganz eigenen Geschichte. Vom Storyboard, Bildermachen bis hin zum Schneiden und Vertonen des Clips lernst du hier komplett, wie du zukünftig eigene Stopptrickfilme produzieren kannst. Wer möchte, kann am Ende des Workshops seinen eigenen Film bei You-Tube hochladen. Dann können auch andere dein Werk bestaunen! Na, Lust ein eigenes Video zu machen? Bitte Memory Stick mitbringen.

Wo:	Rauchbeinschule – Pavillon, Rauchbeinstr. 6
Wann:	10.00 – 16.00 Uhr
Alter:	12 – 16 Jahre
Teilnehmerinnen:	4 - 10
Anmeldung:	**ja, an Simone Mühlek, Tel. 07171/10492307** bis 26. März 2012
UKB:	2,-- Euro
Veranstalterin:	Schulsozialarbeit Rauchbeinschule und Mozartschule, Simone Mühlek und Katrin Dambacher

24. Trendige Kapuzencapes, modische BHs … Nähkurs

Freitag, 13. April und Samstag, 14. April 2012
Hast Du Lust mit dem Nähen anzufangen? Du willst Dir ein Kapuzencape, einen einfachen BH oder einen Bikini selbst herstellen? Wie die Nähmaschine richtig eingestellt und bedient wird, wie ein Schnittmuster hergestellt wird und wie der Stoff richtig zugeschnitten wird, zeigt Euch die Kursleiterin. Bitte mitbringen: Stoffe (BH/Bikini - elastische Stoffe), Faden, Schnitte oder Packpapier, Schere, Nähmaschine + Verlängerungskabel, Pausensnack und Getränk

Wo:	VHS im Unipark, Gebäude 10, Werkraum
Wann:	jeweils von 10.00 – 13.00 Uhr
Alter:	13 - 17 Jahre
Teilnehmerinnen:	5 - 9
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 30. März 2012, Nr. V214140
UKB:	24,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Marion Haubold

25. Girls & Style – Schminkwerkstatt für Mädchen mit und ohne Behinderung

Samstag. 14. April 2012
Du wolltest schon immer mal an einem Fotoshooting teilnehmen und dabei coole Mädels kennlernen. Dann bist du bei uns genau richtig!
Dorothea Müller zeigt, wie ihr euch typgerecht schminken könnt. Die Ergebnisse werden im Kurs fotografiert und am Ende in einem kleinen Fotoshooting gezeigt.

Wo:	VHS am Münsterplatz, Raum B 1. 3
Wann:	10.00 – 13.00 Uhr
Alter:	14 – 18 Jahre
Teilnehmerinnen:	6 - 10
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 31. März 2012, Nr. V106111
UKB:	8,-- Euro

Veranstalterin: VHS, Dorothea Müller, Friedensschule, Klosterbergschule



26. Hip Hop Workshop

Samstag, 14. April 2012
Straßentänzer wie man sie aus Amerika kennt faszinieren dich? Möchtest Du lernen, wie sich die Stars in den Hip Hop-Musikvideos bewegen? Dann probier es aus!
In diesem Hip Hop-Workshop lernst Du die wichtigsten Tanzschritte und viele coole Moves, aus denen dann eine tolle Choreographie entsteht!

Wo:	Mozartschule Hussenhofen, Steinweg 9
Wann:	Samstag, 10.00 – 17.00 Uhr
Alter:	11 – 14 Jahre
Teilnehmerinnen:	10
Anmeldung:	**ja, an Katrin Dambacher, Tel: 07171/8709740,** bis 1. April 2012
UKB:	2,-- Euro
Veranstalterinnen:	Schulsozialarbeit Mozartschule Hussenhofen, Katrin Dambacher; IN VIA Jugendmigrationsdienst Schwäbisch Gmünd, Angelika Grimmbacher

27. Pralinenwerkstatt

Samstag. 14. April 2012
Gemeinsam wollen wir eine bunte Mischung verschiedener Kinder-Pralinen selbst herstellen. Hübsch verpackt habt ihr gleich ein nettes Geschenk, vielleicht für die Eltern, Oma, Opa oder Geschwister? Die Rezepte und selbstgemachte Köstlichkeiten bekommt ihr mit nach Hause, so könnt ihr die Leckereien noch einmal herstellen. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch und Behälter für Kostproben.

Wo:	BARMER-GEK-Lehrküche, Eingang Buchstraße, 1. OG
Wann:	9.00 – 12.00 Uhr
Alter:	8 – 12 Jahre
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 31. März 2012, Nr. V307103
UKB:	13,-- Euro (incl Lebensmittelkosten)
Veranstalterin:	VHS, Monika Röger, Dipl Ökotrophologin

28. „Das Burgfräulein vom Rechberg und der Reiter ohne Kopf“

Samstag. 14. April 2012 – Sonntag, 15. April 2012
Abenteuerübernachtung auf dem Kalten Feld. Mit dem Rucksack auf den Spuren von Sagen und Geschichten erkunden wir die Geheimnisse unserer Heimat. (Bei strömendem Regen findet ein Filmnachmittag in der Oderstraße 8 statt)

Wo und wann:	Treffpunkt: 11.30 Uhr am Jugendtreff Oderstraße; Rückkehr am Sonntag, 15. April gegen 12.00 Uhr
Alter:	ab 9 Jahren
Teilnehmerinnen:	6 - 10
Anmeldung:	ja, bei Sabine Rink, Tel.01717/85657 oder Eva Hönes, Tel. 07171/68576. Anmeldeformulare mit näheren Einzelheiten sind in den Jugendtreffs erhältlich.
UKB:	10,-- Euro; Der UKB ist bei der Anmeldung zu bezahlen.
Veranstalterinnen:	Jugendtreff Hardt, Eva Hönes, Jugend- und Sozialarbeit Oderstrasse 8, Sabine Rink

29. „Alles MINT oder was?“

Montag, 16. April 2012
COACHING4FUTURE informiert in einem interaktiven Vortrag über Berufe und Zukunftschancen im technisch-naturwissenschaftlichen Bereich. Bei COACHING4FUTURE gibt es Coaching-Teams aus je zwei jungen Wissenschaftlern, die bereits ein MINT-Studium absolviert haben. Sie haben also bereits jede Menge Erfahrungen gesammelt und haben immer die richtigen Tipps für dich parat. Hier kannst du dir schon mal einen ersten Eindruck verschaffen.

Wo:	Agentur für Arbeit Schwäbisch Gmünd, Goethestr. 18, Sitzungssaal, Raum 109
Wann:	14.30 Uhr - 16.30 Uhr
Alter:	ab 13 Jahren
Anmeldung:	ja, **bei der Arbeitsagentur, Tel. 07361/575385** bis 11. April 2012
Veranstalterin:	Agentur für Arbeit Aalen, Barbara Markus

30. Girl’s Zumba

Mittwoch, 18. April 2012
Liebst du es, Musik aufzudrehen, zu tanzen und viel Spaß mit deinen Freundinnen zu haben? Dann ist dieser Zumbakurs genau das Richtige!!!

Wir tanzen uns fit auf explosive LatinoMusik! Bitte kommt in Sportbekleidung, guten Turnschuhen und bringt ein Getränk und ein Handtuch mit.

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Gymnastikraum
Wann:	16 – 17.00 Uhr
Alter:	ab 14 Jahren
Teilnehmerinnen:	8 – 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 16. April 2012, V302172
UKB:	5,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Michaela Rohrbach

31. Sandmalerei-Workshop

Mittwoch, 18. April 2012
Seit Deutschland sucht den Superstar, kennt es (fast) jede! Die Sandtischmalerei. Du (noch) nicht? Ein Sandtisch ist ein Tisch mit einer Glasplatte, der von unten mit Licht beleuchtet wird. Auf dem Tisch kann man mit Sand und verschiedenen Gegenständen malen. Künstlerisches Können ist dazu nicht unbedingt notwendig. Außerdem kann man bei den Tischen das Licht verstellen und so den Tisch in fast jeder Farbe leuchten lassen. Ziel des Workshops ist, dass du dein eigenes Bild an einem der leuchtenden Tische kreierst. Dieses Bild bekommst du, als Foto, mit nach Hause.

Wo:	Sandlabor, Freudental 6/1
Wann:	14.00 – 16.00 Uhr
Alter:	10 – 17 Jahre
Teilnehmerinnen:	3 - 8
Anmeldung:	ja, bis 4. April 2012
UKB:	3,-- Euro
Veranstalterin:	Sandtogether e.V., Tanja Rost

32. Hip Hop Jazztanz

Donnerstag, 19. April 2012
Hip Hop Jazztanz, moderner Tanz-Movie Dance.

Wo:	Sabine Widmann Studios Schwerzerallee 60, Schwäbisch Gmünd
Wann:	18.00 – 19.00 Uhr
Alter:	12 – 18 Jahre
Teilnehmerinnen:	10
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Widmann Studios, Tel: 07171/38351**
Veranstalterin:	Sabine Widmann Studios

33. Girl's Zumba

Donnerstag. 19. April 2012
Liebst du es, die Musik aufzudrehen, zu tanzen und viel Spaß mit deinen Freundinnen zu haben? Wenn ja ist dieser Zumbakurs genau das Richtige!!! Wir tanzen uns fit auf explosive LatinoMusik! Kommt in Sportbekleidung, guten Turnschuhen und bringt ein Getränk und ein Handtuch mit!

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Gymnastikraum
Wann:	16 – 17.00 Uhr
Alter:	ab 14 Jahren
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 16. April 2012, V302172
UKB:	5,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Michaela Rohrbach

34. Jam Session für Mädchen

Freitag, 20. April 2012
Hast Du Lust mit anderen einen Nachmittag lang Jazz zu spielen? Musikpädagogin Ilona Kohl (Klavier) bietet einen Improvisations-Nachmittag in der Theaterwerksstatt an. Du solltest Spielerfahrung haben (ca. zwei Jahre) und Dein Musikinstrument mitbringen.

Wo:	Theaterwerkstatt, Ledergasse
Wann:	14.30 – 17.30 Uhr
Alter:	ab 12 Jahren
Anmeldung:	ja, **an das Kulturbüro, Corina Zorniger, Tel. 07171/603-4118**
UKB:	5,-- Euro
Veranstalterin:	Stadtverwaltung, Kulturbüro, Corina Zorniger

35. Parfümherstellung

Freitag, 20. April 2012
Ihr lernt, wie man ein Parfüm selber herstellen kann und wie man seine eigene „Duftmischung" zusammenstellen kann.

Wo:	Chem-Tech-Labor, Landesgymnasium Universitätspark21, Treffpunkt Teich
Wann:	14.00 – 15.30 Uhr
Alter:	10 – 16 Jahre
Teilnehmerinnen:	5 - 10
Anmeldung:	ja, **an Susanne Wiker, Tel.: 07171/85014** bis 19. April 2012
Veranstalterin:	Chem-Tech-Schülerlabor, Susanne Wiker

36. Die Geschichte der Schnecke „Rosalia“!

Freitag, 20. April 2012
Eine Geschichte zum Mut machen und selber spielen. Es ist nicht immer leicht mit Erwachsenen oder Gleichaltrigen. Oft wird man gefragt, ob man etwas ausleihen oder teilen möchte. Sagt man dann höflich oder leise Nein, wird man überhaupt nicht respektiert. Mit Hilfe der Schnecke Rosalia und dem Raben Krächz wollen wir herausarbeiten, wie man Grenzen setzen kann und wo eure individuellen Stärken liegen. Wir achten auf unsere Gefühle und auf das was wir gerne mögen. Ist uns etwas unangenehm, dürfen wir laut und deutlich NEIN sagen. Bitte Turnschuhe, bequeme Kleidung, Sitzkissen, Vesper und Getränk mitbringen.

Wo:	Jugendhaus
Wann:	14 – 15.30 Uhr
Alter:	6 – 8 Jahre
Teilnehmerinnen:	6 - 10
Anmeldung:	ja
UKB:	2,-- Euro
Veranstalterin:	Frauen helfen Frauen e.V., Susanne Ibrahimovic, Dipl. Heilpädagogin (FH)

37. Schminken und Pflegen

Freitag, 20. April 2012
Tipps und Praxis, wie schminke und pflege ich mich vorteilhaft.

Wo:	Sabine Widmann Studios Schwerzerallee 60, Schwäbisch Gmünd
Wann:	17.00 – 19.00 Uhr
Alter:	14 – 20 Jahre
Teilnehmerinnen:	5
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Widmann Studios, Tel: 07171/38351** bis 19. April 2012
Veranstalterin:	Sabine Widmann Studios

Sabine
Widmann
Studios



Ballett, Fitness
für die Frau

„Uns kann keiner was erzählen!“

Samstag, 21. April 2012
Ein Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungsprojekt für Mädchen, die sich zur Wehr setzen wollen. Im ersten Teil lernt ihr mit Hilfe von Körperübungen und Rollenspielen euch gegen andere abzugrenzen, und wo ihr euch Hilfe holen könnt. Ihr lernt auf eure Gefühle zu hören und euren Stärken zu vertrauen. Im zweiten Teil erhaltet ihr Training in der Technik der Selbstverteidigung. Ihr lernt Griffe, wie ihr euch körperlich zur Wehr setzt und was ihr in bedrohlichen Situationen tun könnt. Bitte Turnschuhe, bequeme Sportkleidung, Sitzkissen, Vesper und Getränk mitbringen.

Wo:	Jugendhaus
Wann:	10 – 13 Uhr, 13.45 – 16.45 Uhr
Alter:	9 – 12 Jahre
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja
UKB:	12,-- Euro
Veranstalter:	Frauen helfen Frauen e.V.
Dozentinnen:	Susanne Ibrahimovic, Dipl. Heilpädagogin (FH), Bina Stösser, Selbstverteidigungstrainerin

38. „Auf dem Rücken der Pferde“

Samstag, 21. April 2012
Wir begrüßen mit den Mädchen alle Tiere und stellen sie vor. Hier ist streicheln erlaubt und erwünscht. Ihr dürft die Pferde und Ponys striegeln und ihre Hufe auskratzen. Dann dürft ihr auf den Pferden reiten bzw. voltigieren. Das „Glück der Erde“ liegt tatsächlich auf dem Rücken der Pferde. Kartoffelsalat und Brotteig werden gestellt. Grillwurst, Tofu und Getränk bitte mitbringen, sowie gute Kleidung.

Wo:	Reitstall Edelhof , Waldstetten
Wann:	9 – 13 Uhr
Alter:	8 – 12 Jahre
Teilnehmerinnen:	5 - 16
Anmeldung:	ja
UKB:	10,-- Euro
Veranstalter:	Sozialraumkoordinatorin Nord-Ost, Heidi Macho, Reitstall Edelhof, Familie Kottmann

39. Wohlfühlnachmittag für Mädchen

Samstag, 21. April 2012
Herzliche Einladung zu einem Nachmittag zum Wohlfühlen: Wir wollen gemeinsam lachen, tanzen, spielen, singen, hören, still sein.

Wir werden Märchen erleben, begeben uns mit Klängen auf eine Reise durch unseren Körper und lernen uns bei Muffins und Tee besser kennen. Ganz sicher werden wir viel Spaß zusammen haben. Bitte mitbringen: Matte und Decke, dicke Socken, Becher und gute Laune.

Wo:	VHS-Zentrum im Unipark, Gebäude 10, Gymnastikraum
Wann:	14.00 – 17.00 Uhr
Alter:	12 – 15 Jahre
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** bis 17. April 2012, Nr. V304108
UKB:	5,-- Euro
Veranstalterin:	VHS, Regine Carl

40. Ballett

Montag, 23. April 2012
Klassisches Ballett, die Lieblingsstunde für Mädchen. .

Wo:	Sabine Widmann Studios Schwerzerallee 60, Schwäbisch Gmünd
Wann:	15.00 – 16.00 Uhr (Kurs1) 16.00 – 17.00 Uhr (Kurs 2)
Alter:	4 – 5 Jahre (Kurs 1) 6 – 8 Jahre (Kurs 2)
Teilnehmerinnen:	10
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Widmann Studios, Tel: 07171/38351**bis 22. April 2012
Veranstalterin:	Sabine Widmann Studios, Liz Duddy, Dipl. Ballett-Pädagogin der Royal Akademy of Dance, London

41. Starke Mädchen tanzen Zumba

Mittwoch, 25. April 2012
Weil du ein Mädchen bist, hast du Lust mit uns in einem Film zu erfahren, wie Mädchen heute sind, was sie wirklich denken und fühlen, was ihnen wichtig ist. Du kannst Dich mit anderen Mädchen austauschen über Lust und Frust ein Mädchen zu sein, ein positives Körpergefühl, Schönheitsideale … und weil es gute Laune macht, sich gemeinsam zu fetziger Musik zu bewegen, hast du hier die Möglichkeit, ZUMBA kennenzulernen. Anna Lombardo gibt uns eine Einführung in diese moderne rhythmische Tanzsportform. Du musst nicht tanzen können, die Tanzschritte sind einfach zu erlernen. Wenn du dazu Lust hast, melde Dich an und tanz Dich fit mit ZUMBA. Wir freuen und auf Dich!

Wo:	Kapellensaal im Franziskaner, 1. OG, Franziskanergasse 3

Wann:	14.30 – 17.00 Uhr
Alter:	13 – 15 Jahre
Teilnehmerinnen:	15
Anmeldung:	**ja, bei der Caritas Ost-Württemberg, Tel: 07171/10420-0**
UKB:	2,-- Euro
Veranstalterinnen:	Caritas Ost-Württemberg, Irmgard Dambacher, Ute Obronschka, ZUMBA-Trainerin Anna Lombardo

42. Spiel und Spaß im Hallenbad

Mittwoch, 25. April 2012
Aquajogging im tiefen Wasser und zum Ausgleich gibt es neben dem Wassersport zum körperlichen Wohlbefinden noch folgende Aktivitäten: Gesichtsmasken, Handmassagen mit duftenden Ölen und gegenseitige Massagen.

Wo:	Hallenbad Schwäbisch Gmünd
Wann:	14.00 – 16.00 Uhr
Alter:	12 – 16 Jahre
Teilnehmerinnen:	10 - 20
Anmeldung:	**ja, an das Hallenbad, Tel. 07171/ 9271531** bis 31. März 2012
UKB:	Eintrittskarte ins Hallenbad
Veranstalterinnen:	Bäderbetriebe Schwäbisch Gmünd, Schulsozialarbeit Mozartschule, Katrin Dambacher, IN VIA Jugendmigrationsdienst, Angelika Grimmbacher

43. Babysitterkurs für Mädchen und Jungen

Mittwoch, 25. April 2012 und vier weitere Abende
Du hast ein Herz für Kinder, bist verantwortungsbewusst und offen für Neues? Du könntest auch eine Aufbesserung deines Taschengeldes gebrauchen? Dann melde dich bei unserem Babysitterkurs an. Da lernst du einiges über Baby- und Kinderpflege, Notfälle im Kindesalter, Spieltheorie (welches Spiel in welchem Alter?), Psychologie des Kindes.
Als Abschluss erhältst du das Babysitterdiplom und den Babysitterausweis und kannst dich beim Deutschen Kinderschutzbund als Babysitter registrieren lassen.

Wo:	Kinderschutzbund, Haussmannstr. 25
Wann:	jeweils 17.30 – 19.00 Uhr
Alter:	14 – 17 Jahre
Teilnehmerinnen:	6 - 12
Anmeldung:	**ja, an Kinderschutzbund, Tel: 07171/66686**, bis 5. April 2012
UKB:	20,-- Euro
Veranstalterin:	Deutscher Kinderschutzbund, Ortsverein Schwäbisch Gmünd, Karin Stütz

44. Girls' Day 2012

Am **26. April 2012** ist Girls' Day – Mädchen-Zukunftstag! An diesem Tag erleben Schülerinnen ab Klasse 5 die Arbeitswelt in Technik, Handwerk, Ingenieur- und Naturwissenschaften oder lernen weibliche Vorbilder in Führungspositionen in Wirtschaft und Politik kennen. In mittlerweile zehn Jahren Girls' Day – Mädchen-Zukunftstag haben mehr als **eine Million Mädchen** zukunftsorientierte Berufe erkunden können, in denen Frauen bisher noch unterrepräsentiert sind.
Mädchen können sich unter http://www.girls-day.de/Maedchen über den Aktionstag und das Thema Berufsorientierung informieren.



45. Boys' Day 2012

Boys' Day – Jungen-Zukunftstag
Am 26. April findet neben dem Girls' Day auch der Boys' Day statt. Dieser Aktionstag speziell für Jungen bietet Aktivitäten zur Berufs- und Lebensplanung an, die zu einem Wandel im geschlechtsspezifischen Berufswahlverhalten beitragen sollen: www.boys-day.de.

46. Klettern

Donnerstag, 26. April 2012
Einführung in die Sicherungstechnik, dann Klettern im Toprope. Ziele: Verantwortung für die Partnerin übernehmen, sich auf die Partnerin 100 % verlassen, Stärkung des Selbstbewusstseins.

Wo:	Squash & Fit, Waldstetten
Wann:	14 – 16 Uhr
Alter:	9 – 12 Jahre
Teilnehmerinnen:	12
Anmeldung:	ja
UKB:	2,-- Euro
Veranstalterinnen:	Sozialraumkoordinatorin Nord-Ost/Jugend, Heidi Macho, Squash & fit, Ulla Bressmer

Schüler-Ferien-Programm

Klettern

Betreuung von 11.00. - 13.00 Uhr



Badminton, Squash
Tisch - Tennis
Billard
Trampolin

Tageskarte € 6,00, incl. Ausrüstung

Montag bis Freitag von 9.00 - 17.00 Uhr

Info
Squash & fit
Robert – Bosch – Str. 9
73550 Waldstetten
Tel. 07171/4686

47. Zumba

Donnerstag, 26. April 2012
Tanzfreude pur nach lateinamerikanischen Rhythmen!

Wo:	Sabine Widmann Studios Schwerzerallee 60, Schwäbisch Gmünd
Wann:	17.00 – 18.00 Uhr
Alter:	12 – 18 Jahre
Teilnehmerinnen:	10
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Widmann Studios, Tel: 07171/38351**
Veranstalterin:	Sabine Widmann Studios

“Wassertropfen und Sonnenstrahlen”

Freitag, 27. April 2012
Badeausflug ins Schenkenseebad Schwäbisch Hall!

Wo:	Treffpunkt FUN Hardt, Antiber Str. 17
Wann:	14.00 – ca 20.00 Uhr
Alter:	ab 10 Jahren
Teilnehmerinnen:	6 - 11
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Rink, Tel.01717/85657 oder Eva Hönes, Tel. 07171/68576**. Anmeldeformulare sind in den Jugendtreffs erhältlich.
UKB:	10,-- Euro; Der UKB ist bei der Anmeldung zu bezahlen.
Veranstalterinen:	Jugendtreff Hardt, Eva Hönes, Jugend- und Sozialarbeit Oderstrasse 8, Sabine Rink

48. Abseits – NaturHochseilgarten beim Schwarzhorn

Freitag, 27. April 2012
DEIN Höhenflug – im NaturHochseilgarten Schwarzhorn
Zwischen Himmel und Erde, ein unbeschreibliches Gefühl erwartet dich, wenn du zwischen Baumkronen hin und her steigst, dabei immer höher kletterst und mit ganz viel Mut und Kraft zu deinem ganz persönlichen Höhenflug ansetzen kannst. In atemberaubender Höhe warten 18 verschiedene Aufgaben darauf von dir gelöst zu werden. Zusammen könnt ihr an diesem Nachmittag eure ganz persönliche Geschichte zwischen Himmel und Erde schreiben und wir werden für unseren Mut nicht nur mit einer tollen Aussicht belohnt.
Wichtig: wetterfeste, praktische Kleidung; festes Schuhwerk; Getränk; ein Vesper mitbringen. Nach der Anmeldung bekommen alle TN noch eine Anmeldebestätigung und wichtige Infos mit Einverständniserklärung und medizinischem Selbstauskunftsbogen, die von den Erziehungsberechtigten ausgefüllt und zurück geschickt werden müssen!

Wo:	Treffpunkt: Parkplatz unterhalb der Reiterleskapelle, Weilerstoffel
Wann:	14.00 – 18.00 Uhr
Alter:	ab 14 Jahre (Mindestgröße 1,50 m)
Teilnehmerinnen:	10 – 12
Anmeldung:	**ja, an das Katholische Jugendreferat, Tel: 07171/66544** bis 30. März 2012
UKB:	20,-- Euro
Veranstalterinnen:	Katholische Jugendreferate Ostalb, Silvia Schill, Frauenbüro, Elke Heer

49. Wellnesstag

Samstag, 28. April 2012
Vitalität und Lebensfreude, sich verwöhnen. Wir starten mit einem Vitalfrühstück, bewegen uns mit fetziger Musik, entspannen in der Sauna.

Wo:	Sabine Widmann Studios Schwerzerallee 60, Schwäbisch Gmünd
Wann:	11.00 – 16.00 Uhr
Alter:	ab 14 Jahren
Teilnehmerinnen:	10
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Widmann Studios, Tel: 07171/38351** bis 26. April 2012
Veranstalterin:	Sabine Widmann Studios

50. Italienische Küche

Samstag, 28. April 2012
In diesem Kurs bekommt ihr Rezepte für verschiedene Gerichte, um Euch und Eure Freunde zu bekochen. Es lohnt sich für Euch ganz sicher, diesen Kurs zu besuchen.
Bitte Geschirrtuch und Gefäße für Kostproben mitbringen.

Wo:	BARMER-GEK, Oberbettringer Straße, Lehrküche (Eingang Buchstraße, 1. OG)
Wann:	11.00 –14.00 Uhr
Alter:	12 – 15 Jahre
Teilnehmerinnen:	8 - 14
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** V307105
UKB:	14,-- Euro (inkl. Lebensmittel)
Veranstalterin:	VHS, Monika Schneider

51. „Wir lassen uns auf keine komische Geschichten ein“

Samstag, 28. April 2012
Ein Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungsprojekt für Mädchen, die sich nichts erzählen lassen. Ihr kenn sicher Situationen, in denen man sich gegen Anmache wehren muss oder man sich einfach gegen andere abgrenzen möchte. Das ist nicht immer so leicht! Im ersten Teil lernt ihr mit Hilfe von Körperübungen und Rollenspielen einfache Verteidigungstechniken. Ihr lernt wirkungsvoll NEIN zu sagen und wo ihr euch Hilfe holen könnt. Ihr lernt auf eure Gefühle zu hören und euren Stärken zu vertrauen. Im zweiten Teil des Kurses erhaltet ihr Training in der Technik der Selbstverteidigung. Ihr lernt Griffe, wie ihr euch körperlich zur Wehr setzen könnt und was ihr in bedrohlichen Situationen tun könnt.

Wo:	Jugendhaus
Wann:	10 – 13 Uhr, 13.45 – 16.45 Uhr
Alter:	12 - 15 Jahre
Teilnehmerinnen:	8 - 12
Anmeldung:	ja
UKB:	12,-- Euro
Veranstalter:	Frauen helfen Frauen e.V.
Dozentinnen:	Susanne Ibrahimovic, Dipl. Heilpädagogin (FH), Bina Stösser, Selbstverteidigungstrainerin

52. Walpurgisnacht in Gmünd

Freitag, 30. April 2012
Der Rundgang führt uns zunächst in die Gruft der Franziskanerinnen. Wir erfahren vom tragischen Schicksal eines Pfarrers, der als Hexer verurteilt wurde. Wir schauen hoch zu den steinernen Dämonen am Münster, die den Teufel vertreiben sollten. Auf den Spuren der als Hexen verdächtigten Frauen geht es vorbei an der alten Stadtmauer am Augustiner, entlang der Badmauer in die Waisenhausgasse zum Spital. Am geheimnisvollen Hennentörle lernen wir die Gmünder Geister Schlurkerle und Mauerbockeler kennen. Schließlich steigen wir hinunter ins gruselige, kalte Verlies im Königsturm, wo die armen Frauen schmachten mussten, bevor sie als Hexen verbrannt wurden.

Wo:	Treffpunkt Haupteingang der Gmünder VHS, Am Münsterplatz 15
Wann:	19.00 Uhr – 20.30 Uhr
Alter:	8 – 15 Jahre
Teilnehmerinnen:	5 - 20
Anmeldung:	ja, **bei der VHS, Tel. 07171/925150** V101119
UKB:	3,-- Euro
Veranstalter:	VHS, Susanne Lutz

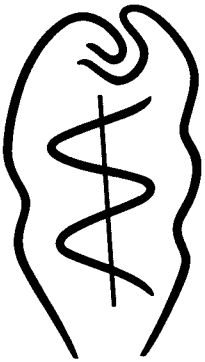
53. Wellnesstag für Veranstalterinnen, Betreuerinnen und Mütter der Mädchenwochen

Samstag, 5. Mai 2012
Vitalfrühstück, Bewegung moderat, Yoga oder Klangschalen, Saunarium

Wo:	Sabine Widmann Studios Schwerzerallee 60, Schwäbisch Gmünd
Wann:	9.00 – 13.00 Uhr
Alter:	für erwachsene Frauen
Anmeldung:	**ja, bei Sabine Widmann Studios, Tel: 07171/38351**
Veranstalterin:	Sabine Widmann Studios

Herzlichen Dank an:

Stadtbibliothek: Konstanze Naujocks, Nicole Berti; Jochen Bühner; Mobile Jugendarbeit St. Canisius: Tanja Rost; Jugendtreff Hardt: Eva Hönes; Schulsozialarbeit Rauchbeinschule: Simone Mühleck, Schulsozialarbeit Mozartschule: Katrin Dambacher; Aussiedler helfen Aussiedler: Nelli Joos; Schülerforschungszentrum am Landesgymnasium, Abteilung Chem Tech: Susanne Wiker; Sozialraumkoordinatorin Nord-Ost: Heidi Macho; Trautelore Schmidt; Sabine Widmann Studios; Oderstraße 8, Jugendsozialarbeit: Sabine Rink; Frauen helfen Frauen e.V.: Susanne Ibrahimovic; Katholisches Jugendreferat Ostalb: Silvia Schill; Arbeitskreis der Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen im Ostalbkreis: Irmgard Dambacher, Ute Obronschka/Caritas; In Via Jugendmigrationsdienst: Angelika Grimmbacher; Bina Stösser; Agentur für Arbeit Aalen: Barbara Markus; Squash & Fit: Ulla Bressmer; Jugendhaus Schwäbisch Gmünd: Özcan Polat; Gisela Wischata; Reitstall Edelhof; Familie Kottmann; Deutscher Kinderschutzbund Ortsverein Schwäbisch Gmünd: Karin Stütz; Schülerlabor „Mut zum Forschen“: Dr. Susanne Ihringer,; Bäderbetriebe Schwäbisch Gmünd: Thomas Vetter; Kulturbüro: Corina Zorniger; Sabine Widmann Studios: Liz Duddy; Anna Lombardo, Schwäbisch Gmünder Volkshochschule e.V.: Claudia Schaal, Rena Lange, Ingrid Künstler, Susan Feifel, Monika Schneider, Myriam Thume, Frank Kleinknecht, Monika Röger, Waltraut Kuhnert, Heike Weber; Dorothea Müller, Susanne Lutz, Marion Haubold, Evelyn Hartmann, Ulrike Knödler, Michaela Rohrbach, Regine Carl; Angela Herzog



WELEDA

Im Einklang mit Mensch
und Natur



Auch in 2012 gilt: Kein Zusatzbeitrag!

Unser Kinder- und Jugend-Programm

Damit Ihre Kinder gesund aufwachsen.

- Mehr Qualität und Serviceleistung für Ihr Kind
- Zusatzleistungen zur U7a und zusätzliche Früherkennungsuntersuchungen zu U10, U11 und J2

BARMER GEK Schwäbisch Gmünd
Oberbettringer Str. 1
73525 Schwäbisch Gmünd
Tel. 0800 332060 87-0*
Fax 0800 332060 87-1000*
schwaebisch-gmuend@barmer-gek.de

* Anrufe aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz sind für Sie kostenfrei!

BARMER GEK die gesund experten







D
F
C