

Das ist unser Tag!



## Mädchentag 2019

11.07.2019 ; 7:45 - 13:15Uhr

Haus der Stadt &  
Ev. Jugendzentrum MultiKulti  
Rudolf-Schock-Platz, Düren  
für Mädchen der Klassen 5, 6 u. 7



Eintritt 5 € incl. 2,50 € Mittagsimbiss

Veranstaltet vom Frauenbüro der Stadt Düren gemeinsam mit: Agentur für Arbeit, basta! e.V. Verein gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen, Sucht- und Drogenberatungsstelle Caritas, Freiwilligenzentrum Düren e.V., Jugendamt der Stadt Düren, Integrationsstelle der Stadt Düren, Jugendzentrum der Arbeiterwohlfahrt, MultiKulti Ev. Jugendzentrum, Gleichstellungsstelle Kreis Düren, Schwangeren und Schwangerschaftskonfliktberatung der Ev. Gemeinde zu Düren, „Rat und Hilfe“ Sozialdienst katholischer Frauen e.V., donum vitae e.V., PRO FAMILIA, Kreisjugendamt Düren, Stadtbücherei der Stadt Düren, Kreispolizeibehörde Düren, Tanzschule Dreschmann, Fitnessstudio ZAP & more, St. Angela Schule, HOBAS

Mit freundlicher Unterstützung der



**10** Ju Jitsu – Mädchen machen Kampfsport  
Schubst Euch jemand herum? Hier könnt Ihr einen Einblick in eine effektive Kampfsportart gewinnen, mit der Ihr Euch auch einmal angemessen wehren könnt. Bitte bequeme langarmige Sachen mitbringen!  
Vera und Solveigh Janzen

### **21** Taekwondo

Hier lernt Ihr von den Weltmeistern und Mitgliedern der Nationalmannschaft mit Händen und Füßen zu kämpfen, wobei die Fußtechniken im Vordergrund stehen. Taekwondo ist aber mehr als nur ein Kampfsport. Dank Taekwondo könnt Ihr gesund, ausgeglichen und mit mehr Power durchs Leben gehen und zudem Euer Selbstvertrauen und Eure Selbstsicherheit stärken.

Claudia und Gabriele Usai

