



Interaktive Stationen

3 Tage lang ist das Mädchenzentrum Amazone Schauplatz der 9. mädchen:impulstage **lovebody&soul**. Geboten werden freche Workshops, Spiel, Spaß und Infos zu den Themen Liebe, Beziehung, Pubertätsveränderung, Sinneswahrnehmungen, Rollenbilder und Selbstbewusstsein.



mädchen:impulstage 2010  
**lovebody&soul**



Infos, Spaß und Kreativität zum Thema

### Airbrush-Tatoos

Entwirf Dir Dein eigenes Tattoo oder such Dir einfach eine Schablone aus, mit der Du Dir Deinen eigenen Körperschmuck auf Deinen super tollen Body sprays!

### Hula-Hoop

Lass den Reifen mit Deinem Hüftschwung um Deinen Körper nach Deiner Pfeife tanzen.

### Singstar

Sing, was das Zeug hält. Nicht die Beste gewinnt, sondern die Lauteste!

### Tischfußball

Kick it like Beckham. Das kannst Du auch. Liefert Euch heiße Matches!

### AmazoneBar

Erhol Dich von den vielen Eindrücken, tausch Dich mit anderen Mädchen aus und erfrisch Dich mit einem coolen Cocktail!

**Keine Anmeldepflicht!** Kein Mitmachzwang!  
Einfach schnuppern oder »neinen Blick über die Schulter werfen«. Voranmeldung größerer Gruppen erbeten.



Mädchenzentrum Amazone  
Kirchstraße 39  
6900 Bregenz  
T 05574 / 45801  
E [maedchenzentrum@amazone.or.at](mailto:maedchenzentrum@amazone.or.at)  
I [www.amazone.or.at](http://www.amazone.or.at)

Vorarlberger Landesregierung  
Frauenreferat  
Römerstraße 15  
6900 Bregenz  
T 05574 / 511-24136  
E [frauen@vorarlberg.at](mailto:frauen@vorarlberg.at)  
I [www.vorarlberg.at/frauen](http://www.vorarlberg.at/frauen)

Impressum: Medieninhaberin, Herausgeberin und Verlegerin:  
Amt der Vorarlberger Landesregierung / Frauenreferat,  
Druck: Druckerei Wenin GmbH

„Gut informierte Mädchen  
sind starke Mädchen.“

Landesrätin Dr.<sup>in</sup> Greti Schmid



girlsonly



## Termine

**Mittwoch** 19. Mai 14.00 – 18.00 Uhr  
**Donnerstag** 20. Mai 14.00 – 18.00 Uhr  
**Freitag** 21. Mai 14.00 – 18.00 Uhr

**Wo** In und rund um das  
Mädchenzentrum Amazone

**Infos** Mädchenzentrum Amazone  
T 05574 / 45801  
E [maedchenzentrum@amazone.or.at](mailto:maedchenzentrum@amazone.or.at)  
I [www.amazone.or.at](http://www.amazone.or.at)

Für Mädchen von 10 bis 18 Jahren.  
Alle Workshops werden für  
zwei Altersgruppen angeboten.

## lovebody&soul

Die mädchen:impulstage 2010 lovebody&soul helfen Dir dabei, einen Weg durch den Pubertäts-Dschungel zu finden. Mit jugendgerechten Methoden bieten wir Dir Informationen, einen erlebnisreichen Experimentier-raum und ganz viel Spaß.

Hier kannst Du die Themen und Fragen, die Dir unter den Nägeln brennen, los werden. Alle Workshopleiterinnen stehen unter Schweigepflicht. Außerdem gibt es bei jedem Workshop ein Programm für jüngere und eins für ältere Mädchen. So kommst Du zu den Informationen, die Dich wirklich interessieren.

Komm vorbei  
und lass Dich als Mädchen feiern!!!



### Workshop 1 »Wenn ein Mädchen auf Expedition geht...«

... und die seltsamen Veränderungen des eigenen Körpers bemerkt, verunsichert das oft sehr. Bin ich oder mein Körper normal? Antworten bekommst Du in diesem Workshop, in dem Du die verschiedenen Pubertätsveränderungen kreativ nachspielst und feststellst, wie wunderbar Dein Körper funktioniert!

**Workshopleitung:** Sexualpädagogin DSA<sup>in</sup> Mirjam Sperger

### Workshop 2 Bodycountry – sich selbst begegnen!

Wie Du Deinen eigenen Körper erlebst und bewertest, hat großen Einfluss auf Dein Selbstbild und Dein Lebensgefühl. Dich selbst wahrnehmen, annehmen und Dich im eigenen Körper wohlfühlen, aber auch die Abgrenzung, die dafür manchmal nötig ist, will Dir dieser Workshop näher bringen.

**Workshopleitung:** Kunsttherapeutin Sabine Pointner

### Workshop 3 Von Fröschen und Fröschinnen...

Flugzeuge im Bauch? Was erwarte ich mir von Beziehungen? Warum scheint Liebe oft so kompliziert zu sein? Was hilft mir bei Liebeskummer? Fragen über Fragen – Hier bekommst Du Antworten darauf!

**Workshopleitung:** Sexualpädagogin Mag.<sup>a</sup> Carina Gindl

### Workshop 4 Das Sinneslabyrinth

Finde mit all Deinen Sinnen – riechen, schmecken, hören, sehen, fühlen und dem Gleichgewichtssinn – den Weg aus dem verzwickten Sinneslabyrinth und entdecke dabei, dass manchmal auch Umwege zum Ziel führen können. Verlass Dich auf Deine Sinne und Dein Bauchgefühl!

**Workshopleitung:** Montessoripädagogin Ariane Grabherr

### Workshop 5 Love-Glas sandstrahlen!

Love? Glas? Sandstrahlen? Wie passt denn das zusammen? Ganz einfach – in diesem handwerklichen Workshop fertigst Du eine Schablone mit Deinen Liebeswünschen, klebst sie auf ein Glas und gravierst sie mittels Sandstrahlgerät darauf. So entsteht dein eigenes Love-Glas, das Du natürlich mitnehmen und verschenken kannst.

**Workshopleitung:** Glaserin / Künstlerin Eva-Maria Ortner

### Workshop 6 »girls on air«

Du würdest gerne mal Reporterin sein? Recherchieren, welche Rituale und Gewohnheiten andere Mädchen haben? Wie Frauen in verschiedenen Kulturen ihre Weiblichkeit feiern? Nimm dir ein Mikro und leg los! Deine Interviews sind kurz darauf auf [www.radiomikwe.at](http://www.radiomikwe.at) zu hören.

**Workshopleitung:** Mag.<sup>a</sup> Tanja Fuchs – Kulturvermittlung  
Jüdisches Museum Hohenems

