

FreiRaum im rabatz

Im FreiRaum - dem „Jugendcafé“ im Jugendhaus rabatz, einem Raum zum Erleben, Experimentieren und Entdecken - hast Du montags, mittwochs und freitags jeweils von 15.30 bis 21.30 Uhr die Möglichkeit, dich mit Freunden zu treffen, Veranstaltungen im Jugendhaus mitzuplanen und mitzuorganisieren, an einem der zahlreichen Freizeitaktivitäten und Angebote teilzunehmen oder einfach nur zu entspannen.



Ob Movie Night, Grillen & Chillen, Mädels- oder Männerabende, Competitions Club, Wohnzimmerkonzert, Mahlzeit oder Bastelbude... Schnappt euch eure Freunde und kommt vorbei!

Aktionen im FreiRaum September & Oktober

Montag, 10. September: FreiRaum & letzter Ferientag

Kein Grund zur Trauer! Am letzten Tag der Sommerferien lassen wir es noch einmal so richtig krachen. Bei einem gemeinsamen BBQ schwelgen wir in Urlaubserinnerungen und planen weitere Aktionen und Events. Sei mit dabei und bring Dich ein!

Wer: Jugendliche ab 14 Jahren

FreiRaum: 15.30 - 21.30 Uhr

BBQ: 1,00 EUR

Montag, 17. September: FreiRaum, Bastelbude & Muckibude

Es muss nicht immer alles gekauft sein! Wir zeigen Dir, wie Du mit einfachen Mitteln Möbel, Schmuck, Dekoration oder sogar Kleidung selbst entwerfen und kreieren kannst. „Do it yourself“ heißt hier die Attitüde. Lass Deiner Inspiration und Kreativität freien Lauf, bring eigene Ideen mit und mach es einfach selbst. Auch einfache Reparaturen oder Fahrradbastelei sind möglich! Schau einfach mal rein!

Gleichzeitig ist heute auch wieder unsere „Muckibude“ am Start: Wir laden zum „Casual Workout“ ein - also zum lässigen Training für Jedermann und Jedefrau. Bei den Dehn- und Kraftübungen ohne Geräte ist garantiert für jeden etwas dabei! Ab sofort jeden Montag im FreiRaum, Eintritt frei!

FreiRaum: 15.30 - 21.30 Uhr

Bastelbude: 15.30 - 17.30 Uhr

Eintritt frei!

Mittwoch, 19. September: FreiRaum & Erste Hilfe Kurs Teil 1

An diesem Tag findet neben dem normalen FreiRaum auch wieder ein neuer Erste Hilfe Kurs statt: Alle können bei unserem 1. Hilfe Kurs der Malteser im Jugendhaus rabatz mitmachen! Unter 18-jährige sogar kostenlos! Für über 18-jährige kostet der Kurs 20,00 EUR Kursgebühr. Der Kurs ist auch für Führerscheine, Jugendleiterkarten usw. gültig. Bitte beachtet, dass Ihr an beiden Kurstagen (19. & 24. September) anwesend sein müsst, damit Ihr die Teilnahmebescheinigung bekommt!

FreiRaum: 15.30 - 21.30 Uhr

Erste Hilfe Kurs: 16.00 - ca. 20.00 Uhr, Kostenlos für unter 18-jährige (01.08.2000 - 31.12.2009),

Anmeldung und Infos: www.herzogenaaurach.feripro.de oder direkt bei uns im Jugendhaus rabatz!

Montag, 24. September: FreiRaum & Erste Hilfe Kurs Teil 2

Alle können bei unserem 1. Hilfe Kurs der Malteser im Jugendhaus rabatz mitmachen! Unter 18-jährige sogar kostenlos! Für über 18-jährige kostet der Kurs 20,00 EUR Kursgebühr. Der Kurs ist auch für Führerscheine, Jugendleiterkarten usw. gültig. Bitte beachtet, dass Ihr an beiden Kurstagen (19. & 24. September) anwesend sein müsst, damit Ihr die Teilnahmebescheinigung bekommt! !

reiRaum: 15.30 - 21.30 Uhr

Erste Hilfe Kurs: 16.00 - ca. 20.00 Uhr, Kostenlos für unter 18-jährige (01.08.2000 - 31.12.2009),

Anmeldung und Infos: www.herzogenaaurach.feripro.de oder direkt bei uns im Jugendhaus rabatz!

Mittwoch, 26. September: FreiRaum & Competitions Club

Jeden letzten Mittwoch im Monat könnt Ihr unsere Disziplinen checken und werdet vielleicht Meister in Dart, Billard, Kicker, PS 4, Vier Gewinnt, Jenga, und und und...! Dem Sieger unserer kleinen Olympiade winkt die Verewigung auf unserem edlen FreiRaum Wanderpokal.

FreiRaum: 15.30 - 21.30 Uhr,

Turnierbeginn: 18.00 Uhr

Eintritt frei!

Montag, 1. Oktober: FreiRaum, Mahlzeit! & Muckibude

Jeden ersten Montag im Monat gibt es bei uns was Leckeres zu Essen! Pizza, Pasta, Burger, Low Carb, Veggie, Vegan oder eher experimentell! Hier habt Ihr die Möglichkeit, mit uns gemeinsam zu kochen, zu backen und zu schlemmen - und jeder, der mithilft bekommt natürlich auch was ab! Bringt eigene Ideen und Rezepte und lasst´s Euch schmecken!

Gleichzeitig ist heute auch wieder unsere „Muckibude“ am Start: Wir laden zum „Casual Workout“ ein - also zum lässigen Training für Jedermann und Jedefrau. Bei den Dehn- und Kraftübungen ohne Geräte ist garantiert für jeden etwas dabei! Ab sofort jeden Montag im FreiRaum, Eintritt frei!

FreiRaum 15.30 - 21.30 Uhr

Mahlzeit! ab 15.30,

Muckibude ab 18.00 Uhr, Eintritt frei!

Montag, 8. Oktober: FreiRaum & Grundkurs „Digitale Kompetenz“ für Jung und Alt

Deine Oma oder dein Opa überlegen, sich ein Smartphone zu kaufen oder sind bereits stolze Besitzer? Jetzt möchten sie gern Starhilfe oder haben Fragen zu einigen Apps oder Einstellungen? Dann bring ihn, sie oder beide doch einfach mit. Wir nehmen uns Zeit, die Fragen in Ruhe zu beantworten - kostenfrei und unbürokratisch!

FreiRaum 15.30 - 21.30 Uhr

Kurs 17.00 - 18.30 Uhr

Mittwoch, 10. Oktober: FreiRaum & Movie Night

Jeden ersten Mittwoch im Monat schauen wir gemeinsam Euren Lieblingsfilm. Mit Popcorn, Leinwand und allem, was dazugehört! Einfach vorbeikommen und die Lieblingsfilme auf DVD mitbringen!

FreiRaum 15.30 - 21.30 Uhr

Movie Night um 18.30 Uhr

Eintritt frei!

Montag, 15. Oktober: FreiRaum, Bastelbude & Muckibude

Es muss nicht immer alles gekauft sein! Wir zeigen Dir, wie Du mit einfachen Mitteln Möbel, Schmuck, Dekoration oder sogar Kleidung selbst entwerfen und kreieren kannst. „Do it yourself“ heißt hier die Attitüde. Lass Deiner Inspiration und Kreativität freien Lauf, bring eigene Ideen mit und mach es einfach selbst. Auch einfache Reparaturen oder Fahrradbasterei sind möglich! Schau einfach mal rein!

Gleichzeitig ist heute auch wieder unsere „Muckibude“ am Start: Wir laden zum „Casual Workout“ ein - also zum lässigen Training für Jedermann und Jedefrau. Bei den Dehn- und Kraftübungen ohne Geräte ist garantiert für jeden etwas dabei! Ab sofort jeden Montag im FreiRaum.

FreiRaum 15.30 - 21.30 Uhr

Bastelbude 15.30 - 17.30 Uhr

Muckibude ab 18.00

Eintritt frei!

Montag, 22. Oktober: FreiRaum & Muckibude

Jeden Montag, Mittwoch und Freitag könnt Ihr Euch bei uns mit Freunden treffen, an einem unserer zahlreichen Angebote teilnehmen oder einfach nur entspannen. Viel Spaß beim Chillen, Skaten, Zocken, Kochen, Basteln & Bauen, Filmen, Brettspiele spielen, Kreativ sein usw. Wir freuen uns auf Euren Besuch! Wofür Ihr Euch begeistern lasst, liegt allein bei Euch!

Gleichzeitig ist heute auch wieder unsere „Muckibude“ am Start: Wir laden zum „Casual Workout“ ein - also zum lässigen Training für Jedermann und Jedefrau. Bei den Dehn- und Kraftübungen ohne Geräte ist garantiert für jeden etwas dabei! Ab sofort jeden Montag im FreiRaum.

FreiRaum 15.30 - 21.30 Uhr

Muckibude ab 18.00

Eintritt frei!

Mittwoch, 24. Oktober: FreiRaum & Mädelsabend

Jeden Montag, Mittwoch und Freitag könnt Ihr Euch bei uns mit Freunden treffen, an einem unserer zahlreichen Angebote teilnehmen oder einfach nur entspannen. Viel Spaß beim Chillen, Skaten, Zocken, Kochen, Basteln & Bauen, Filmen, Brettspiele spielen, Kreativ sein usw. Wir freuen uns auf Euren Besuch! Wofür Ihr Euch begeistern lasst, liegt allein bei Euch!

Heute machen bei uns nur die Mädels die Bude unsicher! Kommt vorbei und genießt den Abend. Wenn Mädels unter sich sind, wird gemeinsam gekocht, Musik gehört und gequatscht. Halt ein typischer Mädelsabend.

FreiRaum 15.30 - 21.30 Uhr

Mädelsabend ab 18.00 Uhr

Eintritt frei!