

## Osterferien

### Klimawandel und Flaschengärten

**Termin:** 07.04.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 0,00 €\*\*

**Ort:** Kleingarten, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Bei dem Workshop lernen wir einiges rund um's Klima und den Klimawandel. Dabei werden wir aktiv im Kleingarten und bauen auch ein Mini-Ökosystem im Glas, einen sogenannten („Flaschengarten“, den jeder mit nachhause nehmen kann,



### Hochbeete & Microgreens

**Termin:** 14.04.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 0,00 €\*\*

**Ort:** Kleingarten, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Wir holen einen Kleingarten aus dem Winterschlaf: Bei dem Workshop lernen wir, wie wir im Frühjahr Hochbeete mit Obst und Gemüse anlegen können. Zudem bauen wir Microgreens für unsere Fensterbank an, die danach auch jede\*r mitnehmen kann.

\*\*Gefördert vom Regionalverband Braunschweig

### Backwerkstatt

**Termin:** 09.04.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 5,00 €

**Ort:** Lammer Heide 7, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Tauche ein in die Welt des Backens! In diesem Workshop wollen wir mit euch sowohl leckere Kuchen und Kekse im Ofen als auch kreative No-Bake-Köstlichkeiten zubereiten. Ideal für alle, die Lust auf eine süße und nachhaltige Backerfahrung haben!



### Tierisch gut - Lebenshof Besuch

**Termin:** 10.04.2025, 08:45-17:00 Uhr

**Kosten:** 10,00 €\*

**Treffpunkt:** Busbahnhof, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Entdecke bei dem Besuch auf einem Lebenshof die bewegenden Geschichten von geretteten Tieren und erfahre, wie du selbst aktiv zum Tierschutz beitragen kannst! Lerne, was es bedeutet, Tiere respektvoll zu behandeln und entwickle kreative Ideen, um das Bewusstsein für ein besseres Leben für alle Lebewesen zu stärken. \*davon sind 5 Euro Spende an den Lebenshof für die Tiere.

## RELAX

### Yoga, Peace & Harmony!

**Termin:** 15.+16.04.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 10,00 €

**Ort:** Hamburger Str. 273a, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre



Tauche ein in die Welt von Yoga und Achtsamkeit! In diesem zweitägigen Workshop lernst du, wie du durch Yoga-Übungen und Achtsamkeitstechniken innere Ruhe findest, Stress abbauen kannst und mehr Gelassenheit in deinen Alltag bringst. Gemeinsam entdecken wir, wie du durch achtsames Atmen, Meditation und kreative Übungen deine Balance findest und mit neuer Energie durchstarten kannst.

### Handlettering

**Termin:** 17.04.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 5,00 €

**Ort:** Alte Schule, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre



In diesem Workshop geht es nicht nur um cooles Handlettering, sondern auch darum, deine kreative Seite zu entdecken und dein Selbstbewusstsein zu stärken. Du lernst, wie du deine Gedanken und Ideen mit stylischen Schriftzügen zum Leben erweckst. Dabei kannst du deinen eigenen Stil entwickeln und erleben, wie viel Spaß es macht, kreativ zu sein und deine Persönlichkeit durch deine Kunst auszudrücken. Egal, ob du schon Erfahrung hast oder ganz neu dabei bist – hier zählt vor allem dein individueller Ausdruck!

## Sommerferien



### Summer in the City

**Termin:** 29.-31.07.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 15,00 €

**Ort:** Lammer Heide 7, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Sommerlich geht es bei unserem Kochworkshop zu:  
Tag 1: PinaColAWO - Cocktail-Workshop  
Tag 2: Picknick & Snacks to Go  
Tag 3: BBQ-Party (Grillen)  
Zusammen überlegen wir uns leckere Rezepte, kaufen regional und saisonal ein und zaubern köstliche Gerichte. Dabei setzen wir auf Nachhaltigkeit und pflanzliche Ernährung.

## Sommerferien

### Azoren Camp (Portugal) - Delfine und Umweltschutz

**Termin:** 25.07.-11.08.2025

**Kosten:** 1.499,00 €

**Abfahrt:** BS Hbf am 25.07. abends

**Altersgruppe:** 13 – 18 Jahre\*



Auf den Azoren (Portugal), den westlichsten Inseln Europas, wurden schon 28 verschiedene Delfin- und Walarten gesichtet. Weltrekord! Wir denken, dass sich Menschen mehr für die Umwelt einsetzen, wenn sie ihre Faszination selbst erlebt haben. Das Thema Arten- und Umweltschutz werden die Teilnehmenden ganz interaktiv erfahren. Zahlreiche Workshops, Planspiele und Naturerlebnisse auf dem Schiff und auf dem Lande sind geplant. Wir werden versuchen gemeinsam den Pico (Berg) zu erklimmen und wer möchte, kann auch einen Schnuppertauchgang machen und die faszinierende Unterwasserwelt aus einer anderen Perspektive betrachten. Als Höhepunkt der Ferienfreizeit unternehmen wir 4 Bootsausflüge, bei denen wir eventuell sogar mit freilebenden Delfinen schwimmen können. Selbstverständlich bereiten wir dich auf dieses Abenteuer vor und du lernst, wie du dich gegenüber den Meeressäugern richtig verhältst. Außerdem werden wir die Insel entdecken, eine Vulkan Expeditionstour mit einer Grottenbesichtigung machen und uns auf die Spuren der alten Walfänger begeben. Wir übernachten während des Camps mitten in der Natur auf dem Campingplatz in Lajes do Pico. \*auf Anfrage bis 26 J. möglich

### Kroatien: Find your Balance!

**Termin:** 12.07.-24.07.2025

**Kosten:** 599,00 €

**Abfahrt:** Braunschweig Hbf

**Altersgruppe:** 13 – 17 Jahre\*



Tauche ein in 12 unvergessliche Tage in Kroatien, wo du durch Yoga, Achtsamkeit und Natur zu innerer Ruhe findest. Tägliche Yoga-Einheiten, entspannende Wanderungen und Workshops zu gesunder Ernährung erwarten dich. Und natürlich kommen auch Abenteuer nicht zu kurz. Erlebe einen Sommer voller Entspannung, neuer Energie und Gleichgewicht – direkt am Meer! \*auf Anfrage bis 26 J. möglich



### Happiness @Südsee

**Termin:** 04.-08.08.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 50,00 €

**Ort:** Alte Schule, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Fünf Tage lassen wir es uns am Südsee so richtig gut gehen! Dich erwarten spannende Programme rund um die Themen Achtsamkeit und gesunde Ernährung: eine Alpaka Wanderung, Stand Up Paddle Board Touren, Entspannungsmethoden, Modellierung mit Ton, kreatives Handlettering und vieles mehr.



### Stand Up Paddle Tour - Gemeinsam auf Kurs

**Termin:** 23.-24.08.2025

**Kosten:** 20,00 €

**Abfahrt:** Braunschweig Hbf

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Mach dich bereit für ein Abenteuer auf der Oker! Bei unserer zweitägigen Stand Up Paddle Board-Tour von Schladen nach Braunschweig erlebst du, wie wichtig Teamwork und klare Kommunikation sind, um gemeinsam ans Ziel zu kommen. Neben der sportlichen Herausforderung steht die bewusste Wahrnehmung der Natur und der achtsame Umgang mit ihr im Fokus. Verbringe eine Nacht unter freiem Himmel und entdecke, was es heißt, im Team Herausforderungen zu meistern! (Änderung der Strecke vorbehalten.)

## Herbstferien

### Wasserbüffel & Naturschutz

**Termin:** 22.10.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 10,00 €

**Treffpunkt:** Bahnhof Gliersmarode, BS

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre

Erlebe die faszinierende Welt der Wasserbüffel und lerne, wie diese beeindruckenden Tiere zur Pflege unserer Landschaft und zum Erhalt der Artenvielfalt beitragen. Wir machen gemeinsam einen Ausflug zu den Tieren – hautnah und mitten im Grünen! Erfahre mehr über ihre Lebensweise und beobachte sie bei ihrer Arbeit als "Naturschützer". Bei interaktiven Workshops entwickeln wir gemeinsam Ideen, wie jeder von uns in seinem Alltag einen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt leisten kann.



Tauche ein in die kulinarische Vielfalt des Herbstes! Wir lernen, wie wir mit saisonalen und regionalen Zutaten köstliche Gerichte zaubern – von herzhaften Eintöpfen bis zu raffinierten Desserts. Außerdem wollen wir gruselige Halloween-Deko schnitzen und zeigen euch, wie dabei alles vom Kürbis verwertet werden kann. Entdecke neue Rezepte und erhalte wertvolle Tipps, um auch zu Hause pflanzlich und lecker zu kochen.

### Herbstküche

**Termin:** 14.+15.10.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 10,00 €

**Treffpunkt:** Lammer Heide 7

**Altersgruppe:** 12 – 26 Jahre



### 3D Druck - Workshop

Wolltest du schon immer wissen, wie ein 3D-Drucker funktioniert und wie du deine Ideen mit dem 3D-Drucker umsetzen kannst? In diesem Kurs ist es möglich. Egal ob Schmuck, Monster oder Minecraft-Wesen, ... Der Kurs ist für Anfänger\*innen konzipiert und erfordert keine Vorkenntnisse.



**Termin:** 16.+17.10.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 38,00 €

**Ort:** Salzdahlumer Str. 46, Wolfenbüttel

**Altersgruppe:** 12 - 18 Jahre



### Yoga, Peace & Harmony!

Tauche ein in die Welt von Yoga und Achtsamkeit! In diesem zweitägigen Workshop lernst du, wie du durch Yoga-Übungen und Achtsamkeitstechniken innere Ruhe findest, Stress abbauen kannst und mehr Gelassenheit in deinen Alltag bringst. Gemeinsam entdecken wir, wie du durch achtsames Atmen, Meditation und kreative Übungen deine Balance findest und mit neuer Energie durchstarten kannst.

**Termin:** 20.+21.10.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 10,00 €

**Ort:** Hamburger Str. 273a, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 - 26 Jahre

### Perlen-Power - Schmuck, der spricht

Gestalte deine eigenen Armbänder oder Ketten und lass deinen Schmuck sprechen! In diesem Tagesseminar kannst du bunte Bänder knüpfen und Perlen auffädeln, während du gleichzeitig deine Werte, Wünsche oder inspirierende Botschaften kreativ in Szene setzt. Schaffe einzigartige Schmuckstücke, die deine Persönlichkeit und Gedanken ausdrücken - Accessoires, die mehr sind als nur Schmuck!



**Termin:** 23.10.2025, 09:00-16:00 Uhr

**Kosten:** 5,00 €

**Ort:** Alte Schule, Braunschweig

**Altersgruppe:** 12 - 26 Jahre



### MUTIG & STARK Camp

**Camp Ostern:** 14.-18.04.25, 9:00-16:00 h

**Camp Sommer:** 04.-08.08.25, 9:00-16:00 h

**Camp Herbst:** 20.-24.10.25, 9:00-16:00 h

**Kosten:** 15,00 €

**Ort:** Braunschweig (variiert nach Camp)

**Altersgruppe:** 12 - 20 Jahre

**Entdecke was in dir steckt! Behaupte dich mutig auch in gefährlichen Situationen. Mit Spaß und Leichtigkeit lernst du verschiedene Techniken aus der Selbstverteidigung und dem Kampfsport kennen.** In diesem Camp steht die Förderung von Selbstbehauptung und Selbstbewusstsein im Mittelpunkt. Die Teilnehmenden erlernen auf spielerische Art unterschiedliche Verteidigungs- und Kampfsporttechniken und entwickeln so ihr individuelles Selbstwertgefühl: Krav Maga, Boxen, Kick-Boxen, Szenario Training. Bei vielfältigen und unterschiedlichen Partnerübungen geht es mehr um ein Miteinander als ein Gegeneinander. Die unterschiedlichen Methoden haben eine positive Wirkung auf Körper, Geist und Psyche sowie eine positive Auswirkung auf den Selbstwert und die Stressresilienz.

### POWER Camp

**Camp Ostern:** 07.-11.04.25, 9:00-16:00 h

**Camp Sommer:** 28.07.-01.08.25, 9:00-16:00 h

**Camp Herbst:** 13.-17.10.25, 9:00-16:00 h

**Kosten:** 15,00 €

**Ort:** Braunschweig (variiert nach Camp)

**Altersgruppe:** 12 - 20 Jahre



**Du willst eine Woche volle Action? Im Power Camp verbringst du den ganzen Tag mit Sport: Kick Boxen, Bogenschießen, Selbstverteidigung und vielem mehr.**

Das Camp fördert das positive Selbstbild von Jugendlichen. Unterschiedliche Methoden (intuitives Bogenschießen, erlebnispädagogische Settings, sozialer Kampfsport) fördern das Körperbewusstsein und die Körperwahrnehmung. Die Einschätzung des eigenen Körpers und der individuellen Bewegungsmöglichkeiten sowie das Wahrnehmen mit allen Sinnen sind die Basis für die eigene Körperwahrnehmung. Die Teilnehmenden verbessern ihre Impulskontrolle, lernen ihre Emotionen besser zu steuern und vor allem ihre Stressbelastung im Alltag zu reduzieren und die persönlichen Ressourcen zu stärken. Ein gesundes Körperbewusstsein fördert das Selbstbewusstsein und das Selbstbild. Die Kinder und Jugendlichen werden animiert neue Sportarten für sich zu entdecken und das Spektrum der persönlichen Freizeitgestaltung individuell zu erweitern.



### Jugendleiter\*in Ausbildung (Juleica)

**Herbst:** 7.-9.11., 21.-23.11., 5.-7.12.2025

**Kosten:** 99,00 € für 3 Wochenenden\*

**Ort:** Seminarhaus, Almke (Wolfsburg)

**Altersgruppe:** ab 15 Jahren



Du möchtest eine Jugendgruppe leiten, eine Ferienfahrt betreuen oder organisieren? Dann erwerb bei uns die Grundkenntnisse für deine Jugendleiter\*innen Qualifizierung an drei Wochenenden. Im Anschluss erhältst du deine "Jugendleiter\*innen Card". Ein **Erste Hilfe Kurs für Jugendleiter\*innen** ist online zubuchbar und findet am 12.12.25 von 15-22 Uhr in Braunschweig statt.\*inklusive Verpflegung und Übernachtung

### ÜBER UNS

Wir sind der eigenständige Jugendverband der Arbeiterwohlfahrt (AWO) und treten für eine demokratische, solidarische und gerechte Gesellschaft ein. Wir wollen Kinder und Jugendliche durch Mitarbeit im Jugendwerk in die Lage versetzen, an der Gestaltung des gesellschaftlichen Lebens aktiv mitzuwirken und sich für ihre Interessen und Rechte einzusetzen.

Unsere Reisen und Seminare sind Bildungsangebote und Urlaub mit Spaß und Sicherheit. Wir geben kein fertiges Programm vor, sondern lassen Kinder und Jugendliche aktiv mitbestimmen und mitgestalten. Wir legen großen Wert auf eine umfangreiche Betreuung unserer Freizeiter. Unsere hauptamtlichen pädagogischen Mitarbeitenden und jungen sowie dynamischen ehrenamtlichen Teamenden, die oftmals schon selbst als Teilnehmer\*innen bei unseren Freizeiten dabei waren, wissen wo es lang geht und haben ihr Ohr am Puls der Zeit. So gestalten sie Freizeiten, von denen Kinder und Jugendliche begeistert sind. Die Teamer\*innen sind für diese Aufgabe ausgebildet und haben oft schon langjährige Erfahrung.

### Interessiert an unseren Angeboten?

Weitere Infos gibt es online.

Buchungen nehmen wir über den Online-Shop an.

**Sichere dir deinen Platz und buche ganz bequem online:**

[www.jw-braunschweig.de/aktuelle-angebote/](http://www.jw-braunschweig.de/aktuelle-angebote/)

oder scanne den QR Code.



**FERIENPROGRAMM FÜR JUNGE MENSCHEN BIS 30 JAHRE**

Jugendreisen

Workshops

Seminare