



European Youth Week 2021

Jugendbüro, RDJ und Jugendinfo präsentieren „Dein Energiekick am Mittag“

Vom 24. bis 30. Mai 2021 finden europaweit verschiedene interessante Veranstaltungen und Angebote zum Thema „Unsere Zukunft in unseren Händen“ speziell für Jugendliche statt.

In diesem Rahmen veranstalten das Jugendbüro, der RDJ und die Infozentren unter dem Motto „Dein Energiekick am Mittag“ eine Reihe verschiedener Angebote für Körper, Geist und Seele.

In einer stressigen (Prüfungs-)Zeit möchten wir euch hiermit die Möglichkeit bieten, den Kopf in der (Mittags-)Pause frei zu bekommen und neue Energie für den Tag zu sammeln.

Sei es beim Live-Cooking, Yoga, Personal Training oder im lockeren Gespräch mit einer Psychologin – hier ist sicher für jeden etwas dabei.

Die Angebote richten sich an Schüler, Auszubildende und Studierende aus Ostbelgien.



Wie kann ich teilnehmen?

Die Angebote werden jeden Tag neu „freigeschaltet“. An dem entsprechenden Tag einfach auf das gewünschte Event klicken und teilnehmen.

Alle Events werden live über Zoom gestreamt und aufgezeichnet. Sie werden im Nachhinein noch eine Weile über diese Webseite abrufbar bleiben. Wenn ihr nicht möchtet, dass man euch sieht, könnt ihr eure Kamera selbstverständlich ausschalten. Wir freuen uns aber über jedes „echte“ Gesicht, das teilnimmt.

Was wird angeboten?



24.05. Happy Healthy Food – Snacks für Körper, Geist und Umwelt

25.05. Yoga meets Kinesiologie: Entspannung, Ruhe, Konzentration
Vanessa Thomas + Katrin Scheen

26.05. Personal Training & positives Mindset

27.05. CORONA: Problem-Zeit oder Zeit, Probleme anzusprechen
Yvonne Kemper (Kaleido)

28.05. Gratis Smoothies beim Infotreff & JIZ
Podcast der ESK Freiwilligen

Alle weiteren Infos zur European Youth Week findet ihr über den weiterführenden Link.

Ansprechpartner

Ministerium der Deutschsprachigen Gemeinschaft Belgiens

Elena Schommers

Gospertstraße 1

4700 Eupen

Belgien

Tel.: +32 (0)87 876 741

elena.schommers@dgov.be

[Webseite](#)

Links

[Das Europäische Jugendportal](#)

[Weitere Infos zur European Youth Week](#)

© Ostbelgien 2017