



**Titel:** ijgd 22321

**Ort:** Monschau

**Wann:** 15.08. - 26.08.22

**Wo:** Nordrhein-Westfalen, 30km bis Aachen, 100km bis Bonn

**Wer:** 26 Teilnehmer\*innen aus Deutschland, Serbien, Estland und Portugal, 18 - 30 Jahre  
(1 GL + 6 TN aus Deutschland)

**Verpflegung:** Ihr werdet Frühstück und Abendessen gemeinsam kochen. Das Mittagessen wird von eine\*r Köch\*in zubereitet. Vegetarische oder vegane Verpflegung sind möglich. Unverträglichkeiten gibst du bitte bei der Anmeldung an.

**Unterkunft:** Ihr übernachtet in der Alten Schule Rohren. Eine alte Schule in einem kleinen Ort in der Nähe von Monschau. Ihr schlaft in Mehrbettzimmern.

**Nächster Bahnhof:** Aachen Hbf, nächste Bushaltestelle: Rohren Kirche, Monschau

**Flughafen:** Köln-Bonn - Wir möchten Dich einladen, so umweltschonend wie möglich zu reisen z.B. mit Bahn, Bus oder Carsharing und damit einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.

**Extragebühr:** 0€

**Besondere Anforderungen:** nur Teilnehmer\*innen aus Deutschland, Serbien, Estland und Portugal (Für Teilnehmer\*innen aus Estland, Portugal und Serbien erfolgt die Anmeldung über die jeweilige Partnerorganisation). Es handelt sich um eine Jugendbegegnung, die durch das Programm Erasmusplus Jugend der Europäischen Union unterstützt wird. Ihr müsst für die Teilnahme am Projekt keine (Teilnahme)Gebühren zahlen.

**Kategorie:** Bildung, Study

**Projektbeschreibung:** Die Jugendbegegnung „Peace of Mind“ beschäftigt sich mit verschiedenen Aspekten rund um das Thema: „Self Care“. Es werden Workshops unter anderem in den Bereichen Selbstentwicklung, Meditation und Achtsamkeit angeboten, um einer der größten Herausforderungen der Gesellschaft und insbesondere jungen Menschen zu entgegnen: das Fehlen von Instrumenten und Mechanismen zur Selbstfürsorge und -unterstützung, die es braucht, um unser eigenes Wohlbefinden zu steigern, uns zu stärken und uns ermöglichen Burnout und emotionalen Breakouts vorzubeugen.

Ihr werdet morgens 2 Einheiten mit jeweils 1,5 Std. Workshops haben und am Nachmittag noch einmal 2 Einheiten. Dazwischen gibt es eine lange Mittagspause.

**Freizeit:** Monschau ist eine wunderschöne mittelalterliche Stadt mit alten Fachwerkhäusern, Kopfsteinpflaster und einer Burg. Es ist direkt an der belgischen Grenze und nur 30 Minuten von Aachen entfernt. Während der Jugendbegegnung werden Euch drei Programmpunkte angeboten: Da ihr nicht direkt in Monschau wohnen werdet wird es einen Ausflug nach Monschau geben, dort könnt ihr die Kulisse bestaunen oder einen Abstecher ins



Senfmuseum machen. Dort gibt es den besten Senf in der Region 😊 Ihr werdet außerdem einen Ausflug nach Aachen machen können und einen Abend wird es ein Barbeque geben.

**Voraussetzungen für die Teilnahme: 3G+**

**Änderungen vorbehalten! Genauere Infos erhältst du nach Bestätigung deiner [Anmeldung](#) und spätestens 3 Wochen vor Campbeginn mit dem spezifischen Infosheet für dein Camp.**