



Ansøgningsfrist til PigeCampen:

Send en mail med navn, skole og klassetrin, hvor du kort fortæller, hvorfor du gerne vil med på camp til sajb@varde.dk Ansøgningen sendes inden den 9.10.2024. Efter ansøgningsfristen vil du blive kontaktet vedrørende optagelse.

Der vil være personlige samtaler for de udvalgte på følgende dage **29.10.2024 - 30.10.2024 - 31.10.2024**



Spørgsmål:

Har du spørgsmål eller har du brug for yderligere info – så kontakt Sarah Thrane Jakobsen på mobil: 51 27 47 26



Citater fra deltagere på PigeCampen

"Det er virkelig en af de bedste ting, der er sket for mig – jeg har lært, at jeg er god nok, som den jeg er".

"Jeg er så glad for at have sagt ja til PigeCampen – jeg har på Campen krydset diverse grænser f.eks. skulle i svømmehal, komme i uvante højder og åbne mig mere op – derudover har jeg også opdaget, at jeg ikke er alene. Der er faktisk andre, der har det på samme måde".

"På PigeCampen kan jeg være mig selv, og jeg har fået nye venner"

UNGDOMSSKOLEN
UNGVARDE.DK

- når læring og trivsel også er sjov

Et trivsels- og personligt udviklingsforløb

PIGE CAMP
Varde Kommune

Kan du svare ja til ovenstående, er PigeCampen noget for dig

- Tør du drømme og sætte barren højt?
- Mangler du mod og redskaber til at kunne fremlægge for klassen?
- Føler du nogle gange at du ikke slår til og er god nok?
- Bruger du for meget tid på at sammenligne dig selv og faglige resultater med dine venner?
- Har du et ønske om at udvikle dig fagligt og personligt?



Hvad er PigeCampen?

Varde Kommune og Ungdomsskolen samarbejder om at gennemføre PigeCampen, en udviklingscamp, hvor du får mulighed for at udvikle dig personligt, opnå højere selvværd og højne din trivsel i skolen, på hjemmefronten og i fritiden.

Du har selv den vildeste superkraft inde i dig, der helt automatisk vil arbejde for dig, hvis du øver dig i at sætte fokus på det, du gerne vil have mere af i din dagligdag.

På PigeCampen får du mulighed for at skabe din verden gennem dine tanker, finde indre ro, og opnå højere selvværd. Du lærer at forstå og håndtere dine følelser, og får større selvindsigt i dine tanker og handlinger. Du arbejder på at opbygge et sundt og kærligt forhold til dig selv og din krop. Du får også værktøjer til at stå frem og fremlægge samt håndtere livets udfordringer. Alt dette giver dig redskaber, du kan bruge både nu og resten af livet.



Målgruppe: 7. - 10. årgang.



Struktur og varighed:

PigeCampen afvikles over to moduler, begge af tre sammenhængende dage. På campens første modul arbejdes med dit mind-set, følelser og handlinger, mens der på andet modul arbejdes med at udvikle dine følelser og kropsbevidsthed. Yderligere gennemføres tre opfølgningsdage, som er fordelt ud over 2024/25.

Modul 1 Tema: "Følelser & Handlinger".

Onsdag den 27.11.2024 kl. 09.00 til og med fredag den 29.11.2024 kl.13.00.

OBS: Information/overleveringsmøde for forældre fredag den 29.11.2024 kl. 13.00

Sted: Lindvig Ferie, Vesterhavsvej 150, Lønne, 6830 Varde

Modul 2 Tema: "Mind, Body & Nature".

Tirsdag den 28.01.2025 kl. 09.00 til og med torsdag den 30.01.2025 kl. 13.00

OBS: Information/overleveringsmøde for forældre den 07.03.25 kl. 13.00

Sted: Rolandshytten, Bredmosevej 21, 6800 Varde

Opfølgningsdag 1:

Torsdag den 12.12.2024 kl. 09.00 - 14.30

Opfølgningsdag 2:

Fredag den 10.01.2025 kl. 09-00 - 14.30

Opfølgningsdag 3:

Fredag den 07.02.2025 kl. 09.00 - 14.30

Sted: Varde Ungdomsskole, Campus, Frisvadvej 70, Varde.

Det er vigtigt, du deltager alle dagene for dig egen, gruppens og fællesskabets skyld.

**Er du nysgerrig på, hvad PigeCampen kan? Kontakt os & få en uformel snak.
Du kan tilmelde dig her på www.ungvarde.dk**