



Inklusive Begegnungen



Miteinander Laufen und Musizieren

Projektstart
Laufen

Mittwoch, 13. April
17 Uhr sieg-arena

Projektstart
Musik

Samstag, 9. April
11 Uhr Blue-Box

Ein Projekt von:



Gefördert durch:



Mach mit!

Wir planen ein Sport-Projekt
und suchen Dich:

Das haben wir vor:

Lauf-Treff

- 1 mal in der Woche 1 Stunde
- wir laufen zusammen mit Trainern
- teilnehmen kann jeder
- wir planen die Hin-Fahrt
und Rück-Fahrt zum Treffpunkt



Lauf-Paten gesucht!

Ehren-amtliche Läufer unterstützen
andere Läufer

Ehren-amtlich heißt: diese Menschen
bekommen kein Geld für ihre Arbeit.
Sie helfen, weil es ihnen Spaß macht.



Veranstaltungen:

Vorträge zum Thema
Gesundheit und Sport

Bei einem **Vortrag** erzählt jemand von Dingen,
die er oder sie weiß.
Dann wissen andere Menschen das auch.



Siegener Lauf-Tage und Musik-Tage am 27. und 28. August



- wer fit ist, kann dort starten
- wir wollen an dem **Lauf für alle** über 2,2 km teilnehmen

Das Lauf-Projekt geht über ein Jahr.

- vielleicht auch länger
- danach ist die Teilnahme an noch mehr Läufen möglich

Die Teilnahme kostet kein Geld.

- das Start-Geld wird übernommen
- zu jedem Termin gibt es etwas zu trinken und Obst
- die Fahrt-Kosten bekommen die Lauf-Paten zurück



Das **Lauf-Projekt** wird unterstützt von :anlauf

Melde Dich jetzt an

- Start ist am 13. April 2016 um 17.00 Uhr an der sieg-arena
- Anmelde-Zettel auf der Rückseite
- Mehr Informationen bei Martin Hoffmann: 01 71 / 43 88 45 6

Wir wollen eine Band gründen und suchen Dich!

- Du machst Musik?
- Du spielst in einer Musik-Gruppe oder einem Musik-Verein?
- Du hast Lust, mit anderen zu spielen?



Dann melde Dich zu unserer Band an!

Musik-Gruppe

- einmal im Monat treffen wir uns
- jeder ist ein Künstler
- Musik-Lehrer geben Tipps
- wir planen die Hin-Fahrt und die Rück-Fahrt



Siegener Lauf-Tage und Musik-Tage am 27. und 28. August



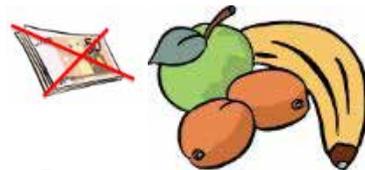
Dort wollen wir zum ersten Mal zusammen auftreten.

- Das Projekt geht über ein Jahr.
- vielleicht auch länger
- Dann ist die Teilnahme an noch mehr Konzerten möglich

Die Teilnahme kostet kein Geld.

Zu jedem Termin gibt es etwas zu trinken und Obst.

Das **Musik-Projekt** wird unterstützt von der **Fritz-Busch Musikschule** der Universitätsstadt Siegen und der **Blue-Box**.



Melde Dich jetzt an

- Das erste Treffen ist am 9. April um 11.00 Uhr in der Blue-Box
- Anmelde-Zettel auf der Rückseite
- Mehr Informationen bei Martin Hoffmann: 01 71 / 43 88 45 6

Die Aktion Mensch hat für die Projekte Geld gegeben.



Dieser Flyer wurde in einfacher Sprache erstellt.

Das Konzept-Papier zum Projekt gibt es im Projekt-Büro, auf www.muko-siegen.de und auf facebook „inklusive-Begegnungen“.

Anmeldung

Laufen Musizieren

Hiermit melde ich mich für das Projekt **Inklusive Begegnungen** an:

Name

Vorname

Geburtsdatum

Straße

Ort

Telefon

eMail-Adresse

Ich benötige eine Fahrmöglichkeit

Ja Nein

Wir bestätigen die Anmeldung.

Datum und Unterschrift

Die Anmeldung bitte senden an:

Inklusive Begegnungen, Büro Bahnhof Eintracht

Eiserfelder Str. 8

57080 Siegen

Informationen: 0171 4388456 inklusive-begegnungen@gmx.de