

Bist du zwischen 18 und 25 Jahren und hast das Gefühl, dass mehr in dir steckt, als es sich für dich momentan anfühlt?

Gemeinsam wollen wir für Motivation sorgen, einen Anlauf zu wagen, der dich in deiner Persönlichkeit festigt und stark macht in allen Lebenslagen.

WAS STEHT AUF DEM PROGRAMM?

- ✗ Übungen zum Selbstvertrauen
- ✗ Übungen gegen Panik und Angst-attacken
- ✗ Entspannungsübungen
- ✗ Film, Fotografie
- ✗ Darstellendes Spiel und Kunst
- ✗ Raus gehen in die Natur und in die Stadt
- ✗ Gesprächsformen und Blitzlicht

UNSER GEMEINSAMES ZIEL:

Die Stärkung von...

- ✗ Selbstvertrauen
- ✗ Motivation
- ✗ Persönlichkeitsentwicklung
- ✗ Sozialer Kompetenz
- ✗ Werten und Haltung
- ✗ Problemlösungsfähigkeit
- ✗ Vertrauen
- ✗ Kommunikationsfähigkeit
- ✗ Kooperationsfähigkeit
- ✗ Freude
- ✗ Überlebensstrategien



ANMELDUNG

Name: _____

Telefonnummer: _____

E-Mail: _____

Alle Angaben werden vertraulich behandelt!



Bodenstedtstr. 11
31224 Peine
05171 9409560
selbsthilfe-peine@
paritaetischer.de

arCus

PEINE
Ilse der Straße 39
31226 Peine
0 51 71 59 12 50
takt@arcus-peine.de