

**Outdoor- Erlebnistage**  
vom 26.8-29.8.2024 , 10:00 - 16:00 Uhr  
für Jugendliche im Alter von 11-15 Jahren



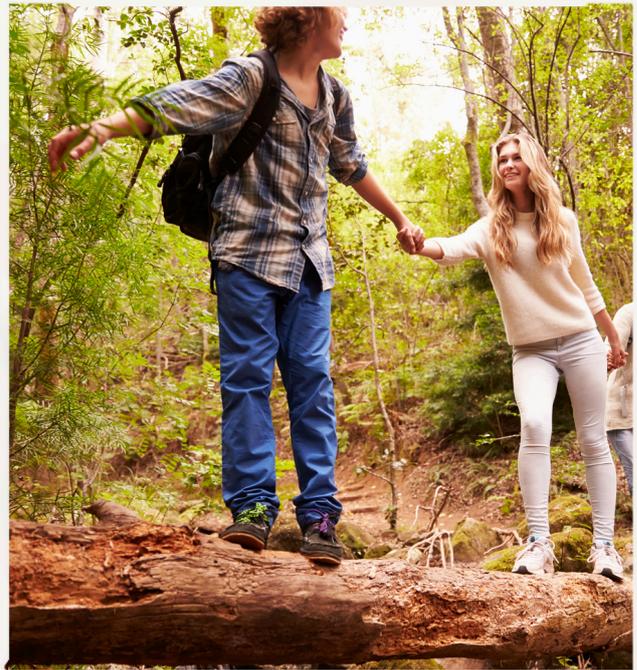
*Bock auf  
Neues?  
Dann lass'  
doch mal was  
anders machen!*

Unsicher?

Stress  
mit anderen?

Wenig Freunde?

**Grenzen setzen!  
Deine Stärken kennenlernen!  
Selbstbewusster werden!  
Cooles Ferienprogramm!**



@wir\_nehmen\_dich\_ernst

# Outdoor- Erlebnistage vom 26.8-29.8.2024 für Jugendliche im Alter von 11-15 Jahren

## Worum gehts?

Der Umgang mit Gleichaltrigen, Eltern und Lehrern kann für viele Jugendliche eine große Herausforderung darstellen.

Häufig stehen Ihnen Ängste, Unsicherheiten oder impulsive Verhaltensweisen im Weg.

Im geschützten Rahmen einer Kleingruppe (8 Teilnehmer) können Jugendliche ihre ganz **persönlichen sozialen** und **emotionalen Kompetenzen erweitern**, ihre **eigenen Stärken kennenlernen** und ihre **Team- und Kooperationsfähigkeit verbessern**.

Der 4-tägige Kurs findet Outdoor in der Natur statt, um in entspannter Atmosphäre über sich hinaus wachsen zu können und sich selbst und die eigenen Ressourcen und Grenzen besser kennenzulernen. Vorab findet ein erstes Kennenlernen, sowohl mit den Teilnehmern, als auch mit den Elternteilen statt, in dem Details besprochen werden.



## Ziele:

- Verbesserung der Selbstwahrnehmung
- Ressourcenstärkung
- Verbesserung der Interaktionsfähigkeit
- Stressbewältigungskompetenzen erlernen
- Stärkung der Kooperationsfähigkeit
- Kennenlernen von hilfreichen Konfliktstrategien
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Steigerung der Empathiefähigkeit

Selbstkostenbeitrag: 30€  
Anmeldung bis 06.07.2024:  
erziehungsberatung@  
caritas-hassberge.de  
Tel:09521/691-30



**Beratungsstelle für Familien - Kinder, Jugendliche und Eltern -**  
Caritasverband für den Landkreis Haßberge e.V.  
Obere Vorstadt 19, 97437 Haßfurt, 09521 691-0

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

