

Ich - Workshops

EINLADUNG

Wir laden dich ein mit uns über Glück, Stress, Liebe... eben den ganz normalen Wahnsinn des Alltags zu reden, zu philosophieren, zu arbeiten, etwas neues dazu zu erfahren. Alle Jugendlichen ab 14 Jahren aus Emsdetten, Greven und Saerbeck sind willkommen. Du kannst dich zu allen Workshops anmelden oder nur zu einzelnen. Die Workshops finden im Caritasverband Emsdetten an der Bachstraße 15 statt. Anmeldung telefonisch unter 02572 15739 oder jugendhilfe@caritas-emsdetten-greven.de.

Ich und mein Glück - Montag, 26.02.2024 16.30 bis 18.00 Uhr

Das neue Jahr 2024 ist fast 2 Monat alt, oder jung? Viele haben sich Vorsätze für das Jahr gefasst, viele aber auch gerade nicht. Was wohl die meisten Menschen eint ist, dass wir glücklich sein wollen. Doch wie geht das? Und was bedeutet Glück für dich? Darüber wollen wir uns austauschen und einen individuellen Weg entwickeln mehr auf das Glück zu achten.

Anmeldeschluss: 22.02.2024

Ich und meine Launen - Freitag, 22.03.2024 16.30 bis 18.00 Uhr

Bist du auch manchmal himmelhochjauzend und dann kurze Zeit später wieder zu Tode betrübt? Geht dir alles auf die Nerven oder macht dich sogar richtig wütend? Hast du ab und zu Angst oder bist ganz besonders traurig?

Gefühle sind mitunter angenehm oder unangenehm. Wir alle fühlen alles Mögliche, ständig und andauernd. Lasst uns gemeinsam überlegen, wie wir damit umgehen!

Anmeldeschluss: 20.03.2024

Ich und mein Stress - Dienstag, 23.04.2024 16.30 bis 18.00 Uhr

Welche Möglichkeiten hast du selbst um besser mit emotionalem Stress umzugehen? Wie kannst du für dein psychisches Wohlbefinden sorgen? Es geht darum, was du für dich selbst tun kannst, nicht darum, was andere denken, was du tun solltest oder was helfen könnte. Aufbauend auf einen Input, wie sich emotionalen Stress auf die Psyche auswirkt, werden einige Möglichkeiten der Selbstfürsorge vorgestellt, gemeinsam gesammelt und individuell zusammengestellt.

Anmeldeschluss: 19.04.2024

Ich und meine Lust auf Lernen - Dienstag, 03.09.2024 16.30 bis 18.30 Uhr

Was macht Lust auf Lernen? Was kannst du dafür tun, um etwas gegen Durchhänger zu unternehmen? Was brauchst du für innere und äußere Bedingungen? Lernlust und Lernbereitschaft sind Grundvoraussetzungen, dass Lernen gelingt, in und außerhalb der Schule.

Anmeldeschluss: 30.08.2024

Ich und die Liebe - Dienstag, 29.10.2024 16.30 bis 18.30 Uhr

Wie fühlt sich Liebe an? Ist es nur Freundschaft oder ist es mehr? Wie ist es sich zu jemandem voll und ganz hingezogen zu fühlen?

Lasst uns über das schönste Gefühl der Welt reden, über Schmetterlinge im Bauch und Liebeskummer. Über sexuelle Orientierung und körperliche Nähe.

Anmeldeschluss: 25.10.2024

Ich und meine Freunde - Freitag, 15.11.2024 16.30 bis 18.30 Uhr

Hast du auch schon einmal erlebt, dass Freundschaften aus Kindergartenzeiten sich verändern? Dass neue Freunde für dich viel interessanter sind? Oder eine Freundschaft, die dir viel bedeutet, plötzlich beendet ist? Interessen, Menschen und Freundschaften können sich verändern. Wie kommt es eigentlich dazu? Wir tauschen uns aus und entwickeln gemeinsam Ideen im Umgang mit Veränderungen.

Anmeldeschluss: 13.11.2024

