

## Leitung:

- Fachkraft der Beratungsstelle

## Anmeldung:



Ostengasse 31, 93047 Regensburg

Telefon: 09 41-79 98 20

Mail: [info@beratungsstelle-regensburg.de](mailto:info@beratungsstelle-regensburg.de)

Web: [www.beratungsstelle-regensburg.de](http://www.beratungsstelle-regensburg.de)



## Gruppe für kreative Jugendliche



## **Ziele:**

- Umgang mit Gleichaltrigen
- Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen ausbauen
- Sich selbst und seine Gefühle und Bedürfnisse besser kennenlernen
- Verschiedene Möglichkeiten von Selbstaussdruck lernen

## **Zielgruppe:**

- Jugendliche im Alter zwischen 14 und 16 Jahren, die Interesse daran haben sich in einer Gruppe von Gleichaltrigen persönlich weiterzuentwickeln

**Das Angebot ist kostenfrei!**

## **Inhalte:**

- Kreative Methoden wie Malen und Fotografie
- Austausch über jugendspezifische Themen
- Erweiterung der Kompetenzen im Umgang mit schwierigen Gefühlen
- Erlernen von Selbstfürsorge und Entspannung
- Spiel und Spaß haben

## **Gruppengröße:**

- 4 – 6 Teilnehmer

## **Ablauf/Termine:**

- 15 – 20 Treffen alle 2 Wochen  
1,5 Stunden
- Dienstags zwischen 15.30 und 17.00 Uhr