BERATUNGSSTELLE
für Eltern, Kinder und Jugendliche

ICH SCHAFF' DAS!

Workshop zum entspannten Umgang mit Schulstress, Prüfungsangst und Co.

- Du möchtest **lässiger, mutiger** und **entspannter** in die Schule gehen?
- Bei diesem Gruppenangebot für Schüler*innen **ab der 9. Klasse** geht es darum, **mehr Selbstsicherheit** zu finden, um die schulischen Herausforderungen zu meistern!
- In einer **geschützten Umgebung** kannst du dich ausprobieren, dich **selbst besser kennen lernen** und deine **Grenzen erweitern,** so wie es für dich passt!

Die Gruppe ist für **Schüler*innen ab der 10. Klasse**. Es gibt 10 **Plätze**. Wir treffen uns 4 Mal **wöchentlich** immer **mittwochs** von **16:00 Uhr bis 18:30 Uhr**. Die **Termine** sind **21.02./ 28.02./ 06.03./ 13.03.2024.**

Die Treffen finden in der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche statt. Unter **info@erziehungsberatung-monheim.de** könnt ihr euch per **E-Mail anmelden** oder vorher Fragen stellen. **Anmeldeschluss ist der 09.02.2024**. Bei euren Anmeldungen werden Anmeldedatum und eine passende Gruppenzusammensetzung berücksichtigt. Das Angebot ist **kostenlos.**

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Heinestraße 6 · im Mo.Ki Zentrum 2. OG · 40789 Monheim 02173 55858

Weiterführende Informationen zu unserer Arbeit und unseren Angeboten finden Sie auf unserer Internetseiten:

www.erziehungsberatung-monheim.de **www.erziehungsberatung-langenfeld.de**

... oder einfach den QR-Code scannen: