

PNP 3.6.26

ASTA

Nummer 125

Junge Menschen stark machen

Die Welt wird immer schneller, unsicherer und komplexer – genau das spüren vor allem junge Menschen. Umso wichtiger ist es, sie dabei zu unterstützen, mit Veränderungen, Druck und Herausforderungen gut umzugehen. Hier setzt das Erasmus-Projekt „FutureMe“ an. Im dritten Workshop der kostenlosen Reihe dreht sich alles um Resilienz, Stresstoleranz, Anpassungsfähigkeit und Flexibilität. Der Workshop richtet sich an alle Fachkräfte, Jugendarbeiter und Ehrenamtliche, die mit Kindern und Jugendlichen zusammenarbeiten. Die Teilnehmer lernen, wie sie ihre eigene Widerstandskraft stärken und Jugendliche dabei begleiten können, auch in schwierigen Situationen stabil, zurecht und handlungsfähig zu bleiben. Im Mittelpunkt stehen einfache Ansätze, die helfen, mit Stress und Unsicherheit besser umzugehen und Flexibilität gezielt zu fördern. Der Workshop findet am Freitag, 5. Juni, von 17 bis 19 Uhr im Gemeinschaftsraum (Leuderergasse 1) statt. Anmeldung unter ☎ 0851 2132738 oder per Mail an info@gemeinsam-in-europa.de.

- red