BEYOUTIFUL

WORKSHOP
FÜR MÄDCHEN* AB 12

KOSTENFREI

AM 18.10. VON 11-16 UHR
IM CAFÉ INTEGRA
FRIEDHOFSGASSE 6, 14473 POTSDAM

Du bist mehr als nur ein Label.

Du bist mutig, du bist leise, du bist wild, du bist nachdenklich - und das alles ist genau richtig.

Wir suchen Mädchen*, die an unserem regelmäßig stattfindenden Kurs teilnehmen möchten und am 18. Oktober ist eine gute Gelegenheit, einander kennenzuleren.

In unserem kostenlosen Angebot schaffen wir einen Raum, in dem du dich zeigen kannst, wie du bist.

Wir tauchen in unsere Gefühlslandschaften ein und lernen, mit gemeinen Sprüchen umzugehen und finden heraus, wie wir entspannen und Grenzen setzen, damit du so selbstbewusst auftrittst, damit dich keiner mehr übersieht.

Du bist perfekt, so wie du bist!

Was dich erwartet:

- Deine Gefühlslandschaft
- Stärkenanalyse
- Körpersprache-Training & Umgang mit blöden Sprüchen
- Enstpannung und Grenzen setzen
- Gemeinsames Kochen und Tanzen
- Selbstbestimmung gestalten

Inklusive
Materialien, Mittagessen und Snacks

Anmeldung per Mail an training@charoot.de

AWO JUNGE PLATTFORM

AWO Büro KINDER ok MUT

Natalie Simon-Robbins
SELBSTBEHAUPTUNGS- UND RESILIENZTRAINERIN
KINDER-, JUGEND- UND FAMILIENCOACHIN

01520/2012041
www.charoot.de
training@charoot.de
@charoot.insta