

ENTSPANNUNGSWOCHEN

Entspannung ist für jeden wichtig.
Wir lernen wie man sich entspannen kann.
Jeder soll am Ende der Woche
etwas gelernt haben,
was er im Alltag nachmachen kann.

WANN?

Kurs 1 **12.02. – 16.02.2024**

Kurs 2 **03.06. – 07.06.2024**



SOZIALE KOMPETENZEN

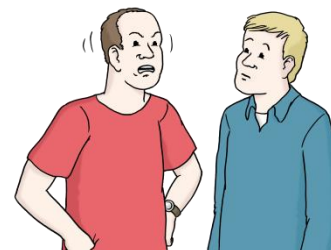
Was bedeutet soziale Kompetenz?
Wie wirke ich auf andere Menschen?
Wie kann man mit anderen
Menschen und sich selbst gut umgehen?
Diese und noch viele andere Fragen klären wir in dieser Woche.



WANN? **19.02. – 23.02.2024**

UMGANG MIT KONFLIKTEN

Manchmal gibt es auf der Arbeit Streit.
Menschen fühlen sich gemobbt.
Das macht uns wütend.
Wir lernen damit umzugehen.



WANN? 26.02. – 01.03.2024

WOCHE DER FRAUEN

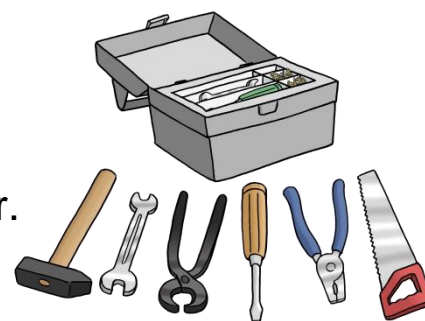
In dieser Woche ist der Weltfrauentag.
Wir sprechen über Dinge die für Frauen wichtig
sind.



WANN? 04.03. – 08.03.2024

KUNST ZUM ANFASSEN

Wir sind kreativ.
Wir stellen Sachen aus Holz, Ton und Stein her.



WANN? 18.03. – 22.03.2024

BREMERHAVEN ERLEBEN

Wir lernen Bremerhaven neu kennen.
Wir machen Ausflüge und sehen uns tolle Sachen in Bremerhaven an.

Wir treffen uns jeden Tag am

Hauptbahnhof.

Man muss alleine Bus fahren können.



WANN?

27.05. - 31.05.2024

HYGIENE

Wir lernen wie man seinen Körper pflegt und sich gesund hält.

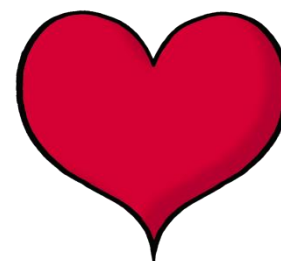


WANN?

29.04. + 30.04.2024

FLIRTTRAINING

Wie lerne ich jemanden kennen.
Wie spreche ich jemanden an den ich gut finde.



WANN?

06.05. - 08.05.2024

MÄNNERGESPRÄCHSKREIS

Wir reden über Dinge die für Männer wichtig sind.

WANN?

Mittwochs 14:00 – 15:00 Uhr



SING MEIN LIED

Wir singen verschiedene Lieder.

Jeder kann singen.

WANN?

Montags 13:00 – 14:00 Uhr



FIT FOR FUN

Wir gehen in die Turnhalle.

Wir machen Sport und halten uns fit.



Dieser Kurs ist leider nicht für Rollstuhlfahrer geeignet.

WANN?

Donnerstags, 14:00 – 15:30 Uhr

WO?

SFL Sporthalle, Mecklenburger Weg 178