



**Kinderhilfswerk**  
Gemeinsam mehr bewirken

© 2024 freepik.com / coolvector



Die Teilnahme ist  
**KOSTENLOS!**

## GRUPPENTHERAPEUTISCHES WOCHENENDE

### „ICH BIN ICH UND FÜHLE MICH WOHL IN MEINEM KÖRPER“

#### Wie hilft dieses Angebot

Gemeinsam mit der Gruppe können die Teilnehmer\*innen Strategien zur langfristigen Verbesserung ihrer Situation erlernen. Unter anderem durch Konfliktlösung, emotionale Unterstützung, Fokus auf körperliche Gesundheit, Stärkung des Selbstwerts und Sinn für Selbstfürsorge. Gruppensitzungen, gemeinsames Kochen und gezielte Auszeiten bieten einen gesunden Rahmen zur Bewältigung von Krisen.

#### Wem hilft dieses Angebot

Mental belasteten Jugendlichen zwischen 12 und 16 Jahren, die z. B. an Depressionen, Angststörungen, Essstörungen, Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörungen Suchterkrankungen oder selbstverletzendem Verhalten leiden.

#### Info

**Wann:** von 28.06.2024 bis 30.06.2024

**Wo:** Jungscharalm Losenstein  
Gschwandtnerberg 5  
4460 Losenstein

#### Anmeldung

E-Mail: [ariane.zach@kinderhilfswerk.at](mailto:ariane.zach@kinderhilfswerk.at)

Anmeldeschluss ist der **10.06.2024**

Weitere Informationen unter:

[www.kinderhilfswerk.at/leistungen/workshops-gruppen](http://www.kinderhilfswerk.at/leistungen/workshops-gruppen)