

Kennenlernen – Wie geht das?

**Ein Workshop für Menschen,
die jemanden kennenlernen möchten.**

- Im Workshop sprechen wir über das Kennenlernen.
- Wir sprechen über Orte,
an denen wir andere Menschen kennenlernen können.
- Wir üben verschiedene Möglichkeiten,
andere Menschen anzusprechen.
- Wir sprechen über Körper-Pflege und Wohlfühlen.
- Wir sprechen über die eigenen Gefühle und Wünsche.
- Wir sprechen über die eigenen Grenzen.
- Wir sprechen auch über die Grenzen von anderen Menschen.
- Wir üben, Nein oder Stopp zu sagen.
- Wir üben auch, ein Nein von anderen Menschen anzunehmen.
- Im Workshop wird viel ausprobiert und geübt.
- Es ist Platz für Fragen.

Der Workshop ist für Menschen ab 16 Jahren.

Die Teilnahme ist freiwillig.

Alle entscheiden selbst über die Teilnahme.

Dauer: 2 mal 2,5 Stunden mit kleiner Pause

Leitung: Team der Fachstelle .hautnah.

Teilnehmer*innen: bis zu 12 Personen, ab 16 Jahren

Anmeldung: 03 13 5 / 56 38 22 3 oder hautnah@alphanova.at

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!