

Neuer Kurs für Menschen zwischen 18 und 35 Jahren:



Sich trauen, andere um Hilfe zu bitten. Sich durchsetzen, wenn man im Recht ist. Die eigenen Grenzen wahrnehmen und deutlich machen. Spüren, was gut tut. Sich spüren.

Anderen achtsam begegnen.

In der Gruppe, spielerisch. Erfahrungsorientiert. Freundlich.

Selbstsicherheits- & Kommunikationstraining (SKT)

Dienstag, 16:00 -17:30 Uhr
(8 Termine, vsl. Start 18.11.25)

Anmeldung & Infos:

KBS Südlicht

 Rudower Str. 27/29, 12351 Berlin

 (030) 32 52 88 - 97 / - 98

@ kbs-neukoelln@ajb-berlin.de

Bei Interesse bitte telefonisch
oder per Mail anmelden 😊