

Kurs für Menschen zwischen 18 und 35:



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
NEUSTART am 18. August 2026

Anmeldung & Infos:

KBS Südlicht



Rudower Str. 27/29, 12351 Berlin



(030) 32 52 88 - 97 / - 98



kbs-neukoelln@ajb-berlin.de

Bei Interesse bitte per Mail
oder telefonisch anmelden ☺