

Stimmung O.K.?

**Kennst du das?
Du und deine
Gedanken voll
oft voll lost?**

*Wie entstehen
eigentlich
Gedanken und
Gefühle?*

*Wie kann
ich selbst
mein Denken und
Fühlen
beeinflussen?*

*Wieso kann
ich nicht
aufhören über
negative
Dinge nach-
zugrübeln?*

jukON

Diakonie 
Leipzig

Stopp mit Google, informiere und erlebe selbst in einer angeleiteten Gruppe, was hilfreich ist!

Anmeldung:
beratungsstelle@
jugendhaus-leipzig.de

Wann:

mittwochs 16.00–18.00 Uhr

Wie oft:

Fünf Wochen in Folge

Für wen:

Jugendliche zwischen 13 und 16 Jahren

Die genauen **Termine findest du Online**
unter: www.jugendhaus-leipzig.de



Wo:

Jugendberatungsstelle jUkON
August-Bebel-Str. 5

Mit wem:

Christian Bieber & Kerstin Fries



Diakonie 
Leipzig

