

... manchmal ist alles zu viel – hier kannst du:

Auftanken

Stress kann ganz unterschiedlich aussehen und unterschiedliche Ursachen haben, aber er wirkt sich negativ auf das Wohlbefinden aus ... im leo kannst du Übungen und Techniken zur Stressregulierung kennenlernen, Kreatives ausprobieren und dich mit anderen austauschen.

Das Angebot ist offen für alle ab 12 Jahren.

Mittwochs

von 15 –16 Uhr im leo

04.06.2025

02.07.2025

16.07.2025

30.07.2025

Christine Neubert

Christine.neubert@elkb.de

0911/619206

ohne Anmeldung

kostenlos

Evang. Stadtteilhaus leo
Kreutzerstr.5
90439 Nürnberg