



SOZIALE-KOMPETENZ-GRUPPE FÜR JUGENDLICHE

Wer: Jugendliche zwischen 13-17 Jahren im Autismus-Spektrum, mit ADHS oder mit sozialen Ängsten und Unsicherheiten

Wann: dienstags ab 06. Oktober 2026

Uhrzeit: jeweils von 16:10-17:40 Uhr

Wo: Lindengasse 5/Tür 6, 1070 Wien

Anzahl: max. 6-8 Personen

Kosten: € 560,- (16 AE á € 35,- an 8 Terminen)

Anmeldeschluss: 11.09.2026

EUER EMOTION&HEALTH TEAM

Telefon: +43 676 4201 635

e-Mail: office@emotionandhealth.at

www.emotionandhealth.at



Du möchtest...

- leichter mit anderen ins Gespräch kommen?
- selbstbewusster auftreten?
- besser mit Stress, Konflikten oder schwierigen Situationen umgehen?
- neue Leute kennenlernen und gemeinsam Spaß haben?

Dann bist du bei unserer Sozialen Kompetenzgruppe genau richtig!

In einer lockeren und wertschätzenden Atmosphäre kannst du:

- deine Stärken entdecken,
- soziale Fähigkeiten trainieren,
- lernen, deine Meinung selbstbewusst zu vertreten,
- den Umgang mit Gefühlen und Konflikten verbessern,
- gemeinsam mit anderen neue Erfahrungen sammeln.

Was erwartet dich?

- spannende Übungen und Spiele
- Gespräche auf Augenhöhe
- praktische Tipps für Schule, Freizeit und Alltag
- Austausch mit anderen Jugendlichen
- jede Menge Spaß – ganz ohne Leistungsdruck

Für wen?

Für Jugendliche, die ihre sozialen Fähigkeiten stärken, mehr Selbstvertrauen gewinnen und sich im Umgang mit anderen sicherer fühlen möchten.

Traue dich – jeder Schritt zählt!

Mach mit und entdecke, was in dir steckt!