

Gefühlsabenteuer

Entdecke deine Superkräfte!

Workshop für Primarschüler*innen

Manche Tage sind absolut genial, an anderen nervt einfach alles oder man fühlt sich plötzlich total unsicher. In diesem Workshop erfährst du, wie du zum Chef oder zur Chefin über dein eigenes Kopfkino wirst.

Gemeinsam finden wir heraus, wie du in stressigen Momenten gelassen bleibst, bei Wut cool reagierst und dir selbst richtig viel zutraust. Du erfährst mit viel Action und Spass, wie du deine innere Stärke aktivierst, wenn es mal ungemütlich wird.



Mittwoch, 23. September 2026

14.00 – 16.00 Uhr

Familienzentrum Bezirk Affoltern

Kosten (inkl. Zvieri)

60.00 CHF / Mitglieder

65.00 CHF / Nichtmitglieder

Leitung

Jeannette Kostelnik

Life Coach bei Reset your Mind

Anmeldeschluss

16. September 2026

Infos &
Anmeldung

