

# Neue Horizonte – Ein Selbstwirksamkeitstraining

## Ein Projekt mit kreativen Angeboten zu Ihren Stärken



In Zusammenarbeit mit dem Teilhabehaus Bonn unterstützen wir Sie in Ihrer Motivation mit Freude und Zuversicht ein persönliches oder berufliches Ziel zu entwickeln und dieses zu verfolgen

### Für wen?

Kunden und Kundinnen des Teilhabehauses Bonn



### Ziele

- Erkennen von Stärken und Kompetenzen
- Stärkung des psychischen und körperlichen Wohlbefindens
- Erleben der eigenen Selbstwirksamkeit
- Gewinn von Handlungssicherheit
- Stärkung der Kommunikationsfähigkeit
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Anbindung an eine Gruppe

### Angebote während der Teilnahme

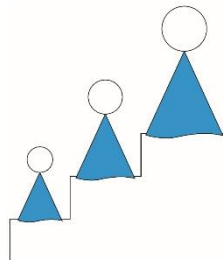
- Individuelle Beratungsgespräche mit sozialpädagogischen und psychologischen Fachkräften
- Essen in Gesellschaft
- Typberatung
- Kreativworkshops: wie z.B. mit Arbeiten mit Tieren, Natur, Holz und Farben, Stoffverarbeitung
- Aktiv und Gesund: wie z.B. durch Bewegung, Ernährung und Entspannung (Yoga und Tanztherapie)
- Selbstwirksamkeitstraining



### Besonderheiten

Die Teilnahme ist vormittags oder nachmittags möglich.

Es handelt sich um feste Gruppen, daher ist ein Wechsel zwischen den Zeiten nach dem Start nicht möglich.



Pro Gruppe gibt es 8 Plätze!

### wann ?

**16.03.23 – 15.09.23**

**Jeweils Montag, Mittwoch und Freitag**

### Teilnahmemöglichkeiten

#### vormittags:

montags, freitags: 09:00h – 12:00h  
mittwochs: 09:00h – 13:00h

#### oder

#### nachmittags:

montags, freitags: 12:30h – 15:30h  
mittwochs: 12:30h – 16:30h

### wo ?

TÜV Rheinland Akademie GmbH,  
Fraunhoferstraße 8, 53121 Bonn

### Individuelle Infotermine

Persönlich nach vorheriger  
Absprache möglich.



Eine Wegbeschreibung zur TÜV Rheinland Akademie finden Sie auf der nächsten Seite.

### Kontakt:

**TÜV Rheinland Akademie GmbH**  
**Gabi Nikolaidis / Alexandra Weimann**  
**Fraunhoferstr. 8**

**53121 Bonn**

**Tel. +49 228 98864-18 / -46**

**Fax +49 228 667639**

**[gabriela.nikolaidis@de.tuv.com](mailto:gabriela.nikolaidis@de.tuv.com)**

**oder**

**[alexandra.weimann@tuv.com](mailto:alexandra.weimann@tuv.com)**

**[www.tuv.com/akademie-bonn](http://www.tuv.com/akademie-bonn)**



# Neue Horizonte – Ein Selbstwirksamkeitstraining

## Ein Projekt mit kreativen Angeboten zu Ihren Stärken



### Wegbeschreibung zur TÜV Rheinland Akademie Bonn

#### Hier findet das Angebot Neue Horizonte statt:

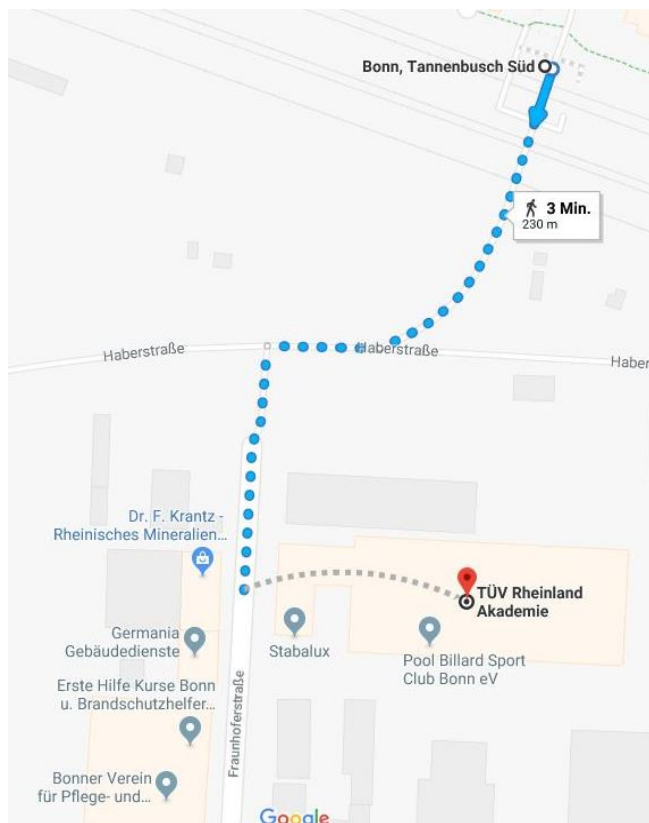
TÜV Rheinland Akademie GmbH

Fraunhoferstr. 8 in 53121 Bonn

Tel.: 0228 / 98864-0 (Verwaltung); Frau Nikolaidis: 0228 / 98864-18

#### So finden Sie uns:

Vom Bonner Bahnhof mit der **Bahnlinie 63 (Bonn, Tannenbusch Mitte)** oder der **Bahnlinie 16 (Köln, Niehl Sebastianstr.)** bis Bonn Tannenbusch Süd (3. Stopp), ab da ca. 3 Min. Fußweg.



Alternativ können Sie auch mit der Linie 18 bis zur Haltestelle Robert-Kirchhoff-Str. oder mit der Linie 601 bis Tannenbusch Süd fahren.

Und hier können wir uns treffen:



Wir freuen uns auf Sie!

