



Kolpingstadt
Kerpen
Der Bürgermeister



Postfachadresse: Kolpingstadt Kerpen - Postfach 2120 - 50151 Kerpen

Hausadresse:

Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 - 88
50170 Kerpen

Für Kinder ab 13 bis 21 Jahre

Fon 02273/5927010

Mobil 015256730962

E-Mail juzesindorf@stadt-kerpen.de

Internet www.juzesindorf.de

WORKSHOP „Wie fühlt sich Stress an & was kann ich dagegen tun?“

Bearbeiter(in)
L. Paduano

Amt
Jugendamt

Abteilung
23.3

Datum
20.08.26

Liebe Jugendliche, liebe Eltern,

Schule, Erwartungen, Social Media, manchmal wird einfach alles zu viel. In diesem Workshop schauen wir gemeinsam, woran du Stress erkennst und was dir wirklich helfen kann, runterzukommen. Und: Du gestaltest dein eigenes Duftsäckchen, als kleines Tool zum Entspannen für zuhause.

Veranstaltungsdetails:

Ort: **Kinder- und Jugendzentrum Sindorf (Ellipse)**
Zielgruppe: **Jugendliche ab 13 bis 21 Jahre**
Dauer: **17:00 – 20:00 Uhr**
Datum: **23.06.2026**
Anmeldeschluss: **22.06.2026**
Kosten: **KOSTENLOS**

Angebot: Workshop „Wie fühlt sich Stress an & was kann ich dagegen tun?“

Name des Kindes:

Name des/der Erziehungsberechtigten:

Geburtsdatum des Kindes:

Notfall-Telefon-Nr. (bitte auch ggfs. Dienstnummer angeben):

Ort, Datum.....Unterschrift.....

Bankverbindung des Jugendzentrums Sindorf:
Kreissparkasse Köln, Konto 162 012 431, BLZ 370 502 99
IBAN: DE27 3705 0299 0162 0124 31 SWIFT-BIC: COKS DE33
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE42ZZZ00000097086

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr.
Mi. Queertreff

13.30 – 20.00 Uhr
17.00 – 20:00 Uhr