

JUTHU

Ein Gruppenangebot für Jugendliche der OS
Ein Angebot der Kantonalen Erziehungsberatung Thun

Ziele: Unterstützung in den Bereichen *emotionale Selbstregulation* und *Autonomieentwicklung*.
Kennenlernen und Einüben verschiedener Entspannungstechniken.

Zielgruppe: Jugendliche der Oberstufe, Raum Thun/Spiez/Interlaken

Gruppengrösse: 5-9 TeilnehmerInnen

Das Angebot richtet sich an Jugendliche der OS, die bereit sind:

- ✓ sich unter Anleitung und Begleitung
- ✓ in einer Gruppe Gleichaltriger
- ✓ über verschiedene entwicklungsrelevante Themen auszutauschen
- ✓ und Entspannungstechniken kennenzulernen.

Ort: Erziehungsberatung Thun, Scheibenstrasse 11c, 3600 Thun

Gruppentermine:

- Dienstag, 21.04.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 28.04.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 05.05.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 12.05.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 19.05.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 26.05.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 02.06.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 09.06.2026, 17.30-18.45 Uhr
- Dienstag, 08.09.2026 (Follow-up), 17.30-18.45 Uhr

Unkostenbeitrag: 30 CHF

Unfallversicherung: in Verantwortung der Eltern

Leitung: Johanna Vogt
M.Sc. Psychologin, dipl. Erziehungsberaterin-Schulpsychologin

Stéfanie Mayer
M.Sc. Psychologin, dipl. Erziehungsberaterin-Schulpsychologin

Bei Interesse melden Sie sich bitte vor Ort beim Sekretariat oder via Mail eb.thun@be.ch
Gerne laden wir Sie zu einem Vorgespräch ein.