lambda::nord
Der lesbisch schwule bi trans* inter* queere Jugendverband

vielfalt.SH

Mein Weg. Meine Ausbildung.
Meine Grenzen.



Dein Mental-Health-Koffer für Schule, Beruf und Ehrenamt!

(JuLeiCa-) Fortbildungsseminar* |
04. Dezember 2026 | Hafen der Akzeptanz Husum |
Teil 1: 10:00-14:00 Uhr (Grundlagen, autobiografische Arbeit)
Teil 2: 15:00-18:00 Uhr (praktische Umsetzung / Vertiefung)

Kostenlos!

Verbindliche Anmeldung:
Email: dg@vielfalt.sh
bis zum 3. Dez. 2026
Nur 12 Plätze pro Teil verfügbar!
(danach auf Warteliste)

Kontakt und Veranstaltung:
Danny Glaß – Hafen der Akzeptanz
(vielfalt.SH e.V. und lambda::nord e.V.)
0152 37690503, dg@vielfalt.sh

Hafen der Akzeptanz c./o. die Linke NF,
Norderstraße 27, 25813 Husum

** Mit dieser Fortbildung kannst du dir 7 Zeitstunden für deine JuLeiCa anrechnen lassen! :)*

In Cooperation mit dem Bundesnetzwerk: VOICE UP! by DKJS

Gefördert durch: Kreisjugendring Nordfriesland

lambda::nord
Der lesbisch schwule bi trans* inter* queere Jugendverband

vielfalt.SH

Mein Weg. Meine Ausbildung. Meine Grenzen.

Dein Mental-Health-Koffer für Schule, Beruf und Ehrenamt!

(JuLeiCa-) Fortbildungsseminar* | 04. Dezember 2026
Teil 1: 10:00-14:00, Teil 2: 15:00-18:00 Uhr | Hafen der Akzeptanz Husum

Dein Schulabschluss steht bevor, du bist in einer Ausbildung oder engagierst dich ehrenamtlich und fragst dich, welches Arbeitsumfeld zu dir passt und **wo deine Grenzen liegen**?

In unserem Seminar beschäftigen wir uns mit mentaler Gesundheit, persönlichen Bedürfnissen und den Herausforderungen in Schule, Beruf und Ehrenamt. Wir schauen, was uns **stärkt**, was **belastet** und wie wir Überforderung **erkennen** können.



Das Herzstück: Dein persönlicher Mental-Health-Koffer!

Du sammelst **Strategien, Ressourcen, persönliche Grenzen, Unterstützungsangebote und Methoden**, die dich auch nach dem Seminar im Alltag, Beruf und Ehrenamt begleiten.

Kurzgesagt: Wir schaffen Bewusstsein und Achtsamkeit für UNS und ANDERE!

Das Seminar richtet sich an: 16-27 Jährige, queere*/ neurodivergente Menschen, Haupt-/Ehrenamtliche und Interessierte an Mental Health, Selbstfürsorge, Awareness und Vielfalt!

MELDET EUCH gerne an,
wenn auch nicht alles zutrifft!

Teil 1:
Grundlagen Awareness, autobiografische Arbeit zum Thema Lebenswelten, Systemerkennung und Identifizierung verschiedener Handlungsfelder

Teil 2:
Theorie/Praxis Anteile im Kontext Kinder-/Jugendhilfe, Fachwissen zu Queer und Neurodivergenz, Mental-Health-Koffer bezogene Arbeit, (JuLeiCa-) Fallbeispiele in der Praxis*

Das wird dir geboten:

- Safer Space für deine Erfahrungen
- Einblicke in queere* und neurodivergente Lebenswelten
- Einblicke in ehrenamtliche Arbeit
- Erfahrungs-Berichte
- Neue Gedanken und Impulse durch Fach-/Vorträge
- empowernde Gruppengespräche
- Selbstreflexionsmethoden
- persönlicher „Mental Health Koffer“
- Teilnahmebescheinigung
- 7 Zeitstunden zur Verlängerung der JuLeiCa!
- Netzwerken mit einer der größten NGOs Deutschlandweit!
- Einblicke in Teilhabe- und Demokratiearbeit vom DKJS Jugendnetzwerk!

Du bekommst keine:

- Berufsberatung oder Berufsorientierung
- Gruppen- / Therapie
- Vorurteile oder Druck
- Diskriminierung

Verbindliche Anmeldung:
Email: dg@vielfalt.sh bis zum 3. Dez. 2026
Nur 12 Plätze pro Teil verfügbar!
(danach auf Warteliste)

Kontakt und Veranstaltung:
Danny Glaß – Hafen der Akzeptanz
(vielfalt.SH e.V. und lambda::nord e.V.)
0152 37690503
dg@vielfalt.sh

Hafen der Akzeptanz c./o. die Linke NF -
Norderstraße 27, 25813 Husum

** Mit dieser Fortbildung kannst du dir 7 Zeitstunden für deine JuLeiCa anrechnen lassen! :)*

In Cooperation mit dem Bundesnetzwerk: VOICE UP! by DKJS

Gefördert durch: Kreisjugendring Nordfriesland