

# Starke Seele - Starkes Herz

## Gemeinschaft tut gut!

Vertieft wird

- die Fähigkeit, die Zusammenhänge des Lebens zu verstehen
- die Überzeugung zu stärken, dass man das eigene Leben gestalten kann
- die Anforderungen des Lebens als Herausforderung zu verstehen, für die es sich lohnt, zu kämpfen und mit vorhandenen Ressourcen zu bewältigen

### 1. Tag: HERZLICH WILLKOMMEN

Anreise zum Mittagessen.

### 2. Tag:

Mit Spaß im Spiel wird das Bewusstsein sowie das aktuelle Wissen aller Teilnehmer\*innen erfasst und die Bedeutsamkeit des sozialen Umgangs miteinander und die Auswirkungen auf die Gesundheit jedes Einzelnen veranschaulicht. Anhand von kurzweiligen Gruppenaktionen wird jedem - zum Erkennen von individuellen und gemeinsamen Stärken - geistiges und körperliches Geschick abverlangt.

### 3. Tag: FRUSTRATION - NICHT MIT UNS!

Wir kommunizieren und konzentrieren uns auf unsere Stärken. Durch Timing, Mut und gegenseitige Motivation werden die Stärken aller Teilnehmer\*innen gestärkt und Schwächen geschwächt. Lustige, sportliche Aktionen begleiten uns durch den heutigen Tag. Außerdem werden in anspruchsvollen Kooperationsaufgaben Planungsfähigkeit, gegenseitiges Vertrauen sowie Frustrationstoleranz gefordert und gefördert.

### 4. Tag: DIE GRUPPE FÄNGT DICH AUF - UND ZWAR JEDEN

Halteübungen wie das Balancieren über ein Seil, gehalten durch den Rest der Gruppe, fallen nicht allen auf Anhieb leicht. Vertiefende Übungen zur Vertrauensstärkung unterstützen nicht nur das Vertrauen in die Gruppe, sondern auch in sich selbst. Die Konzentration und Geduld der Gruppe führt hier zum Ziel und gemeinsamen Erfolg. Bei aller nötigen Ernsthaftigkeit kommt der gemeinsame Spaß aber auch heute nicht zu kurz.

### 5. Tag: BIS ZUM NÄCHSTEN MAL

Abreise nach dem Frühstück.

## ALLGEMEINE HINWEISE

### Eignung für Personen mit Mobilitätseinschränkungen

Bei entsprechend verfügbaren Kapazitäten bemüht sich der Reiseveranstalter darum, die gewünschten Reiseleistungen auch Gästen mit Mobilitätseinschränkungen anzubieten. Bitte kontaktiert hierzu die Jugendherberge und teilt genaue Angaben über die Personenzahl sowie über Art und Umfang der Mobilitätseinschränkungen der betreffenden Teilnehmer\*innen mit.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittskostenversicherung.

Onlineversion des Angebots: [www.jugendherberge.de/reisen/kl4483](http://www.jugendherberge.de/reisen/kl4483)

## Leistungen

- ✓ 4 Übernachtungen mit Vollpension
- ✓ 18 Std. erlebnispädagogisches Programm mit dem Team von Interakteam GmbH

## Termine & Preise

01. 01. 2024 - 31. 12. 2024

- 👉 4 Übernachtungen mit Vollpension, Bett / en im Mehrbettzimmer  
319,00 € pro Person

## Teilnehmerzahl

Mindestens 20 Teilnehmer

Höchstens 80 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.

## Information & Buchung:

Jugendherberge Hameln,  
Fischbecker Str. 33  
31785 Hameln

☎ +49 5151 3425  
✉ [hameln@jugendherberge.de](mailto:hameln@jugendherberge.de)

## Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Hannover e.V.  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 1  
30169 Hannover

☎ +49 511 16402-22  
✉ [service-hannover@jugendherberge.de](mailto:service-hannover@jugendherberge.de)