



Vil du blive klogere på dig selv og konflikthåndtering?

Vær med, når Ungdommens Røde Kors holder workshop om, hvordan du klarer konflikter i hverdagen blandt venner, i klubben eller i skolen.

Sammen med andre unge får du gennem sjove og lærerige rollespil, lege og øvelser træning i konflikthåndtering. Du skal ikke vide noget om konflikthåndtering i forvejen, du skal bare være klar på at deltage, have det sjovt og lære noget nyt.

Workshoppen er gratis og foregår over seks aftener af ca. 2½ times varighed pr. gang. Der er gratis mad og drikke hver gang. Workshoppen afholdes af unge frivillige fra Ungdommens Røde Kors, som er trænedede i at undervise i konflikthåndtering for unge.

Det får du ud af det:

- ✓ Du lærer, hvad konflikter er, og hvordan du kan løse dem i hverdagen
- ✓ Du får viden om, hvad der trigger dig, så du kan undgå vold og konflikt
- ✓ Du får et diplom, som du kan bruge, når du skal søge arbejde eller uddannelse
- ✓ Du får prøvet dig selv af, og du lærer noget om dig selv
- ✓ Du møder andre unge, der er med i workshoppen – det er sjovt og hyggeligt at være med!

**"Jeg har lært at udtrykke mig bedre og sætte ord på mine følelser.
Det var både sjovt og lærerigt - og godt med øvelser, man
kunne mærke på egen krop"**

- Deltager i workshop

**"Jeg lærte at forsvare mig selv med dialog. Og jeg lærte,
hvor stærke ord kan være i forhold til det fysiske."**

- Deltager i workshop

Tør du tage udfordringen op?

Så kontakt personen, du fik flyeren af, eller klik ind på urk.dk/gademægling