

Healthy Camps

Stark für Schule, Beruf & seelische Gesundheit

Verbindung von Berufsorientierung, Resilienzförderung und Gesundheitskompetenz



Kontaktperson

Susanna Clever

Steubenstraße 21
75172 Pforzheim

📞 07231 28097-38

📞 0160 96308556

✉️ [Nachricht senden](#)

Viele Jugendliche stehen heute unter starkem Druck – Leistungsanforderungen, Zukunftsängste, Berufsentscheidungen und persönliche Belastungen wirken gleichzeitig. Hier ist es wichtig frühzeitig und präventiv anzusetzen. Die gelernten Inhalte sollen trainiert und langfristig beibehalten werden, damit ein positiver Effekt entsteht.

„Healthy Camps“ setzt genau hier an

- › Förderung der seelischen Gesundheit
- › Stärkung von Resilienz und Selbstvertrauen
- › Unterstützung bei der Berufsorientierung
- › Vorbeugung von Schul- und Ausbildungsabbrüchen

Zielgruppen

- › Schülerinnen und Schüler ab Klasse 7
- › Jugendliche in der Phase der beruflichen Orientierung
- › Schülerinnen und Schüler, die zusätzliche Unterstützung brauchen

Was passiert im Healthy Camp

Ein „Healthy Camp“ besteht aus 3 Kompakt-Vormittagen + einem Follow-up-Termin:

Berufliche Orientierung

- › Eigene Stärken, Interessen & Fähigkeiten entdecken
- › Einblicke in Berufe und Ausbildungswege
- › Realistische Perspektiven entwickeln
- › Nutzung moderner Methoden (z. B. digitale Tools, KI-gestützte Berufsfindung)

Seelische Gesundheit & Resilienz

- › Umgang mit Stress & Leistungsdruck

- › Achtsamkeit, Selbstfürsorge & Entspannung
- › Stärkung des Selbstwertgefühls
- › Soziale Kompetenzen & Teamfähigkeit
- › Wissen: Wo bekomme ich Hilfe, wenn es mir oder anderen nicht gut geht?

Soziales Lernen

- › Klassenklima stärken
- › Kommunikation & Konfliktlösung
- › Wertschätzender Umgang miteinander

Follow-up-Termin (nach ca. 3 Monaten)

- › Reflexion der Inhalte
- › Blick auf persönliche Ziele und Fortschritte
- › Auffrischung der Resilienz-Strategien
- › Individuelle Unterstützung bei Bedarf

Wird angeboten in

› Pforzheim

Kofinanziert vom Ministerium für Soziales, Arbeit und Gesundheit Baden-Württemberg und der Europäischen Union und dem Jobcenter Pforzheim..

Kofinanziert vom Ministerium für
Soziales, Arbeit und Gesundheit
Baden-Württemberg

