



# ACHTSAMKEIT – GUT FÜR MICH, GUT FÜR DICH

Nach über zwei Jahren ist es wieder soweit: Der AK Prävention lädt Sie am 06.06.2024 herzlich zu seinem 20. Fachtag mit dem Titel »Achtsamkeit – Gut für mich, gut für Dich« ein.

Dieser Arbeitskreis besteht nun seit über 20 Jahren als Zusammenschluss Duisburger Institutionen, die Prävention in ganz unterschiedlicher Form anbieten. Mit dieser Veranstaltung möchten wir Sie einladen, die Vielfältigkeit unseres Netzwerkes näher kennen zu lernen und sich dem Thema »Achtsamkeit« aus verschiedenen Perspektiven zu nähern - mit dem Blick auf sich selbst und/oder auf die Kinder und Jugendlichen.

Die Bandbreite der Arbeit mit dieser Zielgruppe findet sich auch in dem Seminarangebot unserer Veranstaltung wieder: Sie haben die Wahl aus sechs verschiedenen Themenblöcken und können sich je ein Seminar für den Vormittag und ein Seminar für den Nachmittag aussuchen.

In der einstündigen Mittagspause haben Sie genügend Zeit für Ihr leibliches Wohl zu sorgen und miteinander ins Gespräch zu kommen. In dieser Zeit präsentiert sich der Arbeitskreis zudem mit dem »Markt der Möglichkeiten«.

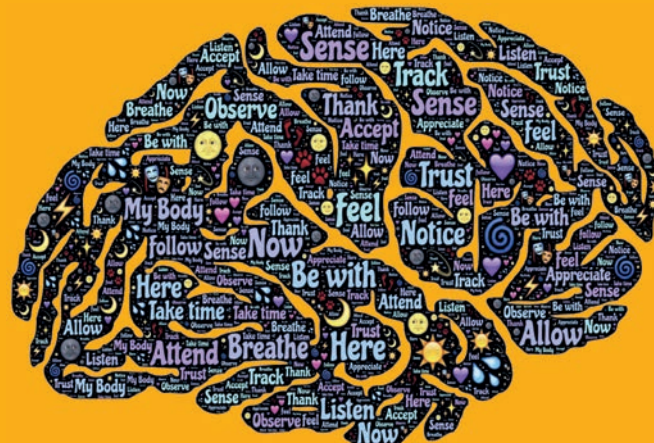
## TAGUNGSABLAUF

- 9:00 Uhr  
Ankunft, Check-in
- 9:30 Uhr  
Tagungseröffnung, Einführung in das Thema
- 10:00– 12:00 Uhr  
Workshop-Phase
- 12:00 Uhr  
Mittagspause  
Markt der Möglichkeiten
- 13:00– 15:00 Uhr  
Workshop-Phase
- 15:15 Uhr  
Abschlussplenum
- 16:00 Uhr  
Tagungsende

## SEMINARANGEBOT

Seminarbeschreibungen finden Sie im Internet unter: [www.duisburg.de/fachtagung-ak-praevention](http://www.duisburg.de/fachtagung-ak-praevention).

- Mit Achtsamkeit: Sichere (Schul-)Wege aus der Gewalt  
Polizei, KK Kriminalprävention und Opferschutz
- Mit Achtsamkeit (eigene) Grenzen wahrnehmen und setzen  
Frauenberatungsstelle Duisburg
- Mit Konflikten in der Schule achtsam umgehen  
Schulpsychologische Beratungsstelle
- Digitale Achtsamkeit vs. Achtsamkeit digital?  
Suchthilfeverbund Duisburg e.V.
- Was bedeutet geschlechterreflektiertes Arbeiten mit Kindern u. Jugendlichen?  
Jungs e.V. und Mabilda e.V.



- Achtsamer Blick auf die sexuelle Gesundheit  
AIDS-Hilfe Duisburg/Kreis Wesel e.V. und Gesundheitsamt

BITTE WENDEN!