

## Familienfreizeit 06.06.-10.06.2025, Programmübersicht (kann sich, je nach Situation und Bedarfen, noch ändern)

Ungefähre Zeiten	06.06.2025	07.06.2025	08.06.2025	09.06.2025	10.06.2025
<b>8:30 -10:00 Uhr</b>	/	Frühstück und freie Zeit für die Familien	Frühstück und freie Zeit für die Familien	Frühstück und freie Zeit für die Familien	Frühstück und freie Zeit für die Familien
<b>10:00-12:00 Uhr</b>	/	Gruppeneinheit: Einführung Stresskompetenzen und -management	Gruppeneinheit: Umgang mit Konflikten, Erkennen eigener Blockaden und Lösungsansätze	Gruppeneinheit: Regenerationsstrategien	Abschlussrunde und Reflektion
<b>12:00-14:00 Uhr</b>	/	Mittagspause und freie Zeit für die Familien	Mittagspause und freie Zeit für die Familien	Mittagspause und freie Zeit für die Familien	Aufräumen und Abreise
<b>14:00-16:00 Uhr</b>	/	Angebot Einzelcoaching	Spaziergang und Minigolf mit der Gruppe	Freie Zeit als Familie	/
<b>16:00-18:00 Uhr</b>	16 Uhr Anreise und Ankommen 16:45 Uhr Erstes Zusammenkommen und Einführung	Geführte Wattwanderung mit der Gruppe	Gruppeneinheit: Achtsamkeit  und bei Bedarf Angebot Einzelcoaching	Angebot Einzelcoaching	/
<b>18:00-19:30 Uhr</b>	Abendessen und freie Zeit für die Familien	Abendessen und freie Zeit für die Familien	Abendessen und freie Zeit für die Familien	Abendessen und freie Zeit für die Familien	/
<b>Ab 19:30 Uhr</b>	Kleiner Spaziergang, um gemeinsam die Gegend zu erkunden	Gemeinsame Abendveranstaltung/ freie Zeit für die Familie	Gemeinsame Abendveranstaltung/ freie Zeit für die Familie	Gemeinsame Abendveranstaltung/ freie Zeit für die Familie	/