

OFFLINE HEROES

– MUT ZUM ECHTEN LEBEN

DEUTSCH-POLNISCHE BEGEGNUNG



**31. Januar – 7.
Februar 2026**

Wie viel echtes Leben steckt im analogen Alltag? Bei unserer deutsch-polnischen Jugendbegegnung erleben wir eine Woche lang, wie sich Achtsamkeit, analoges Erleben und digitaler Alltag neu verbinden lassen. In Workshops, Outdoor-Aktionen und Austauschformaten finden wir heraus, wie wir Stress besser bewältigen, digitale Ablenkungen reduzieren und unser Wohlbefinden stärken können. Dich erwarten kreative Methoden, praktische Übungen und inspirierende Gespräche.



Bildungsstätte HochDrei,
Holzmarktstraße 11/12,
14467 Potsdam



Jugendliche, die in Deutschland oder Polen leben, 14-18 Jahre



- Kosten: 100 Euro (du kannst den Beitrag nicht bezahlen? Melde dich bei uns, alle können mitmachen!)
- Kosten enthalten: Übernachtung, Verpflegung, Programm
- Übernachtung in den Gästezimmern unserer Bildungsstätte
- Gefördert durch Erasmus+ und das Ministerium für Bildung, Jugend und Sport

Anmeldung & weitere Infos

bildung@hochdrei.org | www.hochdrei.org
Ansprechperson: Anku Religa
Tel: 0331 5813 237
Signal/WhatsApp: 0152 29394858



instagram: hochdrei_potsdam

facebook: hoch.drei.5



Co-funded by
the European Union

BILDEN UND
BEGEGNEN MIT
HOCH³