

# EN GOD BALANCE

## – Temadag om perfektionisme

Metodistkirkens Børne- og Ungdomsarbejde indbyd er til en temadag om perfektionisme. Alle er velkomne, især unge fra 7. klasse og op til gymnasiet. Aften kommer til at handle om en god balance og perfektionskulturen.



*Hvordan er det egentlig at være ung i dagens Danmark? Hvordan påvirker de sociale medier ungdommen, og hvordan kan vi sammen ændre "perfektionskulturen"?*

Det vil psykolog og stifter af girltalk.dk - en online rådgivningsside og chatforum for piger **Anne Bjerre** give sit svar på. Herefter **vil Rikke Nielsen** tale om, hvordan man kan tackle modgang og uindfrie forventninger til sig selv og til livet? Siden Rikke Nielsen stoppede sin karriere som professionel håndboldspiller har hun sammen med sin datter skabt et håndboldhold for udviklingshæmmede, så de gennem håndbolden opnår en følelse af succes og vindermentalitet. Det er altafgørende for handicappede børn, at de får en tro på dem selv, selvom de er mere udfordret end andre. Det kan vi alle sammen lære noget af.



### Tid, sted og pris:

Arrangementet finder sted torsdag den 17. maj kl. 19.00-21.30 i Strandby Metodistkirke, Strandvej 36, 9970 (Indgang fra Snerlevej). Det koster 50kr. pr. person.

### Program:

fra kl 18.00 Hygge med bål, pølser og sodavand

kl. 19.00 Velkomst

kl. 19.15 Anna Bjerre

kl. 20.15 kaffepause

kl. 20.30 Rikke Nielsen

kl. 21.30 Afslutning og godnat