

MENTALE SELBSTVERTEIDIGUNG

mit Michael Stahl

Stark im Herzen, im Geist und im Alltag.
Ein Aktivtraining, das dein Auftreten verändert.

WER

Junge Erwachsene

WANN

Sonntag, 20. September 2026 | 16:00 – 17:30 Uhr

WO

Viva Kirche Amriswil

KOSTEN

Kostenlos



Wie reagierst du in herausfordernden Situationen? Wie kannst du durch dein Auftreten und deine Haltung dich selbst und andere besser schützen?

In Zusammenarbeit mit dem DEPO3 bietet die Fachstelle für junge Erwachsene ein exklusives Aktivtraining an. Michael Stahl nimmt uns mit in seine Welt: Durch packende Geschichten aus seinem Leben und viele praktische, kleine Übungen lernst du, mental unschlagbar zu werden.

«Jeder Mensch ist wertvoll – unabhängig von Leistung, Vergangenheit oder äusserem Erfolg.»

ÜBER MICHAEL STAHL

Michael Stahl ist Speaker, Autor und Coach mit dem Schwerpunkt auf Resilienz, Selbstwert und Gewaltprävention. Bekannt wurde er unter anderem als Bodyguard für prominente Persönlichkeiten, bevor er sich seiner heutigen Mission widmete: Menschen stark zu machen.

DATUM & ZEIT

Sonntag, 20. September 2026, 16:00 – 17:30 Uhr

ORT

Viva Kirche Amriswil, Sandbreitestrasse 1, 8580 Amriswil

LEITUNG

Dave Ohnemus und Steff Keller

KOSTEN

Kostenlos (Anmeldung erforderlich)

ANMELDESCHLUSS

Samstag, 19. September 2026

Melde dich jetzt an und sicher dir deinen Platz!



Fragen? Schreib an: steff.keller@evang-tg.ch

Veranstalter: DEPO3 & Fachstelle junge Erwachsene