



Peer-Projekt der
Dualen Hochschule Sachsen



MUT, DER VERBINDET.

Anderen helfen und Hilfe erhalten – auf Augenhöhe, in entspannter Stimmung und mit echter Empathie. Werde MutMate!

ZUHÖREN!

Du weißt, wie es sich anfühlt, wenn es einem nicht gut geht. Als MutMate bist du einfach da und hörst auf Augenhöhe zu.



MITGESTALTEN!

Deine Stimme und Erfahrung zählen. Du hilfst aktiv mit, die Hilfsstrukturen so zu formen, dass sie Jugendliche optimal erreichen.



WACHSEN!

In Workshops lernst du wertvolle Methoden zur Selbstfürsorge und Kommunikation, die dich lebenslang begleiten.



GEMEINSCHAFT!

Triff Jugendliche, die eine ähnliche Lebensgeschichte haben wie du. Tauscht euch vertrauensvoll aus und habt gemeinsam Spaß.



JETZT SCANNEN UND INFORMIEREN!

Erfahre jetzt alles über das Peer-Projekt und finde heraus, wie du mitmachen kannst.

Oder unter: www.mutmates.de