



AEB

arbeitskreis eltern behinderter EO  
associazione genitori di persone in situazione di handicap ODV

## Einladung zum Vortrag Hilfreiche Strategien, wenn meine Gedanken sorgenvoll um meine Kinder kreisen



Prot. 3505/EC/EZ/Bozen, 03.10.2023

Datum:	<b>Freitag, 20. Oktober 2023</b> (20:00 – 22:00 Uhr)
Ort:	Jugendhaus Kassianum, Brunogasse 2, 39042 Brixen (Seminarraum Nr. 5)
Inhalt:	Wie oft entgleiten unsere Gedanken aus dem Alltag, hin zu dem was uns besorgt, was wir befürchten... anstatt innerlich auch da zu sein, wo wir wirklich sind. Die Kraft liegt in der Gestaltung des Jetzt. Daraus entwerfen wir das morgen und das übermorgen. Gefangen in unseren Gedanken - so wie wir das oft fühlen - entwerfen wir Szenarien, die sich nicht gut anfühlen, von Unsicherheiten, Ängsten und Befürchtungen geprägt sind. Gerade wenn wir Kinder mit besonderen Bedürfnissen begleiten, erscheint es besonders schwierig gute Gedanken zu denken, unsere Kinder in ihrer Kraft und ihrem Wesen wahrzunehmen. Gerade weil sie uns so nahestehen, wir sie lieben, wollen wir das Beste ... und dafür mühen wir uns ab - ohne ausreichend gut auf uns selbst zu schauen. Im Vortrag hören sie, wie sie ihre Gedanken erkennen, stoppen und "umlenken" können und dadurch für sich und auch ihre Kinder positive Energien bereiten.
Referentin:	<b>Dr. Marlene Kranebitter</b> (Psychologin, Präsidentin der Notfallseelsorge und Direktorin der Gastgewerbeschule in Bruneck)
Anmeldetermin:	Telefonisch (0471/289100), per E-Mail <a href="mailto:info@a-eb.net">info@a-eb.net</a> oder per WhatsApp (375/5351866) <b>binnen 16.10.2023</b>
Kostenbeitrag:	<b>€ 5,00/Person</b> - zu zahlen vor Ort

Wir freuen uns über eine zahlreiche Teilnahme an dieser Veranstaltung und grüßen freundlichst.



AEB

ARBEITSKREIS ELTERN BEHINDERTER EO  
Die Präsidentin – Angelika Stampfl

AEB2023/Projekte/Versch. Tag./Hilfreiche Strategien

AEB – arbeitskreis eltern behinderter EO – associazione genitori di persone in situazione di handicap ODV  
39100 Bozen / Bolzano – G. Galileistrasse 4/A Via G. Galilei – tel +39 / 0471 289100  
e-mail: [info@a-eb.net](mailto:info@a-eb.net) – internet: [www.a-eb.net](http://www.a-eb.net)

StNr. / Cod. fisc. 80024700215 – Raika / Cassa Rurale IBAN: IT 56 9 08081 1 1601 000301057171 – Post c/c n. 11724390