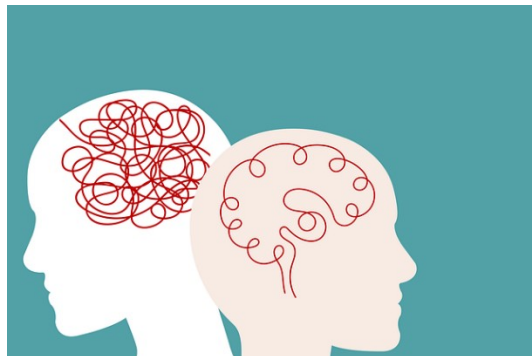




AEB

Aktive Eltern von Menschen mit Behinderung VFG  
Genitori attivi per l'inclusione delle persone con disabilità APS

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



Bozen, 20.12.2023

Datum:	<b>Freitag, 26. Jänner 2024 (19:30 – 21:30 Uhr)</b>
Ort:	<b>Tagesstätte Pastor Angelicus (Speisesaal) Dante-Alighieri-Straße 34, 39012 Meran</b>
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. Heike Torggler (Psychologin)</b>
Anmeldetermin:	Mittels beiliegenden Anmeldeformular <b>binnen 22.01.2024</b> per E-Mail <a href="mailto:info@a-eb.net">info@a-eb.net</a> oder per WhatsApp (375/5351866) oder online: <a href="https://a-eb.org/vortrag-hilfreiche-strategien-wenn-meine-gedanken-sorgenvoll-um-meine-kinder-kreisen/">https://a-eb.org/vortrag-hilfreiche-strategien-wenn-meine-gedanken-sorgenvoll-um-meine-kinder-kreisen/</a>
Kostenbeitrag:	<b>€ 20,00/Person für AEB-Mitglieder</b> <b>€ 25,00/Person für NICHT AEB-Mitglieder</b> Post: IBAN IT66I0760111600000011724390 Bank: IBAN IT56Y0808111601000301057171 Begünstigter: AEB-Aktive Eltern von Menschen mit Behinderung VFG Zahlungsgrund: Gedanken steuern

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



AEB2024/Projekte/Versch. Tag./Hilfreiche Strategie

**AEB**  
AKTIVE ELTERN VON MENSCHEN MIT BEHINDERUNG VFG  
Die Präsidentin – Angelika Stampfl