



INFORMATION UND KONTAKT

ASTRID LINDGREN ZENTRUM

Breitenfurter Straße 401-413/1/R02
1230 Wien
T/F: +43 1 887 40 53
office@astrid-lindgren-zentrum.at
www.astrid-lindgren-zentrum.at

BANKVERBINDUNG
Bank Austria
IBAN: AT25 1200 0100 0868 0786
BIC: BKAUATWW

WOHLFÜHL- WERKSTATT

AUFBLÜHEN

IM ASTRID LINDGREN ZENTRUM

„Wenn das Herz nur warm ist und schlägt, wie es schlagen soll, dann friert man nicht.“
(Pippi Langstrumpf)



ANMELDUNG

Hiermit melde ich

Name:

Vorname:

Geb.datum:

Adresse:

Telefon:

Notfallkontakt (Name/Tel.):

E-Mail:

bitte beachten:

zur **WOHLFÜHL-WERKSTATT AUFBLÜHEN** verbindlich an.

Mit meiner/unsere(r) Unterschrift bestätige/n ich/wir die Datenschutzgrundverordnung, die Teilnahmebedingungen, die Hausordnung und die allgemeinen Geschäftsbedingungen des Astrid Lindgren Zentrums (s. www.astrid-lindgren-zentrum.at) zur Kenntnis genommen und akzeptiert zu haben.

Ort, Datum

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r

WAS MACHEN WIR?

Jede/r kann aufblühen! Wenn es stressig ist und manchmal nicht alles nach Plan läuft, kommt das Gefühl der Unzufriedenheit. Die Positive Psychologie kennt dafür einige Methoden, die eigene Resilienz und eine positive Grundstimmung im Leben zu stärken. Nach kurzen Impulsreferaten zur Positiven Psychologie erproben wir praktische Übungen, durch die wir uns selbst besser kennen lernen und dadurch den Selbstwert stärken, was zu einem positiven Lebensgefühl führen kann. Am Ende jeder Einheit gibt es eine kurze Reflexionsrunde, in der die Erfahrungen und Erkenntnisse ausgetauscht werden können.

WER KANN MITMACHEN?

Kinder und Erwachsene von 6-99 Jahren.

WANN FINDET'S STATT?

Mittwochs an 3 Terminen (9.10.2019, 20.11.2019, 29.1.2020) von 17 Uhr bis 18.30 Uhr.

WER MACHT'S?

Evelyne Weber MA BEd., Pädagogin im Astrid Lindgren Zentrum, zertifizierte Positive Psychologie-Anwenderin.

WAS KOSTET'S?

3 Einheiten á 90 Minuten: 90 Euro inklusive Materialkosten.