

Der
**Thüringer Landesverband
Psychiatrie-Erfahrener
e.V.**

lädt ein



Thüringer Landesverband
Psychiatrie-Erfahrener e.V.

Der Weg zum Glücklichen:
„Heute ist mein schöner Tag!“

Mit seinem **„Glücks-Fachtag“** lockt der
TLPE e.V. in diesem Jahr alle Interessierten
am **12.04.2019** von **10:00 Uhr** bis **15:00 Uhr**

in das

**Trägerwerk Soziale Dienste
Raum Erfurt
Tungerstraße 9
99099 Erfurt**

Voraussichtlicher Programmablauf:

10:00 Uhr:

Begrüßung durch Edith Handschuh (*Vorstandsvorsitzende des TLPE e.V.*)

10:15 Uhr:

Vortrag von Frau Prof. Dr. Dr. Constanze Winkelmann mit anschließender Frage- und Diskussionsrunde

12:30 Uhr:

Mittagspause (auf dem Mittagstisch gibt es einen leckeren Glücks-Eintopf, welche die Küche des TWSD speziell für uns zubereitet)

13:30 Uhr:

Vortrag von Antje Görnhardt mit anschließender Frage und Diskussionsrunde zum Thema

15:00 Uhr: Ende der Veranstaltung

ab 10:15 Uhr:

Der TLPE e.V. konnte
Frau Prof. Dr. Dr. Constance Winkelmann,
unter anderem Trainerin für wertschätzende
Kommunikation sowie ihren geschätzten
Assistenten Toni (Boston-Terrier namens Antonio Costello von St. Aaken)
dazu begeistern, den TLPE-Glücksfachtag am 12.04.2019
zu bereichern.

Nur so viel: Dank eines Experimentes erschuf die Vielbeschäftigte einen schönen problemfreien Tag zum Leben, der von ihr selbst im Arbeitsalltag integriert worden ist. An diesem Tag erledigt sie nur Arbeitsaufgaben, an denen sie besonders viel Freude hat und die nicht ständig Probleme assoziieren. Das sorgte dann erstmal für Wirbel, gewohnte Muster wurden „gestört“, Kollegen waren verstört. Systemirritation bringt eine Chance auf Veränderung, Umdenken kann auch glücklich machen.

**ab 12:30 Uhr
gibt es lecker Glücks-Eintopf:**

Dem Glück auf der Spur....

2 EL Olivenöl – 1 rote Zwiebel – 2 Knoblauchzehen –
600ml Wasser – 1 Süßkartoffel in Würfel schneiden –
5 Strauchtomaten – 3 Lorbeerblätter – 1/2 rote Chili –
1 TL Kreuzkümmel – 1 Prise Cayennepfeffer –
1 kleine Zucchini – 1 Dose Kichererbsen (abgespült) –
Koriandergrün zum Garnieren.

Was sich hier wie ein Rezept liest, ist auch eines: afrikanischer Süßkartoffel-Eintopf. Ein Glücks-Rezept seit Generationen in Afrika, zu diesem Essen werden alle Freunde und Familienangehörige eingeladen, es wird genossen, geredet, gelacht, gefeiert. Wir konnten unsere engagierte Küchenchefin, Frau Dreser, vom Tagungsort gewinnen, unseren Glückstags-Teilnehmern dieses Essen zum Glücks-Tag zu servieren.

Guten Appetit!!!

ab 13:30 Uhr:

Unsere zweite Referentin heisst
Antje Görnhardt,

sie ist auch eine Frau, die was zu sagen hat.
Als Betroffene hat sie ohne Medikamente und
Psychiatrien ihren Weg zu innerer Freiheit gefunden.
Es dauerte etliche Jahre, bedurfte viel Ausdauer, Geduld,
Disziplin, Willen und Energie – last but not least, der eigenverantwortlichen, finanziellen Investition – mit Erfolg.

Die junge, 39-jährige Bankkauffrau und Diplom-Betriebswirtin für Gesundheitsmanagement, kann wieder spontan lachen – nicht nur für den wichtigsten Menschen in ihrem Leben, ihre kleine Tochter - ein großes Glück.

Glückskatze Joy

Ich habe eine Glückskatze im Arm,
die spinnt Glücksfäden.
Glückskatze, Glückskatze,
schaff mir der Dinge drei:
schaff einen goldenen Ring herbei,
der mir sagt, dass ich glücklich bin;
schaff mir einen Spiegel herbei,
der mir sagt, dass ich schön bin,
schaff mir einen Fächer,
der meine quälenden Gedanken kühlt.
Glückskatze, Glückskatze,
spinn mir noch ein wenig Zukunft!



Anmeldung

bis zum 08.04.2019

Aus organisatorischen Gründen bitten wir Sie, Ihre Teilnahme bis zum 08.04.2019 bei uns anzumelden.

Sie erreichen uns auf folgende Weise:

Telefon: 0361 2658433
Fax: 0361 26584350
Mail: buero@tlpe.de
per Post an: TLPE e.V.
Ammertalweg 7
99086 Erfurt

oder über das Onlineformular auf unserer Internetseite.

Hiermit bestätige ich meine Teilnahme am Fachtag
„Glück - heute ist mein schöner Tag“

Name: _____

Vorname: _____

Organisation: _____

Anzahl Teilnehmer: _____

Die Teilnahmegebühr von 15 Euro (für Mitglieder des TLPE e.V.) bzw. 20 Euro (für Nichtmitglieder)

- bezahle ich am Veranstaltungstag (12.04.2019) in bar ()
- überweise ich vorab ()
- bezahle ich gegen Rechnung (nur nach Absprache) ()

Wir danken für die freundliche Unterstützung durch:

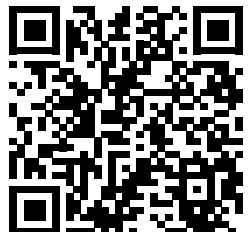
Bank für Sozialwirtschaft:

IBAN:

DE59 8602 0500 0001 4262 00

BIC:

BFSWDE33LPZ



Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.