

## IMPULS-REFERAT:

### Schlüssel zum Glückhsein – mach mehr aus dir und deinem Leben!

An diesem Abend erfährt man auf lebhaft Art und Weise interessante Aspekte aus der Glücksforschung und der Positiven Psychologie.



Die Positive Psychologie befasst sich mit dem, was das Leben lebenswert macht. Sie sucht nach Strategien, die dazu beitragen, Stärken zu entwickeln, die Zufriedenheit zu erhöhen und ein optimales Wachstum zu ermöglichen. Dabei geht es in der Positiven Psychologie nicht darum, die negativen Gefühle zu unterdrücken. Es geht vielmehr darum, den Blickwinkel auf das zu richten, was gelingt. Dies trägt nebst der Betrachtung der negativen Aspekte im Leben massgeblich dazu bei, dass es einem besser geht.

Priska Flury gibt inspirierende Impulse zur Steigerung der eigenen Lebenszufriedenheit mit Wirkung auf das gesamte Umfeld. Sie zeigt auf, wie der Fokus auf das Positive im Leben gelingt. Sie spornt an, die Türen für das Gute, Schöne und Gelingende zu öffnen, das Leben aktiv zu steuern und eine Aufwärtsspirale in Gang zu setzen. Es braucht wenig, um eine Wirkung zu erzielen. Bei sich selbst, in der Familie, in der Ehe, in Beziehungen, im schulischen Kontext, in der Freizeit oder im Arbeitsumfeld.

Der Abend ist nicht nur informativ und lehrreich, sondern auch unterhaltsam und anregend. Priska Flury sprüht vor Freude und hat sich zum Lebensziel gesetzt, andere Menschen zu inspirieren.

Zielgruppe:

Alle, die offen für inspirierende Ideen sind: Singles, Paare, Eltern, Lehrpersonen, Selbständige, Arbeitnehmer\*innen und Arbeitgeber\*innen.

Referentin:

Priska Flury, Keynotespeakerin, Impulsgeberin, Lerncoach, Sozialpädagogin

<b>Datum:</b>	<b>Dienstag, 21. November 2023</b>
<b>Zeit:</b>	19h00 – ca. 20h00
<b>Ort:</b>	Ökumenisches Kirchenzentrum Dorfstrasse 21, 5420 Ehrendingen
<b>Kosten:</b>	CHF 10.- für Mitglieder CHF 15.- für Nichtmitglieder
<b>Anmeldung:</b>	keine Anmeldung erforderlich