

**Anmeldung**  
Bitte melden Sie sich bis zum 04.10.2018 an.

**Anfahrt**  
Jugend- und Bildungshaus St. Antonius  
Antoniusstr. 3, 73249 Wernau,  
Telefon 0 71 53 93 81-10

Anfahrt mit PKW: Von Esslingen B 10,  
bei Plochingen auf die B313, nächste  
Abfahrt Wernau. Von Nürtingen B313  
Richtung Esslingen, Abfahrt Wernau.  
Dann: Richtung Zentrum, 1. Ampelkreuzung  
links Richtung Plochingen, nach 250 m links.  
Anfahrt per Bahn: Bahnhof Wernau, 10 min  
Fußweg stadtauswärts Richtung Neckar

**Veranstalter**  
Die Seminarreihe Wernau ist eine Veranstaltung  
der Psychosozialen Beratungs- und Behandlungs-  
stelle für Suchtgefährdete und Suchtkranke Nürtin-  
gen. Die Tagung findet in Zusammenarbeit mit der  
Psychosozialen Beratungs- und Behandlungsstelle  
für Suchtgefährdete und Suchtkranke Esslingen  
statt.

**Kontakt**  
Psychosoziale Beratungsstelle  
Ina Eberhardt-Wagner und Gunther Wöllenstein  
Hauptstelle Nürtingen  
Kirchstraße 17  
72622 Nürtingen  
Telefon 0711 3902 48484  
Telefax 0711 3902 58337  
info@suchtberatung-nuertingen.de

### Einladung Seminarreihe Wernau

Freitag 19.10.2018, 19:00 Uhr - 21:00 Uhr  
und Samstag 20.10.2018, 9:00 Uhr bis 15:30 Uhr  
Jugend- und Bildungshaus St. Antonius in Wernau



Hinweis zum Datenschutz gemäß Art. 13 Daten-  
schutz-Grundverordnung (DSGVO):

Für die Organisation und Durchführung der  
Seminarreihe Wernau werden Ihre Daten von uns  
verarbeitet. Rechtsgrundlage hierfür ist Art.6 Abs.  
1 lit. a DSGVO.

Empfänger Ihrer personenbezogenen Daten sind  
die Beschäftigten der Psychosozialen Beratungs-  
stelle.

Weitere Informationen über die Verarbeitung  
Ihrer Daten und Ihre Rechte bei der Verarbeitung  
dieser Daten können im Internet unter  
www.landkreis-esslingen.de, Datenschutzerklärung,  
abgerufen werden. Ein Informationsblatt  
liegt in der PSB aus.

Bitte Postkarte abtrennen  
und bis zum 04.10.2018  
zurücksenden,  
oder per Fax an die Nummer  
0 71 1 3902 58337

### Anmeldung

- nur für den Vortrag am Freitag, 19.10.2018
- für das Seminar 19.-20.10.2018

Herr  Frau

Vorname

Nachname

Straße, Hausnummer

PLZ

Ort

Telefon, E-Mail

Selbsthilfegruppe

Unterschrift

## Vortrag

### Thema:

Wird die Welt schlechter? Wie sich unsere Wahrnehmung auf Lebensgefühl und Gesundheit auswirkt.

### Referent:

Gunther Wöllenstein, PSB Nürtingen

### Klimakatastrophe, Flüchtlinge, Kriege:

Wir werden überhäuft von schlechten Nachrichten. Die Zukunft der Menschheit scheint düster. Das wirkt sich auf unser alltägliches Lebensgefühl aus. Es verstärkt den in uns allen angelegten Pessimismus.

Kann eine negative Wahrnehmung der Welt zur Depression führen? In der Therapie wird der Einzelne befähigt, dagegen zu halten, das Positive zu sehen, sich nicht unterkriegen zu lassen, sondern aus innerer Stärke und Selbstbewusstsein depressive Stimmungen zu besiegen.

Gunther Wöllenstein packt das Thema diesmal von einer politischen und historischen Seite an. Er wird versuchen, Studien über die Entwicklung der Menschen einfach und begreifbar darzustellen.

Seine These: Objektiv betrachtet geht es der Menschheit immer besser. Wenn ich das akzeptiere, verändert sich unser aller Lebensgefühl. Wir sehen neue Entwicklungen nicht mehr so pessimistisch, sondern lernen, dahinter das Positive zu sehen.

Unter einer Bedingung: Man darf keine Sucht entwickeln, denn dann beginnt das Denken, sich im (Teufels-) Kreis zu drehen.

Am Samstag bearbeiten wir das Thema dann wieder in Kleingruppen. Hier geht es darum, aus den persönlichen Lebenserfahrungen Schlussfolgerungen zu ziehen.

Man kann sich wieder nur für den Vortrag am Freitag oder zur Vertiefung in Kleingruppen zusätzlich für Samstag anmelden.

Ina Eberhardt-Wagner und Gunther Wöllenstein

## Programm

### Freitag

19:00 Uhr Vortrag : Wird die Welt schlechter?  
bis dazwischen 15 Min Pause mit Tee  
und Brezeln

21:00 Uhr

### Samstag

9:00 Uhr Arbeitsgruppen  
bis dazwischen Pause mit Kaffee und  
Brezel

12:30 Mittagessen

13:30 Uhr Fortsetzung  
bis

15:00 Uhr Ausklang bei Kaffee und Kuchen

15:30 Uhr Ende

### Veranstaltungsort

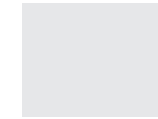
Jugend- und Bildungshaus St. Antonius  
Antoniusstr. 3, 73249 Wernau,  
Telefon 07153 3001-0

### Termin und Dauer

Freitag, 19.10.2018, 19:00 - 21:00 Uhr  
Samstag, 20.10.2018, 9:00 - 15:30 Uhr

### Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Mitglieder der Selbsthilfegruppen, ist aber auch für langjährig Abstinente interessant. Für die Teilnahme ist eine stabile Abstinenz erforderlich. Ebenso herzlich eingeladen sind Angehörige.



Antwort

PSB Nürtingen  
Kirchstraße 17  
72622 Nürtingen

Landkreis  
Esslingen

