

# Glücksbringer

## Ein Projekt der Quartiersarbeit im AWO Bezirksverband Ober- und Mittelfranken e.V.

2020 hat uns vor besondere Herausforderungen und unseren Alltag auf den Kopf gestellt: Masken tragen, Abstand halten und Kontakte meiden. Viele Dinge, die uns selbstverständlich erschienen, wurden eingeschränkt. Sei es ein spontanes Kaffeetrinken mit Freunden, ein schneller Besuch der Nachbarin, ein Kino-Besuch, ...!

Wir verzichten auf viele bereichernde Dinge. Die Unsicherheit über das Virus und die immer neuen gesetzlichen Regelungen erschweren den Alltag oft.

Umso wichtiger ist es, gerade in dieser verrückten Zeit und dem Trubel, bewusst den Fokus auf Positives und Schönes zu lenken.

Der **Glücksbringer** will Sie dabei unterstützen. Denn auch in schwierigen, aufregenden Zeiten, gibt es Glücksmomente, schöne Erinnerungen und mutmachende Begegnungen.

### Wie funktioniert es?

Einmal wöchentlich bekommen Sie den **Glücksbringer** kostenfrei nach Hause gemailt. (Falls Sie keine Mails empfangen können, melden Sie sich bitte trotzdem. Wir werden eine Lösung finden.)

Der **Glücksbringer** besteht immer aus drei Teilen:

**Ankommen:** Ein kurzer, wöchentlich wechselnder Impuls möchte Sie zum Nachdenken anregen.

**Wochenübersicht:** Hier wird Ihnen die kurze Wochenaufgabe vorgestellt. Sie können Ihre Woche strukturieren, grob organisieren und sich Ziele stecken.

**Wochenreflexion:** Lassen Sie die Woche Revue passieren. Die Reflexion möchte Ihnen helfen, die Woche und Aufgabe abzuschließen, Erkenntnisse zu sammeln und strukturiert in die neue Woche zu starten.

### Sie wollen es probieren? Jederzeit!

Melden Sie sich ganz unverbindlich beim AWO Stadtteilprojekt für den **Glücksbringer** an. Sie können sich natürlich auch jeder Zeit wieder abmelden.

Wir freuen uns auf Sie und dass wir gemeinsam in Zeiten von Corona ein Zeichen für Hoffnung, Mut und Positives setzen können!

#### Kontakt, Information und Anmeldung:

AWO Stadtteilprojekt Erlangen-Büchenbach  
Frank Steigner, Projektkoordinator  
AWO Sozialzentrum Erlangen  
Tel.: 09131 307-102  
frank.steigner@awo-omf.de



Stadtteilprojekt  
Erlangen-Büchenbach

Hinweise zum Datenschutz finden Sie unter:  
<https://www.awo-omf.de/datenschutz.html>