



## Kurs 3

# Auf Schatzsuche im eigenen Leben

### Beschreibung:

Bei der Schatzsuche im eigenen Leben geht es darum, mit Methoden aus der sogenannten Biografie-Arbeit Ressourcen, Schätze, Erinnerungen, Erlebnisse, Stärken, aber auch Wünsche und Träume im eigenen Leben zu entdecken und sich dann auch darüber auszutauschen, wobei jede/r natürlich selbst bestimmt, was die anderen von ihm/ihr Wissen dürfen (und ob überhaupt). Dabei versuchen wir, nicht nur den Kopf anzusprechen, sondern auch Symbole und Bilder einzusetzen.

Wer den Eindruck hat, dass da im eigenen Leben keine Schätze zu entdecken sind, ist herzlich eingeladen einfach einmal so zu tun, als ob da etwas wäre, und zu schauen, was passiert...

### Kursdaten zur Auswahl

**01. Juni oder 21. September 2024**, jeweils 09:00 bis 13:00 Uhr

### Kursort

Kurszentrum OdA Gesundheit und Soziales Thurgau  
Marktplatz 1, 8570 Weinfelden

### Kurskosten

CHF 100.- pro Personen und pro Workshop  
CHF 40.- für Sozialhilfe- und IV- Beziehende

Falls die Finanzierung ein Hinderungsgrund ist, um den Kurs zu besuchen, melden Sie sich bitte unter [kurse@recoverycollege-ostschweiz.ch](mailto:kurse@recoverycollege-ostschweiz.ch)

### Kursleitung

Kristina Grafström, Katholische psychiatrische Seelsorgerin  
Sevérina Kümín, Genesungsbegleiterin / Peer EX IN; SVEB 1

### Anmeldung

Direkt unter [kurse@recoverycollege-ostschweiz.ch](mailto:kurse@recoverycollege-ostschweiz.ch)