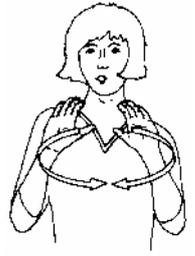




# Kommunikationsforum Augsburg

Selbsthilfegruppe  
im Gehörlosenverein Augsburg e.V.



★ Treffpunkt für Gehörlose, Ertaubte, Schwerhörige und Hörende ★ Diskussionen ★ Informationen ★

Das Kommunikationsforum (KOFO) lädt ein:

**Informationsabend** (mit Gebärdensprachdolmetscherinnen)  
für Gehörlose, Ertaubte, Schwerhörige und Hörende

**Donnerstag, 4. Dez. 2008, von 19.30 bis 22.00 Uhr** (Einlass 19:00 Uhr)  
im Zeughaus, 1.Stock "Reichlesaal", Zeugplatz 4, Augsburg-Stadtmitte

Thema:

## „Innerer Schweinehund“



Bildquelle: [http://www.55plus-magazin.net/uploads/medium/diabetessessel\\_gustav.jpg](http://www.55plus-magazin.net/uploads/medium/diabetessessel_gustav.jpg)

### Wie kann ich meinen inneren Schweinehund besiegen?

Musstet Ihr euch schon einmal überwinden? Zum Arbeiten, Aufräumen, Abnehmen oder Joggen? Dann kennt Ihr sicherlich diese innere „Stimme“: „Streng dich nicht an!“ sagt sie uns. Oder: „Warum jetzt, mach das doch morgen!“. Diese Stimme kommt von dem inneren Schweinehund in unserem Kopf.

Um unsere Ziele zu erreichen, wollen wir dieses Psycho-Tier oft bekämpfen oder austricksen. **Aber wie???** Unsere Referentin **Frau Hudak** (h) erklärt uns, wie wir mit unserem inneren Schweinehund am besten damit umgehen und wie wir ihn austricksen können.

Eintritt: **EUR 3,50**

Vorschau:

Fr., 06. März 2009: **Klimawandel bzw. Globale Erwärmung**

Kontakt:

Kerstin Mackevicius, Fax: (0821) 3 49 34 59, eMail: [kofo.augsburg@a-city.de](mailto:kofo.augsburg@a-city.de),  
Internet: [www.kofo-augsburg.seko-bayern.org](http://www.kofo-augsburg.seko-bayern.org)