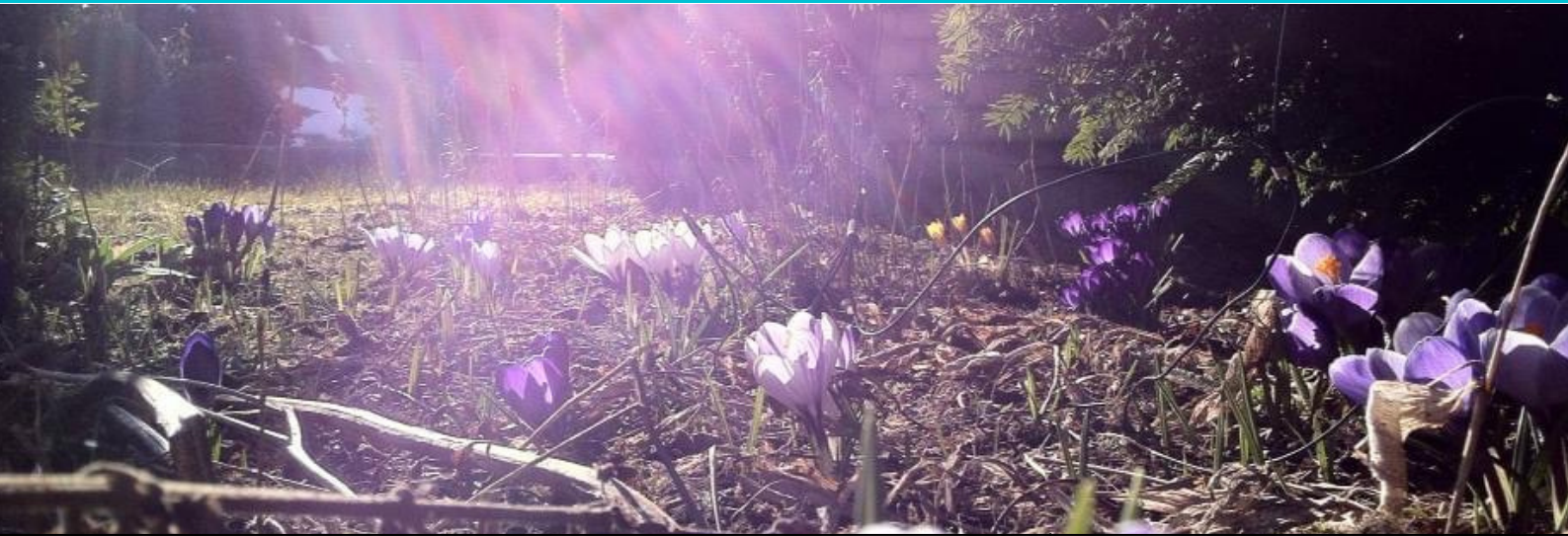


FAMILIENBÜRO



Es ist so weit - die Spiele-Trolleys können kostenfrei ausgeliehen werden!

Das Familienbüro hat drei Trolleys mit verschiedenen Spielsachen, Büchern und Kuscheltieren zusammengestellt und diese nach Alter sortiert. Dieses Angebot, welches für alle TU Angehörigen gilt, wurde von der Stabstelle Gleichstellung gefördert.

Es gibt nun je einen Trolley von 0-3 Jahren, 3-6 Jahren und 6-10 Jahren.

Um Ihnen die optimalsten Ausleihzeiten zu ermöglichen, hat sich die TU Bibliothek bereit erklärt, das Familienbüro zu unterstützen. **Vielen lieben Dank an die Kolleg*innen der TUB, die diese Extra-Aufgabe zum Nutzen Aller übernehmen!** Wie können Sie im Bedarfsfall diese Spiele-Trolleys ausleihen? Lesen Sie [hier](#).

Impuls: Wie reden Sie eigentlich mit ... sich?

"Auf Dauer nimmt Deine Seele die Farben Deiner Gedanken an" (Marc Aurel)

Hauen Sie sich auch manchmal vor den Kopf und sagen/denken "Himmel, wie blöd bin ich eigentlich, dass ich das schon wieder vergessen habe?"

Und auch wenn es schon fast nebenbei passiert - Ihr Hirn hört mit, merkt sich das und bietet Ihnen in der Folge immer wieder Gedanken solcher Art an.

Ihrem Selbstbild zu liebe könnten Sie es mit einem abgewandelten Satz versuchen.

"Ich stelle fest ich bin grad vergesslich, was brauche ich damit sich das verbessert? Einen Spaziergang, Wasser, Ruhe oder ein Notizblock?"

Der Trauer begegnen - Online Veranstaltung am 12.04. 10-11:30

Da Trauer nicht erst mit dem Tod, sondern bereits mit der Erwartung an einen bevorstehenden Verlust einhergeht, begleitet sie unser Leben - nicht nur zu Hause, sondern ebenfalls auf der Arbeit.

Welche Erfahrungen haben Sie mit dem Umgang von Sterben und Tod an Ihrem Arbeitsplatz gesammelt? Rücksichtsloses Wegschauen, überdimensionale Fürsorge oder vielleicht genau das richtige Maß an Wertschätzung und Empathie?

Die Veranstaltung zeigt zum einen Facetten von Trauer auf, zum anderen lädt sie ein, sich über Wünsche und Bedürfnisse im Umgang mit Trauer am Arbeitsplatz auszutauschen.

Neue Ideen und Impulse, wie das Erleben von Abschiedssituationen positiv gelingen kann, werden aufgezeigt.

Mehr Informationen und die Möglichkeit sich hierfür zu registrieren finden Sie [hier](#)

Wussten Sie schon, dass es für TU Angehörige ein Eltern-Kind-Arbeitszimmer gibt?

- KITA spontan geschlossen?
- Ihr Kind fühlt sich nicht und Sie wollen es lieber nicht in die KITA geben?
- Die Person, die Ihr Kind betreuen sollte, kurzfristig absagt?
- Sie haben eine Gastdozentin oder einen Gastdozenten eingeladen und diese(r) kommt mit Kind und einer Begleitperson, so können auch diese den Raum nutzen.

Sie haben jetzt die Möglichkeit das Eltern-Kind-Arbeitszimmer im Geb. G zu buchen. Mehr Informationen dazu finden Sie [hier](#).

Vielen Dank an die Kolleg*innen aus dem Bereich Raumbuchung!



Save the date

*Hochschulübergreifende Veranstaltung:
Internationaler Tag der Familie
am 23.5.2023*

Wir hoffen in Kürze einen Vortrag zum Thema **Demenz** anbieten zu können.

Gibt es weitere lebensphasenbasierte Themen, die Sie interessieren? Lassen Sie es mich wissen!

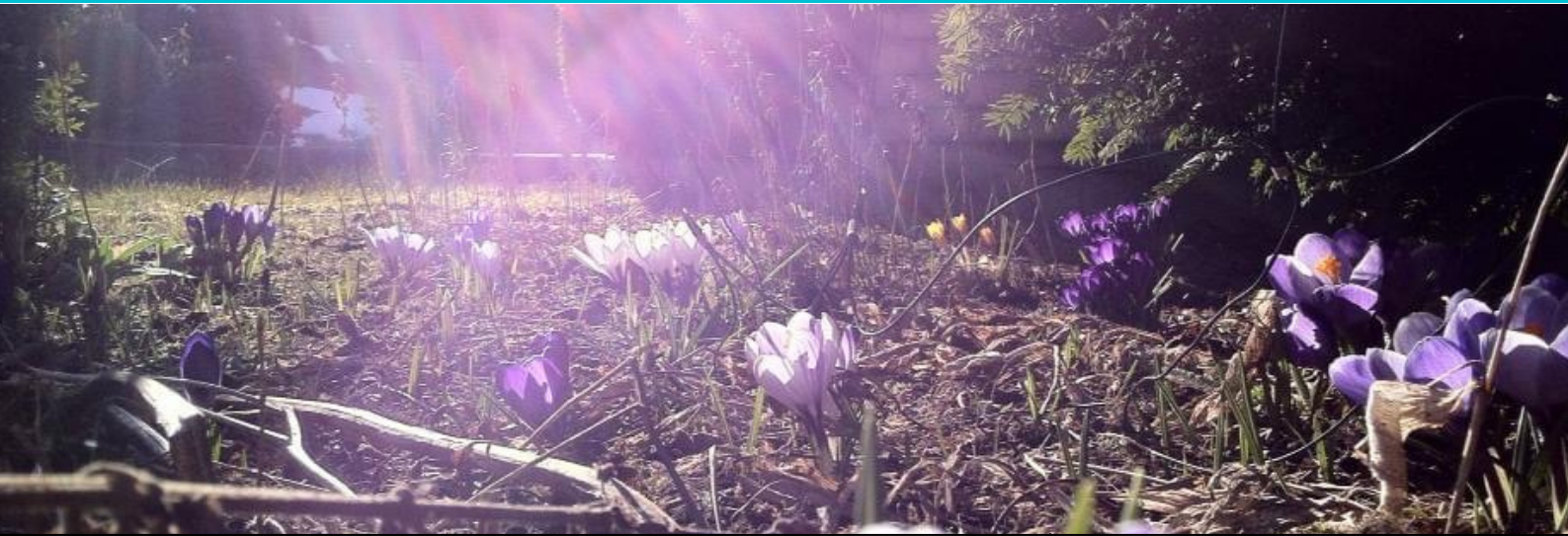


„Wie du keine Reflexion in kochendem Wasser erkennen kannst, kannst du die Wahrheit nicht wütend erkennen. Mit der Ruhe kommt die Klarheit.“

(Meister Oogway)

SCHAUEN SIE AUCH GERNE MAL AUF DIE SEITE DES FAMILIENBÜROS

FAMILIENBÜRO



The time has come - the game trolleys can be borrowed free of charge!

The Family Office has put together three trolleys with various toys, books and cuddly toys and sorted them by age. This offer, which applies to all TU members, was funded by the Equality Office.

There is now one trolley each for 0-3 years, 3-6 years and 6-10 years.

In order to provide you with the best possible borrowing times, the TU Library has agreed to support the Family Office. **Many thanks to the colleagues of the TUB who take on this extra task for the benefit of all!** How can you borrow these game trolleys if you need them? Read [here](#).

Impulse: How do you actually talk to ... yourself?

"In the long run, your soul takes on the colours of your thoughts" (Marcus Aurelius).

Do you also sometimes hit yourself in the head and say/think " Heaven, how stupid am I to have forgotten that again?"

And even if it happens almost in passing - your brain is listening in, makes a note of it and subsequently offers you thoughts of this kind again and again.

For the sake of your self-image, you could try a modified sentence.

"I realise that I am forgetful at the moment, what do I need to improve this? A walk, water, rest or a notepad?"

Facing Grief - Online Event on 12.04. 10-11:30 a.m.

Since grief does not only accompany death, but already the anticipation of an imminent loss, it accompanies our lives - not only at home, but also at work.

What experiences have you had with dealing with dying and death at your workplace? Reckless looking away, oversized care or perhaps just the right amount of appreciation and empathy?

On the one hand, the event shows facets of mourning, on the other hand it invites to exchange wishes and needs in dealing with mourning at the workplace.

New ideas and impulses on how to experience farewell situations in a positive way will be presented.

More information and the possibility to register for this event can be found [here](#)

Did you know that there is a parent-child workroom for TU members?

- Kindergarten spontaneously closed?
- Your child is not feeling well and you would rather not put him/her in the Kindergarten?
- The person who was supposed to look after your child cancels at short notice?
- You have invited a guest lecturer and they are coming with your child and an accompanying person, so they can also use the room.

You now have the possibility to book the parent-child workroom in building G. You can find more information [here](#).

Many thanks to the colleagues from the room booking area!



Save the date

Cross-university event: International Family Day on May 23, 2023

We hope to be able to offer a lecture on dementia shortly.

Are there other life-phase-based topics that interest you? Please let me know!



"Just as you cannot see a reflection in boiling water, you cannot see the truth angry. With calm comes clarity."

(Meister Oogway)

[PLEASE ALSO HAVE A LOOK AT THE PAGE OF THE FAMILY OFFICE](#)