

Pressemitteilung

16. März 2023

Pressemitteilung und Presseinvitation zum Weltglückstag in der Mannheimer
Abendakademie

Dem Glück auf der Spur

Zum Weltglückstag am 20. März gibt es zahlreiche Aktionen und Kurse im ganzen Haus der Abendakademie

Schwein gehabt und den richtigen Frosch geküsst? Zwischen „Glück gehabt“ und „glücklich sein“ können Welten liegen. Was ist das Glück, das uns warm werden lässt ums Herz, das sich so wohligh und kuschelig anfühlt? Es ist ein subjektives Gefühl, das wir uns alle wünschen. Wir sind beständig auf der Suche danach. Zum einen geht es um die Gefühlslage im Moment: Sind wir jetzt gerade in dieser Minute glücklich? Da gibt es im Tagesdurchschnitt viele ups and downs. Oder aber das Wohlbefinden, das den Grad der Zufriedenheit mit dem Leben beschreibt. Eine Abwägung, zwischen dem, was man will und dem, was man hat.

Die gute Nachricht: Wir können lernen, glücklich zu sein. Wege dahin gibt es viele. Und Kurse im Programm der Mannheimer Abendakademie helfen bei der Suche nach dem passenden Glücksweg.

Am **20. März** geht es jedenfalls im Haus der Abendakademie richtig glücklich zu: Im Foyer gibt es beispielsweise die Mitmach-Aktionen Glücksbringer gestalten oder sich auf der Glückstafel zu verewigen. Gleichzeitig findet im Foyer bereits ab 13:00 Uhr der **Ramadan-Markt** statt, veranstaltet von Fouzia Hammoud. Dort gibt es kulinarische Köstlichkeiten, Schmuck und Kleider aus dem Orient. Viele Dinge, die ebenfalls glücklich machen und auf den bevorstehenden Ramadan vorbereiten. Die Mannheimer Abendakademie versteht sich als offenes Haus und öffnet gerne die Türen für Freunde aus aller Welt.

Singen macht glücklich – die Mitsing-Karaoke am Abend

Zum Mitmachen und Mitsingen laden ab 19:00 Uhr die Sängerin Jeanette Giese und der Musiker Peter Moss ein. Bei dieser Karaoke-Nummer steht der Spaß im Vordergrund und Mitsingen kann jeder, der einfach Lust dazu hat. Außerdem bietet die Abendakademie an diesem Tag Kurse zum Thema „Lachyoga“ an, den Kochkurs „Süßes Glück im Glas“, den Meditationskurs „Glücklich mit dem Neumond- Manifestiere Deine Wünsche“ sowie die Sprachkurse „Happy Talk“, „Parla allegramente“ und „Hablar con felicidad“ – dieses und vieles mehr findet man im Kursprogramm unter www.abendakademie-mannheim.de

Die Mannheimer Abendakademie zählt zu den ältesten und größten Volkshochschulen Deutschlands. Als öffentliche Bildungseinrichtung ermöglicht sie lebensbegleitendes Lernen und bietet Bildungsangebote für alle Menschen. Sie fördert Teilhabe und Integration und steht für Vielfalt und individuelle Persönlichkeitsentwicklung. Von Gesellschaft und Politik über Karriere und Beruf, Kultur, Gesundheit sowie Tanz und Lebensart bildet die Mannheimer Abendakademie ein breit gefächertes Portfolio für Menschen in nahezu allen Lebenslagen ab.

Marketing und Kommunikation ▪ Frauke Kühnl, Leitung Kommunikation
E-Mail f.kuehnl@abendakademie-mannheim.de ▪ Tel. 0621 1076-253
Mobil: 0049 1575 191 1424

Mannheimer Abendakademie ▪ U 1, 16 - 19 ▪ 68161 Mannheim
Tel. 0621 1076-150 ▪ www.abendakademie-mannheim.de