ghört u gseh

DER FRAUENTALK

... WEIL DU ES WERT BIST!

23. APRIL 2026 – 19.15 UHR

... WEIL DU ES WERT BIST!

23. APRIL 2026 - 19.15 UHR

Thema
Selbstfürsorge – ein viel gehörtes Thema in unserer Zeit und doch oft so schwierig, es auszuleben.
Wir werden zusammen entdecken, wie wir dies praktisch in unserem Alltag umsetzen können.
Wir werden uns mit Glaubenssätzen beschäftigen, die an uns prallen, uns geprägt und oft unser Sein und Handeln beeinflussen.
Wir haben das Vorrecht, Gestalter unseres Lebens sein zu dürfen.
Mutig & fröhlich dürfen wir mit Verantwortung darin unterwegs sein.

Was erwartet dich
Der Frauentalk beginnt um 19.15 Uhr mit einem leichten Apéro.
Dann wird uns Therese Spreng mit ins Thema der Selbstfürsorge nehmen. Wie können wir gut für uns selber sorgen, damit das Leben leichter werden kann?
Therese leitet zusammen mit ihrem Mann das Coachingkompetenzzentrum in Grünenmatt. Sie ist dipl. Coach SCA und betriebliche Mentorin, führt Coachinglehrgänge durch und begleitet Menschen in Einzel- & Gruppengesprächen.

Wann
Donnerstag 23. April 2026
Türöffnung und Apéro 19.15 Uhr
Referat 19.45 Uhr

Wo
Träffpunkt EGW Weier
Affolternstrasse 24
3462 Weier im Emmental

Eintritt
CHF 20.-
CHF 10.- Studierende, IV, AHV
(bitte passend mitbringen, TWINT nicht möglich)

Infos & Anmeldung
www.derfrauentalk.ch