

Jahresprogramm 2019

Samstag, 19. Januar 2019

Jeannette Wicki-Breitinger, Betriebswirtschafterin HFW,
dipl. systemischer Coach und Achtsamkeitslehrerin (MBSR)

«Achtsamkeit – mehr als nur ein Modewort?!»

Stress ohne Ende! Stress raubt Lebensfreude und belastet uns. Eigentlich haben wir keine Zeit für den Frauezmorge. Trotzdem sollten wir uns die Zeit gönnen, denn Achtsamkeit kann helfen, im Alltag etwas gelassener und ausgeglichener zu reagieren.

Samstag, 6. April 2019

Verena Birchler aus Pfäffikon ZH, Leiterin Marketing der ERF Medien Schweiz, langjährige Journalistin und Erwachsenenbildnerin

«Jeder Konflikt verdient eine Chance»

Männer können nicht zuhören und Frauen schlecht einparken. Ist das wahr oder nur ein Klischee? Richtig zu kommunizieren ist erlernbar. In diesem Referat wird auf die verschiedenen kommunikativen „Fettnäpfchen“ eingegangen und es werden Lösungen aufgezeigt.

Samstag, 2. November 2019

Elisabeth Joris aus Zürich, freischaffende Historikerin Schwerpunkt Geschichte der Frauen in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert

«Weibergeschichten aus zwei Jahrhunderten»

Weibergeschichten vom Zürcher Oberland bis ins Wallis zeugen von Pragmatik, Witz und Eigenwilligkeit, die selbst jungen Frauen von heute als Leitbild dienen können.

Jahresprogramm 2019

Samstag, 19. Januar 2019

Jeannette Wicki-Breitinger, Betriebswirtschafterin HFW,
dipl. systemischer Coach und Achtsamkeitslehrerin (MBSR)

«Achtsamkeit – mehr als nur ein Modewort?!»

Stress ohne Ende! Stress raubt Lebensfreude und belastet uns. Eigentlich haben wir keine Zeit für den Frauezmorge. Trotzdem sollten wir uns die Zeit gönnen, denn Achtsamkeit kann helfen, im Alltag etwas gelassener und ausgeglichener zu reagieren.

Samstag, 6. April 2019

Verena Birchler auf Pfäffikon ZH, Leiterin Marketing der ERF Medien Schweiz, langjährige Journalistin und Erwachsenenbildnerin

«Jeder Konflikt verdient eine Chance»

Männer können nicht zuhören und Frauen schlecht einparken. Ist das wahr oder nur ein Klischee? Richtig zu kommunizieren ist erlernbar. In diesem Referat wird auf die verschiedenen kommunikativen „Fettnäpfchen“ eingegangen und es werden Lösungen aufgezeigt.

Samstag, 2. November 2019

Elisabeth Joris aus Zürich, freischaffende Historikerin, Schwerpunkt Geschichte der Frauen in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert

«Weibergeschichten aus zwei Jahrhunderten»

Weibergeschichten vom Zürcher Oberland bis ins Wallis zeugen von Pragmatik, Witz und Eigenwilligkeit, die selbst jungen Frauen von heute als Leitbild dienen können.