

**Frauenfrühstück
Samstag 17. August 2019**



**Gefühlsakrobatik -
meine Emotionen verstehen und managen**

Herzliche Einladung zum Frauenfrühstück in der EFG Bern Samstag 17. August 2019, 9.30 Uhr bis ca. 11.30 Uhr

In den Psalmen wird uns eindrücklich vor Augen geführt, wie wir unsere Gefühle zum Ausdruck bringen können. Ihre Autoren haben Gefühlsausbrüche jeglicher Art. Das ist teils verwirrend, besonders aber befreiend und tröstlich. Wir lernen verstehen, wie Gott damit umgeht, wenn sich in uns ein Tiefdruckgebiet oder ein Orkan zusammenbraut. Und wir lernen praktisch, wie wir unsere Emotionen einordnen und beeinflussen können.



Diese Worte als Einführung zum Thema von unserer Referentin Frau Karin Härry (www.karinstalkabout.com).

Wir freuen uns, dass sie uns zu diesem bewegenden Thema etwas weitergeben wird.

Bist du auch gespannt und mit dabei? Unser Beisammensein beinhaltet nebst dem Referat ein feines Zmorge, musikalische Umrahmung und Austausch in der Gemeinschaft. Wir freuen uns auf DICH!

Freiwilliger Unkostenbeitrag

Bitte für Kinder, sofern möglich, eine Betreuung organisieren

Ort: Kapellenstr. 18, Eingang im Innenhof (www.efgbern.ch)

Kontakt & Anmeldung: Magdalena Pulfer, 079 312 40 67