

Frauemomänt

**Freunde sind die Familie,
die wir uns selbst aussuchen!**

Liebe Frauen

Es gibt Dinge, die sagen wir niemanden – höchstens in einem passenden Moment einer ehrlichen, echten Freundin!

Freundschaft ist ein Geschenk, das unser Leben prägt und bereichert. Die Qualität von gleichen Werten & Visionen, das Füreinander & Miteinander auf dem gemeinsamen Weg, die unzähligen Erlebnisse & Lebensmomente, reich gefüllt mit allen menschlichen Emotionen - das alles gibt uns Boden, macht uns stark und lässt unsere Lebensfreude ab und zu Purzelbäume schlagen. Ein Lachanfall unter Freundinnen ... es gibt kaum Schöneres 😊

Freundschaft fällt uns nicht einfach in den Schoss - wir tun etwas dafür und zwar stetig, oft über viele Jahre. Die perfekte Freundin gibt es nicht, aber wir können eine gute Freundin sein, wenn wir das wollen.

Der nächste *FraueMomänt* ist voller Freundschaft!
Ich bin gespannt und freue mich!

Sonja



Einladung zum Workshop

- Thema:** **Das beste Heilmittel – meine Freundin!**
Warum Freundschaft gesund erhält
- Wann:** Freitag, 22. Juni 2018
- Wie:** **18.00 Uhr** ankommen, kennen lernen
essen, trinken, plaudern, geniessen
18.45 Uhr bis ca. 21.30 Uhr Workshop mit Pause
- Wo:** Sonja Hurter Coaching
Chaltenbodenstrasse 4a, 8836 Schindellegi
Seiteneingang Roletto-Sport, 4. Stock / Lift
- Kosten:** 88 Franken inklusive Verpflegung
- Anmelden:** bis Dienstag, 17. April 2018

Frauenmönt

Im Workshop

- fragen wir nach der Bedeutung von Freundschaft in unserem Leben
- benennen wir, was eine gute Freundschaft voraussetzt
- suchen wir nach den Unterschieden von engen und losen Beziehungen
- überlegen wir uns, wie viele Freundschaften wir brauchen
- reflektieren wir unsere eigene Rolle als Freundin
- tauschen wir uns darüber aus, wozu wir in einer Freundschaft bereit sind zu geben
- lernen wir voneinander und miteinander – einzeln, zu zweit oder in der Gruppe
- geniessen wir miteinander einen inspirierenden und spannenden Abend

