



Elternbildung 2023 Region Wil/Toggenburg

Bildungsdepartement

Januar

Bubenstärken – Buben stärken 4–8, 8–12

Di, 17. Januar
20.00 Uhr
Pavillon reformierte Kirche
Ebnat-Kappel,
Steinfeldstrasse 2,
9642 Ebnat-Kappel

Was ist das Spezielle an der Entwicklung der Buben? Wie kann ich meinen Sohn in den verschiedenen Entwicklungsphasen unterstützen? Diese und weitere Fragen werden im Referat erörtert.

Lu Decurtins,
Sozialpädagogin und
Supervisor

Kosten: Mitglieder: keine.
Nichtmitglieder: Fr. 8.–.
Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternforum Ebnat-Kappel, Ursula Minder, 071 993 36 07, info@efek.ch, www.efek.ch

Wie können wir unsere Kinder emotional fördern? alle

Mi, 18. Januar
19.30–21.30 Uhr
Online

Das Referat richtet sich an Eltern und Interessierte, die in Kontakt mit Kindern stehen (auch ADHS-Betroffene) und diese gerne im Umgang mit Emotionen unterstützen möchten.

Jacqueline Hellmüller,
Kinderpsychologin

Kosten: Einzelpersonen (elpos-Mitglieder) Fr. 20.–, Paare (elpos-Mitglieder) Fr. 30.–, Einzelpersonen (Nichtmitglieder) Fr. 30.–, Paare (Nichtmitglieder) Fr. 45.–.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: ADHS-Organisation elpos Ostschweiz, Stefanie Böhm, 071 222 30 90, ostschweiz@elpos.ch, www.elpos-ostschweiz.ch

Lerne dich und deine Emotionen besser kennen 12+

Do, 19. Januar
19.30–21.30 Uhr
Online

Wie sind Emotionen aufgebaut, welches ist ihre Funktion, warum gibt es keine negativen Emotionen? Das Referat ist als Einführung zum Thema gedacht, es richtet sich an junge Erwachsene. Weiterführend findet ein Wochenendkurs statt.

Jacqueline Hellmüller,
Psychologin

Kosten: Einzelpersonen (elpos-Mitglieder) Fr. 20.–, Paare (elpos-Mitglieder) Fr. 30.–, Einzelpersonen (Nichtmitglieder) Fr. 30.–, Paare (Nichtmitglieder) Fr. 45.–.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: ADHS-Organisation elpos Ostschweiz, Stefanie Böhm, 071 222 30 90, ostschweiz@elpos.ch, www.elpos-ostschweiz.ch

Februar

Eltern sein, Paar bleiben alle

Fr, 10. Februar
17.00 Uhr, bis So, 12. Februar,
15.00 Uhr
Seminarhaus Idyll Gais
Appenzell Ausserrhoden,
Möser 4, 9056 Gais

Eltern wird und bleibt man. Damit die Liebesbeziehung bleibt, braucht es achtsame Zeitinseln. In diesem Kurs stehen Sie als Paar im Zentrum.

Regula Eugster,
Rolf Eugster,
MODUS SEIN

Kosten: auf Anfrage.
Veranstalter/Auskunft: MODUS SEIN, Regula Eugster, 079 845 69 88, regula.eugster-krapf@bluewin.ch, www.quellengang.ch, www.achtsamkeitost.ch

Wie begleiten wir unser Kind in der Berufswahl? 12+

Di, 14. Februar
19.00 Uhr
Sa, 18. Februar
9.30 Uhr
Online

Die Veranstaltung richtet sich an Eltern von Jugendlichen der 1. Oberstufe, die vor dem Start in die Berufswahl über wichtige Themen informiert werden möchten.

Fabio Canonica,
Berufs- und Laufbahnberater
Andrea Holderegger,
Berufs- und Laufbahnberaterin
Simone Rüedi,
Berufs- und Laufbahnberaterin

Kosten: keine. Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Berufs- und Laufbahnberatung St.Gallen, Fabio Canonica, 058 229 72 11, fabio.canonica@sg.ch, www.berufsberatung.sg.ch

März

Lernen – gewusst wie! 4–8, 8–12

Mo, 6. März
20.00–21.30 Uhr
Aula Grünau, Wattwil,
Grüenaustrasse,
9630 Wattwil

Eine gesunde Arbeitshaltung und effektive Lernstrategien machen Kindern den Schultag leichter. Eltern sind für Kinder wichtige Lernbegleiter. Nutzen Sie die Hausaufgaben, um Ihr Kind zu unterstützen.

Michèle Zanettin

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternforum Wattwil, Anita Schlegel, 079 248 93 67, anita.schlegel@gmx.ch, www.schulewattwil.ch/de/portrait/elternforum/

«Wege aus der Brüllfalle», die Kinder tun, WAS wir wollen alle

Do, 9. und 16. März
19.30–21.30 Uhr
Familienzentrum Gerbi4,
Tafelackerstrasse 4,
9242 Oberuzwil

Erleben Sie im Alltag Situationen, wo Sie immer lauter und lauter werden? Mit dem Film «Wege aus der Brüllfalle» reflektieren Sie gewisse Alltagssituationen, warum Kinder taub und Sie immer lauter werden.

Margrith Lenz,
Eltern- und Erwachsenenbildnerin CAS, Schulsozialarbeiterin CAS, Eltern-, Schüler- und Familiencoach, Mentalcoach und Trainerin

Kosten: Einzel Fr. 89.–, Paare Fr. 149.–.
Bei knappem Budget kann eine Kurskostenreduktion angefragt werden.
Anmeldung: bis 05.05.2023.
Veranstalter/Auskunft: Organisation MUBE, Margrith Lenz, 076 411 78 18, info@berufeltern.ch, www.berufeltern.ch

Aufwachsen in unserer Leistungs- und Konsumgesellschaft 8–12, 12+

Di, 28. März, 19.30 Uhr
Oberstufenschulhaus, Singsaal,
Schulstrasse 9, 9607 Mosnang

Konsumgüter sind sofort verfügbar, Materielles und Digitales Überangebot, Entwicklung Frustrationstoleranz, Umgang mit Leistungsdruck.

Christelle Schläpfer,
Beraterin SGfB,
Inhaberin edufamily.ch

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternbildung Schule Mosnang, Martin Sabina, Leitung Elternbildung Mosnang, 071 577 12 12, sekretariat@schulemosnang.ch, www.schulemosnang.ch

April

Mein Kind doch nicht! Und was wenn doch? Gegenüber Rauschmitteln ist die Haltung der Eltern gefragt. 4–8, 8–12, 12+

Mi, 26. April
19.30–21.30 Uhr
Aula Oberstufenzentrum
Degenau, 9243 Jonschwil

Wenn die eigenen Kinder anfangen mit Rauschmitteln zu experimentieren, sind Eltern hilflos und überfordert. Wie können Eltern ihre Kinder durch diese schwierige Phase begleiten? Was ist zielführend?

Manuel Fischer,
Fachstelle Suchtprävention
des Kantons St.Gallen

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternvereinigung Schwarzenbach-Jonschwil, Martina Stillhart, 079 502 11 11, stillhart.martina@evsj.ch, www.evsj.ch

Mai

Chancen und Herausforderungen einer Patchworkfamilie alle

Do, 4. Mai
19.30–21.30 Uhr
Online

Was sind Faktoren und Grundlagen für eine gelingende Patchworkfamilie aus Sicht der Eltern und der Kinder. Warum sind rechtliche Aspekte in einer Pwf ein Muss.

Margrith Lenz,
Eltern- und Erwachsenenbildnerin CAS, Schulsozialarbeiterin CAS, langjährige Paarberaterin für Patchworkfamilien und persönlich Betroffene

Kosten: Einzel: Fr. 25.–, Paare: Fr. 39.–.
Bei knappem Budget kann eine Kurskostenreduktion angefragt werden.
Anmeldung: bis 01.05.2023.
Veranstalter/Auskunft: Organisation MUBE, Margrith Lenz, 076 411 78 18, info@berufeltern.ch, www.berufeltern.ch

Mobbing vorbeugen, erkennen und richtig auflösen 8–12, 12+

Di, 9. Mai
ab 20.00 Uhr
Pfarreisaal des katholischen
Pfarreizentrums Flawil,
Enzenbühlstrasse 20,
9230 Flawil

Thematik: Wie sich (Cyber-)Mobbing von anderen Konflikten unterscheidet und wie Eltern ihren Kindern konkret helfen können.

Christelle Schläpfer,
Mobbing-Expertin, Beraterin
SGfB, Lehrerin, Inhaberin
edufamily.ch

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternforum Schulhaus Enzenbühl, Thomas Lanter, elternforum.enzi@bluewin.ch

Kanton St. Gallen
Bildungsdepartement



Koordinationsstelle Elternbildung
Davidstrasse 31
9001 St.Gallen
058 229 32 36
elternbildung@sg.ch
elternbildung.sg.ch

Die Gestaltungs- und Druckkosten werden vom Bildungsdepartement des Kantons St.Gallen übernommen. Dieses bietet keine Gewähr für Qualität und Inhalt der Elternbildungsanlässe. Die Verantwortung dafür liegt bei den Veranstaltern.



Weitere Veranstaltungen finden Sie unter elternbildung.sg.ch/Veranstaltungskalender

Mai

Resilienz – Wie kann ich schwierige Situationen meistern? 4–8, 8–12, 12+

Do, 11. Mai
19.30 Uhr
BWZT, Aula,
9630 Wattwil

Im Referat wird u.a. folgenden Fragen nachgegangen: Was ist unter dem Begriff «Resilienz» zu verstehen? Was fördert Resilienz? Wie können Kinder in ihren Widerstandskräften gestärkt werden?

Claudia Hengstler,
Systemisch-lösungsorientierte
Beratung und Kurzzeittherapie
MAS FH, Traumapädagogin
und traumazentrierte Fach-
beratung DeGPT/BAG-TP

Kosten: Nichtmitglieder Fr. 15.–, Mitglieder Fr. 10.–. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternbildung Toggenburg, Christof Peter, 071 985 06 67, christof.peter@phsg.ch

Juni

«Wege aus der Brüllfalle», die Kinder tun, WAS wir wollen 0–4, 4–8, 8–12

Mi, 7. und 14. Juni
19.30–21.30 Uhr
Online

Erleben Sie im Alltag Situationen, wo Sie immer lauter und lauter werden? Mit dem Film «Wege aus der Brüllfalle» reflektieren Sie gewisse Alltagssituationen, warum Kinder taub und Sie immer lauter werden. Wie Kinder ticken und Sie als Eltern einen gelassenen Alltag entwickeln und fördern können.

Margrith Lenz,
Eltern- und Erwachsenen-
bildnerin CAS, Schulsozial-
arbeiterin CAS

Kosten: Einzelpersonen Fr. 79.–, Paare Fr. 139.–. Bei knappem Budget kann eine Kurskostenreduktion angefragt werden.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Organisation MUBE, Margrith Lenz, 076 411 78 18, margrith.lenz@berufeltern.ch, www.berufeltern.ch

Lehrstellenforum Toggenburg 12+

Sa, 17. Juni
8.30–12.00 Uhr
Markthalle Wattwil,
Austrasse, 9630 Wattwil

Über 70 Lehrbetriebe aus dem Toggenburg präsentieren sich und ihre Lehrberufe inkl. spannendem Rahmenprogramm.

OK Lehrstellenforum
Toggenburg

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: OK Lehrstellenforum Toggenburg, Cécile Ziegler, 058 229 05 00, cecile.ziegler@sg.ch, www.lftoggenburg.ch

Lehrstellenforum Wil 12+

Sa, 24. Juni
8.30–12.00 Uhr
Stadtsaal Wil,
Bahnhofplatz 6,
9500 Wil

Über 70 Betriebe aus der Region Wil präsentieren sich und ihre Lehrberufe inkl. spannendem Rahmenprogramm.

AGV, Gewerbeverein, Berufs-
und Laufbahnberatung Wil

Kosten: keine. Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Berufs- und Laufbahnberatung Wil, BLB Wil, 058 229 05 20, info.blbwil@sg.ch, www.lehrstellenforumwil.ch

September

Erziehen durch Beziehung alle

Mo, 11. September
20.00–21.30 Uhr
Aula Grünau, Wattwil,
9630 Wattwil

In diesem Workshop erfahren Sie, weshalb Beziehung in der Erziehung so wichtig ist, und Sie bekommen ganz viele alltagspraktische Tipps, wie Ihnen das auch in herausfordernden Momenten gelingt.

Andrea Graf

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternforum Wattwil, Anita Schlegel, 079 248 93 67, anita.schlegel@gmx.ch, www.schulewattwil.ch/de/portrait/elternforum/

Geschwisterrivalität und Geschwisterreihe 4–8, 8–12

Di, 19. September
20.00 Uhr
Pavillon reformierte Kirche
Ebnat-Kappel,
Steinfelsstrasse 2,
9642 Ebnat-Kappel

Der Platz, den ein Kind in der Geschwisterreihe einnimmt, prägt sein Verhalten und formt seine Persönlichkeit. Was genau ist Eifersucht und wie entsteht sie? Wie können wir dem Kind helfen? Was tun bei Streit?

Markus Zimmermann,
dipl. Psychologe POP

Kosten: Mitglieder: keine. Nichtmitglieder: Fr. 8.–. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternforum Ebnat-Kappel, Ursula Minder, 071 993 36 07, info@efek.ch, www.efek.ch

Essensrituale – eine tägliche Familienherausforderung alle

Do, 21. September
19.30–21.30 Uhr
Oberstufenschulhaus,
Singsaal, Schulstrasse 9,
9607 Mosnang

Essensrituale – eine tägliche Familienherausforderung – und wie sie in Ruhe gelingen können! Sie erhalten Infos und Bewusstsein, wie Familienessensrituale in Ruhe und Gelassenheit eingeführt und folglich gelingen können.

Margrit Lenz,
Elternbildnerin und
Schulsozialarbeiterin CAS,
Familiencoach
www.berufeltern.ch

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Elternbildung Schule Mosnang, Sabina Martin, Leitung Elternbildung Mosnang, 071 577 12 12, sekretariat@schulemosnang.ch, www.schulemosnang.ch

November

St.Galler Forum alle

Sa, 11. November
9.30–16.00 Uhr
Fürstenlandsaal,
Bahnhofstrasse 29,
9200 Gossau

Weiterbildungstag für Mütter, Väter und weitere Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen.

folgt

Kosten: Einzelpersonen Fr. 50.–, Paartarif Fr. 90.–, inkl. Verpflegung.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Amt für Volksschule, 058 229 44 68, elternbildung@sg.ch, www.elternbildung.sg.ch

ganzes Jahr

Schenk mir eine Geschichte – Family Literacy 0–4

1. Januar bis 31. Dezember
Verschiedene Durchführungs-
orte im Kanton St. Gallen

Eltern und ihre Kinder im Vorschulalter sind zu regelmässigen Geschichtenstunden in ihrer Herkunftssprache eingeladen. Es werden Bilderbücher vorgelesen und es wird mit Versen und Liedern gespielt und vieles mehr.

Leseanimatorinnen, ausgebildet durch das Schweizerische Institut für Kinder- und Jugendmedien (SIKJM)

Kosten: keine. Anmeldung: nicht erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Verschiedene Anbieter. Auskunft durch: Regionale Fachstellen Integration, Auskunft zum Projekt des SIKJM: Gina Domeniconi, gina.domeniconi@sikjm.ch, www.integration.sg.ch/rfi, www.sikjm.ch/smeg

Familien-Meditations-Oase alle

Di, 17. Januar, Do, 16. Februar, Di, 21. März, Do, 20. April, Mi, 17. Mai, Do, 15. Juni, Do, 17. August, Di, 19. September, Do, 19. Oktober, Mi, 15. November, Mi, 13. Dezember
20.00 bis 20.45 Uhr
Online

Meditationstechniken werden in Zukunft die Hauptwerkzeuge sein in der Persönlichkeits- und Familienentwicklung. Sie fördern die innere Ruhe, Konzentration, Vertrauen, Resilienz und ihren Erfolg. Erleben Sie es persönlich! Jedes Setting zeigt Ihnen neue Ressourcen auf! Zoom-Onlineangebot.

Margrith Lenz,
Eltern- und Erwachsenen-
bildnerin CAS, Schulsozial-
arbeiterin CAS, Fachfrau für
med. Entspannungsverfahren,
dipl. HeartMath-Coach und
Trainerin, Meditationscoach
und Teacherin

Kosten: keine – freiwillige Beteiligung.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Organisation MUBE, Margrith Lenz, 076 411 78 18, margrith.lenz@berufeltern.ch, www.berufeltern.ch

Gordon Dinner alle

Do, 26. Januar, Do, 6. April, Fr, 28. April, Do, 25. Mai, Do, 28. September, Do, 26. Oktober, Fr, 24. November
jeweils von 16.00 bis ca. 22.00 Uhr
Zimmer & z'Morgä Schönenboden, Schönenbodenstrasse 82, 9658 Wildhaus

Eltern werden – Paar bleiben; Kommunikation ist oft der Brückenschlag zu mehr Verständnis und einer tieferen Beziehung. Sie erhalten das geballte Know-how aus dem Gordon Training und ein gemütliches Abendessen.

Priska Wenk,
Gordon-Kommunikations-
trainerin

Kosten: Fr. 175.– pro Person inkl. 3-Gang-Menü. Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Zimmer & z'Morgä Schönenboden – DaspluS, Priska Wenk, 071 999 21 33, info@schoenenboden.ch, www.priskawenk.ch

Pekip 0–4

Di, 7., 14., 21., 28. Februar, 7., 14., 21., 28. März, Di, 25. April, 2., 9., 16., 23., 30. Mai, 6., 13. Juni, Di, 15., 22., 29. August, 5., 12., 19., 26. September, Di, 24., 31. Oktober, 7., 14., 21., 28. November, 5., 12. Dezember
Hebammenpraxis,
Speerstrasse 5, 9500 Wil

Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern und ihre Babys im ersten Lebensjahr. Über Bewegung lernt das Baby die Welt kennen. Feinfühliges Begleiten und angemessene Anregungen der Erwachsenen begünstigen seine Entwicklung.

Ursula Meienhofer Schälle,
Sozialpädagogin HFS,
Pekip-Gruppenleiterin und
Päpki-Therapeutin

Kosten: 8 Treffen Fr. 240.–.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Hebammenpraxis, Ursula Meienhofer, 077 521 67 57, umeienhofer@bluewin.ch, www.rundumskind.net

Elterntreff – «familie leben» 0–4, 4–8, 8–12

Mi, 15. Februar, Mi, 8. März, 29. März
19.30–21.30 Uhr
Do, 25. Mai, 8., 29. Juni
9.00–11.00 Uhr
Sa, 26. August, 9., 23. September
9.30–11.30 Uhr
Mi, 25. Oktober, 8., 29. November
9.00–11.00 Uhr
familie-leben,
Mettlenstrasse 10d,
9524 Zuzwil

Wie ist es möglich, den Alltag so zu gestalten, dass sich alle wohlfühlen und jedes Familienmitglied SICH sein kann? Am Elterntreff werden die Werte von J. Juul vermittelt und es gibt Raum, sich mit anderen Eltern auszutauschen.

Doris Zraggen,
Familienberaterin familylab,
Personalfachfrau eidg. dipl.
dzraggen@familie-leben.ch
Ursula Meienhofer,
Familienberaterin familylab,
Sozialpädagogin HFS
umeienhofer@familie-leben.ch

Kosten: Einzelperson Fr. 150.–, Paare Fr. 240.–, Preis für drei Treffs.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: familie-leben, Ursula Meienhofer, 077 521 67 57, umeienhofer@bluewin.ch, www.familie-leben.ch

Wege aus der Brüllfalle 0–4, 4–8, 8–12

Mo, 20. Februar und 13. März
19.30–21.30 Uhr
Mi, 3. und 24. Mai
9.00–11.00 Uhr
Di, 5. und 19. September
19.30–21.30 Uhr
Do, 2. und 23. November
19.30–21.30 Uhr
rundumskind,
Mettlenstrasse 10d,
9524 Zuzwil

Bedeutet für Sie manchmal Erziehen Stress? Schreien Sie manchmal los, obwohl Sie das gar nicht möchten? Fühlen Sie sich zwischendurch überhaupt nicht gehört?

Ursula Meienhofer Schälle,
Sozialpädagogin HFS,
Familienberatung familylab

Kosten: Preis für zwei Workshops, Einzelperson Fr. 70.–, Paare Fr. 120.–.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: rundumskind, Ursula Meienhofer, 077 521 67 57, umeienhofer@bluewin.ch, www.rundumskind.net

Wut, Frust und Trotz! Umgang mit Emotionen, Aggressionen alle

Do, 23. Februar
Di, 2. Mai
Mi, 6. September
Online

Emotionen und Gefühle sind eine Sprache. Sie gehören zur persönlichen Entwicklung. Wir gehen der Entwicklung der Gefühle und Emotionen auf die Spur und Sie erhalten Kompetenzen, wie Kinder auf diesem Weg begleitet werden können.

Margrith Lenz,
Eltern- und Erwachsenen-
bildnerin CAS, Schulsozial-
arbeiterin CAS, Fachfrau für
med. Entspannungsverfahren,
dipl. HeartMath-Coach und
Trainerin, Meditationscoach
und Teacherin

Kosten: Einzelpersonen Fr. 25.–, Paare Fr. 39.–. Bei knappem Budget kann eine Kurskostenreduktion angefragt werden.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Organisation MUBE, Margrith Lenz, 076 411 78 18, info@berufeltern.ch, www.berufeltern.ch

Elternkraft – Kinderkraft – Familienkraft (– Resilienz) alle

Do, 2. März, Mi, 24. Mai, Di, 12. September, Mo, 6. November
19.30–21.30 Uhr
Online

Die innere Kraft ist die Ressource zur Förderung eines gelassenen Erziehungsalltags. In einer Einführung erfahren Sie, wie Sie Ihre Stressregulation für sich und mit den Kindern aktivieren können und zur Resilienz finden.

Margrith Lenz,
Eltern- und Erwachsenen-
bildnerin CAS, Schulsozial-
arbeiterin CAS, Fachfrau für
med. Entspannungsverfahren,
dipl. HeartMath-Coach und
Trainerin, Meditationscoach
und Teacherin

Kosten: Einzelpersonen Fr. 25.–, zwei Personen aus dem gleichen Haushalt Fr. 39.–. Bei knappem Budget kann eine Kurskostenreduktion angefragt werden.
Anmeldung: erforderlich.
Veranstalter/Auskunft: Organisation MUBE, Margrith Lenz, 076 411 78 18, info@berufeltern.ch, www.berufeltern.ch

Mein Kind, mein Handy und ich. Digitale Medien und Kleinkinderhände 0–4, 4–8

Di, 7. März
19.00–22.00 Uhr
Mi, 30. August
19.00–22.00 Uhr
Online

Wirkung digitaler Medien auf die kindliche Entwicklung. Wo liegen Gefahren, z. B. Sucht, Machtkampf, Konzentrationsverlust? Wir suchen Möglichkeiten, um Pausen im Alltag einzubauen, ohne auf digitale Helfer zurückgreifen zu müssen.

Annette v. Schulthess-Mettler,
Kommunikationstrainerin,
Erwachsenenbildnerin SVEB I,
NDK Dramatherapie

Kosten: Fr. 60.– pro Person, inkl. Material, Fr. 105.– pro Paar.
Anmeldung: bis 28.02.2023.
Veranstalter/Auskunft: Annettes Kommunikationstraining: achtsam, bewusst, klar, Annette v. Schulthess, 071 277 87 10, annette.schulthess@bluewin.ch, www.beyondwords.ch