



# Frauengemeinschaft Mörschwil

## Frauenzmorgen

Samstag, 27. Oktober, 08.00h im Kath. Pfarreisaal

Nach einem feinen Frühstück wird uns die Erwachsenenbildnerin Cécile Brassel zum Thema „**Ich darf auch nein sagen**“ neue Wege zu einer stressfreieren Alltagsgestaltung aufzeigen.

Wir suchen nach den Gründen, warum uns das Nein-Sagen oft so schwer fällt und beschäftigen uns mit den damit zusammenhängenden Gefühlen und Reaktionen. Tipps für ein „gutes“ Nein sollen uns helfen, nicht ja zu sagen, wenn wir nein sagen wollen.

Wir bitten um eine Anmeldung **bis spätestens Mi. 24. Oktober** an:  
Monika Schlotter 071 866 2436 oder [fgmoerschwil@gmx.ch](mailto:fgmoerschwil@gmx.ch)

Die Kosten betragen Fr. 20.— pro Person. Auf ein Wiedersehen oder Kennenlernen an unserem Frauenzmorgen freuen wir uns sehr.

Der Vorstand FGM

