



# Sinn und Genuss

Ein festlicher Abend für Frauen mit Denkanstößen zu «Resilienz – Das Geheimnis starker Menschen»

Freitag, 8. Februar 2019  
18.30 Uhr  
Restaurant Werk 1  
Fabrikstrasse 7, 9200 Gossau

# Sinn und Genuss

Ein festlicher Abend für Frauen mit Denkanstössen zu «Resilienz – Das Geheimnis starker Menschen»

Freitag, 8. Februar 2019  
18.30 Uhr

Restaurant Werk 1  
Fabrikstrasse 7  
9200 Gossau



Die Frauenorganisationen aus Gossau und Umgebung laden zu einem besonderen Abend ein. Lassen Sie sich kulinarisch verwöhnen und geistig inspirieren zum **Thema «Resilienz – Das Geheimnis starker Menschen»**. Spannende Persönlichkeiten aus Gesellschaft, Wirtschaft und Bildung werden ihre Sichtweisen formulieren und Gedankenanstösse geben.

Resilienz ist das Immunsystem der Seele. Eine Kraft, die Menschen trägt und immer wieder aufstehen lässt trotz aller Stürme des Lebens. Eine Kraft, die Menschen im Umgang mit Krisen, Problemen und Belastungen hilft, nicht daran zu zerbrechen. Resilienz ist nicht einfach nur angeboren; diese Kraft kann entwickelt, gefördert und genährt werden.

## Wie bleibt man eine gesunde und starke Organisation? – Ein gemeinsames Abenteuer!



**Gabriela Kasper-Dudli**, Institutionsleiterin Quimby Huus, Master in Management und Leadership, Ausbilderin, Mutter und Grossmutter

Im Quimby Huus St.Gallen-Winkeln wohnen oder arbeiten Menschen mit einer Hirnverletzung, einer Körperbehinderung oder einer fortschreitenden Krankheit. Viele unterschiedliche Lebensgeschichten von Klienten sowie von Mitarbeitenden treffen aufeinander. Gabriela Kasper-Dudli gibt uns einen Einblick, wie dieses Abenteuer in der Praxis gelebt und bewältigt wird.

## «In Niemandes Klauen»



**Karin Scheiber**, promovierte Theologin, Lehrerin an der Kantonsschule Heerbrugg

Wie kann man unter widrigsten Umständen seine seelische Gesundheit bewahren? Die Tagebücher der holländischen Jüdin Ety Hillesum, die 1943 in Auschwitz ermordet wurde, legen davon ein bewegendes Zeugnis ab.

Karin Scheiber stellt Ausschnitte aus diesen Tagebüchern vor, verbindet sie mit Einsichten aus der Resilienzforschung und zeigt auf, wie man im Glauben Halt erfahren kann.

## Alles eine Frage der Perspektive



**Mark Riklin**, freischaffender Journalist, Dozent und Soziologe, Initiant «Meldestelle für Glücksmomente», Querdenker

Wenn alles schwer und kompliziert scheint, hilft es, mit einem Perspektivenwechsel einen anderen Blickwinkel zu bekommen und dadurch Leichtigkeit und Pragmatismus in die Situation einzubringen. Es gilt, die Dinge zu vereinfachen, auf das Wesentliche zu reduzieren, in Lösungsvarianten zu denken und zum Regisseur des eigenen Lebens zu werden. Mark Riklin plädiert in seinem Impuls für den heiteren Ernst, Ressourcen-Brillen und einen Würfel in der Hosentasche.



**Eintreffen:** ab 18.30 Uhr zum Apéro

**Programm:** 19.00 Uhr Begrüssung und Nachtessen  
Denkanstösse von unseren Referentinnen und unserem Referenten  
Austausch und gemütlicher Ausklang

**Kosten:** CHF 55.– exkl. Getränke

**Anmeldung:** Sekretariat Evang. Kirchgemeinde Gossau-Andwil, [www.evaggossau.ch](http://www.evaggossau.ch)  
Telefon 071 577 09 40

Wunsch «Menü fleischlos» bitte bei der Anmeldung vermerken. Danke.

Wir bemühen uns, Wünsche bei der Platzzuteilung zu berücksichtigen.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt.



## Trägerschaft

---



FRAUENGEMEINSCHAFT  
ANDREAS GOSSAU



Evangelisch-reformierte Kirche  
des Kantons St.Gallen

---