



mit
Stefan Gerber
Samstag, 25. Januar 2020
9-11 Uhr im Saal der Heilsarmee
Laupenstrasse 5, 3008 Bern

Zmorge für alli!

Leben in Balance



Bitte
genügend
frankieren

Heilsarmee
Korps Bern
Laupenstrasse 5
3001 Bern



Stefan Gerber

Nach seiner Ausbildung zum Bankkaufmann zog es Stefan Gerber (44 Jahre) vom Geld weg hin zu den Menschen. Er gründete mehrere NPOs im sozialen und kirchlichen Bereich und leitet heute «gms – gospel movement seeland», ist Geschäftsführer von Willow Creek Schweiz sowie Vize-Gemeindepräsident in Studen BE. Der Theologe und Coach ist freiberuflich als Referent, Seminarleiter und Autor im Bereich Life-Balance tätig. Auch die Frage nach dem Glück beschäftigt ihn (glück-finden.ch). Er ist verheiratet mit Brigitte Gerber-Urfer. Gemeinsam haben sie zwei Kinder und wohnen im Berner Seeland (Schweiz).

Referat

«Leben in Balance». Allen Anforderungen gerecht werden, ohne im Burnout zu landen – wie schafft man das? In einer hektischen Gesellschaft und in einem anspruchsvollen Umfeld eine gesunde Life-Balance zu finden und ein wirkungsvolles Stressmanagement zu entwickeln, sind nicht selten die grössten Herausforderungen unserer Zeit. Wer sich ein «Timeout» gönnt und abseits des Alltags die eigene Life-Balance reflektiert, hat schon halb gewonnen. Bereits kleine Schritte können grosse Auswirkungen im täglichen Leben haben.

WICHTIGES UND VORANZEIGEN



KOSTEN

Fr. 15.–/Person inklusive Frühstück und Kinderbetreuung

ANMELDESCHLUSS

Montag, 20. Januar 2020

Platzzahl beschränkt, Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.

Im Verhinderungsfall bitte wieder abmelden.

NÄCHSTES FROUEZMORGE

Samstag, 30. Mai 2020



Es lädt ein

Heilsarmee
Korps Bern
Laupenstrasse 5
3001 Bern
Tel. 031 381 11 75
korps.bern@heilsarmee.ch
bern.heilsarmee.ch

ANMELDUNG ZUM ZMORGE FÜR ALLI



Name _____
Strasse _____
PLZ/Ort _____
Tel. _____

Anzahl Personen

_____ Erwachsene
_____ Kinder bis 2 Jahre
_____ Kinder von 2–5 Jahren
_____ Kinder ab 5 Jahren: Bitte Alter angeben _____

(bitte in Blockschrift ausfüllen)