

---

## Bäuerinnenfrühstück "Weil ich es mir Wert bin"

Bäuerinnen Frühstück mit Vortrag „Weil ich es mir wert bin“

Als Bäuerin sind wir im Alltag sehr gefordert und müssen viel leisten. Oft haben wir das Gefühl gleich mehrere Dinge gleichzeitig erledigen zu müssen. Dieses Impulsreferat gibt Anregungen für mehr Selbstfürsorge und Achtsamkeit auch bzw. gerade in herausfordernden Zeiten.

Programm:

- Gemeinsames Frühstück
- Impulsvortrag „Weil ich es mir wert bin“
- Vorstellung der Bäuerinnen Arbeit im Bezirk von Bezirkssprecherin Jutta Unterberger und Bildungsreferentin Gertraud Wank

---

### Information

**Kursdauer:** 3 Einheiten

**Fachbereich:** Persönlichkeit & Kreativität

**Mitzubringen:** Beitrag vor Ort: EUR 15,- für Frühstück

### Verfügbare Termine