

Das Leben ist herausfordernd und verlangt jedem von uns einiges ab. Zu verstehen, was Innere Stärke ist und dass wir dadurch widerstandfähiger, d.h. resilienter werden, hilft jedem weiter.

Veranstaltung

## «Innere Stärke und Resilienz»

am Donnerstag, 23. Mai 2024, 19.00 bis 20.30 Uhr  
im Pfarreiheim der kath. Kirche St. Jakob in Cham

Praxisorientiert

anhand

von Beispielen

werden wir zeigen,

wie jeder von uns Innere Stärke aufbauen

und im Alltag positiv wirkend nutzen kann.

Neugierig geworden?

Entdecke  
deine  
innere  
Stärke

Mit anschliessendem Apéro  
Der Eintritt ist frei

Dies ist eine weitere Veranstaltung von Cham Delta zum  
Leitthema «**Die Welt, in der wir leben wollen**».