

Schmidt, Rita
Stellvertretende Landesvorsitzende

Guttempler NRW
Klinikstr.20
44791 Bochum
Geschäftsstelle@guttempler-nrw.de

Rita Schmidt -- Göckinghofstr. 3 -- 58332 Schwelm

**An alle
Guttemplerinnen und interessierte Frauen
In den Landesverbänden**

Privat:
Göckinghofstr. 3
58332 Schwelm
0 23 36 / 80 70 665
0 15 20 / 383 23 95
rita.schmidt@guttempler-nrw.de

Schwelm, 01.02.2026

Einladung zum Frauenseminar in Bad Hersfeld

Liebe Schwestern, Freundinnen und Interessierte.

Mit diesem Schreiben möchten ich Sie zu einem Wochenend-Seminar für Frauen mit dem Thema: „**Was brauche ich zum „Glücklich sein“** einladen.

WANN: 17.04.2026 bis 19.04.2026

WO: Hotel am Kurpark
Am Kurpark 19-21
36251 Bad Hersfeld

BEGINN: Freitagabend 18:00 Uhr

ENDE: Sonntagnachmittag 14:00 / 15:00 Uhr

85,00 € pro Person Teilnehmergebühr

Erstattet werden Fahrkosten mit dem PKW
bis max. 120,00 € oder ein 2.Klasse Bahnticket

INHALT: Die Frage „**Was brauche ich, um glücklich zu sein?**“ ist nicht nur spannend, sondern regt zum Nachdenken an. Die Verbindung der Elemente aus Achtsamkeitstraining, Selbstreflexion und Selbsterfahrung ist unser gemeinsames Ziel. Wir möchten bewusster mit Stress und emotionalen Belastungen umgehen, unsere eigenen Bedürfnisse wahrnehmen und einen gesünderen und selbstbestimmteren Lebensstil entwickeln – auch im Sinne eines achtsamen und verantwortungsvollen Umgangs mit

uns selbst und möglichen Belastungs- oder Abhängigkeitsmustern.

-1-

Weitere Informationen erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per Mail von mir.

Ich bitte um Ihre Anmeldung bis zum 15.03.2026 über die Kontaktdaten oben rechts im Briefkopf.
Auch bei Fragen vorab freue ich mich über einen Anruf.

Ich freue mich auf ein spannendes und kurzweiliges Wochenende mit Ihnen.

Rita Schmidt