



VERSÖHNT MIT MIR UNTERWEGS

6. November 2025, 19.15 Uhr

THEMA

Kein Urteil, das wir fällen, ist so zentral wie jenes, welches wir über uns selbst fällen. Ein intaktes Selbstwertgefühl ist eine wichtige Voraussetzung für psychische Gesundheit und ein sinnerfülltes Leben.

Doch wie können wir lernen, liebevoll und versöhnt mit uns selbst unterwegs zu sein?

WAS ERWARTET DICH

Der Herstory Abend beginnt mit einem leichten Apéro.

Andrea Signer-Plüss, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP mit eigener Praxis in Grosshöchstetten, beleuchtet als Fachfrau in ihrem Referat das Thema Selbstwert und Identität und gibt als Mensch auch Einblick in ihre eigene Geschichte und ihr jahrelanges Ringen mit sich selber.

In der Talkrunde erzählen Frauen offen über die Entwicklung ihres Selbstwertgefühls und wie sie dies in ihrem Leben bewusst stärken.

WANN

Donnerstag, 6. November 2025

Türöffnung und Apéro 19:15 Uhr

Referat 19:45 Uhr

WO

Funkenpark

Im Rank 4

4800 Zofingen

KOSTEN

CHF 20.-

Studierende CHF 10.-

(bitte passend mitbringen, TWINT nicht möglich)

INFOS & ANMELDUNG

www.herstory.ch