



BPW SWITZERLAND
Business & Professional Women
CLUB ZOFINGEN

EINLADUNG

DI, 11.10.2022

Hotel Zofingen
4800 Zofingen

PROGRAMM

- 18.45 Uhr Eintreffen
19.00 Uhr Begrüssung/Nachtessen
20.00 Uhr Referat
anschl. Dessert und Kaffee

MENÜ

Vorspeise: Nüsslisalat, Ei, Speck

"Fleisch": Rosa gebratenes Hirsch-
entrecôte, Wildrahmsauce,
Rotkraut, Rosenkohl,
Preiselbeerbirne, Spätzli

"Vegi": Risotto, Steinpilze, Safran,
Kräuter

"Salat": Salatteller mit Ei

Dessert: Apfelcrêpe, Zimteis



Welche Programmierungen im Kopf machen uns klein und unsicher? Wie kann man seine Glaubenssätze revidieren und seine Wirkung beeinflussen? Warum kann Nervosität hilfreich sein? Authentisches und sicheres Auftreten ergibt sich aus einer gelungenen Wechselwirkung zwischen einem starken Körper und einer freien Seele.

Interaktiv und spielerisch finden wir heraus, wo unsere Stimme „sitzt“, was wir mit unseren Händen und Füßen tun können und was unsere Atmung und Körperhaltung über uns verrät. Sicheres Auftreten macht Spass.

Karina Rey, Mitglied im BPW Club Bern, ist im deutschsprachigen Raum unter dem Namen Karina Thayenthal als Schauspielerin und Regisseurin sehr bekannt. Sie engagiert sich seit vielen Jahren für den Brückenbau zwischen Kulturen und unterrichtet Auftritts-Kompetenz, Körpersprache, Sprech- und Atemtechnik an verschiedenen Universitäten und coacht Menschen, die sich in diesen Bereichen verändern wollen.