



KANTONALVERBAND DES SCHWEIZERISCHEN KATHOLISCHEN FRAUENBUNDES

Abendweg 1 6006 Luzern Telefon 041 210 90 77 [www.skfluzern.ch](http://www.skfluzern.ch)  
PC: 60-2840-8 sekretariat@skfluzern.ch

## Regionale Vorständetreffen 2019

### «Make up! Care» Selbstsorge ist heilsam



Referentin: Margrith Kottmann-Wolfisberg,  
Ritualbegleiterin, Ohmstal



Der SKFLuzern stärkt und vernetzt Frauen.



## «Make up! Care» - Selbstsorge ist heilsam

Aber wie geht das? Sorgsam mit mir umgehen, damit Wunden, Verletzungen heilen? Dass aus Sorgenfalten Sorgfalt wird?

Hast du DAS Rezept dazu? Gibt es das überhaupt? Gehst du haushälterisch und fürsorglich mit deinen Kräften um, damit du dein Leben aushältst?

Darum halten wir gemeinsam an, um uns Halt zu sein. In der bereichernden Begegnung von Frauenherz zu Frauenherz entfacht sich nährende Kraft für das Ich, zum Du, zum Wir.

## Über Geld reden im Verein

In den Vorständen und Projektgruppen der Ortsvereine leisten unzählige Frauen zahlreiche Stunden Freiwilligenarbeit. Gute Rahmenbedingungen zu schaffen, damit die Arbeit im Verein Freude macht, ist zentral. Regula Liembd-Duss stellt die Empfehlungen vom SKFLuzern zu Spesenentschädigungen vor.

Wir freuen uns auf einen herzhaften, sorgsamen Abend mit Kostbarkeiten aus deinem Lebensrezeptbuch sowie auf einen interessanten Gedankenaustausch unter Care-Juwelen.

Herzlich willkommen!

Vorstand SKFLuzern



## Regionale Vorständetreffen:

**Dienstag, 14.5.2019, Grossdietwil**, Pfarreiheim

**Donnerstag, 16.5.2019, Buttisholz**, Gemeindesaal

**Mittwoch, 22.5.2019, Entlebuch**, Pfarreiheim

**Montag, 27.5.2019, Kriens**, Zentrum Bruder Klaus

Jeweils 19.30 Uhr bis ca. 22.00 Uhr

**Anmeldung:** bis zwei Wochen vor dem Treffen per E-Mail an SKFLuzern [sekretariat@skfluzern.ch](mailto:sekretariat@skfluzern.ch)

**Auskünfte:** SKFLuzern 041 210 90 77

Nicht vergessen: Sozialzeitausweis/DOSSIER FREIWILLIG ENGAGIERT  
Jahresprogramm zum Austauschen