

Staufen, im Juli 2010

F O K A  
Forum  
Kaufmännischer  
Berufsfrauen  
Schweiz

Einladung zum Forum

## Wie setze ich meine Vorsätze in die Tat um

<b>Datum</b>	Dienstag, 10. August 2010
<b>Zeit</b>	18.30 h gemeinsames Abendessen (freiwillig aber sehr willkommen ☺) 20.00 h Forum
<b>Ort</b>	Hotel Aarehof, Bahnhofstrasse 5, 5103 Wildegg, Tel. 062 893 23 23
<b>Referentin</b>	Barbara Rüttimann, <a href="http://www.rbconsulting.info">www.rbconsulting.info</a> rb Rüttimann Consulting, Kennelstrasse 30, 8800 Thalwil,
<b>Anmeldung</b>	Mit beiliegendem Anmeldeformular bis <b>05.08.2010</b> (eingetroffen) an <a href="mailto:ursula.gloor@foka.ch">ursula.gloor@foka.ch</a> ☞ Bitte nicht vergessen zu vermerken, ob mit oder ohne Abendessen
<b>Gästebeitrag</b>	<b>CHF 20.00</b>

---

Liebe FOKA-Kolleginnen  
Liebe FOKA-Interessentinnen

Der Mensch befindet sich im Spannungsfeld von Kopf und Gefühl, von Ideen und Taten, von Absichten und tatsächlichen Entscheidungen.

Ein Haufen an Ideen, Projekten und guten Vorsätzen wird immer wieder vom inneren Schweinehund sabotiert:

Der Besuch im Fitnessstudio, das Ausmisten des Kleiderschranks, die neue Ernährung, das Vorankommen im Job und vielem mehr. Geht es Ihnen auch so? Schluss damit. Jeder Tag ist ein Geburtstag, ein neuer Anfang.

Ziel des Referates ist es, einfache Tricks zu erlernen, wie ich mit viel Freude meine guten Vorsätze in die Tat umsetzen und meinen Lebensstil nachhaltig und dauerhaft verändern kann.

Unternehmen Sie mit Frau Barbara Rüttimann, Kommunikations- und Feng-Shui-Beraterin, die Reise in Ihr eigenes Umsetzungspotential.

Wir freuen uns auf einen interessanten und lehrreichen Abend und laden Sie ein, zahlreich teilzunehmen. Nutzen Sie das vorgängige Abendessen zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch unter Berufskolleginnen. Gäste sind wie immer willkommen.

Herzliche Grüsse

**FOKA – Sektion Aargau/Solothurn**

Ursula Gloor

**Nächstes Forum:** Mittwoch, 8. September 2010  
**Powernapping – kommen Sie dank gutem Schlaf in der Nacht und Powernapping zu mehr Wohlbefinden.**

**Alle interessierten Frauen sind herzlich willkommen in unserem Netzwerk!**

---

**FOKA – Sektion Aargau/Solothurn**

Ursula Gloor, Rebenweg 2, 5603 Staufen

☎ 079 548 85 46 - E-Mail: [ursula.gloor@foka.ch](mailto:ursula.gloor@foka.ch) - [www.foka.ch](http://www.foka.ch)