

Bündner Gewerbeverband

Unione grigionese delle arti e mestieri
Uniun grischuna d'artisanadi e mastergn
Dachorganisation der gewerblichen Wirtschaft



KMU-Frauentagung Graubünden 2013

3G Gelassenheit Genuss Gelotologie

Freitag, 25. Oktober 2013 von 09.00 bis 17.00 Uhr
Kloster Disentis, 7180 Disentis/Mustér

Gelassenheit

Eigentlich wäre das Leben ganz einfach

Genuss

- Panoramafahrt durch die Rheinschlucht – Augenblicke vorbeiziehen lassen
- Mittagessen im gediegenen Kloster-Ambiente
- Musikalischer Abschluss

Gelotologie

Frauen haben - haben Frauen viel zu lachen!?

Die Tagung wird unterstützt von:

Hauptsponsor



Graubündner
Kantonalbank

Co-Sponsor

suva
Mehr als eine Versicherung
Agentur Chur



Programm

- 08.45 | **Eintreffen der Teilnehmerinnen am Bahnhof Chur**
Abfahrt um 08.56 Uhr im Panoramawagen der RhB Richtung Disentis, Kaffee und Gipfeli im Zug (Disentis an: 10.11 Uhr)
- 10.30 | **Begrüssung**
Monika Losa, Verantwortliche KMU-Frauen Graubünden
- 10.40 | **Referat «Eigentlich wäre das Leben ganz einfach»**
Abt em. Dr. Daniel Schönbächler ist Theologe, studierte Germanistik und Kunstgeschichte. Er ist u.a. in der Erwachsenenbildung tätig.
- 11.45 | **Mittagessen im eindrucksvollen Ambiente des Klosters**
- 13.30 | **Referat «Frauen haben - haben Frauen viel zu lachen!?!»**
Prof. Dr. med. Jürg Kesselring ist Chefarzt für Neurologie am Rehabilitationszentrum Valens und Professor an der Uni Bern. Er präsidierte die Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft und gehört dem Internationalen Komitee vom Roten Kreuz an.
- 14.45 | **Musikalische Überraschung zum Ausklang**
- 15.44 | **Abfahrt im Panoramawagen der RhB zurück nach Chur**
Kaffee und Süsses im Zug (Ankunft Chur: 17.01 Uhr)

Gedanken zur Tagung

3G steht bekanntlich für modernste Kommunikationstechnik – **3G** lautet kurzerhand auch der Titel für die diesjährige BGV-Frauentagung im rätoromanischen Kulturkreis in der Surselva.

Doch was sucht eine Frauentagung in einem Männerkloster? Was verbindet eine weltoffene und fortschrittliche Gesellschaft mit der Lebensform einer Gemeinschaft, bei der die Beziehung zu Gott den Logenplatz einnimmt?

Offenheit verbindet – und die Sicht über den eigenen Tassenrand hinaus eröffnet bekanntlich neue Horizonte und Einblicke – auch in sich selbst. Wenn auch nur für ein paar Stunden, bietet die Tagung innerhalb der Klostermauern die Möglichkeit, den eigenen Alltag aus etwas Distanz zu betrachten. Ganz abgesehen davon, besteht Graubünden nicht nur aus Chur. Höchste Zeit also, mit der Frauentagung wieder einmal «geografisch fremdzugehen» und diesen Ausflug in vollen Zügen zu geniessen.



Abt em. Dr. Daniel Schönbächler, Kloster Disentis

Im letzten Jahr trat er sein Amt als Abt im Kloster Disentis, der ältesten der heutigen Benediktinerabteien der Schweiz, nach zwölf Jahren ab. Doch Abt Daniel, wie er immer noch genannt

wird, stellt sein Wissen und seine Erfahrung weiterhin zur Verfügung. Zum Glück, denn Frauen und Männer aus Führungsetagen verschiedenster Unternehmen besuchen seine Persönlichkeitsseminare. Sie sind begeistert von seiner Kompetenz, seiner Offenheit und seinem Humor.

Funktionierende Beziehungen, ob in einer Klostergemeinschaft oder in einem KMU, erzeugen Wohlbefinden und machen es im Privat- und im Geschäftsleben möglich, ehrlich aufeinander einzugehen. Dies funktioniert aber nur, wenn die Selbsteinschätzung stimmt. Es soll uns gelingen, die eigenen Wahrnehmungs- und Verhaltensmuster zu analysieren und die Konfrontation mit inneren Widersprüchen und Unsicherheiten mutig anzugehen. Abt Daniel weiss, dass viele alte Denk- und Angstmuster im Unterbewusstsein verankert sind. Selbstzweifel vermindern die Fähigkeit, eigene Stärken zu erkennen. Sie bringen unsere Gemütslage auch mal ins Schwanken. Wir drehen uns im Kreis. Abt Daniel öffnet den Blickwinkel und zeigt, wie sogar in unseren Schwächen kreatives Potential liegt. Karriere und Erfolg sind zwar messbare Richtlinien, welche die Öffentlichkeit von aussen wahrnehmen kann, doch Glück und innere Ruhe findet, wer jeden Tag ein bisschen Zeit mit sich selbst verbringt. Abt Daniel geht davon aus, «dass das Leben eigentlich ganz einfach wäre, wenn wir ihm nicht unnötige Hindernisse in den Weg legen.»



Prof. Dr. med. Jürg Kesselring, Chefarzt Neurologie, Valens

Lachen ist eine faszinierende Kommunikationsform und Ausdruck verschiedenster Gefühle. Haben wir Frauen uns schon mal überlegt, weshalb wir lachen – selbst wenn es manchmal

nichts zu lachen gibt? Aus ganzem Herzen oder aus Erleichterung, vor Glück oder aus Verlegenheit: Es lacht – und dies manchmal reflexartig oder auch mal als Zeichen einer «Kriegserklärung». Dass ausgerechnet Prof. Dr. Jürg Kesselring, seit 1988 Chefarzt für Neurologie am Rehabilitationszentrum Valens, die Gelotologie (die Wissenschaft des Lachens) erforscht hat, mag im ersten Moment erstaunen. Er, der die vielen Facetten von Schmerz und Krankheit kennt; der das breite Spektrum an Funktionsstörungen von Körper und Nerven studiert hat wie kaum ein anderer. «Das Lachen ist eine extrem wohltuende und gesunderhaltende Ausdrucksweise», ist der Referent überzeugt. Die positiven Auswirkungen auf Körper und Psyche sind unbestritten. Sogar in der Medizin, wo Schmerzen teilweise mit speziellen Lachtherapien gelindert werden. Jürg Kesselring ist aber überzeugt davon, dass die medizinische Wirkung vor allem dann eintrifft, wenn der Grund zum Lachen spontan und ungezwungen erfolgt. Ein herzliches Lächeln wirkt ansteckend und verbindet Menschen auf der ganzen Welt – oftmals ohne Worte. Der vielseitige Chefarzt liebt Kultur, Musik und Reisen. Und er lacht selber gerne. Jürg Kesselring bekennt, dass er sich mit Vorliebe in Gesellschaften aufhält, in der dies ermöglicht und gefördert wird. Seine angeblich heftige Jammer- und Lamentoallergie wird im Kreise zahlreicher motivierter und interessierter Frauen nicht zum Tragen kommen.



Teilnahmebedingungen

Anmeldungen

Die Teilnehmerinnenzahl ist begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens berücksichtigt. Nach Ablauf der Anmeldefrist erhalten Sie eine Bestätigung sowie zur Bezahlung der Tagungsgebühr eine Rechnung.

Anmeldeschluss: 15. Oktober 2013

Tagungskosten

CHF 195.00 pro Teilnehmerin inkl. Tagungsdokumentation, Kaffee und Gipfeli im Zug, Mittagessen mit Getränken und Zugfahrt im Panoramawagen nach Disentis/Mustér und zurück.

(Eine Preisreduktion für die Zugfahrt gilt nur für Teilnehmerinnen aus der oberen Surselva, ab Ilanz).

Annullierung

Bei Abmeldung nach Anmeldeschluss muss der Gesamtbetrag verrechnet werden.

Veranstaltungsort

Kloster Disentis (ca. 8 Minuten zu Fuss vom Bahnhof)

Peter Keiser Saal

7180 Disentis/Mustér

Kontakt

Monika Losa

Verantwortliche KMU-Frauen Graubünden

Bündner Gewerbeverband

Haus der Wirtschaft

Hinterm Bach 40, Postfach 63

7002 Chur

Tel. 081 257 03 23

Fax 081 257 03 24

losa@kgv-gr.ch

www.kgv-gr.ch





Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eintreffens berücksichtigt

Vorname/Name

Firma

Adresse

PLZ/Ort

Festnetz

Mobile

eMail

Rechnungsadresse

(wenn nicht mit obiger identisch)

Datum/Unterschrift

- Ich wohne in der oberen Surselva und benötige keine Zugfahrt nach Disentis (Der Tagungspreis reduziert sich um die Zugkosten)
- Ich wohne in der oberen Surselva und benötige eine Zugfahrt ab Ilanz (Der Gesamtpreis reduziert sich um die Zugkosten Chur - Ilanz)

Besondere Bemerkungen:

.....

Anmeldungen bitte per Post, per Fax 081 257 03 24 oder per Mail an losa@kgv-gr.ch. Danke!

Bündner Gewerbeverband

Unione grigionese delle arti e mestieri

Uniun grischuna d'artisanadi e mastergn

Dachorganisation der gewerblichen Wirtschaft



KMU-Frauentagung Graubünden 2013

bitte
frankieren

Bündner Gewerbeverband
Haus der Wirtschaft
Hinterm Bach 40
Postfach 63
7002 Chur