



Landfrauentagung 2026

Donnerstag, 22. Oktober 2026

Gemeinsam stark durch den Alltag – Bist du dabei?

Hallo zusammen,

der Spagat zwischen Job und Privatleben fordert uns jeden Tag heraus. Wie schafft man es, bei all dem Trubel einen kühlen Kopf zu bewahren?

Das Geheimnis ist unsere innere Widerstandskraft. Sie ist der Schlüssel, um mit den täglichen Anforderungen entspannt klarzukommen. Sie macht uns flexibel für Veränderungen im Job und wirkt wie ein Schutzschild, das Stress im Alltag einfach abprallen lässt.

Das Beste daran: Deine innere Stärke kannst du trainieren wie einen Muskel!

Genau das wollen wir gemeinsam ausprobieren. Dich erwarten am Morgen eine ansprechende Präsentation, Kurzfilme und praktische Übungen und am Nachmittag laden wir zu einem besonderen Buchvortrag ein. Mafalda nimmt uns mit auf eine berührende Reise durch ihr Leben, zeigt Authentizität und Mut, Narben als Teil der eigenen Geschichte anzunehmen – und das sogar mit einem Lachen.

Dieser Vortrag wird nicht nur motivierend und bewegend sein, sondern auch ganz genau das unterstreichen, was wir an diesem Tag gemeinsam lernen möchten: Resilienz bedeutet, sich selbst anzunehmen, sich von Rückschlägen nicht unterkriegen zu lassen und dabei immer wieder neu aufzustehen.

Melde dich einfach bis zum 15. Oktober 2026 an, wir freuen auf viele interessierte Landfrauen!

Mit herzlichen Grüßen im Namen der Bildungskommission des Aargauischen Landfrauenverbandes

Lea Fischer

Lea Fischer

Präsidentin Bildungskommission des ALFV

Kosten:

inkl. Schulungsunterlagen, Znüni, Mittagessen und Getränke, für Aargauer Landfrauen: Fr. 85.00

Tagesprogramm Landfrauentagung 2026
Donnerstag, 22. Oktober 2026, LZ Liebegg Gränichen AULA

«Gemeinsam stark durch den Alltag – Bist du dabei?»



- 09:15 Uhr Einlass
- 09:45 Uhr Begrüssung ALFV
- Anschl. Vortrag Resilienzzentrum Schweiz inkl. Kaffeepause
- 11:45 Uhr Mittagessen
- 13.45 Uhr Buchvortrag Mafalda
- Anschl. Dank & Verabschiedung, gemütliches Ausklingen
mit der Möglichkeit, mit Mafalda ins Gespräch zu kommen.



Anmeldung Landfrauentagung vom 22. Oktober 2026

Name:.....Vorname:.....

Mitglied bei den Aargauer Landfrauen: o Ja o Nein

Landfrauen(Dorf):.....Bezirk:.....

Telefon:..... Email:.....

Die Anmeldungen werden nach dem Eingangsdatum berücksichtigt.

Anmeldung bis spätestens 15. 10. 2026 per Mail oder Brief an:

Lea Fischer, Isenbergswil 42, 5637 Geltwil oder biko-alfv@gmx.ch

Bitte sämtliche Angaben wie oben aufgeführt angeben.

für Fragen: 079 471 97 53

Kosten:

inkl. Schulungsunterlagen, Znüni, Mittagessen und Getränke, für Aargauer Landfrauen: Fr. 85.00