

Jahresbericht KöW 2014

ImPuls

„Heilige, Damen, Hexen und Dirnen“ so der Titel unserer **Stadtführung durch Solothurn**. Neblich und feucht war das Wetter, aber der guten Stimmung und den Reisefieber konnte dies nichts anhaben. Susanne Fuster- Kuhn hatte den Tag bis ins letzte Detail geplant und bestens vorbereitet. An der Sankt Ursen- Kathedrale begann die Führung. Uns wurde anhand von Häusern und Winkeln die Geschichten der Frauen erzählt. Ob dies nun die Heilige Verena aus der gleichnamigen Schlucht oder die Königin Berta war, sie alle hinterliessen Spuren denen wir folgten. Wir sahen wo Hexen eingekerkert, gefoltert und verbrannt wurden. Mit einem gemeinsamen Mittagessen wurde der Ausflug offiziell beendet.

Landfrauenzorg

Mit viel Charme und Witz erklärte die grossartige Rhetorikerin, **Danièle Sandoz** worauf es bei einer guten Kommunikation ankommt. Einer spricht und Einer hört zu. Ganz einfach. Oder? Klar!. Wir wissen jetzt ,wer ein Sach oder Appellohr hat reagiert unterschiedlich. Auch der Beziehungsohr- und er Du Ohr Mensch sind verschieden in der Auffassung. Wer diese Theorie versanden hat, hat's einfacher im Alltag.



Ein sehr aufschlussreicher und unterhaltsamer Morgen. Wie immer wurden wir kulinarisch verwöhnt im Stickhof . Für die Kleinsten gab es einen Hort damit alle Interessierten einen entspannten Vormittag hatten.

Gestärkt im Alltag

Dieses Jahr organisierten wir eine Weiterbildung zum Thema: **Frau 40+**

Frau und Herz

Frau Prof.Christine Attenhofer ,von der Klinik im Park in Zürich, berichtete über die Wichtigkeit der Herz Kreislauf Gesundheit, und wie wir diese verbessern oder ändern könnten.

Werde kühn - bevor die Lebenstage abgelaufen sind

Frau Beatrix Böni von der Beratungsstelle“ Beta“ veranschaulichte lebhaft wie wir unsere Kühnheit erlernen können, damit wir cool werden;-) Wie immer war der Saal voll und eine Heiterkeit begleitete uns noch lange.



Tanz der Hormone – Frau im Wandel

Karin Buchs,
Ernährungsberaterin und
Barbara Bütikofer
,Drogistin und Spezialistin
für Frauengesundheit
referierten über allfällige
Beschwerden der
Wechseljahre und wie
diesen entgegnet werden

kann.

Ein herzliches Dankeschön an meine Kommissionskolleginnen. Dank Euch hatten wir ein erfolgreiches KöW Jahr. Starten wir mit Freude und Elan ins 2015!

Karin Keller- Eggenberger