

## Herzliche Einladung zum Februar-Anlass

im Dezember 2022

Liebe Mitglieder

**Wir freuen uns, Sie im Februar zu einem speziellen Anlass einzuladen. Unser Thema: «Gut ist besser als perfekt»**

Wer kennt nicht schon den Spruch: „Mach es einfach so gut wie möglich“. Hinter diesen Worten verbirgt sich nicht selten eine Last, die andere, oft aber auch wir selber, uns aufladen. Wann ist etwas gut genug? Wann darf ich aufhören, wann zufrieden sein mit dem Erreichten? Immer noch besser, noch perfekter...! Das klingt gut! Aber sind wir uns bewusst, welche fatalen Folgen das für uns und unsere Umgebung haben kann?

**Mit diesem Referat wollen wir herausfinden, welche Ursachen unser Perfektionismus hat und wie wir aus diesem Teufelskreis von „immer noch besser“ herausfinden können.**

Unsere Referentin Dr. med. Doris Schneider-Bühler, Ärztin, Therapeutin und Coach ist seit fast zwanzig Jahren in eigener Praxis tätig in den Bereichen Coaching, psychologische Beratung und Schulungen. Sie ist verheiratet und hat zwei Kinder.



Datum: Mittwoch, 16. Februar 2023

Ort: Rathaus Stadtsaal, Rathausstrasse 36, Liestal

Zeit: 18.00 Uhr

Anmeldeschluss: 10. Februar 2023

Anmeldung per Mail: [baselland@frauenplus.ch](mailto:baselland@frauenplus.ch) oder per Telefon: 061 921 60 20

Wir freuen uns, Sie an diesem Anlass willkommen zu heissen und wünschen Ihnen für das neue Jahr nur das Beste und viele glückliche Momente.

Mit herzlichen Grüssen aus Liestal

Elisabeth Augstburger, Präsidentin frauenplus BL