

The background is a complex abstract painting. It features a large green rectangular area on the left side, which serves as a backdrop for the text. The rest of the image is filled with various colors and textures, including a yellow star, a pink heart, a red rose, and a blue face-like shape at the top. The overall style is expressive and somewhat chaotic, with visible brushstrokes and splatters.

Lueg der guet! ...  
hoffnungsvolle Lebens-  
sicht - heute noch denk-  
bar?

Ein Workshop  
Donnerstag, 21. März 2024  
St.Gallen, DenkBar



Evangelisch-reformierte Kirche  
des Kantons St.Gallen

# Lueg der guet! ... hoffnungsvolle Lebenssicht - heute noch denkbar?

**«Ich glaube nicht mehr, dass Angst eine ausreichende Motivation ist, um Veränderungen vorzunehmen ... um uns anzuspornen, brauchen wir auch Hoffnung – wir brauchen eine Vision des Aufschwungs, der Erneuerung, des Wiederaufstiegs.» (McKibben, 1995)**

Hoffnung ist ein sehr aktuelles Thema und essentiell für die psychische Gesundheit und für die gelingende Entwicklung von Menschen jedes Alters. Damit Hoffnung entstehen und diese nachhaltig im Leben von Menschen etabliert werden kann, brauchen wir uns gegenseitig.

Nimm mit nach Hause:

- Warum Verzweiflung ein notwendiger Teil der Hoffnung ist.
- Inspiration für ein konkretes Bild, wie Hoffnung in deine Leben Hände und Füsse bekommt.
- Praktische Überlegungen, Tipps und Anhaltspunkte zur Etablierung von Hoffnung im Alltag.

Sei herzlich willkommen!

Jael Benz, Daniel Schmid Holz,  
Andrea Imper, Daniel Frischknecht

Die Veranstaltungsreihe Gesundheit und Wohlbefinden  
ist ein Projekt der Evang.-ref. Kirche des Kantons St. Gallen.

## Ort

DenkBar  
Gallusstrasse 11  
9000 St.Gallen

## Datum

Donnerstag, 21. März 2024  
19-21 Uhr

## Referentin

Jael Benz, Psychologin und  
Seelsorgerin in Ausbildung

## Veranstalterin

Evang.-ref. Kirche des Kantons St.Gallen  
Arbeitsgruppe „Lueg der guet!“  
Oberer Graben 31  
9000 St.Gallen

## Kosten

Unkostenbeitrag an Abendkasse:  
CHF 10, inkl. ein Getränk

## Auskunft

Katrin Haltner, 071 227 05 30,  
katrin.haltner@ref-sg.ch

## Anmeldung

Mit dem Formular auf [ref-sg.ch/veranstaltungen](http://ref-sg.ch/veranstaltungen)  
[ref-sg.ch/veranstaltungen](http://ref-sg.ch/veranstaltungen)

