

TAGESSEMINAR

SCHWELLENZEITEN IM LEBEN



FÜR MENSCHEN, DIE SICH SELBST UND  
ANDERE BESSER DURCH KRISEN UND  
SCHWELLEN IM LEBEN BEGLEITEN MÖCHTEN

SONNTAG, 05. OKTOBER 2025  
VON 11 BIS 17 UHR IN ST. GALLEN

[www.sabrinagundert.ch](http://www.sabrinagundert.ch)  
[www.antara-stgallen.ch](http://www.antara-stgallen.ch)

# TAGESSEMINAR: SCHWELLENZEITEN IM LEBEN

*Was wäre, wenn du einen Kompass  
durch Lebenskrisen hättest?*

An diesem Tag lernst du, dich selbst gut durch die Schwellen im Leben zu begleiten. Ob nach Tod, Trennung, Kündigung oder Sinnkrise - du weisst hiernach, wie Schwellenzeiten ablaufen, wo du gerade stehst in deinem Leben (Standortbestimmung) und was jetzt hilft, um gut durch diese Lebensmomente hindurchzukommen. Impulse erhältst du auch für die Begleitung von anderen Menschen auf ihrem Weg.

**KLARHEIT · MUT · VERTRAUEN**  
für deinen Weg

Sonntag, 05. Oktober 2025, 11-17 Uhr  
bei Antara St. Gallen,  
Neugasse 30, 9000 St. Gallen  
Preis: Fr. 180.-



Anmeldung bis 20.09.25 an  
[sabrina@sabrinagundert.ch](mailto:sabrina@sabrinagundert.ch)  
[www.sabrinagundert.ch](http://www.sabrinagundert.ch)  
Tel. 0041 41 670 32 00