

Impulstag in der Galappmühle „Im Einklang mit allem, was ist“

Samstag, 10.10.2026 in der Galappmühle Kaiserslautern

Mit Elisabeth Linka und Inge Volz

Ein Tag zum Innehalten, Auftanken und Neu-Ausrichten: Der Impulstag lädt Frauen dazu ein, sich selbst bewusster wahrzunehmen und der Frage nachzugehen, wie äußere Erwartungen das eigene Selbstbild prägen.

„Im Einklang mit mir selbst sein“ – eine Sehnsucht, die viele Frauen teilen. Zwischen innerem Erleben und äußerem Auftreten entsteht oft ein Spannungsfeld: Anpassung, Rollenbilder und Erwartungen beeinflussen, wie Frauen gesehen werden und wie sie sich selbst erleben.

Der Impulstag macht diese Innen- und Außenperspektiven sichtbar. In einem geschützten Rahmen entsteht Raum, die eigene Wahrnehmung zu erkunden, innere Erfahrungen ernst zu nehmen und neue Zugänge zur eigenen Identität zu entdecken.

Elemente des Tages:

- Poesie, Texte und Gespräche
- Tanz, Bewegung und gemeinsames Lachen
- Tönen und Singen
- Körper- und Atemarbeit

Der **Impulstag richtet sich an Frauen** jeden Alters und mit jeder Vorerfahrung, die sich mit Selbstbild, Rollenbildern und Gleichstellung auseinandersetzen möchten.

Sie haben noch Fragen?

Rufen Sie uns gerne an: **0671 – 79 61 22 68**



Termin

Samstag, 10.10.2026
von 10:00 bis 17:00 Uhr

Galappmühle
Tagungs- und Freizeithaus
An der Galappmühle 3
67659 Kaiserslautern



Kosten

55 € pro Person
inkl. Verpflegung



Anmeldung



[www.eveeno.com/
impulstag-
galappmuehle](http://www.eveeno.com/impulstag-galappmuehle)

Eine Veranstaltung der

Landesvereinigung für ländliche Erwachsenenbildung Rheinland-Pfalz e. V. • Burgenlandstr. 7 • 55543 Bad Kreuznach
Tel: 0 671 7961 22 66 • E-Mail: info@leb-rlp.de • Webseite: www.leb-rlp.de