

Emotionale Kompetenzen stärken durch kreatives Schreiben - Worte, die bewegen

In einer Zeit, in der Künstliche Intelligenz (KI) immer mehr Sprache übernimmt, lohnt es sich, die eigene Stimme wiederzuentdecken. In diesem Schreibtraining geht es nicht um Algorithmen – sondern um Authentizität, Kreativität und emotionale Intelligenz.



Wann

Samstag
28. März 2026
09.00 - 16.30 Uhr



Wo

Joweid Zentrum 4
8630 Rüti ZH
Parkplätze vorhanden



Info

055 462 38 28
info@akrotea.ch
www.akrotea.ch



Kursleitung

Sylvia Josko
Digital Trainerin

Anmeldung
bis Fr, 13.03.2026
www.akrotea.ch



Jetzt anmelden



Zielgruppe

Erwachsene, die Schreiben als Werkzeug persönlicher Entwicklung entdecken möchten – für mehr emotionale Stärke, Kreativität und bewusste Kommunikation im beruflichen und auch privaten Alltag

Inhalt

- eigene Gefühle durch freies Schreiben erforschen
- Worte finden für das, was bewegt
- in andere Perspektiven eintauchen und Empathie üben
- Schreiben als Ressource für Resilienz und Klarheit nutzen

Sie erwerben folgende Kompetenzen

- Gefühle bewusster wahrzunehmen
- Emotionen als Ressource zu nutzen
- die eigene Ausdrucksfähigkeit zu stärken und
- empathischer zu kommunizieren

Referentin

Sylvia Josko
Digital Trainerin & Impulsgeberin für emotionale Stärke

Datum

Samstag, 28.03.2026, 09.00 - 16.30 Uhr
Anmeldeschluss ist der Freitag, 13.03.2026
Die Anzahl der Teilnehmenden ist beschränkt. Berücksichtigt wird der Eingang der Anmeldung.

Ort

Joweid Zentrum 4, 8630 Rüti
Das Joweid Zentrum liegt direkt hinter dem Bahnhof Rüti.

Preis

- **Fr. 250.–** (inkl. Kursunterlagen, exkl. Verpflegung)