



Männerinsel

Seite 2



Eisberg voraus!

Seite 3



EinMann

Seite 4

MÄNNER aktuell

Kämpfer

von Michi Dufner

Ich bin ein Kämpfer, ich habe schon als Kind gelernt, dass ich alles erreichen kann, wenn ich nur will. Mein Lehrer hatte damals in der 6. Klasse gesagt, ich würde es nie in die Sekundarschule schaffen.



Michi Dufner

Also lernte ich – ich wollte es dem Lehrer zeigen. Und siehe da, unter den Schülern, die eine Aufnahmeprüfung absolvieren mussten, um in die Sekundarschule zu kommen, war ich der Beste. Wenn mir jemand sagte: «Das kannst du nicht!», dann wollte ich ihm das Gegenteil beweisen.

Aber ist diese Haltung gesund? Führt sie nicht unweigerlich zu Überforderung? Ich glaube nicht, aber sie

beraubt uns einer wichtigen Lektion, welche ich etwas später in meinem Studium lernen durfte.

Gerne im Mittelpunkt

Ein Lehrer meinte zu mir vor der ganzen Klasse: «Michi Du stehst einfach gerne im Mittelpunkt».

Ich weiss nicht mehr wieso, aber diese Aussage traf mich so unerwartet, dass es sich wie ein Angriff des Lehrers anfühlte der mir sagte: «Du schaffst das nicht.» Unbewusst schaltete es in mir in den Kampfmodus. Vor der ganzen Klasse führte ich ein Streitgespräch mit dem Lehrer. Doch dieser blieb ganz locker und ruhig, und sagte: «Michi, ich sage es noch einmal: Du stehst gerne im Mittelpunkt!»

Michi, Michi, echt jetzt...

Mit einem ziemlich grossen Ärger im Bauch fuhr ich im Zug nach Hause. Ich betete: «Jesus, du

siehst diesen saudummen Lehrer. – Zeig ihm, dass es nicht so ist, dass du mein Mittelpunkt bist und nicht ich selbst!» Natürlich kam noch einiges anderes, was ich Jesus auch noch sagte, was aber hier nicht erwähnt werden soll... :-). Nach dieser «Seelenleerete» wurde ich ruhiger. Und so versuchte ich auf Jesus zu hören. Doch der redete nicht, sondern ich meinte zu spüren, dass er mich einfach nur «anschnitzelte», so im Sinn: Michi, Michi, echt jetzt... wieso ärgerst du dich, wenn es... und dann meinte er zu mir: «Michi, was ist, wenn dein Lehrer recht hat und ich ihn geschickt habe dir das zu sagen?»

Jeder will der Grosse sein

Mein Gebet wurde wieder emotional: «Was Jesus, du bist doch mein Freund, fall mir jetzt nicht auch noch in den Rücken!

Das ist doch nicht wahr, du kennst mich, ich liebe dich und du stehst bei mir im Mittelpunkt!» Nach ein paar weitem Gebetssalven hatte ich mich beruhigt und äusserte: «Wenn er recht hat, Jesus, dann sag es mir bitte direkt, nicht über diesen ‘doofen’ Lehrer.» Und Jesus bestätigte: «Michi, du stehst gerne im Mittelpunkt.» Nach ein paar Minuten redete er weiter:

«Michi, weisst du was, das ist normal – jeder steht gerne im Mittelpunkt. Jeder will der Grosse, will bedeutungsvoll sein. Will gesehen und ge-

Fortsetzung auf Seite 2

EDITORIAL

Wie toll ist es doch in diesen Tagen, wieder ohne die Gesichtsmaske unterwegs zu sein. Den Mitmenschen wieder ins Gesicht zu sehen und ihre Mimik zu erleben ist etwas Wunderbares. Verständlicherweise müssen wir uns auch an diese Situation gewöhnen und es gibt Menschen, die sich – und das darf auch sein – nach wie vor mit einer Gesichtsmaske schützen wollen.



Mit der Verschiebung des Männerwochenendes in die warme Jahreszeit geben wir jedem Mann die Chance, mit dabei zu sein, ohne wegen Coronagründen auf eine Teilnahme verzichten zu müssen. Am Wochenende haben wir dann sicher die Gelegenheit, uns über das Kämpfertum von Michi Dufner, die von Raymond beschriebenen Eisberge oder das EinMann Sein auszutauschen.

Die Artikel bieten Gelegenheit zum Sinnieren, sich Gedanken zu machen und zu erkennen, dass sich Gottes Wesen uns immer mehr offenbart. Viel Tiefgang beim Lesen!

Wir freuen uns auch immer wieder über ein Feedback 😊 und über eine Begegnung mit dir vom 17.–19. Juni im Ländli in Oberägeri.

Bhüet öich Gott
Martin Schär

Männerwochenende
17.-19. Juni 2022
reloaded Jason Riley

«Halo Gott»
Ich bin's!

MÄNNERFORUM
wird miteinander unterwegs
LÄNDLI
Hotel und Seminarhaus Oberägeri

Mehr Infos:

Jetzt Online anmelden

<https://hotel-laendli.ch/seminare/maennerwochenende/>

Kämpfer

Fortsetzung von Seite 1

hört werden, will Einfluss haben. Jeder will mit seinen Stärken glänzen.»

Ich wäre so gerne sein Held

Mein Herz zerbrach, so wollte ich doch nicht sein. Ich wäre so gerne sein Held, der Held für meine Frau, für meine Kids, für mein Umfeld, für meine Mitarbeiter.

Unweigerlich kam mir die Situation von Petrus in den Sinn: Er wollte auch der Held von und für Jesus sein. Er wollte auch zu ihm halten. Und dann merkte er, dass ihm sein Leben wichtiger war, als er dachte. Genauso erging es mir. Ich weinte, es traf mich.

Ich liebe dich trotzdem

Alles Beweisenwollen half nicht... die Wahrheit kam von Jesus. Und dann passierte etwas Wunderbares in diesem Moment meiner Verzweiflung und meiner Selbsterkenntnis! Ich vergleiche es heute gerne mit der Erzählung, als Petrus zusammen mit Jesus am Seeufer Fisch ass. Jesus kam zu mir und sagte: «Michi, es ist okay. So wie du bist, ist es okay. Ich liebe dich trotzdem.»

Anerkennung durch Jesus

Das hat mich umgehauen. Dann sagte er noch: «Michi, bei mir wirst du immer im Mittelpunkt stehen, bei mir bekommst du Anerkennung,

wie du sie von keinem Publikum kriegst.» Es war ein echt herzveränderndes Moment. Ich habe bis dahin schon oft gehört, dass Jesus mich liebe, dass er mich bedingungslos liebe, dass er mich annehme wie ich bin – aber in diesem Moment rutschte es runter in mein Herz.

Liebe ohne Leistung

Ich habe seine Güte gespürt und erlebt. Güte Gottes, die sich mir zuwendet, ohne dass ich etwas leiste – ohne dass ich mich behaupten kann oder muss. Ja, Güte, die in meiner Schwachheit, in meiner Zerbrechlichkeit und in meiner Trauer über mich selbst zur Veränderung führt und nicht mein Beweisenwollen oder mein Besserkönnen.

Schwachheit zulassen

Ist es wichtig Schwachheiten zuzulassen? Unbedingt – und ich lerne es immer noch. Ein Schlüssel: Nimm "Trigger Momente" an und besprich sie mit Jesus.

Das veränderte nicht nur mich, sondern auch mein Umfeld. Meine Kinder haben schon so oft gefragt: «Papi, was ist mit dir passiert?» Meine Antwort: «Gottes Güte ist mir in meiner Schwachheit begegnet und hat mich verändert.»

Nachdem ich die Geschichte erzählt

habe meinten sie «Gell Papi, wir haben einfach einen guten Jesus.» Und was bleibt mir da noch zu antworten? «Ja, wir haben den BESTEN Freund,

den wir uns vorstellen können».

Kontaktiere den Autor unter michael.dufner@feg.ch

Männerinsel

Einzigtartiges, geschlechterspezifisches Therapieangebot zur Krisenbewältigung in der Klinik SGM Langenthal.



Die Privatklinik SGM Langenthal bietet ab April 2022 ein neues stationäres Angebot für Männer in einer psychischen Krise an – primär für Männer im Alter zwischen 45 und 60 Jahren. Die Behandlungen widmen sich männerspezifischen Fragestellungen im entsprechenden Krankheitsbild. Obwohl die

Nachfrage nach einem psychotherapeutischen Angebot spezifisch für Männer besteht, existiert ein vergleichbares Angebot in dieser Form nirgendwo in der Schweiz.

Die Klinik SGM Langenthal (Stiftung für Ganzheitliche Medizin) ist eine anerkannte Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik mit stationären und ambulanten Behandlungsangeboten.

Viele der klinischen Angebote sind nicht auf die spezifischen Bedürfnisse von Männern ausgerichtet. Diese haben meist andere Bedürfnisse als Frauen und darum wird dem mit einem geschlechterspezifischen Therapieangebot Rechnung getragen.

Wie kann man mit den Herausforderungen mitten im Leben umgehen? Etliche Männer geraten in der Lebensmitte in eine Krise, welche in eine Erschöpfungsdepression oder in andere schwere psychische Leiden münden kann.

Was macht den Mann resilienter? In einem stationären Klinikaufenthalt wird er eine offene Männergemeinschaft erleben, in der die vielschichtigen Herausforderungen an den Mann ehrlich ausgesprochen werden. Als Verbündete gehen die Männer gemeinsam einen heilsamen Weg. Durch fachmännische Begleitung von Ärzten, Therapeuten und Pflegefachpersonen kann eine hilfreiche Reflexion über Lebenswerte und Lebensstil stattfinden, welche aus dem Burnout heraus hilft. Diverse kreative Therapien und Sportmöglichkeiten ergänzen das Angebot. Der Klinikaufenthalt wird von der Krankenkasse finanziert.

www.klinik-sgm.ch

Wow! – Finanzen / Spenden

Wenn wir auf das vergangene Jahr zurückschauen, dann können wir nur ausrufen: Wow! Welch grossen Gott wir doch haben und ja, wir verstehen nicht alle seine Wege. Wir sind einfach dankbar für das, was wir mit IHM erlebt haben.

Wir alle haben ein herausforderndes Corona-Jahr hinter uns. Es gab für uns u.a. die Rückschläge mit der Absage resp. der Verschiebung des Männerwochenendes auf Anfang Juli und der Absage des Männertages sowie die finanziellen Herausforderungen.

Und dann aber auch die Aufsteller gerade am verschobenen Männerwochenende u.a. mit fünf Taufen im See, den gelungenen Alternativen zum Männertag, den sehr vielen ermutigenden E-Mails unserer Freunde und dann natürlich der so erfreuliche und

sehr grosszügige Spendeneingang mit kleinen bis sehr grossen Beträgen, die uns das grosse Finanzloch aus dem 2020 auffüllte. Wir können nur staunen und sind total dankbar ob all der Treue unseres Gottes und auch der unserer Freunde, die uns immer wieder mit Gebet, ermutigenden Feedbacks und Finanzen unterstützen.

Wir sind guten Mutes ins neue Jahr gestartet und freuen uns auf das in den Juni verschobene Männerwochenende und natürlich auch auf den Männertag am 29. Oktober. Der finanzielle Bedarf wird uns auch dieses Jahr herausfordern, aber wir

sind zuversichtlich, dass wir wieder auf eine breite Unterstützung durch euch Männer zählen dürfen.

Wir ermutigen dich, einen Dauerauftrag einzurichten und unsere Arbeit auf diese Weise regelmässig zu unterstützen. Auch kleine Beträge schätzen wir sehr. Und natürlich freuen wir uns über jede Einzelspende.

Wir danken dir für dein Mittragen.

Herzliche Grüsse
Raymond Schmid



MÄNNERFORUM
wach miteinander unterwegs

Eisberg voraus!

von Raymond Schmid

Ziemlich schockiert sitze ich da und höre dem Bericht eines Mannes über sein enormes zeitliches Berufsengagement zu. Er ist verheiratet und Vater von zwei Vorschulkindern. Und er ist nicht der Einzige. Immer wieder höre ich in meinem Umfeld von analogen Situationen. Doch diese Begegnung hat mich aufgerüttelt. Sofort kam mir das kürzlich gelesene Buch von Carey Nieuwhof «Eisberg voraus!» in den Sinn.



Raymond Schmid

Schockiert war ich deshalb, weil ich seine Frau mit den beiden Kindern beobachtete, die mir mit stoischer Miene gegenüber sass. Natürlich verstehe ich die

geschäftliche Situation, die nicht so geplant war, aber bereits seit Monaten anhält.

Es liegt mir fern, sein Engagement im Beruf und dadurch das Kaum-Engagement in seiner Familie zu werten oder zu kritisieren. Doch war ich innerlich aufgewühlt und beschloss, einerseits das Thema fürs «Männer aktuell» aufzugreifen und andererseits diesem Mann das erwähnte Buch zu schenken.

Eisberge gibt es überall...

Carey Nieuwhof schreibt nicht nur zur eben erwähnten Thematik. Er analysiert sieben Themen und nennt diese «Herausforderungen, die uns kalt erwischen, obwohl sie zu erwarten waren». Es geht also nicht nur um die Zeiteinteilung zwischen Beruf, Familie und ehrenamtliches Engagement. Eisberge können überall in unserem Leben auftauchen.

...doch nur 1/10 ist sichtbar!

Für mich ist die einleitend beschriebene Situation eine dieser Eisbergbegegnungen. Wir sehen den Eisberg, wissen, dass nur 1/10 davon sichtbar ist und sind erstaunt, wenn es kracht. Eisberge können unter dem Wasser ungeahnte Ausdehnungen haben und sind darum für Schiffe sehr gefährlich. Tragisch und möglicherweise tödlich ist es dann zusätzlich, wenn, wie bei der «Titanic», der Crash bagatellisiert wird.

Matthäus 6,33

In meinem Berufsleben habe ich viel gearbeitet und mich zusätzlich ehrenamtlich engagiert. Ich hatte aber sehr früh eine grundsätzliche Entscheidung getroffen: Meine Familie ist wichtiger und hat Priorität vor

meiner beruflichen Karriere und meinem ehrenamtlichen Engagement. Mein Motto basierte auf dem Vers aus Matthäus 6,33:

«Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen».

Wichtig zu erwähnen ist, dass für mich das Reich Gottes mein ganzes Leben umfasst und ich selbst die Prioritäten setze. Reich Gottes ist für mich u.a. dort, wo wir als Christen unsern Glauben natürlich und bewusst leben.

Mit anderen Worten, dass ich meine berufliche Tätigkeit nicht als «weltlich» sah, sondern als meinen Beitrag/Mitbauen am Reich Gottes. Ich setzte einfach die oben erwähnten Prioritäten.

Ob diese immer erfolgreich umgesetzt wurden, überlasse ich andern zu beurteilen. Sicher ist, dass mich Gott in vielfacher Hinsicht sehr gesegnet hat, auch wenn ich seine Wege nicht immer verstanden habe. Und ich rieb mir hie und da die Augen und konnte Gottes herausfordernde und leidvolle Wege nicht verstehen.

Self-Management

Aber es geht nicht nur um Zeitmanagement. Eisberge können überall auftauchen. Beispiele gefällig? Die Schlagseiten meines Charakters, mein Umgang mit Social Media, wie

ich Elektronik nutze, meinen Körper in Schwung halte und auf meine Psyche achte. Und natürlich auch mein geistliches Leben pflege.

Schau genau hin!

Ich fordere dich, lieber Leser, gerade jetzt dazu auf, deinen Blick über «das Wasser deines Lebens» gleiten zu lassen und gut hinzuschauen. Siehst du eine blau schimmernde Stelle? Schau genauer hin, denn möglicherweise ist es ein Eisberg. Sei ehrlich und objektiv und lass dich nicht von der Sonne blenden. Und denke daran, du siehst nur einen Zehntel. Darunter kann es echt heimtückisch sein.

Mutig voran

Oder du fragst mutig einen Freund, eine Freundin (das kann auch deine Frau sein 😊) oder wenn du Kinder hast, dann sagen sie dir möglicherweise sehr offen, ob sie solche Eisberge in deinem Leben erkennen.

Andere zu fragen ist für den einen oder andern schon ziemlich Hardcore. Darum ein niederschwelliges Angebot: Lies das oben erwähnte Buch! Ich bin sicher, dass dich dieser oder jener Aspekt anspricht und du gefordert bist genauer hinzuschauen.

Gott schenke dir einen klaren Blick!

Kontaktiere den Autor unter info@maennerforum.ch

Hallo, verstehst du mich? Wirklich?

(rs) Jeden Tag kommunizieren wir mit andern Menschen. Im kostenlosen eMagazin Ausgabe 9.2 gehalt|voll findest du in vielen kurzen und gehaltvollen Beiträgen sehr hilf- und lehrreiche Inputs zum Kommunizieren.



<https://gehaltvoll-magazin.de/>

BUCH-TIPP

Eisberg in Sicht



Fast jeder kennt Situationen im Leben, in denen uns Krisen so kalt erwischen wie der Eisberg die Titanic. Doch kommen sie

wirklich immer aus heiterem Himmel? Und müssen sie zwangsläufig zur Katastrophe führen?

Carey Nieuwhof, kanadischer Pastor und Podcaster, hat persönlich erlebt, wie plötzlich und unerwartet eine solche Krise hereinbrechen kann. Hier stellt er sieben Eisberge vor, die unseren Lebensweg kreuzen können: Er identifiziert sie als Pessimismus, faule Kompromisse, Beziehungsverlust, Bedeutungsverlust, Hochmut, Burn-out, Leere.

Alle diese Krisen können dazu führen, dass wir unseren Lebensmut und unseren Glauben infrage stellen und innerlich zerschellen. Nieuwhof ermutigt, sich mit diesen Themen auseinanderzusetzen, um auf Eisberg-Kollisionen vorbereitet zu sein. Und er hilft, neue Wege voller Zukunftshoffnung zu entdecken, wenn die Krise bereits zugeschlagen hat.

Wie können wir also heute schon die Weichen stellen, damit es uns morgen noch gut geht?

Artikel-Nr. 332235

CHF 23.00 www.fontis-shop.ch

Herausgeber:

Männerforum

Redaktion: Raymond Schmid (rs),
Mathias Suremann (msm)

Männerforum

Tösstalstrasse 23, CH-8400 Winterthur

Tel. +41 52 397 70 07

info@maennerforum.ch

www.maennerforum.ch

www.facebook.com/maennerforum

PC 85-57621-2, BIC: POFICHBEXXX

IBAN: CH57 0900 0000 8505 7621 2



EinMann

Hey, ich bin EinMann. Ja, richtig gehört, ich bin ein Mann. Einer von vielen, einer von Milliarden Männern. Wenn ich mich so anschau inmitten all der vor mir Lebenden und der jetzt und nach mir Lebenden, was bin ich dann schon?



Werner May

Ein Wassertropfen in einem weiten Meer –, aber doch ein Wassertropfen, ohne den das Meer nicht wäre. Da mache ich mir nichts vor, die paar hundert Menschen, die mich zurzeit kennen, lassen sich in fünfzig Jahren an zehn Fingern abzählen und in hundert Jahren spricht keiner mehr von mir.

Nicht der Nabel der Welt

Das ist so, das ist jetzt kein Gejamere. Diese Sichtweise hat auch etwas Entspannendes: Ich bin nämlich nicht der Nabel der Welt. Ich muss mir keinen Stress machen, dass die Zukunft dieser Erde von mir abhängt, oder die Zukunft der Kirche. Das setzt mich frei, nicht zu vergessen, meine Erdentage auch zu geniessen.

Irgendwie ist es doch schön, einer von vielen zu sein, das heisst ja auch, mein bescheidener Beitrag wird durch Millionen ähnlich bescheidener Beiträge ergänzt, ja, und das kann dann schon mal zusammen eine Überschwemmung ergeben.

Ich bin einzigartig!

Aber die Silbe «ein» steckt auch in «einzigartig». Kein Wassertropfen ist mit einem anderen völlig identisch. So bin auch ich einzigartig. Wenn es mich nicht gäbe, dann würde ein Stück Farbe auf dieser Erde

fehlen! Ich kann Dinge tun, Gedanken denken, Träume träumen, Mann sein, wie nur ich es kann, niemand anders! Ich bin einzigartig.

Odertäusche ich mich doch? Manchmal erwische ich mich, wie meine scheinbare Einzigartigkeit sich mehr als typisch entpuppt, typisch für mein Alter, für meine Nationalität, für mein Geschlecht, für meinen Berufsstand, usw.

Was bleibt dann noch übrig?

Viele meiner Einzigartigkeiten teile ich mit anderen, merke es nur meistens nicht. Was bleibt dann noch übrig? Vielleicht bin ich nicht mehr als die einzigartige Kombination all dieser Gemeinsamkeiten? Da muss es doch etwas anderes geben.

Wie steht es damit: Ich bin Ich, als ein Gedanke Gottes, mit einem Namen. Der Name steht für meine ansprechbare Einzigartigkeit, für mich als Person, als Persönlichkeit. Nun, diese Einzigartigkeit zu finden, hat natürlich einen gewissen Reiz und Attraktivität, liegt aber doch recht nahe bei einem mehr intellektuellen oder spirituellen Egotrip.

Auf den Punkt gebracht

Lasst es mich auf den Punkt bringen, schliesslich bin ich ja der EinMann: Mein Geheimnis liegt in dem Einzigartigsein und -werden für andere, weil ich ihren Ruf höre. Nur aus diesem Antworten heraus bin ich wirklich Ich.

Die selbstlose Hingabe ist es, die mich mich zutiefst finden lässt, letztlich nicht angestrebt, sondern als Geschenk: Wer sein Leben verliert, wird es gewinnen. Gott hat mich bei meinem Namen gerufen. Meine Einzigartigkeit besteht darin, diesen Ruf zu hören, darauf zu reagieren und mit meinem Leben in der Hingabe zu antworten. Dabei bleibt Gott an meiner Seite. Und übrigens, dieser gemeinsame Weg führt in die «Ewigkeit».

Der ewige EinMann

Kontaktiere den Autor unter info@gehaltvoll-magazin.de

DATEN

Männerforum Wochenende

17.-19. Juni 2022
www.maennerforum.ch

Männerforum Männertag

29. Oktober 2022
www.maennerforum.ch

Vater-Sohn Erlebniswochenende

10.-12. Juni 2022
www.jmemwiler.ch

neu ermutigt vorankommen

von Martin Schär

Vor ein paar Monaten hat mich Thomas Neukomm kontaktiert. Er war vor ein paar Jahren für kurze Zeit im Vorstand vom Männerforum. Wir wollten uns wieder einmal treffen.



Gleichzeitig hat er mir angeboten, ein Stärkencoaching mit CliftonStrengths Assessment (zu finden unter gallup.com/cliftonstrengths/de) durchzuführen. Da ich dies vor etwas mehr als 10 Jahren mal bei jemand anderem gemacht hatte, interessierte mich, was sich in dieser Zeit verändert hat und wie Thomas dies mit mir durchführen wird. So füllte ich im Vorfeld den Test aus.

Aus den 34 sogenannten Talentthemen hat mir Thomas meine 10 am stärksten ausgeprägten Talente, eben meine Stärken, näher erläutert. Sich dieser Stärken bewusst zu sein und sich diese zu verinnerlichen, tut in erster Linie einfach mal gut. Wieviel sind wir sonst mit unseren Schwächen und Unzulänglichkeiten konfrontiert oder beschäftigt! Teilweise sind wir uns dieser Stärken bewusst, andere schlummern vielleicht

nur so dahin. Wenn jemand dies in einem Gespräch erläutern kann und in einen Zusammenhang stellt, ist das Ermutigung pur. Zusätzlich hat Thomas das Gespräch per Audio aufgenommen und mir im Anschluss zur Verfügung gestellt. Sollte ich also wieder mal Zweifel an meinen Talenten/Stärken haben, kann ich es mir wieder anhören und mir dieser wieder neu bewusst werden.

Ich bin überzeugt, Gott hat uns Stärken gegeben. Diese dann nach seinem Willen einzusetzen ist das beste, das wir tun können. Oder wie war das nochmal mit den uns anvertrauten Talenten, wie im Gleichnis in Matthäus 25, 14-30 beschrieben? Jedenfalls kann ich so ein Stärkencoaching nur empfehlen, es ist gut investierte Zeit. Und wie Thomas auf seiner Homepage schreibt: neu ermutigt vorankommen, ist eine der schönsten Erfahrungen.

Nähere Informationen findest du unter www.nevkomm.ch.

Antwort- / Bestell-Talon Ich bestelle/wünsche:

- Männer aktuell** – Info-Blatt des Männerforums, gratis, 4x/Jahr
- Füürposcht** – Input für Männer-Gruppen oder für die persönliche Themenvertiefung, erscheint 11x/Jahr, per E-Mail (CHF 25.- /Jahr)
- Bitte schickt mir **Flyer vom Männerwochenende** vom 17.-19. Juni 2022

Oder online unter www.maennerforum.ch

Vorname / Name:

Strasse / Nr.:

PLZ / Ort:

Tel.:

E-Mail:

Datum/Unterschrift:



MÄNNERFORUM
wach miteinander unterwegs

MÄNNER 03 | 2022
aktuell