

Resilienz & Achtsamkeit: Ein Podiumsgespräch über Erfolgsrezepte

mit Nick Alpiger (Spitzenschwinger), Sabina Freiermuth (Präsidentin FDP AG und Mutter) und Jörg Kyburz (dipl. Achtsamkeitslehrer und ehem. «Mister Bareggstau»)

Im Rahmen der jährlich stattfindenden «Seetalgespräche» lädt die FDP Ortspartei am **Mittwoch, 14. Mai 2025 um 19:30 Uhr im Seehotel Hallwil, Beinwil am See** herzlich ein, zu einer Podiumsdiskussion zum Thema Resilienz & Achtsamkeit: Erfolgsrezepte. Der Anlass ist bewusst überparteilich und kostenlos, alle sind willkommen und wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!

Zu den Gästen:

Nick Alpiger ist Spitzenschwinger aus Seon und hat als Kranzschwinger seit 2016 bereits viele nationale Erfolge gefeiert. Seine bislang grössten Erfolge sind sein Sieg am Innerschweizer Schwingfest 2019 und der zweite Platz am Eidgenössischen Schwingfest 2022 in Pratteln. Er wird über seine ganz persönlichen Methoden berichten, u. a. wie er vorgeht, um seinen Gegnern schon bei der Vorbereitungsphase «einen Schwung» voraus zu sein, aber auch wie er Zwischentiefs erfolgreich verarbeitet

Sabina Freiermuth, Präsidentin FDP Aargau steht für alle Frauen, die ihren Beruf, ihre ausserkurrikulären Aktivitäten und die Familie erfolgreich unter einen Hut bringen und welche Herausforderungen dabei bestehen. Sabina Freiermuth ist Mutter von zwei Kindern, Leiterin Administration/Buchhaltung in einer Anwaltskanzlei, Parteipräsidium und Grossrätin des Kantons Aargau.

Jörg Kyburz, dipl. Achtsamkeitslehrer, ehemaliger «Mister Bareggstau», aus Lenzburg beleuchtet das Thema mit seiner Erfahrung und Tätigkeit als Coach, Dozent und Geschäftsführer der Akademie für Achtsamkeit und Resilienz aus wissenschaftlicher Sicht und zeigt uns Ansätze, die funktionieren, aber auch solche, die eher zum Scheitern verurteilt sind.

Moderiert wird der Abend von Peter Lenzin, ehemaliger Gemeindeamman Beinwil am See und Marc Lehmann, Gemeinderat in Beinwil am See. Beim anschliessenden Apéro besteht die Gelegenheit zum persönlichen Austausch.

Der Eintritt ist gratis und wir freuen uns über eine rege Teilnahme. Anmeldung erwünscht an Peter Lenzin pele1@bluewin.ch, aber auch Spontanteilnahme möglich.

Im Namen des Vorstandes FDP OP Beinwil am See - Birrwil