

# Themennachmittag Sozialberatung "Lebensfreude" mit Nina Müller

Mittwoch, 10. Juni 2026, 14.00 Uhr  
Mehrzweckraum

Als Lebensfreude-Coach mit viel Erfahrung zeigt Nina Müller, wie Sie mit einfachen Methoden und kleinen Veränderungen im Alltag wieder Zugang zu Ihrer Lebensfreude bekommen.

Das Motto ist: «Raus aus dem Sumpf,  
rein in die Begeisterung.» Herzlich willkommen!

Voranmeldung ist erforderlich.  
Teilnehmerzahl begrenzt.

[www.guthirt.ch](http://www.guthirt.ch)



**Pfarrei Guthirt**  
Guthirtstrasse 3–7  
044 279 10 50  
8037 Zürich

# Inhalt:

- Glaubenssätze über das Leben – wir nehmen sie unter die Lupe
- Jeder hat seine individuellen Freudequellen
- Musik als Hilfsmittel nützen – Tipps für den Erfolg
- Dein Fahrplan für die Freude
- Austausch & Geheimtipps



Nina Müller, Lebensfreude-Coach und Sängerin

Falls vorhanden, bringt bitte eure Handys (Natels) mit.

So erreichen Sie mich:

- per Telefon: 044 279 10 57
- per Mail: [cweiss@guthirt.ch](mailto:cweiss@guthirt.ch)
- offene Sprechzeit: MO und MI von 9-12 Uhr
- Andere Termine nach vorheriger Absprache

Carsten Weiss, Dipl. Sozialarbeiter FH