

Gleichstellung Aargau lädt ein am

**04.05.2026 um 19.00 Uhr
in die Migros-Klubschule Aarau**

19.00 Uhr Statutarische Mitgliederversammlung

20.00 Uhr Referat und praktische Tipps durch

- **Nicole Schäuble, ninetostrive GmbH**

**Work-Life-Balance und Care-Arbeit – strukturelle
Hindernisse - und wie bleibe ich trotzdem gesund?**

Die Vereinbarkeit von Beruf & Familie steht in vielen
Diskussionen – in der Schweiz wie im Aargau – im Zentrum
von Gleichstellungsfragen.

Wie bleibt man bei Doppelbelastung gesund?

- Was tut mir gut?
- Wie kann ich gesund bleiben?
- Welche Faktoren stören meine Gesundheit und
bedürfen viel Aufmerksamkeit?

Diskussionsrunde

Anschliessend Apéro und Austausch mit der Referentin.
Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.

www.gleichstellung-aargau.ch

Unsere Referentin



Nicole Schäuble
Founder, Holistic Health & Longevity
Coach
ninetostrive GmbH

