

## Na sèra ma por les ères cun Nicole Rupp

La Cassa Raiffeisen Val Badia à metù a jì en jòbia, ai 28.11.2013 na manifestaziun daldöt particulara dal titul "scioldi - pinsiers - emoziuns". Grana la partezipaziun da pert dles ères dla Val Badia



Le team dla Cassa Raiffeisen Val Badia cun düc chi che à portè pro al garatè dla serada. (Dötes les fotos: Freddy Planinschek)

La Ila - Tl zënter dl'atenziun el Nicole Rupp, na esperta dl coaching di scioldi. So referat, scëmpl mo dër pregnant, à dè n gröm de impuls de sciöche an po mudé vijiun ti confrunc di scioldi. Important el che an s'un stais sauri, che an reconesces la gran richèza che an à. Chèsta ne mës pa nia dagnora ester sot a forma de monèda. Ince podè se gode le tēp che an à, savèi da fà portè i talēnc che an à po ester na forma de richèza. Bëgnester y qualità de vita é ci che an mës porvè d'arjunje. Spo él anfat sciöche an le fej.

Nicol Rupp à sciurè sò n gröm de domandes liades ala relaziun che l'era à cun i scioldi. La monèda inçessa nà degöna valüta. Impormò canche an se relazionèia imparà pora diventè importanta. Y chilò

él interessant da odèi ci relaziun che an à instèsc cun i scioldi. Feji bel o burt imparà? Ài ligrèza imparà o me dodì sce i nen ciafi? Co punse pa di scioldi? Belanfat sciöche les ères vèiga i scioldi. Ares à te vigni caje rajun. Sce an pēnsa che i scioldi portes strès, spo portì dessigü strès. Sce an arata che ai portes bëgnester, spo portì bëgnester. Co fósse pa sce an ponsass positivamēter di scioldi? I scioldi é dagnora lià a n pinsier. Aladò de sciöche an pēnsa, se trasformèia spo ince i scioldi. Sentimēnc positifs porta a d'augmentè la richèza. Y les emoziuns po möie i scioldi. Se tēmon, spo pon blocchè le flus monetar tla direziun che an oress che la monèda jiss. Eco çiodiche al é important che an svilupèies na bona consapevolèza

de sciöche an pēnsa. Y cun chèsta consapevolèza pon spo ince mudé la posiziun che an à.

Do le referat dla esperta Rupp é Franco Bertoldi ciamò jü ite en cört sön la importanza dla previdēza integrativa y sön les mudaziuns che gnarà tl dagnì le chèsc setur.

Feminila sambëgn ince la cornisc musicala: Marlene Schuen y Maria Moling adöm cun so compagn Nik à abeli la sèra cun de vigni sort de melodies fines y armoniches. Cun sü intervènc é les Ganes soligné ciamò deplü la importancia feminila tla sozieté.

Döt le team dla Cassa Raiffeisen cun a é le direttur Hubert Obwegs à salpü da ti pitè al publich feminil na sèra alternativa y dessigü ince n gröm de impuls de sciöche an po se relazionè cun i scioldi. (dv)



Na Çasa de Cultura implida feter deplēgn al feminil, por la serada "Scioldi - pinsiers - emoziuns".



Cornisc musicala garatada cun les döes Ganes Marlene Schuen y Maria Moling, y so compagn Nik.



La referēnta prinzipala Nicole Rupp.