



Herzliche Einladung zum GFK-Erlebnistag am 03. Oktober 2023

Das Augsburgere GFK-Netzwerk lädt zu einem **Erlebnistag** der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg.

Im **Siebertisch Wald** in Augsburg wollen wir mit Abenteuer und spielerischen Mitteln, Elemente der GFK einfach und lebensnah erfahrbar machen.

Treffen für den 1. Teil um **9.50 Uhr** am Parkplatz der **Sportanlage Süd, Ilsungstraße 15b 86161 Augsburg**. Danach sind wir im Siebertischwald an der grünen Basilika
(<https://www.google.com/maps/place/Gr%C3%BCne+Basilika/@48.3437588,10.9115565,17z/data=!4m1!1m8!3m7!1s0x479e986cfd7371f9:0x81d7dfa510a210f9!2sIlsungstra%C3%9Fe+15.+86161+Augsburg!3b1!8m2!3d48.3401045!4d10.9108544!16s%2Fq%2F11c5k727f!3m5!1s0x479e981378adec7f:0x391e2d0a5e3ecf24!8m2!3d48.3435021!4d10.9147108!16s%2Fq%2F11ddytd2?entry=ttu>)

Für die Pausen für den eigenen Bedarf Picknick und Sitzkissen oder Decke mitbringen.

Wir legen keine festen Preise für eure Teilnahme fest, sondern bieten euch die Kurse auf **Spendenbasis** an.

Alle sind willkommen und können mitmachen.

Wir freuen uns über verschieden große finanzielle Unterstützung beim Anliegen unseres Netzwerks, **GFK in der Welt zu verbreiten**.

Beginn 10 Uhr (Teil 1 bis ca. 12 Uhr) mit Christoph

Wir laufen zum Wald und treffen dort auf den "MOORPFAD". Ein Weg durch unheimliches Gelände mit herausfordernden Umständen will gemeistert werden! Ob da alle heil ankommen?

Das "Wie" ist die Frage und nach etwa 40 Minuten Knobeln, Spannung, Gemeinschaft und Scheitern (vielleicht auch etwas verzweifelt) wird die Gruppe das rettende Ufer erreichen. Danach teilen wir die Erfahrungen und verknüpfen die Geschehnisse mit den 4 Bausteinen der GFK.

Geeignet für Interessierte von 12-99 Jahre.

Anmeldung bis 30. September über Christoph Müller, E-Mail: gfk-c.mueller@outlook.com

13 Uhr (Teil 2 bis ca. 15 Uhr) mit Shahin (Treffpunkt 10 Minuten vorher grüne Basilika)

Wir starten mit einer Meditation, kommen mit uns selbst in Verbindung und hören unserem Körper mit der GFK zu. Mithilfe mehrerer Gruppenübungen und Austausch darüber erlebt ihr, wie die GFK wirken kann und erlangt dadurch ein tieferes Verständnis für die GFK und die einzelnen Schritte.

Anmeldung bei Shahin Petzold, E-Mail: shahin.petzold@gmail.com

16 Uhr (Teil 3 bis ca. 18 Uhr) mit Susanne (Treffpunkt 10 Minuten vorher grüne Basilika)

Unser Gehirn läuft zur Hochform auf, wenn wir es spielerisch nutzen. Freiraum für Lebensfreude und Neues kann entstehen. Potentiale können sich entfalten.

Das probieren wir gemeinsam.

Durch interaktive Spiele üben, erfahren, vertiefen und integrieren wir verschiedene Aspekte der GFK.

Anmeldung bei Susanne von Wyschetzki, E-Mail: susannevowysch@gmx.de

Wir freuen uns auf euch und das Beisammen sein,

Euer Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation Augsburg

Fragen und Kontakt: Shahin Petzold shahin.petzold@gmail.com +49 (0)157 5570 2110
<https://www.netzwerk-gewaltfrei-augsburg.de/>