

Sommerfreizeit

Auf der methodischen Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) wollen wir eine Woche lang Gewaltfreiheit im Alltag mit Euch üben und leben. Wir wollen uns so zeigen, wie wir gerade sind, alte Muster erkennen und loslassen üben. Mit uns in Verbindung, jeder für sich, wie auch in Gemeinschaft können sich so auch Heilungsprozesse entfalten.

Vormittags werden wir zusammen unterschiedliche Workshops zum Thema Gewaltfreie Kommunikation anbieten. Am Nachmittag ist Raum für weitere GfK-Workshops, aber auch für andere Angebote von Euch an die Gruppe. Wir sind schon gespannt auf Eure Ideen!

Gemeinsam mit der Lebenstraumgemeinschaft Jahnishausen laden wir Euch ein, diese Woche auf dem ehemaligen Rittergut zu verbringen, mit viel Platz in Gebäuden, in Zelten und unter freiem Himmel.

Themen zum Kennenlernen und Vertiefen der Gewaltfreien Kommunikation (GfK)

- ☞ Einführung in die GfK
- ☞ Achtsam kommunizieren als Paar und mit Kindern
- ☞ Gewaltfrei leben
- ☞ mit Wut und anderen schwierigen Gefühlen umgehen
- ☞ Achtsamkeitspraxis und GfK
- ☞ Austausch über GfK und sozialen Wandel
- ☞ GfK-Theater
- ☞ Spaß mit Geld
- ☞ Non-Talent Show

Die Auswahl der Themen ist vor allem abhängig vom Verlauf der Freizeit und den Wünschen der Teilnehmer.

Gewaltfreie Kommunikation

Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg ist eine praxiserprobte Methode, unser tägliches Miteinander für alle Seiten zufriedenstellender zu gestalten.

Wir lernen, wieder in eine echte Verbindung zu uns selbst und unseren Mitmenschen zu kommen. Dadurch entstehen harmonischere Beziehungen, inneres Gleichgewicht und Wachstum sowie neue Verhaltensweisen.

Unsere Art miteinander umzugehen ist oft schmerzhaft, für andere und uns selbst, auch wenn wir uns dessen manchmal nicht bewusst sind. Unsere Sprache schafft häufig mehr Distanz als Nähe. So entstehen Konflikte in Beziehungen, Familie, Beruf und überall in sozialen und politischen Feldern, wo Menschen ihre Bedürfnisse mit unterschiedlichen Strategien umsetzen wollen. Bei solchen Schwierigkeiten ist die Lösung naheliegend: Der andere soll sich ändern, dann gibt es kein Problem. Aber: Können wir selbst etwas ändern?

Wir denken, dass Konflikte als Teil unseres Lebens unsere Entwicklung fördern können. Entscheidend sind unsere Haltung und unsere Art, sie zu sehen und mit ihnen umzugehen. Wir haben stets die Wahl!



Kosten für GfK-Workshops & Orga

Anstatt eines Honorars wird das Team vor Ort um Spenden für sich, für andere und/oder für Material bitten. Bargeld mitzubringen, wäre dafür hilfreich.

Frühbucher-Ermäßigung bis 31.1.2018

Aus einem Bedürfnis nach Verbindlichkeit und Planbarkeit heraus und um unsere Vorfreude auf die gemeinsame Sommerfreizeit zu feiern, bieten wir in diesem Jahr eine Ermäßigung in Höhe von 25 € bei Anmeldung bis 31.1.2018 an (gilt nur für Erwachsene).

Kosten für Unterkunft und Verpflegung (vegetarisch, vorwiegend biologisch und regional)

Erwachsene

340 € - bei Unterbringung im Doppel-/Dreibettzimmer
290 € - im Matratzenlager bzw. eigenen Zelt

Kinder (8 bis 15 Jahre)

135 € - im Zimmer erwachsener Begleitperson/en
110 € - im Matratzenlager oder Zelt

Kinder (4 bis 7 Jahre)

100 € - im Zimmer der erwachsenen Begleitperson/en
80 € - im Matratzenlager oder Zelt

Die Reservierung erfolgt nach Anzahlung von 130 € für Erwachsene und 40 € für Kinder bis zum 17. Juni 2018. Den Rest der Unterbringungskosten bitte am Tag der Ankunft in bar bezahlen. Eine Erstattung der Anzahlung kann nur nach schriftlicher Stornierung der Anmeldung bis spätestens 17. Juni 2018 erfolgen.

Ort

Lebenstraumgemeinschaft Jahnishausen, Jahnatalstraße 4a,
01594 Riesa – OT Jahnishausen
www.ltgj.de

Finanzen

Bankverbindung: Offene Werkstatt Jahnishausen eV.,
IBAN: DE93430609671138987500,
Verwendungszweck: GfK 2018 + NACHNAME + VORNAME

Haustiere

Auf Wunsch der Lebensgemeinschaft lasst bitte Eure Haustiere – im Besonderen Hunde – zu Hause.
Ausnahme: Wölfe und Giraffen sind herzlich willkommen :)

Orga-Team

Richard Schut, Susanne Bolf, Kerstin Bielke

Anreise / Abreise

Die Sommerfreizeit beginnt am Sonntag, dem 15. Juli 2018 um 16.30 Uhr. Wir bitten um Anreise bis 15.30 Uhr. Sie endet am Sonntagvormittag, dem 22. Juli 2018 nach einem gemeinsamen Frühstück gegen 12 Uhr.

Kontakt

Inhaltliche Fragen:
Richard Schut - rschut@dds.nl, 0172 99 74631

Anmeldung und Fragen zum Ort:
Kerstin Bielke - priyaprojekt@gmx.de

Einladung zur Sommerfreizeit mit Gewaltfreier Kommunikation 2018



15.07. bis 22.07.2018
in Jahnishausen (bei Riesa)