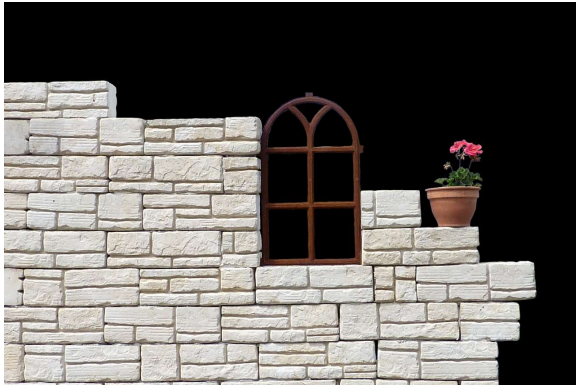


Worte sind Mauern oder Fenster

Klar und einfühlsam sprechen mit „Gewaltfreier Kommunikation“

23.-25. Mai 2025



SONNENHOF
Haus der Stille
4460 Gelterkinden

www.sonnenhof-grandchamp.org

Kennen Sie das? Da liegt etwas in der Luft. Doch aus Angst vor Eskalation werden die Dinge nicht angesprochen und mit sich selbst ausgemacht. Langfristig bleibt oft ein Magendrücken und irgendwann platzt doch der Kragen. Und dann fallen Worte, die uns hinterher reuen.

Kann es auch anders gehen? Die „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg bietet Hilfestellungen an, in liebevollem Blick auf uns selbst und andere offen und ehrlich miteinander zu sprechen – im Geist Jesu.

Impulse, Übungen alleine, zu zweit und in der Gruppe werden sich abwechseln, eingebettet in die Stille und Tagzeitengebete auf dem Sonnenhof.

Leitung: Dr. Susanne Edel, Pfarrerin und Trainerin „Gewaltfreie Kommunikation“ in Ausbildung, Tübingen

Kosten: CHF 160.- bis 200.- (Richtpreis) für Unterkunft und Verpflegung;
Kursbeitrag auf Spendenbasis

Anmeldung:
SONNENHOF - Haus der Stille
CH - 4460 Gelterkinden
Mail: sonnenhof@grandchamp.org
Tel.: +41 (0)61 981 11 12

Freitag:
bis 11.30h Anreise
12.10h Mittagsgebet
anschl. Mittagessen
15.30h Begrüßung und Einführung
17.15h 1. Impuls
18:30h Abendgebet
anschl. Abendessen
20:00h 2. Impuls
21:00h Segen zur Nacht

Samstag:
7:00 bis 9:15 Frühstück
8:00h Morgengebet
9.30h Morgenaustausch
10:00h 3. Impuls
12:10 Mittagsgebet
anschl. Mittagessen
15.30h Bitte und Dank
17.15h 4. Impuls
18:30h Abendgebet
anschl. Abendessen
19.30h Persönliches Gebet
20.30h Komplet

Sonntag:
7.30h Eucharistiefeier
7:00 bis 9:15h Frühstück
10:00h Abschlussrunde
11:00h Persönlicher Ausklang
12.10h Mittagsgebet
anschl. Mittagessen
ca.13:30 Abreise