

*“Willst du Recht haben
oder glücklich sein?
Beides geht nicht!”*

Marshall Rosenberg

Veranstalterinnen

Frauenwerk Kirchenkreis SL-FL und Flensburger
Gesundheitswerkstatt

Anmeldung

bis zum 20.03.2017 mit der Angabe, ob auch
Workshop II besucht wird

- Workshop I und II 25 Euro
- Workshop I 15 Euro

beides inkl. Mittagessen

bei

frauenwerk-flens@gmx.de
(tel. 0461/13901)
naturheilkunde-flensburg@web.de
(tel. 0461/80709834)

Weitere Infos unter *Veranstaltungen* auf der Homepage
<https://www.kirchenkreis-schl eswig-flensburg.de/>



Flensburger Frauengesundheitstag Kommunikation von Herz zu Herz

*Samstag, 25. März 2017
9:30 – 17:00 Uhr*

*Ort:
Evangelisches Gemeindezentrum
Fruehlundhof 1
24943 Flensburg*

09:30 Begrüßung

10:00 Beginn Workshop I am Vormittag

(Referentin der Workshops:
Claudia Wunram)

13:00 Gemeinsames Mittagessen

14:00 Beginn Workshop II am Nachmittag

(nur mit verbindlicher Anmeldung
wegen begr. Teilnehmerinnenzahl)

16:30 Abschluss des Tages

17:00 Ende

Workshop I am Vormittag:

**„Worte können Gift enthalten oder Balsam -
Eine Einladung zu gesunder Kommunikation“**

Ungesunde Auseinandersetzungen kennen wir alle. Ist das Beziehungsporzellan erst zerschlagen, braucht es lange, bis die Wunden heilen. In einem Konflikt gibt es oft zwei Verlierer.

Der Workshop I gibt hilfreiche Impulse, wie Sie diese Konflikte vermeiden oder entschärfen können. Dies führt zur Entspannung im Alltag, in Familie und Beruf und vor allem bei uns selbst.

**(Die Teilnahme am Vormittag ist
Voraussetzung für die
Nachmittagsveranstaltung.)**

Workshop II am Nachmittag:

**„Kommunikation fast ohne Worte - Mein
Körper spricht mit“**

Unser Körper hat die wunderbare Fähigkeit, sich zu erinnern. Alle Gefühlslagen, ob Glücksgefühle oder Unwohlsein, sind eng gekoppelt mit körperlichem Ausdruck. Wir nutzen das Körpergedächtnis, um das am Vormittag Gelernte in unseren Zellen zu verankern, um die Entscheidung für inneren und äußeren Frieden zu verinnerlichen.

So bleiben wir auch im Konflikt auf Augenhöhe miteinander und öffnen den Raum für gemeinsame Lösungen.

