



## Herzliche Einladung zur GFK-Übungsgruppe

Die Übungsgruppe dienen dazu die Gewaltfreie Kommunikation zu üben und zu vertiefen und sich auszuprobieren. Gleich, ob es um Selbstempathie und Klärung für Dich oder um Empathie für andere geht.

### **Wann:**

Die Abende finden donnerstags an den vereinbarten Terminen statt.

Im Jahr 2023 sind dies

- 07.09.2023
- 21.09.2023
- 05.10.2023
- 23.11.2023
- 30.11.2023
- 14.12.2023

Ankommen ist ab 18:45 Uhr. Der Abend beginnt um 19 Uhr und endet um 21 Uhr.

Um an den Übungsabenden teilzunehmen, sind Grundkenntnisse in der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg erforderlich.

### **Wo:**

In der Regel findet der Abend in der Nettelbeckstraße 11 in Oldenburg statt. Wenn sich die Örtlichkeit ändern, wird dieses frühzeitig bekannt gegeben.

### **Investition:**

Ich erbitte für die Teilnahme an einem Abend 10-15 Euro nach Selbsteinschätzung.

### **Anmeldung:**

Die Anmeldung erfolgt zweistufig: Zum einen die Anmeldung generell zur Übungsgruppe. Eine Erinnerung wird eine Woche vor dem Übungsabend versendet. Wenn sich für einen Abend mindestens 2 Personen anmelden, findet der Abend statt.

Die Anmeldung erfolgt per E-Mail an [ulbaumann@yahoo.de](mailto:ulbaumann@yahoo.de).