

## Gewaltfreie Kommunikation Aktionstag 23. 02. 2019 im Freizeitheim Döhren : Einlass 9.30h / Beginn 10.00h

	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 4	Saal re. Seite	Saal li. Seite
10.45h. - 11.30h.	Kreative Methode f. Reflektionen + Jörg Friebe	Empathie in der * GFK Ekkehard Rieger	Die „4 Schritte“ Einführung in die „GFK“ Birgit Rosenthal	Bedürfnisse von * Strategien unterscheiden Kerstin Engel	GFK gegen Stress *  Bela Höfer	
11.45h. - 12.30h	Alte, neuronale + Muster auflösen  Andrea Groh	Aktives Zuhören*  Claudia Löffelholz	„das Muss * verwandeln“ Gabi Klenke Trainerin CNVC	Selbstempathie * Tansparkett in 6 Schritten Bettina Hurrelberg	Emotionale * Kompetenzen fördern b. Kindern Indra Yurk	Sintala Qigong +  Silke Röttcher

### 12.45h Mittagspause mit Pausenprogramm ab 13.00 h

13.00 h – 14.15 h	Kundalini Yoga =  13.00h u. 13.45h Clara Waldermann	Klangschalen = Entspannung  13.00h je 15 Minuten Angela Körner	Sintala Qigong +  13.30,13.45,14.00h Silke Röttcher	13.30h im Saal * Infos zu GFK an Schulen sowie Visionen&Erfahrungen mit Gründung der freien Schule Mittelweser Vortrag v. Armin Torbecke/Trainer CNVC
-------------------	--	--	--	---

### 14.30 Treffen im Plenum

14.45h - 15.30h	The Work + Erlebnisworkshop „The Work of Byron Katie“ Praktische Einführung K.u.K. Weyler	Kindern empathisch begleiten, Selbstwert stärken Birgit Rosenthal	Wut tut gut – * Wut tut weh Ulrike Lemke Trainerin CNVC	4 – Ohren Modell *  Georgis Heintz Trainerin CNVC	HeartMath +  Bela Höfer	"Strategien der + Konfliktlösung“ im TA WingTsun" Ina Brinkmann
15.45h - 16.30h		Quantenwalk +  Claus-Rudolf Löffler	Empathie * körperlich wahrnehmen Maike Dohmann	Warum es * leicht/schwer ist andere zu verstehen Wolfgang Meinert	GFK Spiele *  Stefanie Baumann	

### 16.45h – 17.30h Abschluss im Plenum

\*klassische GFK Themen / + Ergänzende Angebote

**Änderungen vorbehalten**

Veranstalter: Zentrum für Gewaltfreie Kommunikation Hannover. e.V. , Volgersweg 26, 30175 Hannover / [www.gewaltfrei-hannover.de](http://www.gewaltfrei-hannover.de) Tel: 0511/343435