

### Der Workshop

In diesem Workshop mit 6 - 16 TeilnehmerInnen vertiefen wir eure Wunschthemen zur Gewaltfreien Kommunikation.

**Voraussetzung** ist eine Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation.

**Zeit** 23. und 24. November 2018  
11 Zeitstunden, inklusive Pausen  
Fr 18:00 – 21:00  
Sa 10:00 – 18:00

**Ort** Seminarhaus HARFE,  
Kanalstraße 21, 26135  
Oldenburg

**Preis** 100 Euro



**Monika Best**, geb. 1957, verh.,  
5 Söhne, seit 14 Jahren Groß-  
mutter, seit 2010 Trainerin der  
Gewaltfreien Kommunikation,  
Lehramtsstudium, Flüchtlings-  
und Friedensarbeit, parteipoli-  
tisches Engagement, Tagesmut-  
ter, Erzieherin uvm.



**Ulrike Baumann**, geb. 1975,  
Dipl.-Ing.(FH) Elektrotechnik,  
Projektleiterin in der Industrie,  
seit 2015 Trainerin für  
wertschätzende Kommunikation,  
Mediatorin, Coach und  
Moderatorin für Systemisches  
Konsensieren

---

# Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach M. Rosenberg

---

---

## Novemberworkshop '18

---

*Monika Best (CNVC zertifiziert)*

*Ulrike Baumann*

*Trainerinnen, Oldenburg (Oldb)*



### *Die Vision des Workshops ...*

*... Wertschätzung und Achtsamkeit stärker  
ins Leben integrieren.*

*... in einer Gemeinschaft mit Gleichgesinnten üben.*

*... das Vertrauen in uns stärken.*

*...uns spürbar in unserem Wachstumsprozess an eigenen Themen  
erfahren.*

*... mutiger und klarer werden.*

*... in tiefen Kontakt mit uns selbst und anderen kommen.*

*... neue Wege gehen.*

## **Veranstaltungsort:**

Wir werden in der wunderschönen alten Villa, dem Seminarhaus „HARFE“, tagen. Sie liegt in der Kanalstraße 21, 26135 Oldenburg.

**<http://www.harfe-oldenburg.de/>**

## **Unterkunft für Auswärtige:**

Auf Wunsch ist eine preiswerte Übernachtung (15 €) in unserem Seminarhaus möglich. Eine gut ausgestattete Küche und ein gemütliches Bad sind vorhanden. Isomatte und Schlafsack bringt ihr selbst mit. Sprecht uns bitte an.

## **Kosten**

- ❖ Es gilt ein Preis von **100 €**, zahlbar zeitgleich mit der Anmeldung.
- ❖ Preisnachlass bei Erwerbslosigkeit oder geringem Verdienst; spricht uns an.

## **Hier unsere Anschriften**

- ❖ zum Erhalt von Informationen
- ❖ für die Zusendung der Anmeldung<sup>1</sup>
- ❖ für die Zusendung eurer GFK-Wunschthemen:

Monika Best  
Philipp-de-Haas-Straße 23  
26125 Oldenburg

Tel. 0157 734 123 34

**[monika.best@gmx.de](mailto:monika.best@gmx.de)**

**[www.giraffentraumerin.com](http://www.giraffentraumerin.com)**

Ulrike Baumann  
Nettelbeckstraße 11  
26131 Oldenburg

Tel. 0173 45 832 45

**[ulbaumann@yahoo.de](mailto:ulbaumann@yahoo.de)**

**[www.erfolgreich-durch-Empathie.de](http://www.erfolgreich-durch-Empathie.de)**

---

<sup>1</sup> siehe extra Anmeldeformular