

Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Anmeldungen sind schriftlich per Post, E-Mail, Fax oder Internet möglich. Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung. Wir verschicken keine Anmeldebestätigung. Sollte der Kurs belegt sein oder nicht zustande kommen, werden Sie benachrichtigt.

Anmeldungen an:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V., Angela Wieneke,
Postfach 13 61, 59473 Soest, Fax 02921 4026,
wieneke@frauenhilfe-westfalen.de www.frauenhilfe-bildung.de

Informationen unter:

Regina Sybert-Goldstein, Tel. 02921 371-239 (Mo - Fr: 09:00 - 12:00 Uhr)

Kosten: 93,00 €

(inkl. Abendessen, Kaffee/Tee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen)

Die Kosten überweisen Sie bitte bis zum 29.06.18 auf folgendes Konto:

Sparkasse SoestWerl BIC: WELADED1SOS
IBAN-Nr. DE37 4145 0075 0000 0129 14

Verwendungszweck: Kosten, F28, 06.07.18

Abmeldung:

Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte rechtzeitig schriftlich ab. Bei kurzfristigen Absagen werden Ausfallgebühren erhoben: bis zu 8 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, bei Abmeldung am Veranstaltungstag 100 %.

Tagungsort

Tagungsstätte Soest, Feldmühlenweg 15, 59494 Soest,
Tel. 02921 371-280 www.tagungsstaette-soest.de

Zubuchbare Leistung:

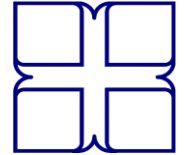
Übernachtung im Einzelzimmer (Du/WC nicht im Zimmer)
und Frühstück für 36,50 €, Frühstück: 6,50 €

Die Bezahlung nehmen Sie bitte direkt in der Tagungsstätte bar oder per EC-Karte vor.

Aus ökologischen und sozialen Gründen verzichten wir auf Vierfarbdruck und Online-Druckereien.



Evangelisches Familienbildungswerk Westfalen und Lippe e. V.



**Nein! - Von der
befreienden
Wirkung einer
Antwort**

06. – 07. Juli 2018

Tagungsstätte Soest

F 28

**Familienbildung der Evangelischen
Frauenhilfe in Westfalen e.V.**

✂-----
**ANMELDUNG: Nein! - Von der befreienden Wirkung
einer Antwort, 06. – 07.07.2018, F 28**

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Geb. Dat.: _____

Telefon: _____

Mobiltelefon: _____

E-Mail: _____

Sonderkostform: _____

Übernachtung im EZ mit Frühstück

nur Frühstück

Ort, Datum

Unterschrift

***Nichts gegen das Weich-werden.
Aber wenn es um den Kern geht,
müssen wir hart bleiben.***

Ernst Ferstl

Wer Nein sagt, gilt schnell als schwierig oder auffällig und als Störer*in der Harmonie. Gerade bei Frauen ist „Ja-Sagen“ erwünscht, und sie sind durch Erziehung und Gesellschaft in diese Richtung geprägt, schlimmstenfalls bis zur Selbstaufgabe. Dabei ist „Nein“ das Schlüsselwort zur Definition der eigenen Identität. Außerdem ermöglicht ein Nein, sich nicht zu verzeteln, sondern auf wirklich Wichtiges zu fokussieren. Immer bewegt sich die ablehnende Antwort im Spannungsfeld zwischen Machtausübung und Beziehungspflege. Nein-Sagen eröffnet die Möglichkeit, authentischer, aufrechter und souveräner zu werden.

Regina Sybert-Goldstein,
Diplom-Pädagogin

Referentin: **Margret Hilleringmann,**
Diplom-Sozialarbeiterin,
Supervisorin, Heilpraktikerin
für Psychotherapie,
Gestalttherapeutin

Zielgruppe: Frauen

PROGRAMM

Freitag, 06.07.2018

bis	18.00 Uhr	Anreise
	18.00 Uhr	Abendessen
19.00 – 22.00 Uhr		Kennenlernrunde – Welche Erfahrungen und Erwartungen an dieses Seminar gibt es? Einstieg in das Thema

Samstag, 07.07.2018

9.15 – 10.45 Uhr	Einheit 1
11.00 – 12.30 Uhr	Einheit 2
12.30 Uhr	Mittagspause
13.30 - 15.00 Uhr	Einheit 3
15.00 Uhr	Nachmittagspause
15.30 - 17.00 Uhr	Einheit 4 Auswertung

Erläuterung der Einheiten

Folgende Aspekte werden in den Einheiten voraussichtlich bearbeitet:

- Biografiearbeit: Wo und wann ist aus meinem klaren, kindlichen NEIN – ein Jein geworden?
- Welchen „Überlebenssinn“ hatte das damals?
- Was brauche ich um zu dieser Klarheit zurückzufinden?
- Ressourcenanalyse: Was gibt mir Kraft und Lebensfreude?
- Körper- und Wahrnehmungsübungen
- Phantasiereisen und Visualisierungen
- Einfühlende Gespräche und Rituale