

AN
Geist und Sendung
Haus Lioba
Steubenallee 4
36041 Fulda

ABSENDER:

Zielgruppe:
Erwachsene

Tagungsort:
Geist und Sendung
Haus Lioba - Steubenallee 4, 36041 Fulda
Tel: 06 61 - 970 9 970 Fax: 06 61 - 970 9 972
info@geistundsending.de www.geistundsending.de

Tagungsleitung und Referenten:
Andrea Jurecic, Gestalttherapeutin (DVG/HPG),
Systemische Kinder- und Jugendtherapeutin (HPG),
Dipl.-Sozialpädagogin, Montessori-Diplom
Maria Moers, Lehrerin, Systemische Beraterin i.A.,
Leitung Endlich-leben-Gruppen

Tagungsbeginn/-ende: (3 mögliche Termine)
Termin 1: Freitag, 18. Nov. bis Sonntag, 20. Nov. 2016
Termin 2: Freitag, 07. April bis Sonntag, 09. April 2017
Termin 3: Freitag, 15. Sept. bis Sonntag, 17. Sept. 2017
Beginn jeweils freitags mit dem Abendessen um 18:30 Uhr
Ende jeweils sonntags nach dem Mittagessen, Abfahrt gegen 14:00 Uhr

Kursgebühr
EUR 150,--

Unterkunft/Verpflegung:
EUR 75,--
Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer.
Einzelzimmerzuschlag: EUR 30,--

Büchertisch: Es ist möglich, interessante Bücher zu erstehen.

Mitzubringen:
bequeme Hosenkleidung, Socken für eutonische Übungen...

Anmeldung:
schriftlich durch Zusendung des Anmeldeformulars. **Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.** Wir bitten deshalb um **frühzeitige Anmeldung.** Die Anmeldung wird bestätigt.
Absagen berücksichtigen wir kostengünstig nur, wenn sie bis spätestens fünf Tage vor Kursbeginn bei uns eingehen. Danach werden wir die gesamten Tagungskosten in Rechnung stellen. –
Grundsätzlich gilt für alle Absagen: Eine Bearbeitungsgebühr von EUR 15,-- behalten wir ein.

Anmeldefrist: jeweils 10 Tage vor Kursbeginn

Überweisung des Teilnehmerbetrages bis spätestens 10 Tage vor Kursbeginn auf das Konto:
Konto: Geist und Sendung e.V.
Sparkasse Fulda
IBAN: DE62530501800040051459 BIC: HELADEF1FDS
Stichwort: "Stopp – Jetzt sage ich NEIN! – Monat/Jahr"
Bitte bringen Sie Ihren Einzahlungsbeleg mit zum Kurs.



GEISTUND
SENDUNG

Ein modernes Kloster für alle.

Alltagsrelevante Spiritualität
Benediktinische Lebenskultur
Leben in versöhnter Verschiedenheit
Heilung des inneren Menschen
Lebensveränderndes Lernen
Verortete und virtuelle Gemeinschaft
Jedes Alter, alle Stände



STOPP –
Jetzt sage ich NEIN! –
ein Frauenkurs

Liebevoll Grenzen setzen

Ich sage Ja zu einer Bitte und im Grunde möchte ich Nein sagen. Dann ärgere ich mich darüber. Wem will ich denn gefallen und mir dabei selbst ein Beinchen stellen? In diesem Kurs für Frauen erkennen wir unsere eigene Verführbarkeit und lernen positiv „Nein“-Sagen, wo es erwachsen ist.

HAUS LIOBA, FULDA

TERMIN 1: FREITAG, 18. NOV. BIS SONNTAG, 20. NOV. 2016
TERMIN 2: FREITAG, 07. APRIL BIS SONNTAG, 09. APRIL 2017
TERMIN 3: FREITAG, 15. SEPT. BIS SONNTAG, 17. SEPT. 2017

Dem Leben Profil geben und klare Grenzen setzen – ein Frauenkurs

Wir können JA sagen zu den eigenen Grenzen. Wer seine eigenen Grenzen kennt und wahrt, entfaltet seine Möglichkeiten. Er gewinnt Profil und Persönlichkeit.

Auf der Suche nach positiven Grenzen für unser Leben schauen wir auf unsere positiven Eigenschaften, Fähigkeiten und ihren Einsatzort und stärken sie.

Inhaltlich beschäftigen wir uns mit folgenden Fragen:

- Wo will ich eigentlich hin – was ist mein Ziel?
- Was ist eine Grenze?
- Warum sind meine Grenzen so positiv und wichtig?
- Wie kann ich die Grenzen erkennen, bejahen, kommunizieren?
- Wie setze ich Grenzen in Beziehung, Partnerschaft, Erziehung und am Arbeitsplatz?
- Wie halte ich mich an mein positives Nein?

„Jeder muss wissen, dass er erhält, was er bewusst erlaubt oder unbewusst zulässt.“

Dr. Henry Cloud

Tagungselemente:

- Wahrnehmungsübungen
- viele kreative Übungen paarweise und zu dritt
- Rundgespräch mit Methoden aus der systemischen Beratung
- Einzelgespräche und Einzelübungen
- Rollenspiele
- Geistliche Impulse, Meditation, Gebet und (biblische) Texte

In den sehr persönlichen Fragestellungen der Teilnehmerinnen schauen wir auf den Entwicklungswunsch. Die bisherigen Erfahrungen beim Setzen von Grenzen verstärken wir. Lösungsstrategien untersuchen

wir genauer und passen sie der aktuellen Lebenssituation intelligent an. Was ist wirklich interessant, alternativ, spannend und neu?

Wir schützen unseren eigenen Seelengarten durch Selbstannahme und Bejahung. Dann kann er wachsen und gedeihen. Wer liebevoll Grenzen setzt, fördert auch das Wachstum anderer.

Dr. Henry Cloud, Psychologe, und John Townsend, Ehe- und Familientherapeut, sind christliche Autoren, die auf der Grundlage eines biblisch fundierten Menschenbildes arbeiten.

Thesen aus ihrer Literatur, Liebe braucht Grenzen; Liebevoll Grenzen setzen; Nein sagen ohne Schuldgefühle fließen in dieses Seminar ein.

Tagungsleitung und Referenten:

Andrea Jurecic, Gestalttherapeutin (DVG/HPG), Systemische Kinder- und Jugendtherapeutin (HPG), Dipl.-Sozialpädagogin, Montessori-Diplom

Maria Moers, Lehrerin, Systemische Beraterin i.A., Leitung Endlich-leben-Gruppen

Hinweis auf weitere Angebote:

„Heilende Gemeinschaft“
Mo. 13. Februar 2017 bis So. 26. Februar 2017

„Heilung des inneren Kindes“
Di. 24. Jan. 2017 bis Fr. 27. Jan. 2017
Di. 07. März 2017 bis Fr. 10. März 2017
Mi. 14. Juni 2017 bis So. 18. Juni 2017 etc.

... siehe auch www.geistundsending.de

ANMELDUNG: „Stopp – Jetzt sage ich NEIN! – ein Frauenkurs“ Termin 1 Termin 2 Termin 3

Name: _____ Vorname: _____
Beruf: _____ Geburtsdatum: _____
Straße: _____ PLZ/Wohnort: _____
e-mail: _____ Diözese: _____ Konfession: _____
Tel.: _____ Übernachtung: Einzelzimmer Doppelzimmer

vegetarische Kost laktosefreie Kost glutenfreie Kost sonstige Wünsche: _____

Ich habe bei Ihnen an folgenden Kursen teilgenommen: _____

Wenn Sie bestimmte Erwartungen an den Kurs haben, teilen Sie uns diese bitte kurz mit: _____

Ich übe folgende berufliche ehrenamtliche

Tätigkeit aus: _____

Ort/Datum: _____ Unterschrift: _____