

Friedensdialog

Übungsabende

„Es ist besser, nicht auf seinen persönlichen Ansichten zu beharren, sondern mit dem Gegenüber in einen Dialog zu treten.“ Dalai Lama

Ein friedliches Zusammenleben wird im einvernehmlichen Dialog möglich. Manchmal hindern uns Unzulänglichkeiten, Stresssituationen oder Missverständnisse einfühlsam auf die Mitmenschen einzugehen. Es ist wichtig, uns immer wieder in der konstruktiven Kommunikation zu üben.

Die Übungsabende im **CULTIBO** bieten die Gelegenheit dazu.
Es braucht keine Vorkenntnisse.

Sie lernen

- *gewaltfrei zu kommunizieren*
- *mit heftigen Emotionen umzugehen*
- *in Konfliktsituationen deeskalierende Worte zu wählen*
- *Auswege aus Konfliktsituationen zu finden*
- *einvernehmlich Gespräche zu führen*

Leitung Denis Marcel Bitterli, Friedensschaffender www.friedensbuerobasel.ch

Übungsabende

17. Januar 2018

21. März 2018/ 2. Mai 2018/ 13. Juni 2018

29. August 2018/ 26. September 2018/ 17. Oktober 2018

7. November 2018/ 12. Dezember 2018

Da im Moment keine fortlaufende Gruppe besteht, ist es möglich, auch an einzelnen Abenden teilzunehmen.

Zeit 19.00 – 22.00 Uhr

Ort CULTIBO, Begegnungszentrum Bifang, Aarauerstr. 72, Olten

Richtpreis Sfr. 40.--/Abend

Infos barbara.wili@bluewin.ch oder ma-mey@bluewin.ch

