



## GFK-Friedenswerkstatt

11. - 13. November 2022 im Buddhistischen Kreis Erfurt

Wir haben wieder Krieg in Europa. Und wenn wir zurückschauen, dann gab es in den letzten 3.500 Jahren der Menschheitsgeschichte nur 250 Jahr ohne Krieg.

Jeder von uns kennt die kleinen und großen Kriege, in seinem privaten und beruflichen Umfeld. Da ist der Chef, der permanent nervt, die Kollegin, die immer wieder die gleichen Fragen stellt, da ist mein Kind, das mir keine Ruhe läßt und dann auch noch mein Partner, der mich gestern schon wieder enttäuscht hat.

Und wo ist der Frieden?

Wie können wir eine friedliche Atmosphäre in unserem Umfeld und vor allem in uns selbst schaffen?

Wie können wir den kriegerischen Gedanken in unserem Kopf friedlich begegnen?

Wie können wir Frieden schaffen, gestalten, erhalten und pflegen?

All diese Fragen betrachten und bewegen wir in unserer Friedenswerkstatt, die wir mittels der Gewaltfreien Kommunikation (GFK), gestalten.

Wir schaffen gemeinsam mit euch ein friedvolles Wochenende, in dem wir uns kriegerische Gedanken voller Liebe und mit Empathie anschauen.

Sebastian Podleska  
GFK-Trainer (CNVC)  
[sebastian@gewaltfrei-erfurt.de](mailto:sebastian@gewaltfrei-erfurt.de)  
+49 157 31 73 45 99

Gunter Schmidt  
EmpathieCoach | FeelGoodManager  
[g.h.schmidt@me.com](mailto:g.h.schmidt@me.com)  
+49 160 96 60 67 09

## Anmeldung & Preise ...

Zeit	11. - 13. November 2022 Fr, 17 Uhr bis So, 14 Uhr
Seminarpreis	160 - 360 Euro (nach Einkommen in Selbsteinschätzung Firmenzahler = 360 Euro)
Anmeldung	<a href="mailto:g.h.schmidt@me.com">g.h.schmidt@me.com</a> <a href="mailto:sebastian@gewaltfrei-erfurt.de">sebastian@gewaltfrei-erfurt.de</a>
Verpflegung und Unterkunft	Selbstverpflegung & Wenn Sie eine Unterkunft in Erfurt benötigen sprechen Sie uns an.
Anmeldeschluss	7. November 2022

