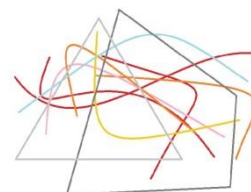


Du hast dich mit **Gewaltfreier Kommunikation** befasst,
bist **offen** und motiviert **Gleichgesinnte** zu treffen,
dann **freuen** wir uns darauf dich **dabeizuhaben!**

Einladung zum 3. Regionalgruppentreffen Tirol und Umgebung



am Freitag, 13. Oktober 2017
von 14.30 – 19.30 Uhr
in Innsbruck-Arzl, Dr.-Franz-Werner-Str. 30
(Räumlichkeiten von Barbara Plank - INNPARK Center)
Themen: Ausführliches Kennenlernen mit Marlies Gluske-Martini
Achtsames Selbstmitgefühl – Mindful Self Compassion – MSC

Einführung: Achtsames Selbstmitgefühl - Mindful Self Compassion - MSC: Was ist das und was hat das mit GFK zu tun?

Referentin: Susanne Maria Jäger, Mag^a phil.

Programm:

14.30 Uhr Ankommen, Austausch und Einstimmung
15.00 Uhr Persönlichkeiten erkunden – einander kennenlernen
16.00 Uhr *Kaffeepause*
16.30 Uhr Achtsames Selbstmitgefühl – Mindful Self Compassion - MSC
19.00 Uhr Anliegen der TeilnehmerInnen und Schlussrunde (sammeln von Ideen/Wünschen/Angeboten für das nächste Treffen)
19.30 Uhr *Einladung zum Ausklang bei einem kooperativen Buffet (wer mag, bringt bitte sein Lieblingsfingerfood in kleiner Menge mit)*

Beste Grüße,
Barbara & Elisabeth

Anmeldung aus organisatorischen Gründen bitte bis spätestens 29. September 2017

Basics – Basics – Basics – Basics - Basics – Basics – Basics – Basics - Basics – Basics – Basics – Basics – Basics – Basics – Basics- Basics

Ziel:

Das Ziel der **Regionalgruppe Tirol und Umgebung** ist das Vernetzen und der Austausch untereinander, gegenseitige Unterstützung, Gemeinschaft, Wachstum, Synergien nutzen sowie die Verbreitung der *Gewaltfreien Kommunikation* nach außen.

„Muss ich „Voraussetzungen“ erfüllen um zum Treffen kommen zu können?“

Nein – müssen tust du schon mal gar nix, weißt eh ☺

Kosten: Wir bitten euch um einen kleinen Beitrag für die Raumkosten

Kontakt: Elisabeth Unterluggauer, +43 664 508 35 85
Barbara Plank, +43 664 104 42 87
beide: regio.tirol@gmx.at
siehe auch www.gewaltfrei.at