

Workshop: Gelingende Beziehungen & Begegnungen

Im heutigen schnelllebigen und oft digitalisierten Alltag sehnen sich viele Menschen nach echten, bedeutungsvollen Begegnungen und tiefen zwischenmenschlichen Beziehungen. Doch was macht solche Beziehungen aus? Wie können wir im Beruf, in der Familie, im Freundeskreis oder in der Selbsthilfegruppe echte Verbindungen aufbauen und pflegen? Wir haben die Möglichkeit, Beziehungen so zu gestalten, dass sie uns und anderen guttun. Lass dich inspirieren von Beziehungswissen und vertiefe dein Verständnis für menschliches Verhalten, Kommunikation und emotionale Intelligenz.

Datum und Dauer	Samstag, 14. September 2024, 9.00 – 12.00 Uhr 8.30 Uhr gemütliches Ankommen mit Kaffee mit Zwischenverpflegung während der Veranstaltung
Ort	Katholische Kirchengemeinde Wil Pfarreizentrum, Lerchenfeldstrasse 3, 9500 Wil
Kursziele	Beziehungen & Begegnungen als neue Chancen fürs Leben zu sehen <ul style="list-style-type: none">• Freude und ein lustvoller Umgang an Begegnungen• Kommunikation verstehen• Konflikte erkennen und angehen• Bessere Abgrenzung
Methoden	Fachinput, praktische Übungen und Erfahrungsaustausch
Zielgruppe	Teilnehmende von Selbsthilfegruppen sowie externe Interessierte
Kursleitung	Pamela Städler, Selbsthilfe St.Gallen und Appenzell Regina Pauli, Selbsthilfe Thurgau
Referent	Tanja Olivia Dittus, mental Trainerin, Coach, absloutsein.ch , Rapperswil Matthias Frey, Trainer und Supervisor, Lenzburg AG
Kurskosten	frei für Teilnehmende aus Selbsthilfegruppen, Externe CHF 50.00
Anmeldung	Selbsthilfe St.Gallen und Appenzell Lämmlisbrunnenstrasse 55, 9000 St.Gallen 071 222 22 63, selbsthilfe@fzsg.ch
Anmeldeschluss	05. September 2024