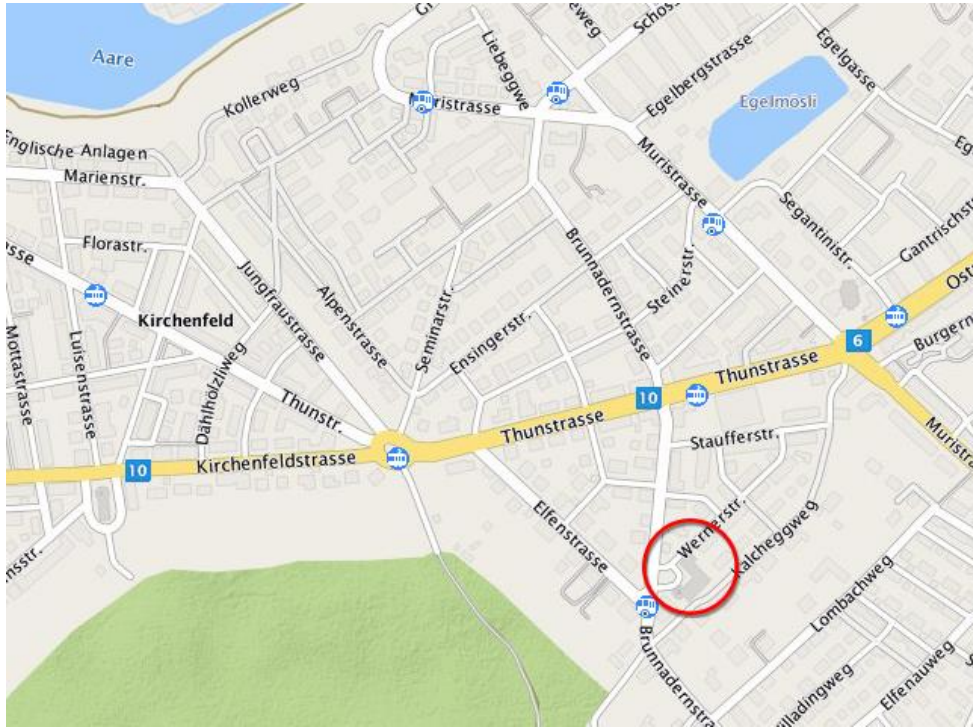


## Anreise mit dem ÖV

Die Petruskirche und das Kirchgemeindehaus erreichen Sie ab Bahnhof Bern mit Bus Nr.19, Station Petruskirche. Der Bus hält vor der Kirche.

Alternativ mit dem Tram Nr. 6, 7 oder 8 bis Station Brunnadernstrasse. Von der Tramstation gehen Sie 5 Min. die Brunnadernstrasse entlang. Es ist auf der linken Seite.



Quelle: map.search.ch

Unser vollständiges Kursprogramm finden Sie unter [www.fragile.ch/kursprogramm](http://www.fragile.ch/kursprogramm)

## FRAGILE Suisse

Badenerstrasse 696

8048 Zürich

Tel. 044 360 26 91

E-Mail: [bildung@fragile.ch](mailto:bildung@fragile.ch)



Unterstützen Sie unser  
spendenfinanziertes Angebot:  
PC 80-10132-0

**Herzlichen Dank!**



## FRAGILE SUISSSE

Für Menschen mit Hirnverletzung  
und Angehörige



## Nicht nur nett, sondern ehrlich... - Über die Kunst authentisch und wertschätzend zu kommunizieren

Dienstag, 7. Mai 2024

Ein Kurs für Menschen mit einer Hirnverletzung  
und ihre Angehörigen

<b>Teilnahmebedingungen</b>	Ein Kurs für Menschen mit einer Hirnverletzung und Angehörige
<b>Rollstuhlgängigkeit</b>	Die Kursräumlichkeiten sind rollstuhlgängig.
<b>Ausgangslage</b>	<p>Kommunikation ist ein zentraler und lebendiger Teil unseres Lebens. Menschen mit Hirnverletzungen und auch deren Angehörige sind hier in mehrfacher Hinsicht oftmals sehr herausgefordert. Sowohl innerhalb der Familie, als auch im Alltagsleben ist es häufig schwierig „den richtigen Ton zu treffen“.</p> <p>Sie werden angeregt, authentisch zu kommunizieren und lernen mit den vier Schritten der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg ein überschaubares und alltagstaugliches System kennen.</p>
<b>Inhalte</b>	<p>Es werden ganz konkrete Schritte für eine ehrliche und einfühlsame Kommunikation vermittelt, die wirklich umsetzbar sind. Es geht dabei aber nicht vorrangig darum, eine spezielle Methode zu erlernen, sondern vielmehr darum, mehr Bewusstsein für die eigene Kommunikation zu entwickeln.</p> <p>Der Kurs regt dazu an eigene Gefühle und Bedürfnisse klarer wahrzunehmen und diese auch angstfrei kommunizieren zu können. Sie werden nach einer leicht verständlichen Einführung an ganz konkreten eigenen Beispielen die vier Schritte der GFK in Kleingruppen trainieren. Zuvor richten Sie allerdings würdigend den Blick auf Ihre bisherigen alltäglichen Kommunikationsmuster.</p>
<b>Ziele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigene Gefühle und Bedürfnisse klarer wahrnehmen</li> <li>- Authentischer kommunizieren</li> <li>- Stärkung der der Selbstreflektion</li> <li>- Vier Schritte der GFK kennen und anwenden</li> </ul>
<b>Kursleitung</b>	Klaus Vogelsänger, Diplom-Sozialpädagoge mit Ausbildungen u.a. in Empathischem Coaching. Langjähriger Fachberater in Selbsthilfe-Kontaktstellen.

<b>Kursnummer</b>	03324						
<b>Teilnehmende</b>	Maximal 15 Personen						
<b>Ort</b>	Kirchgemeinde Petrus Bern Raum 2/3 im Untergeschoss Brunnadernstrasse 40 3006 Bern						
<b>Datum</b>	Dienstag, 7. Mai 2024						
<b>Zeit</b>	10:00 bis 16:30 Uhr						
<b>Kosten</b>	<table> <tr> <td>Mitglieder:</td> <td>CHF 65.-</td> </tr> <tr> <td>Mitglieder mit Kulturlegi:</td> <td>CHF 52.-</td> </tr> <tr> <td>Nichtmitglieder:</td> <td>CHF 150.-</td> </tr> </table>	Mitglieder:	CHF 65.-	Mitglieder mit Kulturlegi:	CHF 52.-	Nichtmitglieder:	CHF 150.-
Mitglieder:	CHF 65.-						
Mitglieder mit Kulturlegi:	CHF 52.-						
Nichtmitglieder:	CHF 150.-						
<b>Kursbestätigung</b>	Alle Teilnehmenden erhalten am Ende des Kurses eine Teilnahmebestätigung.						
<b>Mittagessen</b>	Ist nicht organisiert für die Gruppe.						

---

#### Annulationsbedingungen

Bei Abmeldungen von einem Kurs gelten folgende Regelungen:

- Abmeldung bis einen Monat vor Veranstaltungsbeginn: Sie erhalten den vollen Kursbeitrag zurück.
- Abmeldungen 30 – 15 Tage vor der Veranstaltung: Sie erhalten 50 % der Kosten zurück.
- Weniger als 14 Tagen vor der Veranstaltung: Eine Rückerstattung ist leider nicht mehr möglich.

Bei Absagen wegen Krankheit erhalten Sie den bezahlten Beitrag zurück mit Ausnahme von Angeboten mit Übernachtung. Stellt uns das Tagungshaus Ihr Zimmer in Rechnung, müssen wir Ihnen diese Kosten verrechnen. Bitte sagen Sie so früh wie möglich ab, wenn Ihnen der gebuchte Kursbesuch nicht möglich ist. Für versäumte Veranstaltungen oder Kurstage sowie bei vorzeitiger Abreise besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Fehlzeiten können nicht nachgeholt werden. Kursteilnehmende sind für eine ausreichende Versicherungsdeckung selbst verantwortlich. Die kompletten Teilnahmebedingungen können Sie bestellen oder unter [www.fragile.ch/Teilnahmedingungen](http://www.fragile.ch/Teilnahmedingungen) einsehen.