



Ich + Du = Wir?

Beziehung lebendig gestalten – (Wie) geht das?

Beziehungen brauchen Aufmerksamkeit, um lebendig zu bleiben.
Dieses Seminar lädt dazu ein, die Balance zwischen Ich – Du – Wir
neu zu entdecken und tragfähige Beziehungen bewusst zu gestalten.

Sa, 10.10.2026 | 14:00 - 17:15 Uhr

Anton-Heinen-Haus | Kirchstr. 1b | 50126 Bergheim
Tel. 02271-47900 | info@bildungsforum-rhein-erft.de
Veranstaltungs-Nr. 2671640012 | Gebühr: 28,50€
Dozenten: Elke Büttgen-Papke und Andreas Büttgen

Weitere Infos :



Unser Haus ist
behindertengerecht
ausgestattet.



KATHOLISCHES
BILDUNGSFORUM
Rhein-Erft



Beziehungen stehen heute oft unter Druck: Zeitmangel, Erwartungen, Missverständnisse und der Alltag fordern uns heraus. Nähe entsteht nicht einfach – sie will bewusst gestaltet werden. Doch wie gelingt es, lebendig in Verbindung zu bleiben, ohne sich selbst oder den anderen zu verlieren?

Dieses Seminar lädt dazu ein, Beziehung neu zu entdecken – leicht, aktiv und auf Augenhöhe. Im Mittelpunkt steht die Balance zwischen „Ich – Du – Wir“: Wie bleibe ich bei mir, begegne dir wirklich und gestalte daraus ein tragfähiges Miteinander?

Erfahrungsorientierte Übungen eröffnen neue Zugänge: durch Bewegung, achtsame Begegnung und das bewusste Wahrnehmen von Bedürfnissen. Der Einsatz von Musik unterstützt das Entstehen von Räumen, in denen Verbindung spürbar wird – auch jenseits von Worten und Konzepten.

Ein lebendiger Mix aus Selbsterfahrung, Austausch und spielerischen Impulsen animiert, neue Wege auszuprobieren. Für alle, die Beziehung nicht dem Zufall überlassen wollen – sondern sie bewusst, lebendig und authentisch gestalten möchten.



Unser Haus ist
behindertengerecht
ausgestattet.



KATHOLISCHES
BILDUNGSFORUM
Rhein-Erft

