



# VERTRAU- EN...

Ein achtsames Wochenende der Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion, die zwischen den Ansprüchen von Bologna und Facebook nicht immer Raum findet. Zu Beginn des Semesters, wenn noch niemand Stress hat ...

**Fr. 22.-So 24. Sept. 17**

Leitung:

Peter Würsch, Paar- und Psychotherapeut, Basel

Thomas Philipp, kath. Hochschulseelsorger, Bern, Kontakt und Anmeldung:  
[thomas.philipp@aki-unibe.ch](mailto:thomas.philipp@aki-unibe.ch)



Katholische  
Hochschulseelsorge  
Alpeneggstrasse 5  
CH-3012 Bern  
Tel. 031 307 14 14  
[www.aki-unibe.ch](http://www.aki-unibe.ch)  
[info@aki-unibe.ch](mailto:info@aki-unibe.ch)

*Vertrauen:* mich loslassen, verletzbar machen, mich anvertrauen, einen Kontrollverlust zulassen, mir etwas zutrauen... Vertrauen ist der Anfang von allem. Ohne Vertrauen keine tragfähigen Beziehungen, ohne tragfähige Beziehungen keine innere Stabilität der Person.

Grund genug, uns ein Wochenende lang mit diesem grossen Thema auseinanderzusetzen.

In einer kleinen Gruppe mit maximal zehn Teilnehmer\*innen wagen wir einen achtsamen Blick auf unser Selbstverhältnis; Übungen und Austausch eröffnen uns neue Perspektiven auf uns selbst.

**Voraussetzungen:** Wunsch, sich mit sich selbst auseinander zu setzen; Bereitschaft, auch schwierige Punkte anzuschauen. Bereitschaft, ausdauernd zuzuhören.

**Mitbringen:** Dich selbst, wie Du bist, und so weit Du Dich zeigen möchtest. - Spiele, Wanderschuhe, warmer Pullover, Regenjacke, Persönliche Dinge. -40 Fr. (Studierende).

Kosten : 40 Fr (Studierende) und Billet nach Kandersteg.

Wir treffen uns am Freitag am Bahnhof Bern, 15.35 Uhr auf Gleis 3 unter der Welle. Billet bis Kandersteg bitte selbst besorgen.

Zurück sind wir am Sonntag in Bern gegen 16.30 Uhr. Wir leben und arbeiten im Cevi Ferienhaus Kandersteg.

Wir freuen uns auf Euch ...

*André, Melinda, Miriam, Thomas & Peter*