



„Dromedar trifft Giraffe“ – Wüstenkarawane

ein 6-tägiges Wüstenabenteuer
mit Dromedaren und Nomaden des Stammes der Nouaji
in der Haltung der Gewaltfreien Kommunikation

Vertiefungsseminar vom 26.1. bis 1.2.2025

Salamaaleikum liebe Giraffen- und DromedarfreundInnen,

Dromedare sind den Giraffen gar nicht so entfernt. Auch sie lieben dornige Gewächse in Bäumen, die sie wunderbarst in Bekömmliches verdauen! Eingebettet in "Giraffen- und Dromedarsaft" begegnen wir unseren Grenzen, üben uns darin, uns auf Unbekanntes und den Fluss des Lebens einzulassen.

Menschen und Marokko beschenken uns mit Fürsorge, Herzlichkeit, Lachen, Licht, viel frischer Luft und Sand in allen Poren.

Neben Herausforderungen erleben wir Leichtigkeit und spüren Gefühlsnuancen, die unsere erfüllten und unerfüllten Bedürfnisse unmittelbar offenbaren.

Wir üben und erfahren Vertrauen, inshaallah.

Und zusätzlich: Wir verbannen unser mobilphone bis auf abgesprochene Ausnahmen. (degitaldetox)

Du bist neugierig und hast den Impuls mehr zu erfahren?

Vielleicht läuft dir da auch gleich das Wasser im Mund zusammen? Und du möchtest "Dornen gut zu verdauen" lernen?

Aufgefangen von empathischen Mitmenschen, die dir vertraut sind?

Es ist soweit!

Vor 6 Jahren hatte ich die Möglichkeit, mit der Reiseorganisation Renard Bleu Touareg und Esther Gerdts, einer wunderbaren GFK-Kollegin, eine 11-tägige Dromedarwüstenreise in Marokko zu erleben.

Diese Reiseorganisation, die von Nomaden für Nomaden gegründet wurde und die in Entwicklungszusammenarbeit mit dem deutschen Azalay e.V. entstand, wird auch mein Partner sein und uns begleiten. Ausführliches Programm der Reise im Anhang.

Voraussetzung ist ein Basiswochenende in GFK.

Ich freue mich über TeilnehmerInnen, die sich dafür interessieren, die Gewaltfreie Kommunikation nicht nur als Technik „anzuwenden“, sondern als Haltung miteinander zu leben (auch in herausfordernden Situationen).

Die Kunst, sich selbst zu hören, andere wahrzunehmen und der Umgebung zu lauschen, bedarf Bewusstheit und Freude am Training unseres „Empathiemuskels“.

Das Seminar „Dromedar trifft Giraffe“ startet mit dem Abendessen am **26.1.25** im Riad Sauvage Noble, 15 km entfernt von Zamora.

4 Nächte und 4 Wandertage verbringen wir in der Wüste, die 1. und 6. Nacht im Riad Sauvage Noble.

Am 2.2.2025 ist Abreise nach dem Frühstück, wenn du nicht deinen Aufenthalt verlängern magst.

Unsere Dromedar- Trekkingtour führt durch unterschiedliche Wüstenlandschaften, von Steinwüsten über Dünen, in sanfte Sandmeere. Die Tagesetappen sind mit durchschnittlicher Kondition und 3 bis 6 Wanderstunden gut zu schaffen, entweder zu Fuß oder auf "Deinem" Dromedar. Während du mittags und abends im "Salon" Tee trinkst, bereiten deine Gastgeber die Mahlzeiten frisch vor deinen Augen zu. Und abends hast du die Wahl zwischen einem Schlafplatz unter dem unendlichen Sternenzelt oder im handgewebten Nomadenzelt. Das Gepäck wird genau wie die restliche Ausrüstung von den Dromedaren getragen.

Wir nutzen die gemeinsame Zeit in der Gruppe, mit den Nomaden und den Dromedaren dazu, den Prozess der Gewaltfreien Kommunikation in uns und mit anderen zu leben – bei den Mahlzeiten, beim Wandern, Reiten, Rasten und vielleicht abends am Lagerfeuer. Es gibt an jedem Tag Zeit für Dyaden, empathische Gespräche, Anregung zur Selbstreflexion, auch Stille- und Schweigezeiten werden angeboten. Prozessorientiert greifen wir Themen der TeilnehmerInnen auf, die gerade aktuell, in der Gruppe lebendig oder von einzelnen erwünscht sind und bieten Räume für Empathie und alternative Anliegenarbeiten. Es gibt außerdem tägliche Angebote in Yoga, Qigong und/oder Spiele, Spaß, Tanz, Musik.

Und du bist herzlich willkommen mit Anliegen, Inputs, Beiträgen, die unser Beisammensein noch lebendiger gestalten! (Eine Gitarre, Okulele oder ? hätte allemal Platz auf dem Dromedar...) Der Abend bringt Zeit zum Lauschen, Landschaftskino, Sinnesgenuß!





Begleiten wird uns voraussichtlich meine langjährige marokkanische junge Freundin und Kollegin Fatiha, mit der ich 2023 gemeinsam die Begegnungsstätte AMUD in Mirleft (Südmarokko) gegründet habe. Sie beantwortet gerne Fragen rund um Kultur, Frauen-, Leben in Marokko und wird unsere Gruppe mit ihrer Fröhlichkeit und Tiefe bereichern.

Wenn du früher kommen möchtest oder länger bleiben kannst, im Riad Sauvage Noble oder um Marrakech,... oder Mirleft zu entdecken, kannst du/ihr das zusätzlich selbständig buchen (und/oder mit Fatiha etwas unternehmen).

Unsere Tour-Guides sind Nomaden vom Stamm der Nouaji, die bekannt dafür sind, dass sie gewaltfrei und friedlich miteinander leben und mit Hilfe von „Mediation“ Konflikte klären und lösen können.



Anreise:

Anreise von Marrakesch:

Von Marrakesch kommst du mit dem Bus für rund 15 Euro pro Person nach Zagora, wo sich in der Nähe das Gästehaus Sauvage Noble befindet. Du kannst dich auch mit einem Taxi abholen lassen. Das Taxi kostet umgerechnet rund 160 Euro und nimmt bis zu sechs Personen mit. Da die Entfernung etwa 350 km beträgt und die (sehr reizvolle) Route über den Hohen Atlas führt, muss man für die Autofahrt rund sechs Stunden einplanen, mit dem Bus dauert die Reise noch länger. Falls du die Anreise über Marrakesch planst, solltest du den Hinflug mindestens einen Tag vor dem Start der Tour antreten, der Rückflug kann frühestens einen Tag nach dem Ende deiner Wüstentour erfolgen.

Den Transfer bzw die Taxifahrt übernimmt gerne die Reiseorganisation Renard Bleu Touareg.

Reisebegleitung und Seminarleitung: Sonja Gasparini

**Mama, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC),
jahrzehntelange Marokkoliebe, Yogalehrerin, HP (Homöopathie),
Trauerbegleiterin**



Links auf einen Blick:

sonja-gasparini.de/marokko

<http://www.azalay.de>

<http://sauvage-noble.org>

<https://renard-bleu-touareg.org/>

Kosten für „Die Wüsten-KARAWANE“ und das Vertiefungsseminar: „DROMEDAR TRIFFT GIRAFFE“

Leistungen: Führung durch einen ortskundigen, einheimischen Führer und Begleitmannschaft, Vollverpflegung, 2 Übernachtungen im Riad Sauvage Noble, Lastdromedare, 5 Übernachtungen unterwegs im Zelt oder unter freiem Himmel, Preis pro Person: **660 Euro**. Ein Teil des Beitrages fließt in soziale Hilfsprojekte zur Erhaltung der nomadischen Lebensform (www.azalay.de).

Der finanzielle Ausgleich für meinen Einsatz als Reisebegleiterin, Organisatorin und GFK- Trainerin liegt nach deinem Ermessen und deinen Einkünften zwischen **350 € und 550€**. (20% fließen ans AMUD_mirleift und Fatiha).

Der Flug nach Marokko und zurück und der Transfer zum Riad Noble in Marokko sind **NICHT** enthalten.

Günstige Flüge gibt es nach Marrakech z. B. mit Easy Jet (Berlin Brandenburg, Köln, Düsseldorf Weeze) oder Ryanair, Condor.

Transfer nach Zagora, Riad Sauvage Noble - Ausgangspunkt der Karawane) pro Taxi: 160 € (für 6 Personen), 15 € mit Öffentlichen Verkehrsmittel pro Person

Minimale Teilnehmerzahl: 5

Höchsteilnehmerzahl: 10

Dein Platz ist durch zwei Anzahlungen (siehe Anmeldeformular) gesichert.

Bei Interesse an diesem Abenteuer freue ich mich auf eine Mail an sonja@fotodesign-gasparini.de und ein anschließendes Telefonat, wenn wir uns noch nicht persönlich kennen.



Rücktrittsregelung (Das Kleingedruckte)

Ein kostenfreier Rücktritt ist bis 2 Monate vorher möglich. Der bezahlte Seminar- und Reisebeitrag wird dann – bis auf eine Bearbeitungsgebühr von je 50 EUR – umgehend zurück erstattet. Danach sind 30% des Seminar- und Reisebeitrages fällig. Ab 1 Monat vor Seminarstart ist der gesamte Beitrag fällig. Dies gilt ebenso bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Verlassen, unabhängig von den Gründen. Die Reiseorganisation und Ich sind auf sichere Einnahmen angewiesen, gleichzeitig möchten wir niemanden finanziell unnötig belasten, der/die kurzfristig, z. B. aus Krankheitsgründen, nicht teilnehmen kann. Deshalb akzeptieren wir – ohne weitere Kosten – eine/n Ersatzteilnehmende/n. Sollte es dabei Schwierigkeiten geben, können wir gemeinsam nach einer Lösung suchen, die die Bedürfnisse aller berücksichtigt. Ich empfehle den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, die im Krankheitsfall für den Ausfall der Seminargebühren/Unterkunfts- und Reisekosten eintritt. Für Gesundheitsvorsorge und Versicherungen tragen die Teilnehmer selbst Sorge.



Anmeldeformular:

Die Wüsten- Karawane" - „Dromedar trifft Giraffe" 1/2025

Bitte einscannen und mailen an sonja@fotodesign-gasparini.de

Hiermit melde ich mich verbindlich an für das Vertiefungsseminar in Gewaltfreier Kommunikation „Dromedar trifft Giraffe" vom **26.1.2025 bis 1.2. 2025.**

Ich bin mit „DigitalDetox" während des Wüstentreckings einverstanden.

Vorname Name

Adresse,

Land

Telefonnummer Whatsapp ??

Email

Meine Vorerfahrungen in GFK: ev Rückseite nutzen

Flughafen, Ankunftsort/zeit:

Abflugsort/-datum/-zeit

Mit einer Anzahlung von 250 EUR auf folgendes Konto ist der Seminarplatz sicher gebucht. Sonja Gasparini: IBAN: DE42 8309 4495 0003 4193 71 Betr.: „Seminar 1/25 Dromedar trifft Giraffe". Den Restbetrag zahle ich bar in Marokko.

Die Zahlung für „Die Wüsten- Karawane" von 660 EUR überweise ich auf das Konto des Veranstalters Abdellah Naji, mit dem Betreff: dein Name und „1/2025"

IBAN: DE36 4306 0967 3039 5621 00.

Ich habe die Rücktrittsregelung gelesen und bin damit einverstanden.

Ort, Datum, Unterschrift





Notizen:
