

Anmeldung

Name: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Anzahlung Seminargebühr Euro 70,-
wird sofort überwiesen

Restzahlung erfolgt bis zum 18.10.2019

Sollte das Seminar nicht stattfinden, werden Sie unverzüglich benachrichtigt.
Geleistete Zahlungen werden umgehend zurückerstattet.

2 Tage Unterbringung und Vollpension

- Hauptgebäude Euro 150,-
- Rektorat Euro 110,-

- vegetarische Verpflegung (bitte ankreuzen)

Diese Kosten werden vom Kloster Vinnenberg in Rechnung gestellt.

Hiermit melde ich mich für das Seminar

DIE KRAFT DER STILLE

vom 25. bis 27. Oktober 2019 verbindlich an.

Datum: _____ Unterschrift: _____

Wichtiger Hinweis: Das Seminar ist zu verstehen als Hilfe zur Selbsthilfe.

Es ersetzt keine medizinische oder psychotherapeutische Therapie.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer handeln eigenverantwortlich.

Seminarhaus

Kloster Vinnenberg
Beverstrang 37
48231 Warendorf-Milte
Tel. 0 25 84 - 91 99 50
www.kloster-vinnenberg.de

Wegbeschreibung

Anfahrt aus Richtung Bonn und Köln

Auf der A 3 in Richtung Oberhausen bis AK Leverkusen,
dort A1 in Richtung Dortmund/Wuppertal.

Am AK Kamener Kreuz auf der A 2 Richtung Hannover/Bielefeld
bis Ausfahrt Nr. 20 Beckum/Warendorf.

Nach links auf der B475 Richtung Warendorf, Ennigerloh, Münster,
Neubeckum.
Durchfahrt Neubeckum und Warendorf.

Dann nach links abbiegen Richtung Milte, Sassenberg.
Nach 2 km links auf K 18.
Durchfahrt von Sassenberg, dann rechts Richtung Ostmilte.

Nach 1 km rechts Beverstrang.
Hinweisschild "Gaststätte Zum Kühlen Grund" bzw.
"Kloster Vinnenberg".

Von Münster kommend auf der B 51 (Warendorfer Straße)
Richtung Telgte / Warendorf.

Auf Ortsumfahrt Telgte abzweigend der B 51 weiter folgen in Richtung
Ostbevern.

An Ostbevern vorbei, bis Abfahrt Milte (rechts, unmittelbar hinter einer
Tankstelle).

Landstraße Richtung Milte, in der Ortschaft Milte links ab Richtung Kloster
Vinnenberg (Schild). Ort Milte verlassen, bis auf linker Seite ein Hinweisschild
"Gaststätte Zum Kühlen Grund" bzw. "Kloster Vinnenberg" erscheint. Nach
wenigen hundert Metern haben Sie das Ziel erreicht. Herzlich willkommen!



SEMINAR DIE KRAFT DER STILLE

25. bis 27. Oktober 2019

**Geh in die Stille,
denn sie wird dich alles lehren.**

Der heilige Antonius

Die Kraft der Stille

In unserer modernen Welt passiert es häufig, dass Zwänge, Sorgen, Hektik und Stress unsere Lebensenergie und Gesundheit beeinträchtigen.

Ein Rückzug aus dem aktiven Alltag mit seinen eingefahrenen Gewohnheiten und Pflichten kann uns helfen, wieder tiefer mit uns in Kontakt zu kommen und Erkenntnisse zu gewinnen für eine befriedigendere Lebensführung.

An diesem Wochenende bietet sich die Gelegenheit, mehr im gegenwärtigen Augenblick - im Jetzt - zu sein, indem wir unsere Achtsamkeit auf den Körper, die Gefühle und unsere geistigen Regungen lenken. Wir üben zu schweigen und einfach nur da zu sein. Dadurch können sich tiefe Einsichten, Entspannungszustände und beglückende Momente einstellen.

Vielleicht führen diese Erfahrungen Sie dazu, offen zu werden für neue Sichtweisen, vielleicht helfen sie Ihnen, Gewohnheiten loszulassen, die Sie bisher immer gebremst oder gestresst haben, vielleicht erkennen Sie mit klarem Blick die nächsten Schritte auf Ihrem Lebensweg. Sicher aber lässt die Zeit der Ruhe und Gelassenheit Sie kraftvoll und gestärkt in Ihr Alltagsleben zurückkehren.

Themen und Übungen

- Meditation und Visualisierung
- Entwicklung von Gewahrsein und vorurteilsfreier Beobachtung
- Atem- und Energieübungen
- Mit Kraftfeldern verbinden

Praktische Informationen

Seminarbeginn

Freitag, 25. Oktober 2019
18.30 Uhr Abendessen (Bitte pünktlich erscheinen).
Seminar bis 21.30 Uhr
Samstag 9.30 Uhr bis 17.30 Uhr
Sonntag 9.30 bis ca. 14.00 Uhr
Gemeinsame Meditation jeweils vor dem Frühstück nach Absprache.

Seminargebühr

Euro 160,- bei Anmeldung bis zum 19. August 2019
Euro 180,- bei Anmeldung ab dem 20. August 2019.
Bitte schriftliche Anmeldung und Überweisung einer Anzahlung von Euro 70,- bis spätestens zum **23. September 2019**.
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Plätze werden in der Reihenfolge der Anmeldungen vergeben. Sie sind angemeldet, wenn Sie keine gegenteilige Nachricht erhalten. Die Teilnahme ist gewährleistet, wenn die Restzahlung eine Woche vor Seminarbeginn auf meinem Konto eingegangen ist.
Margot Bähr, Stadtparkasse KölnBonn
IBAN: DE21 3705 0198 0030 0631 50
BIC: COLSDE33XXX

Ich bitte um Verständnis, dass ein Rücktritt nur möglich ist, wenn ein(e) Ersatzteilnehmer(in) gestellt wird oder eine Warteliste besteht.

Unterkunft und Vollpension (3 Mahlzeiten)

pro Person und Tag
im Einzelzimmer Haupthaus Euro 75,-
mit Dusche und WC im Zimmer

Im Einzelzimmer Rektorat Euro 55,-
mit Dusche und WC auf dem Flur für 2 bis 3 Zimmer

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie dicke Socken mit.

Seminarleitung

Margot Bähr

Heilpraktikerin/Psychotherapie
Psychoonkologie
Gesundheitstraining nach Simonton
Achtsamkeitstrainerin (Upaya)
Reikimeisterin

Gesundheitsbildung,
Krisen- und Stressmanagement,
Persönlichkeitsentfaltung,
Stärkung des Lernpotentials
auch bei Kindern und Jugendlichen.

Es ist mir ein Herzensanliegen, Sie in Seminaren und Einzelsitzungen achtsam und kompetent zu begleiten. Gemeinsam begeben wir uns in ein Feld, in dem heilsame Prozesse, positive Veränderungen und Wachstum möglich werden können.



Margot Bähr
Praxis für Gesundheit und Lebensqualität
Carl-von-Linde-Str. 5
50999 Köln (Rodenkirchen-Sürth)
Tel: 02236-389169

www.praxis-gesundheit-lebensqualitaet.de
info@praxis-gesundheit-lebensqualitaet.de