

## Ich melde mich/uns verbindlich an

Tagungsnummer **25/0515** von **05.05.2025**  
bis **09.05.2025**

Ich verlängere meinen Aufenthalt  
von  bis

Erste Mahlzeit  FS  ME  AE

Letzte Mahlzeit  FS  ME  AE

Nicht eingenommene Mahlzeiten können nicht vergütet werden.

### Anschrift

Vorname, Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon / Fax

E-Mail

Weiterer Gast:

Schüler  Azubi  Student

Geburtsdatum:  (Ermäßigung bis zum  
25. Lebensjahr, bitte Nachweis mitsenden)

**Unterbringung:** (Zutreffendes bitte ankreuzen)

Zimmer mit Dusche/WC/Tel./Fön, Kat I  EZ  DZ

Zimmer mit Waschbecken, Kat II  EZ  DZ

Mehrbettzimmer

Wenn die gewünschte Kategorie belegt ist, bin ich einverstanden  
mit einer  niedrigeren bzw.  höheren Kategorie.

### Besondere Anforderungen:

(z. B. Behindertenzimmer, überlanges Bett, vegetarisches Essen)

Diät z. B. Gluten-/Laktose-/Fruktoseintoleranz

Mit dieser verbindlichen Anmeldung erkläre ich mich mit den Allgemeinen  
Geschäftsbedingungen und Inhalten der Datenschutzerklärung vom Berneu-  
chener Haus Kloster Kirchberg (einzusehen unter [www.klosterkirchberg.de](http://www.klosterkirchberg.de)  
oder postalisch anzufordern) einverstanden.

Bitte nehmen Sie mich in die Newsletterliste auf.

Ort, Datum

Unterschrift

Berneuchener Haus  
Kloster Kirchberg

Das Berneuchener Haus Kloster Kirchberg ist ein Haus der Einkehr,  
der Begegnung und des Gebets. Unsere Gäste sind zu den  
Tagzeitengebeten und den Eucharistiefiern eingeladen. Auf  
unsere Webseite und im Veranstaltungsplan (den wir Ihnen gerne  
zusenden) finden Sie weiter Informationen.

### Kosten der Tagung:

Gesamtkosten Gemäßigtes Dinkelfasten	Einzel- zimmer	Doppel- zimmer pro Person
<b>Preiskategorie I</b> (Dusche/WC/Telefon/Fön)	654,70 €	582,70 €
<b>Preiskategorie II</b> (einfache Zimmer k/w Wasser)	590,70 €	530,70 €

### Ermäßigung

Studentenermäßigungen sind bis zum 25. Lebensjahr bei Vorlage  
des Ausweises möglich. Als Finanzierungshilfe für den Aufenthalt  
kann bei der Leitung des Hauses ein **Zuschuss** aus der Stählin-  
Stiftung beantragt werden.

### Anmeldung

Bitte melden Sie sich frühzeitig schriftlich an. Verwenden Sie dazu,  
wenn möglich, unsere Anmeldevordrucke. Eine Anmeldung ist  
auch per E-Mail oder über unsere Webseite möglich. Sie erhalten  
von uns eine Anmeldebestätigung.

### Abmeldung, Nichtteilnahme

Im Verhinderungsfall bitten wir um rechtzeitige Abmeldung,  
möglichst schriftlich, bzw. per Fax. Entsprechend unseren  
Geschäftsbedingungen berechnen wir bei kurzfristiger Abmel-  
dung oder Nichtteilnahme ohne Abmeldung eine Ausfallgebühr.

### Berneuchener Haus Kloster Kirchberg

72172 Sulz am Neckar

07454/883 0 oder [belegung@klosterkirchberg.de](mailto:belegung@klosterkirchberg.de)

[www.klosterkirchberg.de](http://www.klosterkirchberg.de)

# Gemäßigtes Dinkelfasten nach Hildegard von Bingen

Ursula Keck

Montag, 05.05.25. – Freitag, 09.05.2025



## Gemäßigtes Dinkelfasten nach Hildegard von Bingen

Das gemäßigte Dinkelfasten nach Hildegard von Bingen ist eine Fastenform, bei der keinesfalls nichts gegessen wird, sondern die Nahrung stark reduziert und auf das Nötigste beschränkt wird. So wird die Anweisung der Heiligen Hildegard befolgt: "Der Mensch soll seinem Leib immer die nötige Nahrung vergönnen."

Das Ziel dieser Fastenzeit ist, die eigene Wahrnehmung für das richtige persönliche Maß, die "discretio", wiederzufinden und einzuüben. Es werden beim Fasten Heilmittel und Gewürze verwendet, die den Organismus bei der Neuorientierung und Ausleitung unterstützen. Das Fasten wird Ihr Empfinden für Körper, Seele und Geist sensibilisieren. Wohlfühl, Leichtigkeit und Lebensfreude stellen sich ein.

Vorträge zur Hildegard-Heilkunde und positiven Lebensgestaltung, Gruppenarbeiten, Bewegung in der Natur, Singen und Meditationen strukturieren die Fastentage. Ebenso die Teilnahme an den Tagzeitengebeten.

**Wichtig:** Die Teilnahme am Fastenkurs geschieht auf eigene Verantwortung. Es empfiehlt sich, rechtzeitig vor Kursbeginn mit dem Hausarzt Rücksprache zu halten.

**Zwingend ist dies für Personen mit gesundheitlichen Einschränkungen!**

Für den Erfolg des Fastenkurses ist es wichtig, an allen Kurstagen teilzunehmen.

Eine Woche vor Kursbeginn erhalten Sie Infos zur Vorbereitung der Fastenwoche.

Bitte bringen Sie mit:

Thermoskanne für Tee, Wärmflasche, ein zusätzliches Gästetuch und Handtuch, geeignete Schuhe und Kleidung für Spaziergänge, Schreibzeug.

Die Fastenmittel können bei der Kursleiterin erworben werden. Je nach persönlichem Bedarf entstehen dafür Kosten in Höhe von ca. 40,00 €. Diese sind **im Kurs** in bar an die Kursleiterin zu entrichten.

Tagungsleitung: Ursula Keck  
Referentin der  
Internationalen  
Gesellschaft  
Hildegard von Bingen  
Gesundheits- und  
Mentalcoach  
[www.ursula-keck-gesundheitsbildung.de](http://www.ursula-keck-gesundheitsbildung.de)

Anreise: Montag, 05.05.2025  
Beginn: 10 Uhr  
Abreise: Freitag, 09.05.2025  
ca. 14 Uhr

### Preise, Konditionen, Ermäßigungen

Unsere Preise sind Vollpensionspreise (3 Mahlzeiten), maßgebend sind unsere Geschäftsbedingungen und die jeweils gültige Preisliste.

Gäste, denen die Finanzierung ihres Aufenthalts schwer fällt, können einen Zuschuss aus der Stählin-Stiftung erhalten. Bitte senden Sie uns mit dieser Anmeldung einen entsprechenden Nachweis.

Ich möchte den Stiftungszuschuss nutzen.

Freiwillige, persönliche Angabe:

Geburtstag: \_\_\_\_\_

Wir nehmen den Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ernst und es ist uns wichtig, die Erhebung und Verwendung dieser Daten transparent darzustellen. Informationen über unsere Datenschutzrichtlinien finden Sie unter [www.klosterkirchberg.de/datenschutz/](http://www.klosterkirchberg.de/datenschutz/) oder kann postalisch angefordert werden.

Berneuchener Haus  
Kloster Kirchberg  
72172 Sulz am Neckar