

Ich melde mich/uns verbindlich an

Tagungsnummer **26/1020** von **08.10.2026**
bis **11.10.2026**

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
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

Unterkunft und Verpflegung Vollpension pro Übernachtung	Einzel- zimmer	Doppel- zimmer pro Person
Preiskategorie I Dusche/WC/Telefon/Fön	116,50€	98,50€
Preiskategorie II Einfache Zimmer, k/w Wasser	100,50€	85,50€
Preiskategorie II Schüler, Azubis, Studenten	86,50€	73,50€
Tagungsbeitrag	189,-€	

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

www.klosterkirchberg.de

Achtsamkeit und Selbstfürsorge

Vom heilsamen Umgang mit destruktiven Gedanken und Gefühlen

Ruth Dalheimer
Simone Hartmann

Donnerstag, 08.10. - Sonntag, 11.10.2026



Vom heilsamen Umgang mit destruktiven Gedanken und Gefühlen.

Die Schulung der Achtsamkeit hilft, sich mit seiner Aufmerksamkeit dem Augenblick zuzuwenden, eigene Gefühls-, Denk- und Verhaltensmuster wahrzunehmen und zu einer inneren Distanz und wohlwollenden Grundhaltung zu finden.


Ein Schlüsselfaktor der seelischen Gesundheit ist das Mitgefühl- vor allem mit sich selbst. Durch eine Grundhaltung des achtsamen Selbstmitgefühls können wir unsere eigenen Denkmuster durchbrechen und Realitäten anerkennen. Die aus den Denkmuster folgenden Emotionen verändern sich und ermöglichen, sich selbst und anderen fürsorglich und respektvoll zu begegnen. Die Fähigkeit zur Orientierung und Sammlung auf den gegenwärtigen Augenblick setzt Energie frei und hält innerlich wach und aufmerksam.

Eingebettet in Stille und Meditation bieten wir kreative Übungen zur Achtsamkeit, inneren Aufmerksamkeit, Anleitung zum Erkennen der inneren Muster und zur Entwicklung einer Haltung der Selbstakzeptanz an.

In einfachen Kreistänzen und dem Hören und eintauchen in Geschichten aus verschiedenen Kulturen werden die Sinne und der Körper immer wieder zur Sammlung und Zentrierung angeleitet. Ganzheitliches Erleben wird somit ermöglicht.

Bitte rutschfeste Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

Leitung: Ruth Dalheimer
Psychotherapeutische
Heilpraktikerin
Transaktionsanalytikerin (CTA)
Körperpsychotherapeutin
Begleiterin geistlicher Übungen

Simone Hartmann 
Leiterin für meditativen Tanz
Märchenerzählerin
Theaterpädagogin

Anreise: Donnerstag, 08.10.2026
Beginn: 17 Uhr
Abreise: Sonntag, 11.10.2026
ca. 13 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/ oder kann postalisch angefordert werden.

Berneuchener Haus
Kloster Kirchberg
72172 Sulz am Neckar