

*„Wertschätze deinen Körper
wie einen Tempel,
damit deine Seele darin
wohnen mag.*

nach Teresa von Avila

Lebensge- staltung und Persönlich- keitsbildung

Evangelisches Bildungs- und Tagungszentrum Bad Alexandersbad

Markgrafenstraße 34
95680 Bad Alexandersbad
Tel. 092 32/99 39-0
Fax 092 32/99 39-99

Büro:
Mo. bis Do. von 8.30 bis 12.00 Uhr
und von 14.00 bis 16.00 Uhr
Fr. von 8.30 bis 12.00 Uhr

info@ebz-alexandersbad.de
www.ebz-alexandersbad.de

Sie können sich mit Fax, E-Mail, dieser Karte oder über unsere
Homepage www.ebz-alexandersbad.de anmelden.
Unsere Preise umfassen Vollpension und Seminargebühr.

Titelbild: pexels.com

Frühling - Aufbruch - Neubeginn

Gesundheitstage rund um Ernährung
und Sprache

26.04. bis
28.04.2024



Evangelisches Bildungs-
und Tagungszentrum
Bad Alexandersbad

Das Leben entfalten!

Frühling - Aufbruch - Neubeginn

Gesundheitstage rund um Ernährung und Sprache

Informationen rund um das Thema Gesundheit stehen im Mittelpunkt des Wochenendseminars, vor allem die vitalstoffreiche Vollwerternährung mit Schwerpunkt Fette und Öle. Wir laden ein, dazu Frühlingssmotive ganzheitlich zu erleben: das Neue, das keimen will – das Leben, das über Erstarrtes, Totes aufersteht. Wir erkunden gemeinsam Frühlingsskräuter und stellen damit eine Kräuterbutter her.

Sigrid Strobel bereichert das Seminar mit sprachlichen Impulsen zum Thema „Jedes Wort wirkt – In der Sprache liegt die Kraft“. Gerade im Frühling, wenn die Natur neu erwacht, lohnt es sich, den eigenen Wortschatz zu betrachten. Sprache schafft Wirklichkeit; und jedes Wort, jede Formulierung hat eine Wirkung – auch auf unsere Gesundheit. Wir beleuchten viele praktische Beispiele. Natur- und Schweigeeerlebnisse, Zeit für Rückzug und Ruhe ergänzen das Seminar. Geistliche Impulse vertiefen das Seminar zusätzlich.

Leitung	Ingrid Rudolp, Gesundheitsberaterin (IHK), Pädagogin, Schwabach
Mitarbeit	Sigrid Strobel, Pädagogin, Kommunikationstrainerin, Ansbach
Termine	Fr., 26.04.2024, 18:00 Uhr bis So., 28.04.2024, 13:00 Uhr
Kosten	183,- EUR im EZ 163,- EUR im DZ

Programmablauf:

Freitag, 26.04.2024

- 18.00 Abendessen
- 19.00 Ankommen und Einstimmung ins Thema
Frühling - Aufbruch und Neubeginn
Ende gegen 21.30 Uhr

Samstag, 27.04.2024

- 08.00 Frühstück
- 09.00 Mit Musik und Bewegung achtsam in den Tag starten
Tagesimplus „Jedes Wort wirkt“
Gesundheit im ganzheitlichen Sinne
Auf die Seele hören
- 12.00 Mittagessen
Mittagsruhe mit einem Kneippwickel
- 15.00 Frühlingsskräuter entdecken, kennen lernen, sammeln
- 16.00 Kaffeepause
- 16.30 Kräuterbutter herstellen, dazu vielseitiges Wissen zu Fetten und Öle
- 18.00 Abendessen
- 19.30 Frühling - Wandlung und Neubeginn
- 20.00 Sigrid Strobel berichtet von ihrer Pilgerwanderung (Bildervortrag)
Ende gegen 21.30 Uhr

Sonntag, 28.04.2024

- 08.00 Frühstück
- 09.00 Biblische Impluse zu Aufbruch und Neubeginn
- 12.00 Mittagessen und Verabschiedung

Ihre Anmeldung

Anmeldung zum Seminar „Frühling - Aufbruch - Neubeginn“

26.04.-28.04.2024

Evangelisches Bildungszentrum Bad Alexandersbad

Teilnehmerbeitrag:

EZ 183,- EUR

DZ 163,- EUR

Anmeldeschluss: 12. April 2024

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ: **Ort:**

Telefon:

E-Mail:

- Ich wünsche vegetarische Kost
 besondere Hinweise

- Doppelzimmer Einzelzimmer

Mit Ihrer Seminaranmeldung akzeptieren Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Insbesondere auf die Stornobedingungen weisen wir explizit hin. Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarversicherung (z. B. ERV).

Buchung und Information unter:
09232 9939-0
per E-Mail: info@ebz-alexandersbad.de
oder über unsere Homepage: www.ebz-alexandersbad.de