

Veranstaltungsbüro und Anmeldung:

Evangelische Akademie Baden, Silvia Fahse,
Postfach 2269, 76010 Karlsruhe,
E-Mail: silvia.fahse@ekiba.de,
Tel. (0721) 9175363, Fax (0721) 917525363

Anmeldung bitte schriftlich auf beiliegender Karte oder über unser Anmeldeformular im Internet. **Anmeldeschluss: 20. Februar 2019.** Ihre Anmeldung ist verbindlich, wenn Sie von uns nicht spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn eine Absage erhalten. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Fahrkarte im Bereich des Karlsruher Verkehrsverbundes zu.

Kurskosten:

Kursgebühr, Unterkunft – nur in Einzelzimmern – und Verpflegung: **415 €**

Ihre Zahlung erbitten wir bei Ankunft an der Rezeption der Akademie (möglichst mit EC-Karte). Treten Sie weniger als 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn von Ihrer Anmeldung zurück, werden Ihnen 50% der Kosten (bei Ermäßigung 100%) als Ausfallgebühr in Rechnung gestellt.

Ermäßigung ist in Absprache mit der Kursleiterin für die Akademie möglich.

Veranstaltungsort und Anreise:

Haus der Kirche – Evangelische Akademie Baden,
Dobler Str. 51, 76332 Bad Herrenalb, Tel. (07083) 9280,
Fax (07083) 928601, E-Mail: hausderkirche@hdk.ekiba.de

Anreise: Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: IC/ICE bis Karlsruhe Hbf; S-Bahn (S 1) vor dem Bahnhof nach Bad Herrenalb. Aktuelle Informationen zur Anreise mit dem öffentlichen Nahverkehr finden Sie unter www.bahn.de, bitte als Ziel „Ev. Akademie, Bad Herrenalb“ eingeben.

Mit dem PKW: Autobahn A5 (Ausfahrt Ettlingen/Bad Herrenalb). Parkplätze unterhalb des Hauses.

**Kurs****Fasten für den Leib –
Nahrung für die Seele**

**Fasten und Kontemplation
in den Faschnachtsferien**

**3. bis 8. März 2019
Bad Herrenalb**

Einladung

Fasten, Schweigen und Kontemplation

diese Drei prägen die gemeinsame Woche.

Die Fastentage bieten Raum zum Innehalten, zur Rückschau und zur neuen Ausrichtung auf das, was wichtig ist und unser Leben trägt. Sie tun unserer Gesundheit gut und bringen neue Lebensenergie.

Fasten schärft die Sinne, macht wach und sensibel. In der Stille gewinnen wir Klarheit über unseren Weg. Unverarbeitetes und Verdrängtes kann aufsteigen und bearbeitet werden.

Die anderen Elemente sind das Schweigen und das Sitzen in der Stille – auf einem Stuhl, einem Bänkehen oder Kissen – mit der kontemplativen Übung des Herzensgebets. Meditatives Gehen, Leibarbeit, Gebärden und Draußensein in der Natur ergänzen das Geschehen. Zur Klärung von persönlichen Fragen gibt es das Angebot zum Gespräch mit den Kursleiterinnen.

- Wir fasten nach der Heilkunde der Hildegard von Bingen, einer gut verträglichen Form des Fastens.
- Wir verbringen die Tage im Schweigen.
- Spirituelle Impulse nähren unsere Seele.
- In der Stille geben wir der Sehnsucht Raum nach dem göttlichen Geheimnis.
- Bewegung an der frischen Luft und Meditationen in der Natur gehören ebenso zum Programm wie persönliche Ruhezeiten.

Eingeladen sind alle, die bereit sind, sich auf diesen ganzheitlichen Weg einzulassen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Pfrin. Dorothea Frank

Kursleiterin für die Akademie

Caroline Gasser

Gesundheitsschwester, Frauenfeld/Schweiz

Beginn:

Sonntag, 3. März 2019 um 18.30 Uhr

mit dem ersten Fastenessen

Ende:

Freitag, 8. März 2019 um 13.00 Uhr

nach dem Mittagessen

Kursleitung:

Pfrin. Dorothea Frank

Meditationslehrerin Via Cordis, MAS Spiritualität

Caroline Gasser

Gesundheitsschwester, Frauenfeld/Schweiz,

langjährige Erfahrung auf dem Weg des Herzensgebets

Bitte beachten:

Bei fester Anmeldung oder auf Wunsch erhalten Sie weitere Unterlagen über das Fasten nach Hildegard von Bingen, über die Vorbereitung auf die Fastentage und den Tagesablauf. Für Ihre persönliche Planung ist noch Folgendes wichtig: Das Fastenbrechen ist am Donnerstagabend. Die folgenden Tage sind die Aufbautage nach dem Fasten.

Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen, nach Möglichkeit auch ein Tagebuch und Malutensilien.

Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, schwanger sind oder sich nicht sicher sind, ob Sie Fasten vertragen, ist die vorherige Absprache mit Ihrem Arzt unerlässlich.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Literatur zur Einstimmung:

Peter Pukownik (Hg.): „Heilige Hildegard, Heilfasten, Gesundheit für Körper und Seele“, München: Pattloch-Verlag, 1992

Rüdiger Maschwitz: Das Herzensgebet, München: Kösel, 1999

Stephan Hachtmann: Berührt vom Klang der Liebe, Freiburg: Kreuz Verlag, 2012

Anrede

Name*

Vorname*

Straße/Nr.*

PLZ/Ort*

E-Mail

Telefon

Geburtsdatum

Beruf/Funktion

Institution

* Notwendige Angaben

Anmeldung

Mit dieser Anmeldung zur Veranstaltung (siehe Rückseite) stimme ich der Aufnahme und Verarbeitung der mich betreffenden personenbezogenen Daten zu. Die Löschung erfolgt nach den gesetzlichen Vorgaben. Informationen dazu finden Sie unter www.ev-akademie-baden.de/datenschutz.

- Die Evangelische Akademie Baden darf mich per Email oder auf dem Postweg über diese Veranstaltung hinaus über eigene Angebote informieren und kann dazu meine Email-Adresse und meine Postanschrift verwenden. Die Daten werden elektronisch verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben.

Diese Einwilligung kann ich jederzeit durch eine Email an akademie@ekiba.de widerrufen.

Bitte informieren Sie mich auch über:

- den Freundeskreis der Evangelischen Akademie Baden e. V.
- Veranstaltungsgutscheine

Ort, Datum Unterschrift

Veranstaltung:

Bitte Veranstaltungsthema und Veranstaltungsnummer eintragen.

Nr.

- Ich nehme an der gesamten Veranstaltung zum **Komplettpreis** (inkl. Vollpension) teil.
- Ich bin ermäßigungsberechtigt (laut Programm)
- Bitte schicken Sie mir eine kostenlose Fahrkarte für den Karlsruher Verkehrsverbund (KVV) (Versand eine Woche vor der Veranstaltung, nur für Veranstaltungen in Bad Herrenalb)

Fax 0721/917525363

Evangelische Akademie Baden
Postfach 22 69
76010 Karlsruhe