

Bitte senden Sie

- dieses **Programm**
- das aktuelle **Jahresprogramm**
- Infos zum **Winterkurs „moving times“**
Ein Projekt zur Persönlichkeitsentwicklung für 18- bis 25-Jährige
- Infos zum **Verein** für das Ev. Bildungszentrum Hermannsburg - Heimvolkshochschule e.V.
- Infos zur **Georg-Haccius-Stiftung**

an:

Name, Vorname

Straße

PLZ Wohnort

Spenden helfen uns, die Ausstattung des Hauses zu verbessern und besondere Projekte zu fördern. Wenn Sie uns durch eine Spende unterstützen wollen, bitten wir um Überweisung mit dem Vermerk „**Spende**“ auf eines der folgenden Konten:

Bildungszentrum: Sparkasse Celle-Gifhorn-Wolfsburg
(BIC: NOLADE21GFW)
IBAN: DE76 2695 1311 0055 5930 08

Verein: Sparkasse Celle-Gifhorn-Wolfsburg
(BIC: NOLADE21GFW)
IBAN: DE81 2695 1311 0055 5917 54

Zur **Georg-Haccius-Stiftung** sind **Zustiftungen** möglich. Nähere Einzelheiten zur Stiftung auf Anfrage. Überweisungen erbitten wir mit dem Vermerk „**Zustiftung**“ auf das Konto:

Stiftung: Sparkasse Celle-Gifhorn-Wolfsburg
(BIC: NOLADE21GFW)
IBAN: DE25 2695 1311 0055 5559 99

Das Ev. Bildungszentrum Hermannsburg ist seit 2003 zertifiziert nach DIN EN ISO 9001.

Teilnahmevereinbarungen

Die genannten Tagungs- und/oder Seminarbeiträge gelten, wenn nicht anders angegeben, pro Person und beinhalten die pädagogischen Leistungen, die Mahlzeiten und bei mehr als eintägigen Veranstaltungen die Übernachtung für die angegebene Dauer.

Die **Bezahlung** erfolgt entweder per Überweisung (Sparkasse Celle, IBAN: DE76 2695 1311 0055 5930 08, BIC: NOLADE21GFW) oder zu Beginn der Veranstaltung bar oder mit der EC-Karte am Empfang/im Büro des Ev. Bildungszentrums Hermannsburg (EBH).

Die **Übernachtung** erfolgt in Einzel- und Doppelzimmern (EZ/DZ) mit und ohne Dusche/WC, je nach Verfügbarkeit oder Festlegung im Seminarprogramm oder Belegungsvertrag. Zimmerwünsche werden, so weit wie möglich, berücksichtigt. Für Einzelzimmer mit Du/WC berechnen wir einen Zuschlag von € 14,00 pro Nacht/Person. **Bettwäsche und Handtücher** werden gestellt. **Nicht in Anspruch genommene Einzelleistungen** können nicht rückvergütet werden. Bei ausgewählten mehrtägigen Seminaren ist die Teilnahme als Tagesgast nach vorheriger Absprache möglich.

Bei einer **Abmeldung** weniger als 14 Tage vor Tagungs-/ Seminarbeginn berechnen wir eine Ausfallgebühr von 30 %, bei Abmeldung am Veranstaltungstag oder Nichterscheinen eine Ausfallgebühr von 80 % des Tagungs-/Seminarbeitrages. Nimmt eine Ersatzperson teil, entfällt die Ausfallgebühr.

An der Finanzierung muss eine Teilnahme grundsätzlich nicht scheitern. Bitte setzen Sie sich gegebenenfalls mit uns vor Ihrer Anmeldung in Verbindung.

Wenn eine Mindestzahl von Teilnehmenden nicht erreicht wird oder die Seminarleitung durch Krankheit u.ä. ausfällt, behalten wir uns eine Absage vor.

Die Anmeldung gilt als bestätigt, sofern wir Ihnen keine andere Nachricht geben. Sonstige Wünsche/Anmerkungen vermerken Sie bitte auf dem Anmeldeabschnitt.

Anreise

Mit der Bahn bis Celle, Unterlüß oder Munster. Von Celle und Unterlüß fährt der CeBus bis Ortsmitte Hermannsburg. Abfahrtszeiten erfragen Sie bitte im Büro des EBH oder unter www.cebus-celle.de

Von Unterlüß oder Munster können Gäste nach vorheriger Absprache gegen Kostenbeteiligung abgeholt werden. Bitte teilen Sie uns Ihre Ankunft bis 2 Tage vor Veranstaltungsbeginn mit.

Mit dem Auto von der B 3 abzweigen in Bergen, Hassel oder Celle-Groß Hehlen, von der B 191 in Weyhausen Richtung Unterlüß, von der B 71 in Dethlingen Richtung Müden.

Die Anfahrt in Hermannsburg führt von der Ortsmitte über die Lotharstraße in die Harmsstraße und dann in den Lutterweg.

Der Weg zum Ev. Bildungszentrum Hermannsburg ist ausgeschildert.

So sollt ihr leben

200 Jahre Sebastian Kneipp



**Die fünf Säulen
einer gesunden Lebensführung**

12. - 15. August 2021

Herzlich willkommen!

Was heute für viele Menschen sehr verlockend ist – sich fit halten, gesund ernähren, Heilkräuter nutzen, verbunden mit der Natur leben und für innere Balance sorgen – all das hat Sebastian Anton Kneipp (17.5.1821 – 17.6.1897) schon im 19. Jahrhundert propagiert. Höchst modern ist sein ganzheitliches Konzept zur Stärkung der Gesundheit und Behandlung von Krankheiten immer noch. Dies besteht aus den fünf Säulen: Wasseranwendungen, Bewegung, Heilpflanzen nutzen, gesunde Ernährung und eine Lebensordnung in Balance.

Dem römisch-katholischen Priester Kneipp lag nicht an ausführlichen Lehren oder Analysen. Er war ein Mensch der Tat und machte für diese fünf Bereiche ganz konkrete Vorschläge. Umstritten war er und angefeindet. Heute gibt es eine differenzierte Bewertung seiner Anwendungen. Manche seiner Vorschläge sind überholt. Vieles aber ist in seiner Wirkung gut belegt und eignet sich hervorragend zur Stärkung des Immunsystems, des seelischen Wohlbefindens und der persönlichen Resilienz. Vor allem ist seine ganzheitliche Perspektive auf den Menschen hilfreich.

In diesem Seminar knüpfen wir an die Ideen von Sebastian Kneipp an. Wir nehmen sie zum Anlass für unsere Auseinandersetzungen mit den „fünf Säulen einer gesunden Lebensführung“ und gehen auch darüber hinaus. Es geht darum, mit praktischen Übungen, Impulsen und im Austausch, den Fragen einer gesunden Lebensführung nachzugehen, sich anregen zu lassen und zu prüfen, was gut zu einem passt. Ein vielseitiges Programm erwartet uns und auch die Seele soll Zeit für das „Baumeln“ haben, weshalb ganz im Sinne Kneipps der Ausflug in die blühende Heide selbstverständlich zum Programm gehört. Erholsam soll es sein und lehrreich zu gleich, denn „Das Beste, was man gegen eine Krankheit tun kann, ist etwas für die Gesundheit zu tun.“ (S. Kneipp)

Aus dem Programm

Donnerstag, 12. August

- **Start in die Tage** – Kennenlernen – Einführung ins Thema
- **So sollt ihr leben** – Die Gesundheitslehre des Sebastian Kneipp, *S. Rohr*

Freitag, 13. August

- **in Freundschaft mit dem Wasser** – vom Wassertreten und anderen Anwendungen, *S. Rohr*
- **In Bewegung bleiben I** – eine Einführung in das Nordic Walking, *C. Makus*
- **Ordnung in der Seele halten** – von den Grundlagen des gesunden Lebens, *F. Müller*
- **Ein bewegtes Leben** – eine Collage zu Sebastian Kneipp, *F. Müller*

Samstag, 14. August

- **In Bewegung bleiben II** – belebende Übungen für den Morgen, *C. Makus*
- **Gesund ernähren** – hilfreiche Orientierungen für eine genussvolle Ernährung, *K. Hägerling*
- **Heilpflanzen nutzen** – Essbare Wildpflanzen und Heilkräuter, Rezepte und Anwendungen, *W. und F. Müller*
- **Picknick in der Heide**

Sonntag, 15. August

- **Was gut tut** – die fünf Säulen im Alltag
- **„Vergesst mir die Seele nicht“** – besinnlicher Abschluss, *S. Rohr und F. Müller*

Die Referenten:

Susanne Rohr, Gesundheitspädagogin Sebastian-Kneipp-Akademie

Kerstin Hägerling, Dipl. Ökotrophologin, Ernährungsberaterin

Wiltrud Müller, ausgebildete Kräuterkundige

Christian Makus, Bildungsreferent EBH, Sportlehrer

Pädagogische Verantwortung/Leitung:

Friedemann Müller, Theologischer Studienleiter EBH

Beginn: Donnerstag, 12. Aug., 17.00 Uhr

Ende: Sonntag, 15. Aug., 14.00 Uhr

Seminarbeitrag: € 296,- EZ (Du/WC)

€ 254,- DZ (Du/WC) (nur für Personen aus einem Haushalt)

Anmeldeabschnitt an
Evangelisches Bildungszentrum, Lutterweg 16,
29320 Hermannsburg, Fax (0 50 52) 98 99-55
Anmeldung per Mail unter: info@bildung-voller-leben.de

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgender Veranstaltung an: **21-320 So sollt ihr leben 12.-15.08.21**

Name, Vorname

Name, Vorname

Straße

PLZ Ort

Telefon / Telefax

E-Mail

Beruf

Geburtsdatum

Zimmerwunsch:

() EZ (Du/WC) () DZ (Du/WC)

mit

sonstige Wünsche/Anmerkungen:

(bitte ankreuzen) Ich bin / wir sind damit einverstanden, dass diese Angaben für die Zusendung von Informationen zu Angeboten des Ev. Bildungszentrums (EBH) in der EDV des EBH verwendet und gespeichert werden. Der Widerruf ist jeder Zeit schriftlich möglich.

Mit der Unterschrift sind die Teilnahmevereinbarungen anerkannt.

Datum

Unterschrift/en