

## Einladung Allgemeines Seminar II

<b>Wann:</b>	<b>22.07.2022 bis 24.07.2022</b>	
<b>Wo:</b>	<b>Schönstatt-Zentrum Marienfried Bellensteinstraße 25, 77704 Oberkirch</b>	
<b>Thema:</b>	<b>Mich bewusst wahrnehmen – achtsamer Umgang mit sich selbst</b>	
<b>Referent(in):</b>	<b>Klaus Ernst Harter, ehem. PSB Sigmaringen</b>	
<b>Leitung:</b>	<b>Friedrich Mey, Regionalsprecher Süd</b>	
<b>Kosten:</b>	<b>Kreuzbundmitglieder</b>	<b>70,00 €</b>
	<b>Gruppenmitglieder</b>	<b>90,00 €</b>
	<b>Gäste</b>	<b>110,00 €</b>

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten,

zu diesem Seminar lade ich recht herzlich ein. Das Seminar beginnt am Freitagabend um 18:00 Uhr mit dem gemeinsamen Abendessen und endet am Sonntag nach dem Mittagessen um ca. 13:00 Uhr.

Anmeldungen werden entgegengenommen vom **06.06.2022** bis zum **06.07.2022**.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

Mit freundlichen Grüßen



Bernd Galowski

1. Vorsitzender

**Anmeldungen per E-Mail an**  
oder per Post an



**seminare@kreuzbund-dv-freiburg.de**  
Roland Wagner, Karl-Hermann-Zahn-Str. 34, 69168 Wiesloch

## Seminarbeschreibung

Sowohl der/die Suchtkranke wie auch die Angehörigen stehen vor der Herausforderung, Schritte raus aus der Krankheit, hin zur Gesundheit zu tun. Ein wesentlicher Bestandteil dabei ist die Hinwendung zu sich selbst. Dies beinhaltet die bewusste Wahrnehmung der eigenen Person mit eigenen Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen.

Ziel des Seminars ist es, Dich auf dem Weg zur Wahrnehmung der eigenen Person mit ihren Befindlichkeiten, Wünschen und Bedürfnissen zu begleiten. Du hast die Chance, mehr mit Dir in Kontakt zu kommen und herauszufinden, was es heißt und bedeutet, einen achtsamen Umgang mit Dir selbst zu pflegen.

## Anfahrt

	Von der A5 Abfahrt Appenweier auf der B28 in Richtung Freudenstadt/Oberkirch fahren. In Oberkirch der B28 folgen bis Marienfried angeschrieben ist, danach der Beschilderung folgen.
	Am Hauptbahnhof Offenburg aussteigen. Von dort aus mit der Ortenau-S-Bahn (OSB) Richtung Bad Grießbach fahren. An der Station Oberkirch aussteigen.