

## ANMELDEABSCHNITT

Name:..... Geb.datum:.....  
Adresse:.....  
Telefon:..... Emailadresse:.....  
Ich bitte um ein  Einzelzimmer  Zweibettzimmer mit.....  
Ich bitte um  Normalkost  vegetarische Kost

**Anmeldung zum Seminar „Weniger ist mehr“**  
Fr.03. – So.05.05.2019

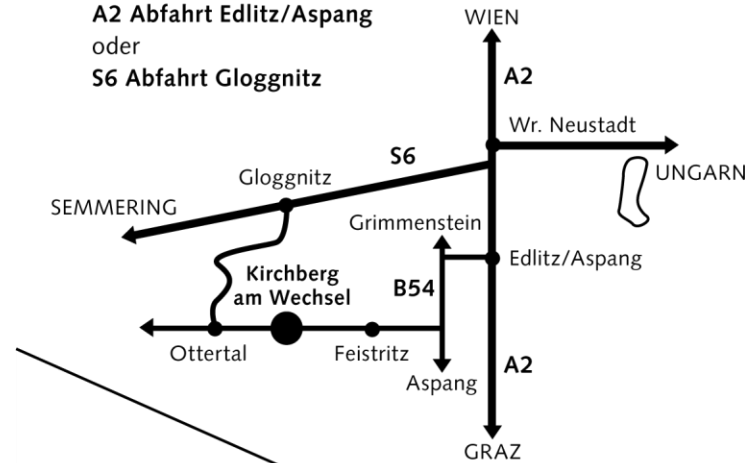
### Anreise

#### MIT DER ÖBB

bis zum Bahnhof nach Gloggnitz oder Aspang,  
dann weiter mit dem Bus bis zur Ortsmitte  
Kirchberg am Wechsel.

#### MIT DEM AUTO

A2 Abfahrt Edlitz/Aspang  
oder  
S6 Abfahrt Gloggnitz



#### DOMINIKANISCHE GEMEINSCHAFT

Markt 2  
2880 Kirchberg am Wechsel  
Tel. 02641/6275 Fax DW 22  
office@kloster-kirchberg.at  
www.kloster-kirchberg.at

# Weniger ist mehr

Im Einfachen die Fülle entdecken

03. - 05.05.2019



**Kloster Kirchberg**  
AM WECHSEL

## Weniger ist mehr: Im Einfachen die Fülle entdecken

Aufgrund der vielfachen Anforderungen im Alltag empfinden viele Menschen Sehnsucht nach Einfachheit und Besinnung auf das Wesentliche.

### Inhalt

Wir beschäftigen uns in diesen Tagen mit einem Zuviel und Zuwenig in unserem Leben.

Dabei erforschen wir, wie es im Laufe unseres Lebens dazu gekommen ist und was uns dazu bringt, unsere bisherigen Muster beizubehalten.

Wir erarbeiten Veränderungswünsche und erproben erste Schritte, diese umzusetzen.

- Was ist zu viel?
- Wie erkenne ich es?
- Was möchte ich loslassen?

### Arbeitsweise

Wir arbeiten mit der Methode der *Konzentrativen Bewegungstherapie (KBT)*.

Mittels körperorientierter und kreativer Angebote ermöglichen wir Ihnen, sich selbst zu entdecken und weiter zu entwickeln. Dabei lassen wir uns vom Ambiente des Klosters inspirieren.

Gemeinsam in der Gruppe gehen wir wichtigen Themen nach, probieren miteinander aus und teilen unsere Erfahrungen.

Dabei ist uns wichtig, dass Sie die im Seminar gemachten Erfahrungen in Ihren Alltag mitnehmen können.

### Zielgruppe

Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die sich immer wieder überfordert fühlen, beispielweise aufgrund

- der familiären Situation
- beruflicher Verpflichtungen
- materieller Umstände

## Die Kursleiterinnen

### Sr Teresa Hieslmayr OP

Dominikanerin im Kloster Kirchberg am Wechsel, Theologin, Germanistin, Sozialpädagogin, Psychotherapeutin für KBT in Ausbildung unter Supervision



### Christine Loidl

Psychologin und Sozialarbeiterin in einer Familienberatungsstelle in Wien, Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision in freier Praxis in Wien (nähere Informationen unter: [www.christine-loidl.at](http://www.christine-loidl.at))



## Organisatorisches

### Termin:

**03.-05. Mai 2019**

### Beginn:

Freitag 18 Uhr  
mit dem Abendessen

### Ende:

Sonntag ca. 13 Uhr  
nach dem Mittagessen

### Ort:

Kloster Kirchberg  
Markt 2  
2880 Kirchberg a. Wechsel

### Kurskosten

Kursbeitrag: € 250

Mit Ihrer Anzahlung von 50€ nehmen wir Ihre Anmeldung auf.

Bankverbindung:

Dominikanische Gemeinschaft

IBAN: AT25 3219 5000 0192 9637

BIC: RLNWATWWASP

### Aufenthaltskosten

EZ mit D/WC: VP € 52,60/Tag

EZ/ohne D/WC oder DZ mit D/WC: VP € 49,50/Tag

**Max. Teilnehmerzahl:** 12 Personen

### Anmeldung

Telefonisch oder mittels Abschnitt im  
Kloster Kirchberg

Markt 2

2880 Kirchberg am Wechsel

Tel.: 0650/443 88 53

Fax: 02641 / 6275-22

Mail: [sr.teresa@kloster-kirchberg.at](mailto:sr.teresa@kloster-kirchberg.at)

Web: [www.kloster-kirchberg.at/psychotherapie](http://www.kloster-kirchberg.at/psychotherapie)