## Ich melde mich/uns verbindlich an

Tagungsnummer **27/0520** von **07.05.2027** bis **09.05.2027**

☐ Ich verlängere meinen Aufenthalt
von ☐ bis ☐

Erste Mahlzeit ☐ FS ☐ ME ☐ AE
Letzte Mahlzeit ☐ FS ☐ ME ☐ AE
Nicht eingenommene Mahlzeiten können nicht vergütet werden.

### Anschrift

Vorname, Name _____
Straße _____
PLZ, Ort _____
Telefon / Fax _____
E–Mail _____

**Weiterer Gast:** _____

☐ Schüler ☐ Azubi ☐ Student
Geburtsdatum: _____ (Ermäßigung bis zum 25. Lebensjahr, bitte Nachweis mitsenden)

**Unterbringung:** (Zutreffendes bitte ankreuzen)

Zimmer mit Dusche/WC/Tel./Fön, Kat I ☐ EZ ☐ DZ
Zimmer mit Waschbecken, Kat II ☐ EZ ☐ DZ
Mehrbettzimmer ☐

Wenn die gewünschte Kategorie belegt ist, bin ich einverstanden mit einer ☐ niedrigeren bzw. ☐ höheren Kategorie.

**Besondere Anforderungen:**

(z. B. Behindertenzimmer, überlanges Bett, vegetarisches Essen)

_____

Diät z. B. Gluten–/Laktose–/Fruktoseintoleranz

_____

Mit dieser verbindlichen Anmeldung erkläre ich mich mit den Allgemeinen Geschäftsbedingungen und Inhalten der Datenschutzerklärung vom Berneuchener Haus Kloster Kirchberg (einzusehen unter www.klosterkirchberg.de oder postalisch anzufordern) einverstanden.

☐ Bitte nehmen Sie mich in die Newsletterliste auf.

Ort, Datum

Unterschrift

Das Berneuchener Haus Kloster Kirchberg ist ein Haus der Einkehr, der Begegnung und des Gebets. Unsere Gäste sind zu den Tagzeitengebeten und den Eucharistiefeiern eingeladen. Auf unserer Webseite und im Veranstaltungsplan (den wir Ihnen gerne zusenden) finden Sie weitere Informationen.

### Kosten der Tagung

| Unterkunft und Verpflegung Vollpension pro Übernachtung | Einzelzimmer | Doppelzimmer pro Person |
|---|---|---|
| **Preiskategorie I** Dusche/WC/Telefon/Fön | 116,50€ | 98,50€ |
| **Preiskategorie II** Einfache Zimmer, k/w Wasser | 100,50€ | 85,50€ |
| **Preiskategorie II** Schüler, Azubis, Studenten | 86,50€ | 73,50€ |
| **Tagungsbeitrag** | **195,-€** | |

### Ermäßigung

Studentenermäßigungen sind bis zum 25. Lebensjahr bei Vorlage des Ausweises möglich. Als Finanzierungshilfe für den Aufenthalt kann bei der Leitung des Hauses ein **Zuschuss** aus der Stählin-Stiftung beantragt werden.

### Anmeldung

Bitte melden Sie sich frühzeitig schriftlich an. Verwenden Sie dazu, wenn möglich, unsere Anmeldevordrucke. Eine Anmeldung ist auch per E-Mail oder über unsere Webseite möglich. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung.

### Abmeldung, Nichtteilnahme

Im Verhinderungsfall bitten wir um rechtzeitige Abmeldung, möglichst schriftlich, bzw. per Fax. Entsprechend unseren Geschäftsbedingungen berechnen wir bei kurzfristiger Abmeldung oder Nichtteilnahme ohne Abmeldung eine Ausfallgebühr.

**Berneuchener Haus Kloster Kirchberg**
72172 Sulz am Neckar
07454/883 0 oder belegung@klosterkirchberg.de
**www.klosterkirchberg.de**

Berneuchener Haus
Kloster Kirchberg

# Das Gehirn und die stille Kraft in mir

## Wie unser Gehirn Stabilität findet, wenn außen alles in Bewegung ist

**Dr. Karolien Notebaert**

**Freitag, 07.05. – Sonntag, 09.05.2027**



Unsere Welt ist geprägt von permanenter Veränderung, hoher Geschwindigkeit und einer Vielzahl an Reizen. Viele Menschen erleben diese Dynamik als überfordernd, fühlen sich innerlich unruhig, verlieren den Überblick oder haben das Gefühl, „den Kopf zu verlieren“. Aus neurowissenschaftlicher Sicht ist diese Erfahrung gut erklärbar: Unser Gehirn reagiert sensibel auf Unsicherheit, Komplexität und fehlende Vorhersagbarkeit.

Dieses Seminar beleuchtet, was ein sich ständig wandelndes Umfeld mit unserem Gehirn macht - und vor allem, welche inneren Ressourcen uns jederzeit zur Verfügung stehen, um Klarheit zu bewahren, innere Stabilität zu stärken und handlungsfähig zu bleiben.

Auch wenn wir äußere Umstände nicht immer verändern können, haben wir großen Einfluss darauf, wie unser Gehirn reagiert. Selbstregulation zeigt sich dabei nicht als besondere Fähigkeit, sondern als etwas, das jede und jeder lernen und kultivieren kann.

**Was Du mitnehmen kannst:**

- Ein Verständnis dafür, was Chaos und Unsicherheit im Gehirn auslösen
- Konkrete Werkzeuge zur Selbstregulation und inneren Stabilisierung
- Die Erfahrung, dass Klarheit von innen entsteht - unabhängig von äußeren Umständen
- Die Entdeckung persönlicher Ressourcen, die Dich im Alltag tragen und stärken

Methodisch verbindet das Seminar kurze neurowissenschaftliche Inputs mit Gruppengesprächen, individueller Reflexion und meditativen Elementen.

Wenn es das Wetter erlaubt, finden einzelne Einheiten bewusst im Freien statt; dafür empfiehlt sich bequeme, wetterangepasste Kleidung.

**Tagungsleitung:**
Dr. Karolien Notebaert
Neurowissenschaftlerin, Autorin

| | |
|---|---|
| **Anreise:** | Freitag, 07.05.2027 |
| **Beginn:** | 17.00 Uhr |
| **Abreise:** | Sonntag, 09.05.2027 |
| | 13.00 Uhr |

**Preise, Konditionen, Ermäßigungen**

Unsere Preise sind Vollpensionspreise (3 Mahlzeiten), maßgebend sind unsere Geschäftsbedingungen und die jeweils gültige Preisliste.

Gäste, denen die Finanzierung ihres Aufenthalts schwer fällt, können einen Zuschuss der Stählin-Stiftung erhalten. Bitte senden Sie uns mit dieser Anmeldung einen entsprechenden Nachweis.
❒ Ich möchte den Stiftungszuschuss nutzen.

Freiwillige, persönliche Angabe:
Geburtstag:_____

Wir nehmen den Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ernst und es ist uns wichtig, die Erhebung und Verwendung dieser Daten transparent darzustellen.
Informationen über unsere Datenschutzrichtlinien finden Sie unter **www.klosterkirchberg.de/datenschutz/** oder kann postalisch angefordert werden.

Berneuchener Haus
Kloster Kirchberg
**72172 Sulz am Neckar**