

## Einladung Paarseminar

<b>Wann:</b>	<b>05.07.2024 bis 07.07.2024</b>	
<b>Wo:</b>	<b>Bildungshaus St. Bernhard An der Ludwigsfeste 50, 76437 Rastatt</b>	
<b>Thema:</b>	<b>Achtsamkeit in der Partnerschaft</b>	
<b>Referent(in):</b>	<b>Thomas Cramer, Kliniken Wied</b>	
<b>Leitung:</b>	<b>Gerhard Häring, 1. Stellv. Vorsitzender</b>	
<b>Kosten:</b>	<b>Kreuzbundmitglieder</b>	<b>80,00 €</b>
	<b>Gruppenmitglieder</b>	<b>100,00 €</b>
	<b>Gäste</b>	<b>120,00 €</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 **29.04.2024** bis zum **12.06.2024**.

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

### Achtsamkeit in der Partnerschaft



Eigentlich geht es uns gut, aber.... Oftmals verlieren wir in unserer gewohnten Alltagsroutine das freudige, leichte und verständnisvolle Miteinander in der Partnerschaft. Die Kommunikation und die Achtsamkeit leiden, Missverständnisse entstehen und dadurch vielleicht auch Unzufriedenheit.

Für eine lebendige Partnerschaft und für die Entwicklung als Paar ist es notwendig, die Wirkung des eigenen Verhaltens zu überprüfen, und wo wünschenswert bzw. notwendig, individuell neu zu bestimmen. Sodass jeder Einzelne in der Partnerschaft seine Lebendigkeit, Neugierde und Lebensfreude leben und zum Ausdruck bringen kann.

Das Seminar „Achtsamkeit in der Partnerschaft“ soll eine Art „Boxenstopp“ sein. Sie entscheiden sich aktiv, etwas für Ihre Beziehung zu tun. Sie wollen sich wieder näherkommen, Missverständnisse und Konflikte klären und gemeinsam eine neue Basis für eine harmonische und lebendige Beziehung schaffen.



### Anfahrt

	<p>Aus dem Süden kommend die A5 an der Ausfahrt "Rastatt Süd" verlassen. Am Ende der Autobahn-Abfahrt rechts, in Richtung Rastatt abbiegen. Dem Straßenverlauf folgend befindet sich nach fast 5km das Mercedes-Benz-Kundencenter auf der linken Seite. An der darauffolgenden Ampelkreuzung rechts abbiegen. Nach 800m liegt das Bildungshaus St. Bernhard auf der linken Seite.</p> <p>Aus dem Norden kommend die A5 an der Ausfahrt "Rastatt Nord" verlassen. An der großen Ampelanlage geradeaus Richtung Mercedes Benz, auf der Umgehungsstraße durch den Tunnel, danach an der ersten Ampel links abbiegen. Dann immer geradeaus; nach ca. 1,5 km ist auf der linken Seite das Bildungshaus St. Bernhard.</p> <p>Kostenfreie Parkplätze sind im Hof vorhanden. Die Zufahrt zu den Parkplätzen befindet sich in der Zaystraße, zwischen Hausnummer 10 und 12.</p>
	<p>Ab dem Bahnhof Rastatt besteht die Möglichkeit mit dem Taxi, dem Bus oder zu Fuß St. Bernhard zu erreichen.</p> <p>Mit dem Bus 231 Richtung Wintersdorf bis zur Haltestelle "Am Hasenwäldchen", in der Fahrtrichtung des Busses der Zaystraße folgen und nach 50 Meter zur linken Seite steht das Bildungshaus St. Bernhard.</p> <p>Zu Fuß geht es in Richtung Stadtmitte bis zur ersten Ampelanlage, dann rechts der Beschilderung Krankenhaus folgen, nach 900m erscheint auf der rechten Seite St. Bernhard.</p>