

Das Kloster Bernried im Bildungshaus St. Martin liegt am Ufer des Starnberger Sees, am Rande eines weitläufigen Parks mit altem Baumbestand. Es bietet den geeigneten Rahmen für persönlichkeitsfördernde und spirituelle Angebote.

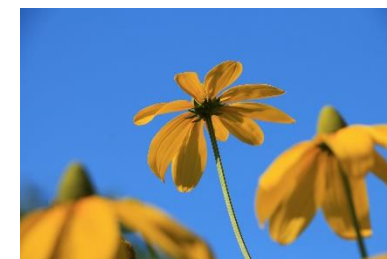


© Fotos Missions-Benediktinerinnen Bernried

Bildungshaus St. Martin, Bernried
Kloster der Missionsbenediktinerinnen
Klosterhof 8
82347 Bernried
Telefon: 08158/255-0
Telefax: 08158/255-63
E-MAIL: zentrale@bildungshaus-bernried.de
Homepage: www.bildungshaus-bernried.de

OASENTAG

Gesundheit aus dem Kloster



mit Kräutern aus dem Klostergarten

Dienstag, 13. Juli 2021



ESINNUNG

OASENTAG

Gesundheit aus dem Kloster mit Kräutern aus dem Klostergarten

Ein gesundes Leben zu führen, bedeutet nicht nur, sich ausgewogen zu ernähren. Dazu gehören beispielsweise genauso die Balance zwischen aktiven und kontemplativen Phasen, die „geistige Nahrung“ wie Lektüre und Musik, Schweigephasen, die Entdeckung der eigenen Ressourcen sowie die Beschäftigung mit der Natur. Dies wissen die Ordensleute seit vielen Jahrhunderten.

An diesem Oasentag wollen wir das Augenmerk auf einige dieser Dinge richten und Körper, Geist und Seele Gutes tun.

Wir beschäftigen uns mit Impulsen aus dem Klosterleben, die auch für Menschen außerhalb der Klostermauern hilfreich sind.

Am Nachmittag suchen wir im Klostergarten von Bernried nach Kräutern, aus denen wir traditionelle Rezepturen herstellen.

Schon im frühen Mittelalter setzten die fachkundigen Ordensleute Kräuter ein, um Heilmittel zu fertigen und die Gesundheit zu stärken. Zu einer ausgewogenen klösterlichen Ernährung gehörte zudem der Einsatz von Kräutern in der Küche.

Zum Abschluss werden wir die selbst hergestellten Köstlichkeiten in gemeinsamer Runde zu uns nehmen.

VERANSTALTER und KURSORT

Missions-Benediktinerinnen Kloster
Bernried im Bildungshaus St. Martin
Klosterhof 8, 82347 Bernried

TERMIN

Dienstag, 13. Juli 2021

Beginn: 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr

KURSLEITUNG

Dr. Petra Altmann

Buchautorin und Journalistin mit Schwerpunkt „klösterliche Traditionen“, Ausbildung in Logotherapie & Existenzanalyse (n. Viktor E. Frankl), Seminarleiterin

Sr. Adelgunde Aumüller OSB

Missions-Benediktinerin, Hauswirtschaftsmeisterin, ehemalige Küchenleiterin, Kräuterpädagogin

KOSTEN

Tagungskosten: € 30,00
(einschl. Mittagessen und Kaffee/Kuchen)
Kursgebühr: € 36,00

Bitte die Kosten im Bildungshaus bezahlen, in bar **oder** mit Giro-Karte

ANMELDUNG

Mit beigefügtem Formular **oder** auf der Homepage www.bildungshaus-bernried.de über Klosterseminar-Anmeldung

Die Kurse werden in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Dekanat Weilheim- Schongau durchgeführt.

Anmeldung: OASENTAG Gesundheit aus dem Kloster mit Kräutern aus dem Garten Mo., 13. Juli 2021

Vorname und Zuname:

Straße:

Ort:

Telefon und e-mail:

Geburtsjahr:(Angabe ist freiwillig)

Ich möchte essen: vegetarisch Vegan glutenfrei laktosefrei fleischhaltige Kost

Datenschutz: Mit meiner Anmeldung stimme ich zu, dass die angegebenen Informationen vom Kloster & Bildungshaus St. Martin zur Bearbeitung meiner Anfrage gespeichert werden.

Datum und Unterschrift **Kurs-Nr. 2118**