

KURHAUS HOTEL BAD BOCKLET

Gesundheit. Wellness. Spiritualität.

Spirituelles Programm

Angebote für Körper,
Geist und Seele

2022

1. Halbjahr





Herzlich willkommen
im Kurhaus Hotel Bad Bocklet

Liebe Entspannung Suchende,

Das Kurhaus Hotel Bad Bocklet ist ein Ort der Ruhe und Besinnung und zugleich eine Quelle für Kraft und Energie. Abseits der Alltagshektik erwartet Sie ein spiritueller Raum, an dem die christlichen Grundhaltungen der Fürsorge und Achtsamkeit spürbar werden. Wir laden Sie ein, einfach da zu sein.

Dieses Programm, das zusammen mit dem Diözesan-Caritasverband und der ökumenischen Kur- und Rehaseelsorge entstanden ist, soll Sie inspirieren, nicht nur auf Ihr körperliches Wohlbefinden zu achten, sondern auch dem Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele Aufmerksamkeit zu schenken. Dabei sind wir geleitet vom christlichen Menschenbild, das von der Einheit dieser drei Dimensionen ausgeht.

Aufmerksam begleiten wir unsere Gäste auf ihrem Weg zu Gesundheit und Ausgeglichenheit, zu geistlicher Rekreation

und Erholung. Erfahren Sie die heilsame Kombination von Ayurveda, Kneipp, klassischer Kurmedizin und spirituellen Angeboten unter einem Dach. Alle Angebote wollen Ihren Geist wach machen und zu bewusstem Leben und seelischer Ausgeglichenheit führen. Die liebevoll renovierten Räumlichkeiten der historischen Kuranlagen aus der Biedermeierzeit bieten zudem einen stilvollen Rahmen zur ganzheitlichen Regeneration, zu Prävention und Orientierung.

Wir freuen uns auf Sie!



Bastian Graber
Direktor
Kurhaus Hotel



Rainer Ziegler
kath. Kur- und
Rehaseelsorger



Maik Richter
ev. Gästeseelsorger



Rainer Ziegler

Tel. 0151 17879497

kath. Kur- und
Rehaseelsorger



Maik Richter B.A.

Diakon, Gäste- und
Seniorenseelsorge

Tel. 0971 2747

oder 0971 13023780

Weitere Infos unter

www.pg-bad-bocklet.de

Ökumenische Kur- und Rehaseelsorge

In Bad Bocklet gibt es die ökumenische Kur- und Rehaseelsorge. Kennzeichen sind offene Angebote für alle Kurgäste wie Sprechzeiten der Seelsorger sowie Angebote speziell für Gäste des Kurhaus Hotels und der Reha-Klinik: Gottesdienste, Meditationen, Gesprächsabende, Outdoor-Veranstaltungen.

Herzlich laden wir Sie ein, das Angebot der Kur- und Rehaseelsorge wahrzunehmen!

Filmforum: Kleiner Kursaal, 15 Uhr, mit Einführung und anschließendem Gespräch
Termine: 10. Jan. / 07. Febr. / 07. März / 04. April / 10. Okt. / 07. Nov. / 05. Dez.

Mittwochsgespräche: Kleiner Kursaal, 19.30 Uhr
Termine: mittwochs im ökumenischen Wechsel von Mai bis September.

Taizé Gebete: Evangelische Johanneskirche, 19.30 Uhr, im ökumenischen Wechsel
Termine: 20. Jan. / 17. Febr. / 17. März / 21. April / 20. Okt. / 17. Nov. / 15. Dez.

Trost der Bäume

Termine: **20. Mai | 24. Juni | 15. Juli | 23. September**

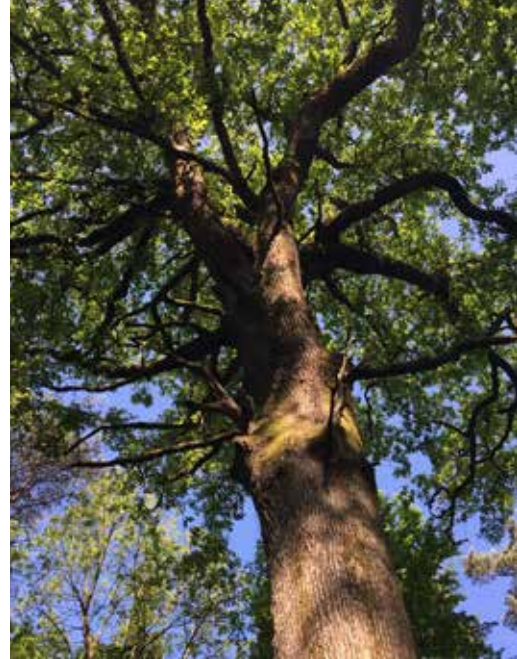
Zeiten: Freitag, 14:30 – 16:30 Uhr

Start: Brunnenhaus

Kosten p. P.: kostenlos

Ihr Referent: **Rainer Ziegler**
kath. Kurseelsorger

Unter dem Titel **Trost der Bäume** lädt Kurseelsorger Rainer Ziegler mit seinem Team zu meditativen Baumspaziergängen durch den Kurpark Bad Bocklet ein. Dabei werden fünf einheimische Baumarten zunächst von einer Landschaftsarchitektin in ihren botanischen und symbolischen Eigenschaften erschlossen, bevor dann der spirituelle Gehalt der Bäume zum Tragen kommt. Meditationen und Körperübungen runden das Ganze ab. Musikalisch untermalt wird dieser Spaziergang von einer Querflötistin mit Werken von Charles Koeklin, einem zeitgenössischen französischen Komponisten.



plento

»planto« *lat.* Ich pflanze

»plenty« *engl.* reichlich

Ganzheitliche Gesundheitsseminare

*Zur Förderung
und Erhaltung
des ganzheitlichen
Wohlergehens*

Wachsende Anforderungen und Belastungen hinterlassen Spuren im Leben – besonders für Sie, als Mitarbeitende in sozialen Berufen, als Ehrenamtliche und pflegende Angehörige. Die ganzheitlichen Gesundheitsseminare von plento verbinden körperliche, seelische und spirituelle Stärkung und geben Ihnen neue Perspektiven und Kraft in Ihrem Alltag.

Menschen sind mehr als Arbeit, Verpflichtung und Erfüllung von Aufgaben. Sie brauchen Räume und Zeiten, die sie in ihrem Menschsein stärken – die ihnen Orientierung und Kraft für den fordernden Arbeitsalltag bieten. Da, wo Sie Ihrer inneren Tiefe und Weite nachspüren, kann die Chance erwachsen, der eigenen Spiritualität auf die Spur zu kommen.

„Wir vertrauen auf die Kräfte, die in jeder Einzelperson stecken. Wir sorgen uns um das Wohl der Einzelnen und wollen ihre Selbsthilfekräfte stärken. Hierzu gehören auch spirituelle Ressourcen, die wir in unseren vielfältigen sozialen Diensten zur Entfaltung bringen wollen.“

(Aus der Vision für das Caritas-Netzwerk in Unterfranken)

**Weitere Informationen
und Seminarangebote:**
plento.info

Januar 2022



Terminübersicht Januar

22.01. | 09:00 – 15:30 Uhr | **EHE Up:Date** | S. 10

27. – 28.01. | ganztags | **Selbstfürsorge und Stressmanagement** | S. 12

M	D	M	D	F	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



EHE UP:DATE


Termin: **22. Januar 2022**
Zeiten: Samstag, 09:00 – 15:30 Uhr
Kosten p.P.: 57,50 € Teilnahmegebühr für Tagesgäste
102,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe



Ihr Referent: **Bernd Keller M.A.**
Ehe und Familienseelsorger im Landkreis Bad Kissingen
Dipl. Religionspäd. (FH), Master of ethical management

☙ Für das leibliche Wohl ist in Form eines gemeinsamen Mittagessens, Kaffee zur Begrüßung und am Nachmittag sowie Getränken im Seminarraum gesorgt. Das Kurhaus Hotel Bad Bocklet bietet interessierten Paaren an, die gemeinsame Zeit mit Voranreise bzw. Verlängerung bis zum 23.01. zu erweitern.

☙ Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.



Nichts ist so beständig wie der Wandel ... Jedes Smartphone und jeder Computer bekommt von Zeit zu Zeit eine Softwareaktualisierung, ja sogar automatisch, aufgespielt. Ganz leicht und per Klick.

Doch wie ist das mit unserer Beziehung? Wer sorgt für uns, wenn wir uns im Laufe der Jahre weiterentwickeln und verändern? Ob durch Beruf, Kinder, Krankheit und das Älterwerden!

Der Tag stellt eine Auszeit dar. Ausbrechen, um aufzubrechen. Innehalten, um auszuhalten. Still werden, um (wieder) Hörende/r zu sein. Mittels der eigenen Beziehung als Ehepaar gehen wir beim „EHE Up:Date“ den je persönlichen und paarinternen Wirklichkeiten auf den Grund. Hier wird auf den geschützten Raum der jeweiligen Ehen wert gelegt! Das Ziel ist immer, die Paarbeziehung zu schätzen und zu schützen, um positive Inspiration zu ermöglichen.

Bitte bringen Sie eine Bibel, ggf. Ihre Hochzeitskerze und ein Hochzeitsbild mit.

Die anschließende Übernachtung mit der Möglichkeit aus dem Alltag herauszugehen und das Besprochene zu vertiefen, wird von Seiten des Referenten empfohlen. Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Selbstfürsorge und Stressmanagement

Termin: **27. – 28. Januar 2022**
Zeiten: Donnerstag, 13:30 Uhr – Freitag, 12:00 Uhr
Kosten p. P.: 128,50 € im Einzelzimmer zzgl. 95,00 € Seminargebühren
108,50 € im Doppelzimmer zzgl. 95,00 € Seminargebühren
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe



Ihre Referentin: **Stefania Zastrow**
Dipl. Soz.-Pädagogin, Christl. Lebensberaterin, Kommunikations-
trainerin, zertifizierte Stressbewältigungstrainerin

☙ In den oben genannten Gebühren sind Übernachtung, Verpflegung (Mittag-, Abendessen, Getränke während des Seminars), sowie der Eintritt in unser Spa | Badehaus inbegriffen.

☙ Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

Gehören Sie auch zu den Menschen, die sich unter Belastungen sozial zurückziehen, eigene Interessen verkümmern lassen und sich schließlich regelrecht selbst aufgeben?

Eine gute Selbstfürsorge leistet einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung und Förderung unserer Gesundheit. Durch eine liebevolle, wertschätzende Haltung sich selbst gegenüber und praktizierte Selbstfürsorge gewinnen Sie an Lebensfreude.

Selbstfürsorge meint dabei einen achtsamen Umgang mit sich selbst: Das Wahrnehmen und Ernstnehmen der eigenen Bedürfnisse insbesondere Erholungsbedürfnisse, Genuss und Entspannung. Diese Wohlfühlerlebnisse stellen einen wichtigen Ausgleich zu den täglichen Anforderungen, die wir erfüllen müssen. Sie wirken wie ein Stresspuffer und helfen uns, den eigenen Akku wieder aufzuladen.

Inhalte des Seminars:

- ☛ Die Notwendigkeit den eigenen Akku aufzuladen.
- ☛ Sich nähren – Aufladestation für Körper, Geist und Seele.
- ☛ Passiver Schutz – Erreichen einer größeren Gelassenheit gegenüber täglichen Aufgaben.
- ☛ Die geistlich / spirituelle Dimension der Selbstfürsorge.
- ☛ Aktiver Schutz – bewusstes Steuern des eigenen Handelns.
- ☛ Sich ausdrücken – Input verarbeiten.

Dieser Kurs ist durch die Zentrale Prüfstelle für Prävention zertifiziert und somit als Präventionsangebot nach § 20 Abs.1 SGB V von den gesetzlichen Krankenkassen erstattungsfähig. Die Teilnehmenden erhalten zum Abschluss eine Bescheinigung zur Vorlage bei ihrer Krankenkasse.

Februar 2022



Terminübersicht

11. – 13.02. | ganztags | **Schenk' Dir Flügel** | S. 16

M	D	M	D	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						



Schenk' Dir Flügel

Körper, Seele und Geist in Bewegung bringen

Termin: **11. – 13. Februar 2022**
Zeiten: Freitag, 18:00 Uhr – Sonntag, 14:00 Uhr
Kosten p.P.: 331,00 € im Einzelzimmer
291,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe

Ihre Referenten: **Angelika und Rainer Haak**
Business Coach und Bewegungskoach | Theologe und Autor

☞ In den oben genannten Gebühren sind Übernachtung, Verpflegung (Mittag-, Abendessen, Kaffeepausen), sowie der Eintritt in unser Spa | Badehaus inbegriffen.

☞ Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

An diesem Wochenende wollen wir neue Lebensfreude gewinnen und einen frischen Blick auf unser Leben finden. Wir lernen eine spirituelle Bewegungsfolge kennen, die „bewegte Sieben“.

Sie unterstützt uns dabei, aus uns selbst heraus zu wachsen und mit neuer Begeisterung in unseren Alltag zurückzukehren.

Info: www.rainerhaak.de



März 2022



Terminübersicht März

19.03. | 10.30 – 17.30 Uhr | **EHE wir uns an-ver-trauen** | S. 20

25.03. | ganztags | **Körper, Geist und Seele in Balance bringen** | S. 22

25. – 26.03. | ganztags | **Salute! – Was die Seele stark macht** | S. 24

M	D	M	D	F	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



EHE wir uns an-ver-trauen

Termin: **19. März 2022**
Zeiten: Samstag, 10:30 – 17:30 Uhr
Kosten p.P.: 52,50 € Teilnahmegebühr für Tagesgäste
97,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe



Ihr Referent: **Bernd Keller M.A.**
Ehe und Familienseelsorger im Landkreis Bad Kissingen
Dipl. Religionspäd. (FH), Master of ethical management

☞ Für das leibliche Wohl ist in Form eines gemeinsamen Mittagessens sowie eines Empfangs mit Kaffee- und Teespezialitäten gesorgt. Das Kurhaus Hotel Bad Bocklet bietet interessierten Paaren an, die gemeinsame Zeit mit Voranreise bzw. Verlängerung bis zum 20.03. zu erweitern.

☞ Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

Es ist gut, wenn sich Menschen trauen, den Lebens-Weg gemeinsam zu gehen. Mit Gott „als Drittem im Bunde“ gehen Paare eine dreidimensionale und energiegeladene „Dreiecksbeziehung“ mit dem lebendigen Gott ein, der die Liebe ist. (1. Johannesbrief 4. Kap.)

Nehmen Sie sich Zeit für eine gute „Be-Gründung“ und Vergewisserung für ein Leben in der Ehe aus Liebe, Hoffnung und Glauben. Das Koordinatensystem mit den vier Kardinaltugenden Klugheit, Gerechtigkeit, Stärke und dem rechten Maß wird wertvoll sein für eine gelingende Beziehung.

Bitte bringen Sie eine Bibel, ggf. eine bereits vorhandene Hochzeitskerze (alternativ Taufkerzen) und ein „Symbol oder Bild für Ihre Liebe“ mit.

Eine anschließende Übernachtung mit der Möglichkeit aus dem Alltag herauszugehen und das Besprochene zu vertiefen, wird empfohlen.





Körper, Geist und Seele in Balance bringen

Body, Spirit, Soul - Training

Termin: **25. März 2022**

Zeiten: Freitag, 09:00 – 16:00 Uhr

Kosten p.P.: 99,50 € Teilnahmegebühr für Tagesgäste
164,00 € im Einzelzimmer | 144,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe

Ihre Referentin: **Stefania Zastrow**

Dipl. Soz.-Pädagogin, Christl. Lebensberaterin, Kommunikations-trainerin, zertifizierte Stressbewältigungstrainerin

☙ Für das leibliche Wohl ist in Form eines gemeinsamen Mittagessens, sowie Kaffee-/Tee-Spezialitäten und Softgetränken gesorgt.

☙ Das Kurhaus Hotel Bad Bocklet bietet interessierten Gästen an, die Zeit mit Voranreise bzw. Verlängerung bis zum 26.03. zu erweitern. Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

Mit einfachen Körper- und Mental-Übungen werden wir entspannter, zufriedener und können sogar langfristig unsere Gesundheit positiv beeinflussen. Wie das geht, erfährst Du in dem Seminar:

Body, Spirit, Soul - Training

Zwischen Körper, Geist und Seele gibt es eine enge Verbindung. Allen dreien gilt es, Gutes zu tun, um ein lebendiges Zusammenspiel zu ermöglichen.

Das Seminar bietet einen Wechsel zwischen Theorie und Praxis, zwischen Lockerungs-Übungen und theoretischen Erläuterungen.

Lass' Dich berühren und überraschen.



Salute! – Was die Seele stark macht



Termin:

25. – 26. März 2022

Kosten p.P.:

50,00 € Teilnahmegebühr

+ 154,70 € Kurhaus Hotel Bad Bocklet im Einzelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | inkl. Kurtaxe

Ihr Referent:

Monika Eberhardt

Coach und Kursleiterin

Sich selbst Gutes tun, Freundschaften und soziale Kontakte pflegen, eigene Werte und seine Spiritualität im Alltag verankert wissen und gedanklich wertschätzend mit sich umzugehen.

- ✦ Selbstfürsorge – wie kann ich mir Gutes tun? Ein liebevoller, wertschätzender und geduldiger Umgang mit sich selbst
- ✦ Soziales Netz, soziale Unterstützung – wer tut mir gut? Verlässliche und vertrauensvolle Beziehungen
- ✦ Selbstwirksamkeit – wie gehe ich gedanklich mit mir um? Die innere Überzeugung, aufgrund eigener Fähigkeiten eine gewünschte Handlung erfolgreich bestehen zu können
- ✦ Sinnerleben – Welche Werte leiten mich? Übereinstimmung von Lebensinhalten und den eigenen Werten.

Weitere Informationen und Seminarangebote: www.plento.info

April 2022



Terminübersicht April

01. – 03.04. | ganztags | **Folge Deiner Sehnsucht und finde Dich selbst** | S. 28

08.04. | 09:00 – 16:00 Uhr | **Leiten statt Leiden** | S. 30

27. – 30.04. | **Die Kunst des bewussten Lebens – Vier Schritte zu mehr Lebensfreude und Zufriedenheit** | S. 32

M	D	M	D	F	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	



Folge Deiner Sehnsucht und finde Dich selbst

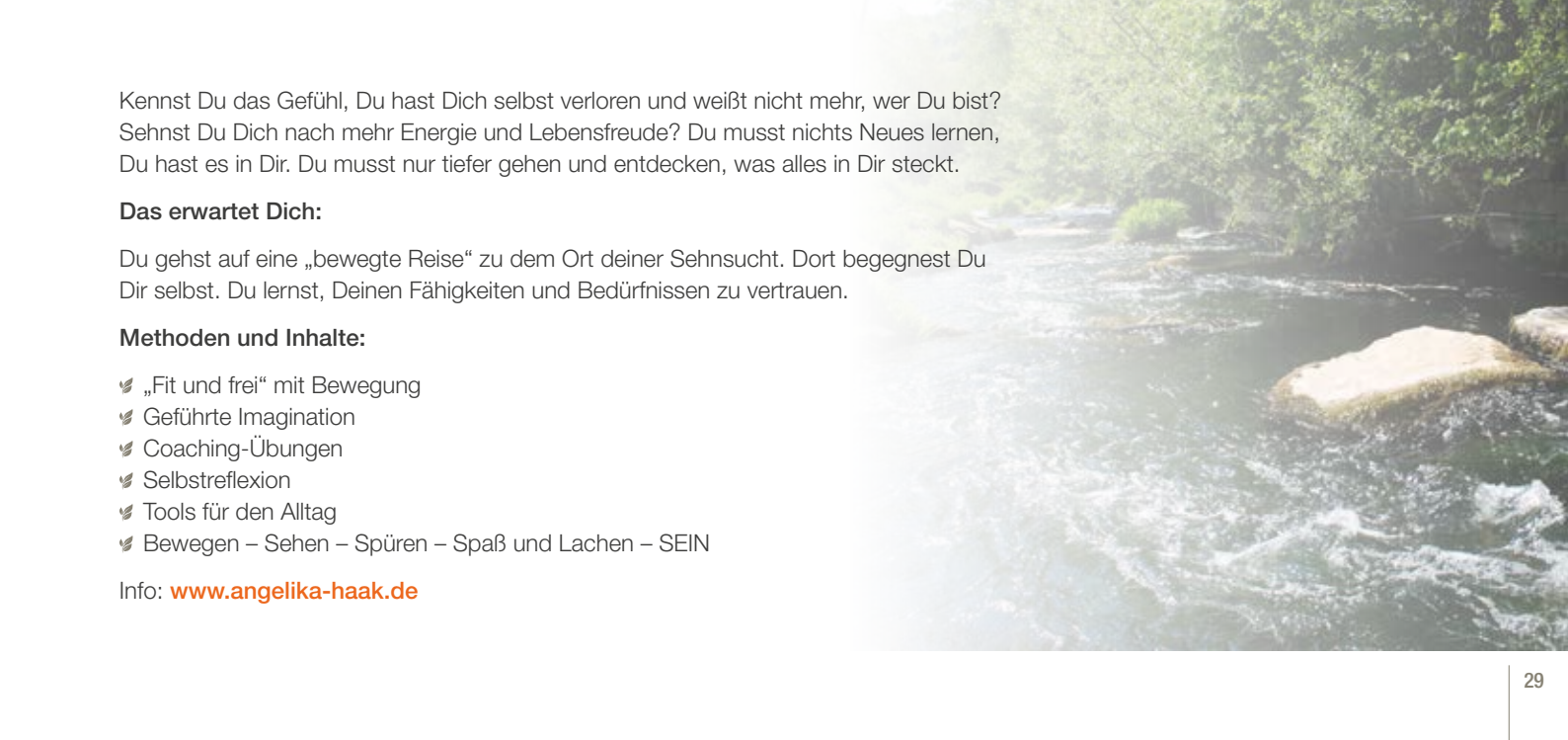
Ein Wochenende nur für Frauen

Termin: **01. – 03. April 2022**
Zeiten: Freitag, 18:00 Uhr – Sonntag, 14:00 Uhr
Kosten p.P.: 331,00 € im Einzelzimmer | 291,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe

Ihre Referentin: **Angelika Haak**
Business Coach, Bewegungsscoach

☛ In den oben genannten Gebühren sind Übernachtung, Verpflegung (Mittag-, Abendessen, Kaffeepausen), sowie der Eintritt in unser Spa | Badehaus inbegriffen.

☛ Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

A background image of a river flowing over rocks in a lush green forest. The water is white and foamy as it cascades over the rocks. The surrounding trees are dense and green, with sunlight filtering through the canopy.

Kennst Du das Gefühl, Du hast Dich selbst verloren und weißt nicht mehr, wer Du bist?
Sehnst Du Dich nach mehr Energie und Lebensfreude? Du musst nichts Neues lernen,
Du hast es in Dir. Du musst nur tiefer gehen und entdecken, was alles in Dir steckt.

Das erwartet Dich:

Du gehst auf eine „bewegte Reise“ zu dem Ort deiner Sehnsucht. Dort begegnest Du
Dir selbst. Du lernst, Deinen Fähigkeiten und Bedürfnissen zu vertrauen.

Methoden und Inhalte:

- ☛ „Fit und frei“ mit Bewegung
- ☛ Geführte Imagination
- ☛ Coaching-Übungen
- ☛ Selbstreflexion
- ☛ Tools für den Alltag
- ☛ Bewegen – Sehen – Spüren – Spaß und Lachen – SEIN

Info: www.angelika-haak.de



Leiten statt Leiden

Ein Tag zur Reflexion und Regeneration für Leiter*innen von Kindertagesstätten

Termin: **08. April 2022**
Zeiten: Freitag, 09.00 – 16.00 Uhr
Kosten p.P.: 57,50 € Teilnahmegebühr für Tagesgäste
122,00 € im Einzelzimmer | 102,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe



Ihr Referent: **Bernd Keller M.A.**
Ehe und Familienseelsorger im Landkreis Bad Kissingen
Dipl. Religionspäd. (FH), Master of ethical management

☞ Für das leibliche Wohl ist in Form eines gemeinsamen Mittagessens, Kaffee zur Begrüßung und am Nachmittag sowie Getränken im Seminarraum gesorgt.

☞ Das Kurhaus Hotel Bad Bocklet bietet interessierten Gästen an, die Zeit mit Voranreise bzw. Verlängerung bis zum 09.04. zu erweitern. Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

Das eigene Berufsethos und die Freude am Beruf nicht zu verlieren, scheint im Berufsalltag immer wieder eine große Herausforderung zu sein. Es bedarf der kontinuierlichen Reflexion, Vergewisserung, Entscheidung und Korrektur des täglichen Handelns.

„Leiten durch“ statt „leiden unter“ ist die resiliente Arbeitsweise, die nicht in total erschöpfte Denk- und Lebensweisen führt. Leiten ist mit-leiden; eine Kompetenz, die immer wieder Stärkung und Qualifizierung braucht.

Mittels der sechs Kompetenzdimensionen: Koordination, Kommunikation, Konzeption, Kooperation, Kontrolle und Konzentration lernen Sie zu leiten und weniger zu leiden. Die „K-Frage“ ist eine Lösung aus so manchem negativem Gedankenkarussell, unter denen zu viele leiden.

Bitte bringen Sie Ihre Examensurkunde und Ihre Abschlussarbeit Ihres Studiums mit. Zudem bitte ein Symbol, welches für Sie „Leiten“ gut beschreiben kann.

Auch Begleitpersonen sind selbstverständlich herzlich willkommen und können den Tag in unserem Badehaus oder der schönen Natur Bad Bocklets und seiner Umgebung genießen. Hierfür bieten wir die Übernachtung inklusive Frühstück im Doppelzimmer zu einem Sonderpreis von 57,00 € an.

Die Kunst des bewussten Lebens

Vier Schritte zu mehr Lebensfreude und Zufriedenheit

Termin: **27. – 30. April 2022**

Kosten p.P.: 65,00 € Teilnahmegebühr
+ 362,10 € Kurhaus Hotel Bad Bocklet im Einzelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | inkl. Kurtaxe

Ihr Referent: **Stefanie Zastrow**

Dipl. Soz.-Pädagogin, Christl. Lebensberaterin, Kommunikations-
trainerin, zertifizierte Stressbewältigungstrainerin

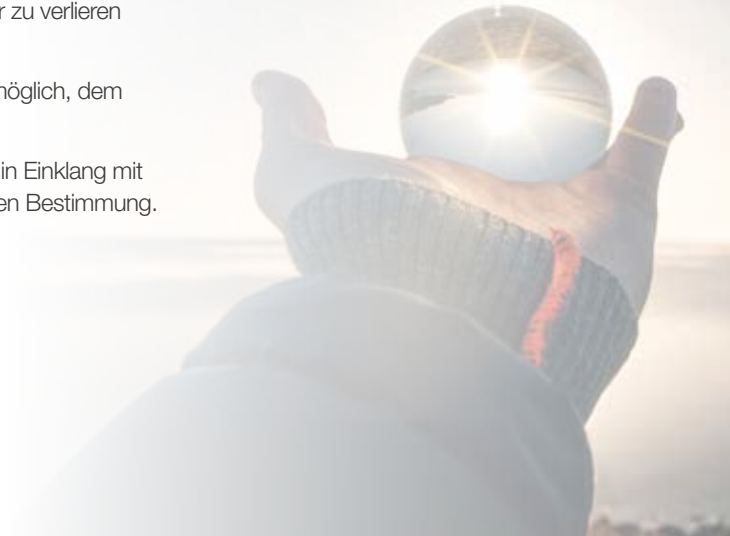


Oft scheint es, als ob das „wahre Leben“ an uns vorbeizieht. Wir sind so damit beschäftigt, bestimmte Rollen und Erwartungen zu erfüllen, dass wir uns selbst darüber zu verlieren drohen.

Mithilfe der leicht anwendbaren vier Schritte der WOZU-Methode wird es möglich, dem Leben bewusst eine neue Richtung zu geben.

So können wir endlich aktiv das Leben gestalten, das wir uns wünschen – in Einklang mit unserem eigentlichen Ich, unseren Stärken und Werten zu unserer ureigenen Bestimmung.

Weitere Informationen und Seminarangebote: www.plento.info





Mai 2022

Terminübersicht Mai

04. – 07.05. | **Kompaktangebot für Pflegekräfte** | S. 36

13. – 15.05. | **Schöne Tage – auf die Haltung kommt es an** | S. 38

25.05. | 17:30 – 21:00 Uhr | **PaarZEIT auf Augenhöhe** | S. 40

M	D	M	D	F	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Kompaktangebot für Pflegekräfte

Termin: **04. – 07. Mai 2022**
Kosten p.P.: 65,00 € Teilnahmegebühr
+ 342,00 € Kurhaus Hotel Bad Bocklet im Einzelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | inkl. Kurtaxe

Ihre Referenten: **Hildegard Bohlig** **Lorenz Wohanka**
Gymnastiklehrerin Diplom-Psychologe



Wir führen Sie durch das speziell für Sie als Pflegekraft entwickelte Programm. Sie werden sich erholen und mit neuen Fähigkeiten aus diesen Tagen zurückkehren: Sie finden Kraft für Akzeptanz und Änderung und bringen den gesunden Umgang mit Stressoren und das TrophoTraining® in Ihren Alltag.

Einfache Techniken helfen, liebevoll und achtsam mit sich zu sein. Unterstützt werden Sie von Übungen und Materialien, die Ihnen die Umsetzung leicht machen und Ihnen auch helfen, wenn es eng wird.

Weitere Informationen und Seminarangebote: www.plento.info



Schöne Tage – auf die Haltung kommt es an

Termin:

13. – 15. Mai 2022

Kosten p.P.:

60,00 € Teilnahmegebühr

+ 258,40 € Kurhaus Hotel Bad Bocklet im Einzelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | inkl. Kurtaxe

Ihre Referenten:

Jana Glück

Diplom-Sozialpädagogin

Mäx Victor

Tänzer



Ja, tatsächlich, wir wollen Sie drei Tage „unterhalten“ und zwar auf hohem Bildungsniveau zum Thema „meine Haltung (Einstellung) in meinem Leben“ und wie diese mit Ihrer Lebenszufriedenheit, Ihrem individuellen Stress- und Entspannungsempfinden zusammenhängt!

Schöne Tage, die einen guten Unterhalt (Untergrund) geben. Auf gutem Grund der Wissenschaft und dennoch mit Leichtigkeit und Humor bieten wir Ihnen viele Möglichkeiten Ihre Haltung zu reflektieren, neu auszurichten und zu stärken mit vielen einfachen alltagstauglichen Tipps für Ihr Wohlbefinden.

Weitere Informationen und Seminarangebote: www.plento.info

PaarZEIT auf Augenhöhe

Ein Abend der Begegnung für gleichgeschlechtliche Paare

Termin: **25. Mai 2022**
Zeiten: Mittwoch, 17:30 – 21:00 Uhr
Kosten p.P.: 47,50 € Teilnahmegebühr für Tagesgäste
92,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe



Ihr Referent: **Bernd Keller M.A.**
Ehe und Familienseelsorger im Landkreis Bad Kissingen
Dipl. Religionspäd. (FH), Master of ethical management

☛ Für das leibliche Wohl ist in Form eines gemeinsamen Abendessens, sowie Getränken im Seminarraum gesorgt. Das Kurhaus Hotel bietet interessierten Paaren an, die gemeinsame Zeit mit einer Voranreise bzw. einer Verlängerung bis zum 26.05. zu erweitern.

☛ Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.



Wenn Gott die Liebe ist, dann ist Gott dort, wo sich Menschen lieben.

Zu allen Zeiten hat Gott selbst, in Jesus im Besonderen, dafür Sorge getragen, dass sich Menschen begegnen, um Liebe zu erfahren und ihr Leben positiv zu gestalten. Das „Normal“ Jesu ist der lebendige Mensch in seiner Gottverbundenheit und Menschenfreundlichkeit. Der Abend der Begegnung will spürbar werden lassen, dass es wahr ist, was der Religionsphilosoph Martin Buber sagt: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung.“

In entspannter Runde ist die Gelegenheit über „Gott und die Welt“ ins Gespräch zu kommen. Bewusst geht der Abend von den Fragen der Teilnehmenden aus und entwickelt sich entsprechend der Methodik der „Themenzentrierten Interaktion“ (TZI).

Die anschließende Übernachtung mit der Möglichkeit aus dem Alltag herauszugehen und das Besprochene zu vertiefen, wird von Seiten des Referenten empfohlen.

Juni 2022



Terminübersicht Juni

17. – 19.06. | ganztags | **Schenk' Dir Flügel** | S. 44

23. – 25.06. | ganztags | **Wenn ich gehe, gehe ich – Entschleunigung und Achtsamkeit als Weg in Freude und Leichtigkeit** | S. 46

M	D	M	D	F	S	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



Schenk' Dir Flügel

Körper, Seele und Geist in Bewegung bringen



Termin: **17. – 19. Juni 2022**

Zeiten: Freitag, 18:00 Uhr – Sonntag, 14:00 Uhr

Kosten p.P.: 331,00 € im Einzelzimmer | 291,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe

Ihre Referenten: **Angelika und Rainer Haak**

Business Coach und Bewegungskoch | Theologe und Autor

☛ In den oben genannten Gebühren sind Übernachtung, Verpflegung (Mittag-, Abendessen, Kaffeepausen), sowie der Eintritt in unser Spa | Badehaus inbegriffen.

☛ Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

An diesem Wochenende wollen wir neue Lebensfreude gewinnen und einen frischen Blick auf unser Leben finden. Wir lernen eine spirituelle Bewegungsfolge kennen, die „bewegte Sieben“.

Sie unterstützt uns dabei, aus uns selbst heraus zu wachsen und mit neuer Begeisterung in unseren Alltag zurückzukehren.

Info: www.rainerhaak.de



Wenn ich gehe, gehe ich.

Entschleunigung und Achtsamkeit als Weg in Freude und Leichtigkeit



Termin:

23. – 25. Juni 2022

Kosten p.P.:

55,00 € Teilnahmegebühr
+ 233,40 € Kurhaus Hotel Bad Bocklet im Einzelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | inkl. Kurtaxe

Ihre Referent:

Michael Brunnhuber

Diplom-Sozialpädagoge, Bildungsreferent

Die Hektik des Alltags hinter sich lassen, zur Ruhe kommen, loslassen, durchatmen, frei werden, sehen was ist, verstehen, Leichtigkeit spüren, Energie tanken, Neues ausprobieren, Handlungsspielräume entdecken, Entscheidungen treffen, Lust auf Leben spüren ...

Wäre das was für Sie?

Mit Achtsamkeitsübungen, erlebnispädagogischen Aktionen, Impulsen und Angeboten zu Einzelgesprächen schlagen wir einen neuen Weg in die Leichtigkeit und die Selbstbestimmung ein. Jede Reise der Veränderung beginnt mit dem ersten Schritt. Herzliche Einladung ins Abenteuer Leben!

Weitere Informationen und Seminarangebote: www.plento.info

Juli 2022



Terminübersicht Juli

06. – 09.07. | ganztags | **Resilienz für pflegende Angehörige** | S. 50

13. – 16.07. | ganztags | **Kompaktangebot für Pflegekräfte** | S. 52

22.07. | ganztags | **Körper, Geist und Seele in Balance bringen** | S. 54

M	D	M	D	F	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Resilienz für pflegende Angehörige



Termin:

06. – 09. Juli 2022

Kosten p.P.:

65,00 € Teilnahmegebühr

342,00 € Kurhaus Hotel Bad Bocklet im Einzelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | inkl. Kurtaxe

Ihre Referenten:

Hildegard Bohlig

Gymnastiklehrerin

Lorenz Wohanka

Diplom-Psychologe

Achtsame Erholung und Regeneration treffen auf ein Seminarprogramm, das Sie in den Mittelpunkt stellt. Die Staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin Hildegard Bohlig und der Diplompsychologe Lorenz Wohanka führen Sie im Kurhaus Hotel Bad Bocklet durch speziell für Sie als pflegende/n Angehörige/n entwickelte Erholungstage.

Resilienz, Erholung und Geborgenheit schenkende Spiritualität: das finden Sie an einem einzigartig schönen Ort und in liebevoller wie professioneller Begleitung. Sie schöpfen neue Kraft, erhalten Impulse und Fähigkeiten, die Ihren Alltag leichter werden lassen.

Weitere Informationen und Seminare: www.plento.info

Kompaktangebot für Pflegekräfte

Termin: **13. – 16. Juli 2022**

Kosten p.P.: 65,00 € Teilnahmegebühr
+ 342,00 € Kurhaus Hotel Bad Bocklet im Einzelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | inkl. Kurtaxe

Ihre Referenten: **Hildegard Bohlig**
Gymnastiklehrerin

Lorenz Wohanka
Diplom-Psychologe



Wir führen Sie durch das speziell für Sie als Pflegekraft entwickelte Programm. Sie werden sich erholen und mit neuen Fähigkeiten aus diesen Tagen zurückkehren: Sie finden Kraft für Akzeptanz und Änderung und bringen den gesunden Umgang mit Stressoren und das TrophoTraining® in Ihren Alltag.

Einfache Techniken helfen, liebevoll und achtsam mit sich zu sein. Unterstützt werden Sie von Übungen und Materialien, die Ihnen die Umsetzung leicht machen und Ihnen auch helfen, wenn es eng wird.

Weitere Informationen und Seminarangebote: www.plento.info





Körper, Geist und Seele in Balance bringen

Body, Spirit, Soul – Training

Termin: **22. Juli 2022**

Zeiten: Freitag, 09:00 – 16:00 Uhr

Kosten p.P.: 99,50 € Teilnahmegebühr für Tagesgäste
164,00 € im Einzelzimmer | 144,00 € im Doppelzimmer
inkl. Frühstück | Eintritt Spa | Badehaus | zzgl. Kurtaxe

Ihre Referentin: **Stefania Zastrow**

Dipl. Soz.-Pädagogin, Christl. Lebensberaterin, Kommunikations-trainerin, zertifizierte Stressbewältigungstrainerin

☙ Für das leibliche Wohl ist in Form eines gemeinsamen Mittagessens, sowie Kaffee-/Tee-Spezialitäten und Softgetränken gesorgt.

☙ Das Kurhaus Hotel Bad Bocklet bietet interessierten Gästen an, die Zeit mit Voranreise bzw. Verlängerung bis zum 23.07. zu erweitern. Genießen Sie das schöne Ambiente des Kurparks und nutzen Sie Gelegenheit einer entspannenden Behandlung in unserem Spa | Badehaus. Unser Empfangsteam steht Ihnen unter Tel. 09708 770 bzw. info@kurhaus-bad-bocklet.de gerne zur Verfügung.

Mit einfachen Körper- und Mental-Übungen werden wir entspannter, zufriedener und können sogar langfristig unsere Gesundheit positiv beeinflussen. Wie das geht, erfährst Du in dem Seminar:

Body, Spirit, Soul - Training

Zwischen Körper, Geist und Seele gibt es eine enge Verbindung. Allen dreien gilt es, Gutes zu tun, um ein lebendiges Zusammenspiel zu ermöglichen.

Das Seminar bietet einen Wechsel zwischen Theorie und Praxis, zwischen Lockerungs-Übungen und theoretischen Erläuterungen.

Lass' Dich berühren und überraschen.





Hinweise

Anmeldung: Für die Teilnahme an den Veranstaltungen unseres spirituellen Programms melden Sie sich bitte direkt über unsere Rezeption an (gilt nicht für Angebote von plento).

Anreise: Sie erreichen Bad Bocklet per PKW über die Autobahn A71 – Ausfahrt 28 Bad Kissingen/Oerlenbach – weiter über St 2445 Richtung Münnerstadt – Abfahrt Richtung Bad Bocklet/Burghausen

Check-in/Check-Out: Ihre Zimmer stehen Ihnen am Anreisetag ab 14:00 Uhr zur Verfügung. Am Abreisetag bitten wir Sie, Ihre Zimmer bis 10:00 Uhr zu räumen.

Gottesdienste: Die Kapelle im Fürstenbau steht für persönliche Einkehr jederzeit zur Verfügung. Am Sonntag um 9:00 Uhr findet dort vierzehntägig eine Wort-Gottes-Feier mit Kommunion-spendung statt (Bitte Aushang beachten!).

Kur- und Rehaseelsorge: Die ökumenische Kur- und Rehaseelsorge steht unseren Gästen auch über die in diesem Programm aufgeführten Termine hinaus zur Verfügung.
Die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 4 dieses Programms.
Ausführliche Informationen finden Sie unter www.pg-bad-bocklet.de



- plento:** Mit diesem Programm laden wir Sie zur Teilnahmen an den Seminaren von plento ein. Das neue Programm des Diözesan-Caritasverbands für ganzheitliche Gesundheitsseminare bietet Ihnen eine breite Auswahl an Möglichkeiten zur Stärkung von Körper, Geist und Seele. Für die Anmeldung und weitere Informationen besuchen Sie bitte www.plento.info
- Preise:** Unsere Preise sind gültig bis 31.12.2022, inkl. der derzeit gültigen Mehrwertsteuer, zzgl. Kurtaxe.
- Stornierung:** Bis vier Wochen vor Anreise können Sie kostenfrei stornieren. Bei einer kurzfristigeren Stornierung fallen Gebühren gemäß unserer **Allgemeinen Geschäftsbedingungen** an.
- Verpflegung:** Die inbegriffenen Mahlzeiten finden Sie in der Beschreibung der jeweiligen Angebote. Selbstverständlich haben Sie jederzeit die Möglichkeit, weitere Mahlzeiten oder unsere Vollpension nach ihren individuellen Wünschen hinzuzubuchen.

Impressum:

Herausgeber: Kurhaus Bad Bocklet GmbH, www.kurhaus-bad-bocklet.de

Gestaltung: texTDesign Tonya Schulz GmbH

Fotos: freepik.com, Samuel Becker, privat, Stefanie Tapprogge, Staatsbad und Touristik Bad Bocklet GmbH, Christine Schikora, Antonioguillerm/fotolia.de, Essential Image Media/Polarpx/KieferPix/Masha Petrakova/JuliaZavalishina/New Africa/fizkes/Microgen/Florian Friedrichs/Photographie.eu/Africa Studio/dugdax/KieferPix/courtyardpix/Antioniguillerm/alle shutterstock.com

KURHAUS HOTEL BAD BOCKLET

Gesundheit. Wellness. Spiritualität.

... Balsam für meine Seele

Wir freuen uns auf Sie als Urlaubs- oder Tagesgast!
Gerne informieren und beraten wir Sie:

Kurhausstraße 2
97708 Bad Bocklet

Tel. 09708 77-0
Fax 09708 77-199

info@kurhaus-bad-bocklet.de
www.kurhaus-bad-bocklet.de

