



**Kathrin Bergsiek** und **Christiane Meisenberg** absolvierten ihre mehrjährige Ausbildung bei Reinhard Flatischler, dem Begründer von TaKeTiNa®. Sie leiten seit vielen Jahren TaKeTiNa-Seminare.

**Anmeldung:**

Die Anmeldung erfolgt per E-Mail, telefonisch oder per Post unter Angabe von Name, Telefonnummer und Mailadresse an:

Dipl.-Psych. Kathrin Bergsiek, Schillerstr. 49, 37083 Göttingen. Email: [bergsiekpsych@gmail.com](mailto:bergsiekpsych@gmail.com)  
**Tel. 0176 72467709**

oder

Christiane Meisenberg, Vitenhofweg 13, 79853 Lenzkirch-Saig. Email: [Chr.Meisenberg@web.de](mailto:Chr.Meisenberg@web.de)  
**Tel 0152 55235151**

Sie wird wirksam, sobald eine Anzahlung in Höhe von 70 Euro überwiesen worden ist auf das Konto von:

**Kathrin Bergsiek Volksbank Göttingen**  
**IBAN DE72 5209 0000 0042 5995 06**

**Teilnahmebedingungen:**

Nach Eingang der Zahlung erhalten Sie eine Bestätigung mit Wegbeschreibung. Bei Absagen bis 5 Wochen vor Beginn ist eine Bearbeitungsgebühr von 25 Euro fällig, bis drei Wochen vor Beginn werden 50% der Gesamtkosten, danach wird die gesamte Teilnahmegebühr berechnet, falls nicht ein/e Ersatzteilnehmer/in gestellt wird. Bei Kursausfall erstatten wir die eingezahlte Gebühr in voller Höhe. Der Kurs wird nur bei ausreichender Teilnehmer/innenzahl durchgeführt.

# Stärkung der eigenen Ressourcen- Begegnung in Rhythmus und Natur

TaKeTiNa-Rhythmusenerfahrung für Menschen in  
helfenden Berufen



02.02.-04.02.2024

Tagungshaus Feldberg-Falkau 79868 Feldberg

## Stärkung der eigenen Ressourcen – Begegnung in Rhythmus und Natur

Selbstfürsorge stärken und für die eigene Balance zu sorgen - das sind essenzielle Voraussetzungen, um hilfreich für andere sein zu können.

Den Akku aufladen, eine Auszeit nehmen, und wiederentdecken, was uns inspiriert, uns beflügelt und Freude auslöst - der musikalische Weg TaKeTiNa lädt uns dazu ein, uns mit unserer zentralsten Lebenskraft zu verbinden: dem Rhythmus!

Im Rhythmuskreis, begleitet und getragen von einer großen Basstrommel in der Mitte, ist unser Körper das Instrument. Mit Stimme, Schritten und Klatschen gestalten wir einfache, unterschiedliche Bewegungen gleichzeitig, ohne dass wir etwas wissen oder erreichen müssen. Im Call-Response-Singen entsteht rhythmisch vielschichtige Musik.

Im steten Wechsel zwischen „aus dem Rhythmus fallen“ und „in den Rhythmus zurückfinden“ können sich einschränkende Denk- und Verhaltensmuster spielerisch auflösen. Unsere Fähigkeit zu einem gelasseneren Umgang mit turbulenten und komplexen Situationen nimmt zu. Wir können mehr bei uns sein, während wir gleichzeitig Geborgenheit und Heimat im Rhythmus und mit der Gruppe erleben.

In der wunderschönen Umgebung des Hochschwarzwald gelegen, ist das Tagungshaus Falkau die ideale Basis für Entspannung, Begegnung und Inspiration.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Weitere Infos zu TakeTiNa@: [www.taketina.com](http://www.taketina.com)



Leitung

**Kathrin Bergsiek**

Dipl.-Psychologin • Psychotherapeutin  
TaKeTiNa Advanced Rhythm Teacher  
[www.psychotherapieundrhythmus.de](http://www.psychotherapieundrhythmus.de)

**Christiane Meisenberg**

Diplom – Sozialpädagogin  
TaKeTiNa Rhythm Teacher  
[www.bergmeise.de](http://www.bergmeise.de)

Datum

02.02. – 04.02.2024  
Ankunft im Tagungshaus ab 17.00

Kurszeiten

Freitag 18.30-21.30  
Samstag 09.30-12.30 u. 15.00-17.30  
Sonntag 10.00-12.30

Ort

Haus Feldberg Falkau,  
Schuppenhörlestr. 74 79868 Feldberg

Gebühr

425,- 15.11.2024  
385,- Frühbucher bis 15.10.24  
Inklusive Vollpension im EZ

## **Stärkung der eigenen Ressourcen – Begegnung in Rhythmus und Natur**

Selbstfürsorge stärken und für die eigene Balance zu sorgen - das sind essenzielle Voraussetzungen, um hilfreich für andere sein zu können.

Den Akku aufladen, eine Auszeit nehmen, und wiederentdecken, was uns inspiriert, uns beflügelt und Freude auslöst - der musikalische Weg TaKeTiNa lädt uns dazu ein, uns mit unserer zentralsten Lebenskraft zu verbinden: dem Rhythmus!

Unser Körper ist unser Instrument. Mit Stimme, Schritten und Klatschen gestalten wir einfache, unterschiedliche Bewegungen gleichzeitig, ohne dass wir etwas wissen oder erreichen müssen. Im Call-Response-Singen entsteht rhythmisch vielschichtige Musik.

Im steten Wechsel zwischen „aus dem Rhythmus fallen“ und „in den Rhythmus zurückfinden“ können sich einschränkende Denk- und Verhaltensmuster spielerisch auflösen. Unsere Fähigkeit zu einem gelasseneren Umgang mit turbulenten und komplexen Situationen nimmt zu, während wir gleichzeitig Geborgenheit und Heimat im Rhythmus und mit der Gruppe erleben.

In der wunderschönen Umgebung des Hochschwarzwald gelegen, ist das Tagungshaus Falkau die ideale Basis für Entspannung, Begegnung und Inspiration.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

*Die Akkreditierung als Fortbildung durch die Ärzte – und Psychotherapeutenkammer Baden-Württemberg und die Deutsche Musiktherapeutische Gesellschaft (DMTG) ist beantragt.*

### **Leitung**

**Kathrin Bergsiek**

Dipl.-Psychologin • Psychotherapeutin  
TaKeTiNa Advanced Rhythm Teacher  
[www.psychotherapieundrhythmus.de](http://www.psychotherapieundrhythmus.de)

**Christiane Meisenberg**

Diplom – Sozialpädagogin  
TaKeTiNa Rhythm Teacher  
[www.bergmeise.de](http://www.bergmeise.de)

### **Datum**

02.02. – 04.02.2024  
Ankunft im Tagungshaus ab 17.00

### **Kurszeiten**

**Freitag** 18.30-21.30  
**Samstag** 09.30-12.30 u. 15.00-17.30  
19.00-ca. 19.45 Trommel- u. Klangreise  
**Sonntag** 10.00-12.30

### **Ort**

Haus Feldberg Falkau,  
Schuppenhörnlestr. 74 79868 Feldberg

### **Gebühr**

395,- Frühbucher bis 15.10.23  
435,- bis 15.11.2023  
inklusive Vollpension im EZ

*Infos zu TaKeTiNa: [www.taketina.com](http://www.taketina.com)*

