



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität



## **Lehrgang Mediale Kompetenz insich Jahreskurs 2026**

**Wissenstransfer (Mentoring) zum Thema Medialität  
und geistiges Heilen  
auf der Grundlage von Bewusstsein und Spiritualität**

### **Inhalt**

Gruppenmentoring zu den Themen Medialität, Sensitivität, geistiges Heilen, Hellsichtigkeit und anderen Möglichkeiten der erweiterten Wahrnehmungsfähigkeit.

### **Techniken lernen**

- Medialen Raum öffnen und schliessen
- Ressourcen erkennen
- Ethik
- Defokussieren – Trance
- Meditation lernen und üben
- Abgrenzung und Unterscheidungsvermögen
- Rollenklärung
- Umgang mit Widerstand
- Chakra
- Aura
- Systemisches
- Heilende Berührung lernen und vertiefen
- Fernheilungen/Geistiges Arbeiten lernen und vertiefen
- Morphologisches Feld wahrnehmen und vertiefen

usw.



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

## **Teilnehmende**

Diese Lerngruppe richtet sich an Menschen, die ihre Medialität vertiefen möchten, und die Bereitschaft mitbringen, sich in ihrem Bewusstsein, in ihrer Persönlichkeit und in ihrer Spiritualität entwickeln zu wollen. Die ethischen Grundlagen werden durch Meditations- und Konzentrationsübungen unterstützt.

Diese dienen den noch schlummernden und/oder schon vorhandenen Fähigkeiten der Medialität, der geistigen Heilung und der Sensitivität.

## **Aufwand/Übung dieser Lichtarbeit**

Es gehört die Bereitschaft und der Wille dazu, sich zwischen den Gruppenabenden mit jemandem dieser Gruppe zu treffen, und das neu Erlernte gegenseitig zu festigen und zu üben. (Dies ist auch über die gängigen Medien gut möglich.)

Die Meditation soll Bestandteil im Alltag werden.

## **Zeitlicher Aufwand dieses einjährigen Lehrgangs**

11 Nachmittage à 2.5 Stunden

4 Seminartage à 5-6 Stunden (siehe Beiblatt)

Meditationszeiten zuhause mindestens 30 Minuten/Woche

Austausch zwischen den monatlichen Treffen mindestens 3 Stunden

## **Mentorin**

Andrea Maria Steiner

Umfassende Beratung, Mentoring, Medialität

## **Ort**

Hardeggerstrasse 2, 3008 Bern

## **Daten**

**Freitagnachmittag einmal pro Monat (11mal pro Jahr) plus 4 Seminartage**

**Freitag: 14.00h-16.30h (1 Ausnahme)**

### **Daten 2026**

22. Januar (Donnerstag)	12. Juni
27. Februar	14. August
27. März	4. September
3. April	23. Oktober
1. Mai	13. November und 4. Dezember

### **4 Seminartage**

- Einführung in die Meditation, Praxis und Theorie (Freitag 16.1.2026 13h-17.30)
- Eigenraum und Grenzen (Donnerstag 19.2.2026 10.30h-16h)
- Rollenklärung (Donnerstag 19.3.2026 10.30h-16h)
- Umgang mit Widerstand und Strategien des Ego's (Donnerstag 23.4.2026 09.30h-16.00h)



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

## **Gruppe**

Mindestens 7 Teilnehmende

## **Voraussetzung**

Teilnahme am Einführungs-Wochenende 15./16. Nov. 2025 in Laupen  
(siehe [www.insich.ch](http://www.insich.ch))

Und ein Eignungsgespräch mit Andrea Steiner

## **Preis Lehrgang 2026: CHF 2245.-**

11 Nachmittage à 2.5 Stunden 95.-	CHF 1045.-
4 Halbtage à 4.5-5.5 Stunden (Sonderpreis 210.-/Mal)	CHF 840.-
2 mentorierte Einzelsitzungen pro Jahr à 180.-	CHF 360.-

## **Kleidung**

Bequeme Kleidung (2 Schichten), warme Socken

## **Material**

Notiz- und Tage-, resp. Skizzenbuch und Stifte

## **Anmeldung**

Steiner Andrea Tel. 079 704 17 17 [info@insich.ch](mailto:info@insich.ch)

Bitte melden Sie sich schriftlich und verbindlich an. Verwenden Sie dazu den Anmeldebogen oder schicken Sie mir eine E-mail.

## **Kosten**

Einzahlung an:

Frau Andrea Maria Steiner, Löwenmatte 294, 6197 Schangnau  
BEKB, Berner Kantonalbank, IBAN: CH77 0079 0042 6206 7666 0



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

## Seminartage

### **1 Einführung in die Meditation (Theorie und Praxis)**

(Freitag 16.1.2026 13h-17.30)

#### **Inhalt**

Sie lernen die einfachen Rituale der Meditationspraxis kennen und werden vertraut damit.

Es bleibt genug Zeit um Fragen zu klären.

### **2 Eigenraum und Grenzen**

(Donnerstag 19. Februar 2026 10.30h-16h)

#### **Inhalt**

- Körpersignale erkennen und deuten lernen
- Nähe, Distanz und Abgrenzung (wie stehe ich für mich ein?)
- „Ja“ und „Nein“
- Erkennen und Anerkennen des persönlichen Raums

### **4 Rollenklärung**

(Freitag 20. März 2026 10.30h-16h)

#### **Inhalt**

Dieser Seminartag dient dem besseren Umgang mit unterschiedlichen Rollen, die wir in unserem Leben innehaben.

Dieses Bewusstsein dient der Abgrenzung und Klarheit, um sich durchsetzen zu können.

Das Erkennen von Projektionen und Übertragungen ist wichtig, um sich selber und andere zu führen.

### **3 Umgang mit Widerstand und Strategien des Ego's**

(Freitag 24. April 2026 09.30h-16.00h)

#### **Inhalt**

Erkennen und deuten von Widerständen und Ego-Energien bei sich und anderen.

Sie lernen diese hinderlichen Strategien zu verändern und zu durchbrechen.

## **Anmeldung Lehrgang mediale Kompetenz insich 2025/2026**

■ hardeggerstrasse 2 ■ 3008 bern & löwenmatte 294 ■ 6197 schangnau  
■ info@insich.ch ■ www.insich.ch ■ 079 704 17 17



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

RECHTLICHES:

ICH BIN MIT DEN ALLGEMEINEN GESCHÄFTSBEDINGUNGEN EINVERSTANDEN UND  
MELDE MICH VERBINDLICH FÜR diesen **Lehrgang 2025/2026** AN:

Name/Vorname

---

Strasse

---

PLZ/Ort

---

Telefon (Privat, Mobile, Geschäft)

---

E-Mail

---

Beruf

---

Geburtsdatum

---

Datum/Unterschrift

---

Allgemeine Geschäftsbedingungen insich 2025

■ hardeggerstrasse 2 ■ 3008 bern & löwenmatte 294 ■ 6197 schangnau  
■ info@insich.ch ■ www.insich.ch ■ 079 704 17 17



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

### Beratungstermine

Terminabsagen müssen mindestens 24 Stunden vorher abgesagt werden. Nicht abgesagte Termine werden in Rechnung gestellt.

Die Beratungsstunden stelle ich in Rechnung.

### Laufende Kurse

Die Anmeldung erfolgt schriftlich und wird verbindlich bestätigt.

Bei Krankheit, Unfall oder Schwangerschaft erfolgt keine Rückerstattung des Kursgeldes.

Das Kursgeld ist nach der Bestätigung innert 10 Tagen zu zahlen.

### Seminartage

Die Anmeldung erfolgt schriftlich und wird verbindlich bestätigt.

Die Seminarkosten sind nach der Bestätigung der Anmeldung geschuldet und innert 10 Tagen zu zahlen. Bei einer Abmeldung oder bei Fernbleiben am jeweiligen Seminartag erfolgt keine Rückerstattung der Seminarkosten. Auch bei Krankheit, Unfall oder Schwangerschaft erfolgt keine Rückerstattung des Kursgeldes.

### Retreats im In- und Ausland

Die Anmeldung für ein Retreat im In- und/oder Ausland erfolgt schriftlich und wird verbindlich bestätigt.

Die Zahlung des Retreats erfolgt nach Erhalt der Rechnung innert 20 Tagen.

Bei Abmeldung des Retreats bis 60 Tage vor Beginn wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 200.- verrechnet.

Wird eine schriftlich bestätigte Anmeldung widerrufen, werden folgende Annullationskosten verrechnet:

- Ab 60 Tage vor Kursbeginn: 50% der gebuchten Leistung
- Ab 30 Tage vor Kursbeginn: 100% der gebuchten Leistung

Für Retreats im In- und Ausland kriegen Sie eine Rechnung.

### Versicherung

Die Teilnahme sowohl an Kursen, Seminartagen und Retreats erfolgt auf eigene Verantwortung. Eine Versicherung resp. Haftung ist Sache des Teilnehmenden.

Für Retreats empfiehlt sich eine Reiseannulationsversicherung abzuschliessen.

Bitte informieren Sie mich, wenn nötig, über Ihren Gesundheitszustand.

### Kontonummer

Einzahlung: BEKB, Berner Kantonalbank

Andrea Maria Steiner, Löwenmatte 294, 6197 Schangnau

CH77 0079 0042 6206 7666 0

Dez 2025



insich ■ andrea maria steiner ■ umfassende beratung / mentoring / medialität

### Empfangsschein

Konto / Zahlbar an  
CH77 0079 0042 6206 7666 0  
Andrea Maria Steiner  
insich  
6197 SCHANGNAU

Zahlbar durch (Name/Adresse)

┌

└

Währung Betrag

CHF

┌

Annahmestelle

### Zahlteil



Währung Betrag

CHF

┌

Konto / Zahlbar an

CH77 0079 0042 6206 7666 0  
Andrea Maria Steiner  
insich  
6197 SCHANGNAU

Zahlbar durch (Name/Adresse)

┌

└